



## **PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA SD 59 GAROTIN KAB. ENREKANG**

**Makhrajani Majid<sup>1)</sup>, Melda Meiresa<sup>1)</sup>, Sitti Amina<sup>1)</sup>, Milda Juwina<sup>1)</sup>, Hasra<sup>1)</sup>, Nopi<sup>1)</sup>,  
Khusnul Khatimah<sup>1)</sup>, Zuraidah Inara Gani<sup>1)</sup>.**

<sup>1)</sup>Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Parepare, Indonesia  
e-mail: [ninimahkrajani@gmail.com](mailto:ninimahkrajani@gmail.com), [meiresa966@gmail.com](mailto:meiresa966@gmail.com)

*Submitted: 2 Mei 2025, Accepted: 26 Mei 2025, Available online: 28 Mei 2025*

### **Abstract**

*Clean and Healthy Living Behavior is a fundamental aspect in efforts to improve public health standards. The implementation of PHBS in school environments serves a strategic purpose: to empower students, educators, and the surrounding community with the knowledge, willingness, and ability to adopt healthy behaviors, while contributing to the creation of a clean and healthy school environment. A PHBS education program was conducted at SD 59 Garotin with the aim of enhancing sixth-grade students' knowledge and awareness regarding the importance of maintaining personal health, particularly through proper handwashing practices. The methods employed in this activity included lectures, interactive discussions, and hands-on practice. The program took place on February 11, 2025, and involved active participation from the students. Evaluation results indicated a significant improvement in students' understanding of PHBS concepts and practices following the intervention. In conclusion, the education program implemented at SD 59 Garotin successfully improved sixth-grade students' health literacy, especially in the area of hand hygiene. As a follow-up, it is recommended that similar programs be implemented in other schools to broaden the reach and positive impact on school-age children's health behaviors.*

*Keywords : Counseling, Clean and healthy lifestyle, School age*

### **Abstrak**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu aspek fundamental dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Implementasi PHBS di lingkungan sekolah memiliki tujuan strategis untuk memberdayakan siswa, pendidik, dan masyarakat sekitar agar memiliki pengetahuan, kemauan, dan kemampuan dalam menerapkan perilaku hidup sehat, serta berkontribusi dalam menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat. Kegiatan penyuluhan PHBS yang dilaksanakan di SD 59 Garotin bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa kelas VI mengenai pentingnya menjaga kesehatan, dengan fokus utama pada praktik mencuci tangan yang benar. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup ceramah, diskusi interaktif, dan praktik langsung. Kegiatan berlangsung pada tanggal 11 Februari 2025 dan diikuti secara aktif oleh para siswa. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa terhadap konsep dan praktik pasca penyuluhan. Berdasarkan hasil kegiatan, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan PHBS di SD 59 Garotin berhasil meningkatkan literasi kesehatan siswa kelas VI, khususnya dalam aspek kebersihan tangan. Sebagai tindak lanjut, direkomendasikan agar program serupa dilaksanakan di sekolah-sekolah lain untuk memperluas jangkauan dan dampak positif terhadap perilaku kesehatan anak usia sekolah.

Kata Kunci: Penyuluhan, PHBS, Usia sekolah

## PENDAHULUAN

Anak-anak merupakan kelompok usia yang sedang mengalami tahap perkembangan dan pertumbuhan, sehingga mereka memiliki kebutuhan nutrisi dan kesehatan yang sangat tinggi. Pada masa ini, sistem kekebalan tubuh anak-anak masih dalam proses verifikasi, menjadikan mereka lebih rentan terhadap berbagai penyakit dan infeksi. Oleh karena itu, anak usia sekolah perlu memulai pengembangan gaya hidup sehat (Farida Nabilah, dkk. 2024). Di tingkat sekolah dasar, anak-anak mulai mempelajari pentingnya kebersihan diri, pola makan bergizi, dan kebersihan lingkungan. Oleh karena itu, memperkenalkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada usia dini sangat penting untuk membangun kebiasaan hidup sehat yang akan mereka bawa hingga dewasa (Wiwi Kustio Priliana, Teti Herlina. 2025).

PHBS di lingkungan sekolah bertujuan untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat sekitar agar mereka dapat memahami, memiliki keinginan, serta mampu menerapkan PHBS, sekaligus berpartisipasi dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat. (Kimsen 2023) Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mungkin terdengar mudah untuk diucapkan, tetapi penerapannya sangat menantang karena memerlukan kesadaran dan komitmen untuk menjaga kesehatan. PHBS merupakan salah satu pilar utama dalam program Indonesia Sehat dan berfungsi sebagai strategi untuk mengurangi beban pembiayaan kesehatan bagi negara, pemerintah, serta masyarakat. (Rini, Purwanti, and Minardo 2022)

Mencuci tangan adalah proses membersihkan kotoran dan debu secara fisik dari kulit kedua tangan dengan menggunakan sabun dan air yang mengalir. Jika tangan tercemar, tubuh akan lebih rentan terhadap masuknya mikroorganisme. Dengan mencuci tangan menggunakan sabun dan air, kita dapat secara efektif menghilangkan kotoran dan debu serta secara signifikan mengurangi jumlah mikroorganisme penyebab penyakit seperti virus, bakteri, dan parasit lainnya pada tangan. (Zuliyanti and Rachmawati 2020)

## METODE

Metode penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dengan bantuan media gambar, diskusi tanya jawab dan praktek langsung cara cuci tangan yang baik dan benar. Adapun sasaran penyuluhan yang kami lakukan ini adalah siswa-siswi SD 59 Garotin yang berada di kelas 6. Kegiatan ini dilakukan oleh 7 orang Mahasiswa PBL II dimana masing-masing mahasiswa memiliki peran sebagai narasumber, dokumentasi, peralatan dan sebagai pengamat untuk memastikan berlangsungnya kegiatan dengan lancar.

