

PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA ANAK SEKOLAH DASAR

¹Jumriani*, ²Putri Yuyu, ³Nurbaety
*Corresponding Author : jumriani21833@gmail.com
^{1,2,3} Politeknik Muhammad Dahlan

Article Info	Abstract
<p>Article History Received: 28 October 2025 Revised: 15 November 2025 Published: 27 December 2025</p> <p>Keywords: Knowledge, Healthy Life Style, Elementary School Students</p>	<p><i>Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a set of behaviors practiced consciously as a result of learning that empowers individuals, families, and communities to help themselves in health and play an active role in achieving optimal health. Education about PHBS is crucial to instill from an early age, especially in elementary school-aged children, as this is the time when children are forming habits and character that will carry into adulthood. Therefore, health education in elementary schools is a key strategy in promotive and preventive efforts in public health. (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2020).</i></p> <p><i>A study conducted by Puspitasari, Widjanarko, and Lestari (2021) in several elementary schools in Central Java revealed that only around 43% of students washed their hands properly with soap before eating and after defecating. Meanwhile, most students did not understand the importance of maintaining personal hygiene, such as regularly trimming nails, bathing twice a day, and wearing clean uniforms. These findings indicate a gap between knowledge and practice of PHBS among school-aged children. (Puspitasari et al., 2021)</i></p> <p><i>The community service activity was held on Monday, September 29, 2025, from 9:00 AM to 11:30 AM WIT at SD Islamiyah Tobelo, North Halmahera Regency. The topic was Improving Knowledge and Clean and Healthy Living Behaviors in Elementary School Children. Twenty-five children, one teacher, and three lecturers attended the activity. Prior to the education, most children did not understand the importance of Clean and Healthy Living Behaviors. After the education, 23 children showed increased knowledge and behaviors.</i></p>
Artikel Info	Abstrak
<p>Sejarah Artikel Diterima: 28 Oktober 2025 Direvisi: 15 November 2025 Dipublikasi: 27 Desember 2025</p> <p>Kata kunci: Pengetahuan, PHBS, Siswa SD</p>	<p>Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan individu, keluarga, dan masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Pendidikan mengenai PHBS sangat penting untuk ditanamkan sejak usia dini, terutama pada anak usia sekolah dasar, karena pada masa ini anak sedang berada dalam tahap pembentukan kebiasaan dan karakter yang akan terbawa hingga dewasa. Oleh sebab itu, pendidikan kesehatan di sekolah dasar menjadi strategi kunci dalam upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan masyarakat. (Kementerian Kesehatan RI, 2020).</p> <p>Sebuah studi yang dilakukan oleh Puspitasari, Widjanarko, dan Lestari (2021) di sejumlah sekolah dasar di Jawa Tengah mengungkapkan bahwa hanya sekitar 43% siswa yang mencuci tangan dengan benar menggunakan sabun sebelum makan dan setelah buang air besar. Sementara itu, sebagian besar siswa belum memahami pentingnya menjaga kebersihan diri seperti memotong kuku secara rutin, mandi dua kali sehari, dan memakai seragam yang bersih. Temuan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik PHBS pada anak usia sekolah. (Puspitasari et al., 2021)</p> <p>Kegiatan pengabdian kepada masyarakat Dilaksanakan pada hari Senin tanggal 29 bulan September tahun 2025 dimulai 09.00-11.30 WIT di SD Islamiyah Tobelo Kabupaten Halmahera Utara dengan materi mengenai Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar. Kegiatan ini dihadiri oleh 25 Anak, 1 orang Guru, 3 Dosen, sebelum diberikan edukasi sebagian besar anak belum mengetahui pentingnya Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat dan setelah diberikan edukasi 23 anak memiliki Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat.</p>

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan individu, keluarga, dan masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Pendidikan mengenai PHBS sangat penting untuk ditanamkan sejak usia dini, terutama pada anak usia sekolah dasar, karena pada masa ini anak sedang berada dalam tahap pembentukan kebiasaan dan karakter yang akan terbawa hingga dewasa. Oleh sebab itu, pendidikan kesehatan di sekolah dasar menjadi strategi kunci dalam upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan masyarakat. (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Sayangnya, masih banyak anak di Indonesia yang melewati sarapan. Menurut Riskesdas 2018, sekitar 26,1% anak usia sekolah dasar tidak terbiasa sarapan sebelum berangkat ke sekolah. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya pengetahuan anak dan orang tua tentang pentingnya sarapan sehat, serta keterbatasan waktu dan ketersediaan bahan makanan bergizi di pagi hari (Kemenkes RI, 2018).

