

Penguatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat melalui Penyuluhan pada Siswa SD Negeri 2 Selaganggeng Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga

Undri Rastuti¹, Asy Syifa Shofiyah², Pelita Tahapti³, Kevin Farih Sandika⁴, Syafi Millatal Haqqi⁵, Soca Allan Rizal⁶, Athifa Nayla Nafisa Riawan⁷, Kezia Rastya Mitzi Lael Muskitta⁸, Febian Abiysa Putra⁹, Muhammad Zulva Naufan¹⁰, Shinta Nur Hastuti¹¹, Nida Fadilah Febrianti¹², Yulia Damayanti¹³

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13} Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Undri Rastuti

E-mail: undri.rastuti@unsoed.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Pemberdayaan kesehatan merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kesadaran dan kemampuan hidup sehat demi terwujudnya derajat kesehatan masyarakat yang optimal. Edukasi mengenai perilaku hidup bersih sehat terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku higienis masyarakat, termasuk di kalangan anak usia sekolah dasar. Anak-anak mampu mempraktikkan perilaku cuci tangan dan menyikat gigi dengan benar setelah mendapatkan penyuluhan. Oleh karena itu, intervensi edukatif dalam bentuk penyuluhan PHBS, khususnya pada jenjang sekolah dasar, penting dilakukan sebagai bagian dari strategi pemberdayaan masyarakat dalam menjaga kebersihan lingkungan dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Tujuan: Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran dalam menjaga kesehatan melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Metode: Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah menggunakan media layar proyektor. Hasil: Penyuluhan telah terlaksana dengan jumlah peserta sesuai target, materi tersampaikan dengan baik, dan siswa turut berpartisipasi aktif dalam kegiatan penyuluhan.

Kata kunci – penyuluhan, PHBS, pengabdian masyarakat, sekolah dasar, pendidikan kesehatan

Abstract

Background: Health empowerment is essential for increasing awareness and the capacity to adopt healthy lifestyles, thereby improving public health outcomes. Education on Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS) effectively enhances knowledge and hygienic practices among communities, including elementary school children. After receiving educational interventions, children have been shown to correctly perform handwashing and tooth brushing. Thus, implementing PHBS counseling at the elementary school level is a crucial strategy for community empowerment, promoting environmental cleanliness and raising overall health status. Objective: This study aims to improve knowledge and awareness regarding health maintenance through the application of clean and healthy living behaviors among elementary school students. Method: The intervention consisted of counseling sessions delivered through lectures supported by projector media. The sessions focused on key aspects of PHBS, including personal hygiene and environmental cleanliness. Results: The counseling was successfully conducted with the targeted number of participants. The educational materials were effectively communicated, and the students actively engaged in the sessions. Post-counseling observations indicated an increase in students' understanding and motivation to practice PHBS behaviors.

Keywords – counseling, PHBS, community empowerment, elementary school, health education

PENDAHULUAN

Aspek pembangunan nasional merupakan aspek penting dalam pembangunan nasional yang berkelanjutan, salah satunya adalah kesehatan masyarakat. Berbagai tantangan masih menjadi perhatian utama, terutama di Indonesia. Rendahnya tingkat kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan, ketidakmerataan akses layanan kesehatan, serta kondisi lingkungan yang tidak sehat di pemukiman kumuh. (Mitra, 2012). Salah satu upaya untuk mengatasi kesehatan masyarakat adalah dengan menerapkan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS bertujuan agar setiap orang dapat tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat dengan menciptakan suatu kondisi yang nyaman bagi perorangan dan keluarga. Selain itu, PHBS bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan terkait cara menerapkan hidup sehat dalam rangka meningkatkan kesehatan masyarakat. (Hartaty & Menga, 2022).

Persentase penerapan PHBS di Indonesia meningkat sebesar 82,30%, dan persentase ini sudah melewati target yang telah diterapkan oleh Renstra 2019 sebesar 80%. Dari perhitungan perprovinsi, provinsi Jawa Barat telah mendapatkan persentase penerapan PHBS sebesar 72,73%. Kabupaten/kota di 18 provinsi telah seluruhnya memiliki kebijakan PHBS sedangkan provinsi dengan persentase terendah yaitu Papua (10,34%), Nusa Tenggara Timur (27,27%), dan Papua Barat (38,46%). Pelaksanakan PHBS di wilayah kerja UPTD Puskesmas Cigayam pada tahun 2022 sebanyak 71,27%. Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dikembangkan berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011. Di dalam pedoman ini ada beberapa tatanan yang mengatur upaya peningkatan PHBS, diantaranya yaitu: tatanan rumah tangga, tatanan institusi kesehatan, tatanan tempat-tempat umum, tatanan tempat kerja, dan tatanan instusi pendidikan. (Rianto, 2023).