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan melalui 2 tahap, yaitu dilakukan di dalam ruangan kelas dan di luar ruangan kelas. Pada tahap pertama, kegiatan penyuluhan dilakukan di dalam ruangan kelas. Sebelum dilakukan penyuluhan, peserta didik diberikan pertanyaan secara lisan terkait materi yang akan dibawakan. Kemudian dilanjutkan dengan memberikan penyuluhan yaitu materi PHBS dan tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar. Peserta didik juga diberikan poster yang memuat langkah-langkah melakukan cuci tangan yang baik dan benar.

Setelah penyuluhan diberikan, mereka kembali diberikan pertanyaan yang sama pada saat sebelum dilakukan penyuluhan. Hal ini dilakukan untuk melihat tingkat pemahaman peserta didik terhadap teknik mencuci tangan yang baik dan benar. Setelah penyuluhan dilakukan, dilanjutkan pada tahap kedua yaitu demonstrasi tentang teknik mencuci tangan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan yang dilakukan di Sekolah Dasar 59 Garotin merupakan penyuluhan PHBS dengan target sasaran anak sekolah kelas 6. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 11 Februari 2025 pukul 10.00-11.30 WITA. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan

penyuluhan ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan peserta didik mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, terutama mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar. Harapannya peserta didik dapat menerapkan di kehidupan sehari-hari. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan metode ceramah, diskusi tanya-jawab dan praktek langsung.

Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa tentang pentingnya mencuci tangan yang baik dan benar. Sebelum penyuluhan, banyak siswa yang belum sepenuhnya memahami cara yang tepat untuk mencuci tangan. Namun, setelah diberikan materi dan praktik langsung, siswa dapat menjelaskan langkah-langkah mencuci tangan yang benar dengan baik.

Kegiatan ini juga berhasil membangkitkan kesadaran siswa tentang pentingnya PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Poster yang diberikan selama penyuluhan berfungsi sebagai pengingat visual yang efektif, dan siswa menunjukkan antusiasme selama sesi praktik mencuci tangan.

Dengan hasil ini, diharapkan siswa dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari dan mampu menjadi agen perubahan di lingkungan mereka.



Gambar 1. Proses pelaksanaan penyuluhan PHBS

## SIMPULAN

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dilaksanakan di SD 59 Garotin berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa kelas 6 mengenai pentingnya menjaga kesehatan, khususnya dalam praktik mencuci tangan yang baik dan benar. Metode yang digunakan, yaitu ceramah, diskusi, dan praktik langsung, terbukti efektif dalam mengedukasi siswa tentang PHBS. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam membentuk kebiasaan hidup sehat bagi anak-anak dan mendorong mereka menjadi agen perubahan di lingkungan sekitar. Rekomendasi untuk penelitian

selanjutnya adalah melanjutkan penyuluhan serupa di sekolah-sekolah lain untuk memperluas dampak positif dari program ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini. Tentunya kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik karena tidak terlepas dari dukungan dan kontribusi dari berbagai pihak, atas bantuan serta usaha kerja keras Penulis sekalian, pembimbing dan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare. Tak lupa juga banyak terimakasih kepada seluruh pihak-pihak yang telah membantu, aparat desa, kader kesehatan yang ada di Desa Batu Noni.

## DAFTAR PUSTAKA

- Farida Nabilah, dkk. 2024. Penyuluhan Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada SD/MI Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesadaran Siswa-Siswi Di Desa Pasinan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*. 2(2): 194-212
- Kimsen, Kimsen. 2023. "Penyuluhan Praktek Cuci Tangan Menggunakan Sabun Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Desa Sukamantri Tangerang Counseling on the Practice of Hand Washing Using Soap for State Elementary School Students 01 , Sukamantri Village , Tangerang Regency." 1(3).
- Rini, Z. R., K. Y. Purwanti, and J. Minardo. 2022. "Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1:80–84.
- Wiwi Kustio Priliana, Teti Herlina. 2025. Perilaku hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar : "meningkatkan Kesadaran Dan Penerapan Phbs Untuk Kesehatan Siswa". *Jurnal AbdimasPamenang -JAP*. 3(1): 61-64
- Zuliyanti, Nurma Ika, and Fajar Rachmawati. 2020. "Pengaruh Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Terhadap Praktik Cuci Tangan 6 Langkah Menggunakan Media Video Siswa SD N 2 Pangenrejo Purworejo." *Jurnal Komunikasi Kesehatan Vol.XI No.1 Tahun 2020* (1):1–14.