Data dari Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit berbasis lingkungan seperti diare, cacingan, dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) masih tinggi di kalangan anak usia sekolah. Penyakit-penyakit ini erat kaitannya dengan perilaku hidup yang tidak bersih dan tidak sehat, seperti tidak mencuci tangan, jajan sembarangan, dan lingkungan sekolah yang kotor. Ini menunjukkan bahwa PHBS belum sepenuhnya menjadi bagian dari keseharian anak-anak, terutama mereka yang belum mendapatkan pendidikan kesehatan secara intensif dan berkelanjutan. (Badan Litbangkes Kemenkes RI, 2018)

Sebuah studi yang dilakukan oleh Puspitasari, Widjanarko, dan Lestari (2021) di sejumlah sekolah dasar di Jawa Tengah mengungkapkan bahwa hanya sekitar 43%

siswa yang mencuci tangan dengan benar menggunakan sabun sebelum makan dan setelah buang air besar. Sementara itu, sebagian besar siswa belum memahami pentingnya menjaga kebersihan diri seperti memotong kuku secara rutin, mandi dua kali sehari, dan memakai seragam yang bersih. Temuan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik PHBS pada anak usia sekolah. (Puspitasari et al., 2021)

Intervensi pendidikan kesehatan berbasis sekolah melalui kegiatan yang aplikatif dan menyenangkan seperti penyuluhan, praktik langsung, dan lomba edukatif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku anak-anak. WHO juga menyatakan bahwa program Water, Sanitation and Hygiene (WASH) di sekolah telah membantu menurunkan angka ketidakhadiran siswa karena sakit dan meningkatkan kualitas hidup peserta didik di berbagai negara berkembang. (WHO, 2019)

Dengan mempertimbangkan pentingnya edukasi PHBS sejak dini serta tingginya angka penyakit yang berhubungan dengan kebersihan lingkungan dan personal hygiene, maka dipandang perlu dilaksanakan kegiatan "Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Sekolah Dasar" sebagai bagian dari upaya preventif untuk menciptakan generasi muda yang sehat, sadar akan pentingnya kebersihan, serta mampu menjadi agen perubahan di lingkungannya masing-masing.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat Dilaksanakan pada hari Senin tanggal 29 bulan September tahun 2025 dimulai 09.00-11.30 WIT di SD Islamiyah Tobelo Kabupaten Halmahera Utara. dengan materi mengenai Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar. Kegiatan ini dihadiri oleh 25 Anak, 1 orang Guru, 3 Dosen

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi tentang Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih

Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar berjalan dengan lancar tanpa kendala dan tidak ditemui adanya hambatan



Gambar 1. kegiatan Sosialisasi tentang Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar di SD Islamiyah Tobelo halmahera Utara



Gambar 2. Posttest setelah memberikan edukasi tentang Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Pembahasan

Kegiatan sosialisasi mengenai Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) telah dilaksanakan pada siswa Sekolah Dasar dengan jumlah peserta sebanyak 25 anak. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sebagai bagian dari upaya pencegahan penyakit dan peningkatan kualitas hidup sejak dini.

Setelah dilakukan evaluasi pasca kegiatan dan observasi langsung, diperoleh hasil bahwa sebanyak 23 anak (92%) menunjukkan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku positif terkait PHBS. Peningkatan tersebut meliputi:

1. Mengetahui 5 langkah cuci tangan yang benar.
2. Memahami pentingnya mandi dua kali sehari.
3. Menunjukkan kesadaran membuang sampah pada tempatnya.
4. Mampu menyebutkan contoh makanan bergizi seimbang.
5. Terlibat aktif dalam praktik langsung selama sosialisasi.

Sementara itu, 2 anak (8%) belum menunjukkan peningkatan yang signifikan, yang kemungkinan disebabkan oleh kurangnya konsentrasi saat kegiatan berlangsung. Namun, pihak guru menyatakan akan melakukan penguatan melalui pengulangan materi di kelas.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan kegiatan Sosialisasi tentang Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih

Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar yang dilaksanakan pada hari Senin, 29 September 2025 di SD Islamiyah Tobelo Kabupaten Halmahera Utara berjalan dengan lancar tanpa kendala, Sebelum diberikan edukasi tentang Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar dari 25 Anak hanya 2 Anak yang memiliki pengetahuan baik dan Sesudah diberikan edukasi tentang Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar sebagian besar anak memiliki pengetahuan baik yaitu sekitar 23 anak

Ucapan terima kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala UP3M Politeknik Muhammad Dahlan Kota Bima, Direktur Politeknik Muhammad Dahlan Kota Bima, Kepala sekolah SD Islamuyah Tobelo Halmahera Utara, yang memfasilitasi terselenggaranya kegiatan pengabdian masyarakat, peserta penyuluhan Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar pada anak, serta semua pihak yang telah membantu terlaksananya pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan RI. (2020). Petunjuk Teknis Pembinaan PHBS di Sekolah. Direktorat Promosi Kesehatan.

Badan Litbangkes Kemenkes RI. (2018). Riskesdas 2018: Laporan Nasional.

Puspitasari, D., Widjanarko, B., & Lestari, N. D. (2021). "Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Sekolah Dasar". Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip), 9(1), 33-40.

WHO. (2019). Water, Sanitation and Hygiene in Schools: Global Baseline Report. Geneva.

UNICEF Indonesia. (2021). WASH in Schools – Situational Analysis. Retrieved from <https://www.unicef.org/indonesia>