Derajat kesehatan masyarakat di Indonesia menurut buku pedoman Permenkes pembinaan PHBS pada hakikatnya masih belum optimal. Pemberdayaan kesehatan merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kesadaran dan kemampuan hidup sehat demi terwujudnya derajat kesehatan masyarakat yang optimal. Edukasi mengenai perilaku hidup bersih sehat terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku higienis masyarakat, termasuk di kalangan anak usia sekolah dasar (Hulu et al., 2020). Anak-anak mampu mempraktikkan perilaku cuci tangan karena kebiasaan mencuci dengan benar sering diabaikan padahal tindakan ini terbukti efektif dalam mencegah penyebaran kuman yang dapat menyebabkan berbagai penyakit (Sutjiato et al., 2025). Selain praktik cuci tangan, anak-anak juga perlu mendapatkan edukasi terkait kesehatan gigi dan mulut sejak dini. Hal ini dikarenakan perubahan gigi susu menjadi permanen dimulai pada saat anak-anak berusia di Sekolah Dasar (SD) (Chrismilasari et al., 2019). Oleh karena itu, intervensi edukatif dalam bentuk penyuluhan PHBS, khususnya pada jenjang sekolah dasar, penting dilakukan sebagai bagian dari strategi pemberdayaan masyarakat dalam menjaga kebersihan lingkungan dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. (Suprpto & Arda, 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan PHBS di SDN 2 Selaganggang, Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga. Upaya ini dilakukan untuk mencegah penularan penyakit melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekitar. Pemerintah mendukung program PHBS sebagai langkah meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan. Penerapan PHBS mencakup berbagai aspek, seperti penggunaan air bersih, cuci tangan pakai sabun, penggunaan jamban sehat, pemberantasan jentik nyamuk, konsumsi makanan bergizi, aktivitas fisik rutin, serta menghindari rokok (Iman, 2024).

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan koordinasi dengan pemerintah desa dan sekolah untuk menentukan topik, waktu, serta tempat pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan. Dalam upaya menysasar seluruh siswa SD Negeri 2 Selaganggang, topik yang diambil adalah mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan telah disetujui oleh pemerintah desa

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



dan sekolah.

Pengabdian dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dengan metode ceramah, tanya jawab, dan praktik keterampilan. Penggunaan metode ceramah yang dilanjutkan dengan tanya jawab terbukti mampu merubah pola pikir siswa tentang pentingnya menerapkan PHBS baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah (Sugiritama et al., 2021). Ceramah disampaikan oleh Bidan Desa, perwakilan pemerintah desa, dan tim KKN dari Universitas Jenderal Soedirman (Unsoed). Setelah penyampaian materi dilanjutkan dengan praktik dan sesi tanya jawab atau diskusi serta diakhiri dengan dokumentasi. Penggunaan metode tersebut diharapkan suasana penyuluhan lebih meriah, aktif, serta mudah dipahami oleh peserta.

Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus 2025 dengan menyesuaikan jadwal sekolah yang dilaksanakan di Aula Balai Desa Selaganggeng, yang dihadiri oleh 116 siswa SD Negeri 2 Selaganggeng. Kegiatan ini didukung oleh Pemerintah Desa Selaganggeng dengan pembagian *jobdesk* yang jelas supaya acara berjalan dengan lancar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan PHBS dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus 2025 di Aula Balai Desa Selaganggeng yang dihadiri sebanyak 116 siswa SD Negeri 2 Selaganggeng sebanyak 116 peserta. Tujuan dilaksanakannya pengabdian adalah untuk meningkatkan kesadaran, pemahaman, dan keterampilan siswa SD Negeri 2 Selaganggeng dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

Penggunaan metode ceramah interaktif, sesi diskusi, serta praktik keterampilan disambut baik oleh seluruh peserta. Materi penyuluhan difokuskan pada pemahaman serta penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah. PHBS di lingkungan sekolah menjadi tanggung jawab seluruh elemen yang ada di sekolah, salah satunya adalah guru. Kepala sekolah memiliki peran untuk memengaruhi siswa dalam bertindak, mengawasi, serta menggerakkan siswa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat yang sudah dijalankan (Anisa & Ramadan, 2021). Guru berperan sebagai teladan dalam memberikan contoh serta mengedukasi seluruh siswa supaya siswa dapat ikut menerapkan PHBS karena anak usia 6 sampai 12 tahun sangat membutuhkan bimbingan untuk menentukan hal yang benar dan salah (Aminah et al., 2021). Penyuluhan PHBS dilaksanakan dalam upaya untuk membantu guru serta sekolah dalam mencerdaskan siswa SD Negeri 2 Selaganggeng mengenai PHBS.

Penyuluhan diawali dengan penyampaian materi oleh Bidan Desa mengenai pengertian, tujuan, manfaat, dan sasaran PHBS, serta indikator PHBS pada institusi pendidikan. Setelah itu, perwakilan perangkat desa melanjutkan dengan pendalaman materi melalui sesi tanya jawab untuk memperjelas informasi yang telah disampaikan. Suasana kemudian dibuat lebih santai melalui kegiatan *ice breaking* dengan pemutaran video menarik seperti video animasi cuci tangan pakai sabun. Selanjutnya, materi dilanjutkan oleh mahasiswa KKN dengan judul "Ayo Hidup Bersih Sehat" yang membahas secara rinci mengenai pengetahuan, contoh PHBS di rumah dan sekolah, langkah-langkah mencuci tangan pakai sabun, teknik menyikat gigi yang benar, fungsi dari gigi dan cara menjaga agar gigi tetap sehat diselingi sesi tanya jawab interaktif kepada anak-anak untuk memastikan pemahaman mereka. Setelah seluruh materi selesai, kegiatan diakhiri dengan sesi pembagian hadiah sebagai bentuk apresiasi, lalu ditutup dengan sesi foto bersama.

Kegiatan penyuluhan terlaksana dengan lancar dan sesuai target, meliputi jumlah peserta yaitu sebanyak 116 siswa yang terlibat dan turut aktif dalam kegiatan. Antusias siswa dapat terlihat dalam menanggapi pertanyaan pemateri dan turut berpartisipasi dalam mempraktikkan cuci tangan pakai sabun dan sikat gigi. Kegiatan ini tidak hanya disambut baik oleh siswa, namun turut disambut dan didukung dengan baik oleh Pemerintah Desa Selaganggeng dan Kepala Sekolah SDN 2 Selaganggeng sehingga kegiatan penyuluhan dapat berjalan dengan baik.

Tabel 1.
Susunan Kegiatan

No	Susunan Acara	Kegiatan		Waktu
		Penyuluhan	Peserta	
1	Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. Perkenalan 3. Menyanyikan Lagu Indonesia Raya 4. Sambutan 5. Penyampaian materi penyuluhan oleh bidan desa, perwakilan pemerintah desa, dan mahasiswa KKN 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Menyimak perkenalan 3. Berdiri dan menyanyikan Lagu Indonesia Raya 4. Mendengarkan dan menyimak sambutan 5. Mendengarkan dan memperhatikan, serta memberikan tanggapan 	20 Menit
2	Isi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan mengenai pengertian, tujuan, manfaat, dan sasaran PHBS 2. Menjelaskan indikator PHBS pada institusi pendidikan dan penerapannya 3. Menjelaskan contoh PHBS di sekolah dan di rumah 4. Menjelaskan pentingnya PHBS 5. <i>Ice breaking</i> dengan mengenalkan dan mempraktikkan tepuk cuci tangan pakai sabun (CTPS) dan cara gosok gigi yang benar 6. Menjelaskan langkah CTPS yang benar 7. Menjelaskan fungsi gigi, musuh gigi, dan dampak gigi yang rusak akibat tidak gosok gigi 8. Menjelaskan cara gosok gigi yang benar 9. Praktik CTPS dan gosok gigi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mendengarkan dan memperhatikan materi dengan baik, mencatat materi yang disampaikan, serta memberikan tanggapan atas pertanyaan yang disampaikan oleh pemateri 2. Mempraktikkan tepuk CTPS dan gosok gigi 3. Melakukan praktik CTPS dan gosok gigi 	100 menit
3	Evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mempersilakan peserta mengajukan pertanyaan 2. Menjawab dan menjelaskan atas pertanyaan yang 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta bertanya 2. Peserta mengetahui dan memahami PHBS, serta dapat mempraktikkannya 	30 menit

		<p>diajukan oleh peserta secara rinci</p> <p>3. Memberikan <i>doorprize</i> bagi peserta yang aktif selama penyuluhan</p>	<p>dalam kehidupan sehari-hari</p> <p>3. Menerima <i>doorprize</i></p>	
4	Penutup	<p>1. Menyimpulkan hasil penyuluhan</p> <p>2. Mendokumentasikan acara dengan melakukan foto bersama</p> <p>3. Menutup kegiatan penyuluhan</p> <p>4. Memberi salam penutup</p>	<p>1. Menanggapi dan menyimak</p> <p>2. Foto bersama</p> <p>3. Menjawab salam</p>	15 menit



Gambar 1.

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa SDN 2 Selaganggeng



Gambar 2.

Sesi Tanya dan Jawab pada SDN 2 Selaganggeng



Gambar 3.

Praktik Gosok Gigi kepada Siswa SDN 2 Selaganggeng

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada siswa SDN 2 Selaganggeng, Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga telah terlaksana dengan lancar sesuai dengan perencanaan awal. Peserta, yaitu para siswa, menunjukkan antusiasme tinggi dan mampu memahami materi yang disampaikan. Kegiatan ini juga mendapat sambutan positif dari pihak sekolah dan pemerintah desa setempat.

Berdasarkan hasil kegiatan tersebut, disarankan agar tenaga kesehatan wilayah setempat dapat melanjutkan edukasi PHBS secara berkala di lingkungan sekolah, serta mendorong pembentukan kader kesehatan sekolah guna menjaga keberlanjutan pembiasaan hidup bersih dan sehat sejak usia dini. Saran kegiatan yang dapat dilakukan selanjutnya yaitu pihak sekolah dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk mengadakan program rutin yang mendukung penerapan perilaku hidup bersih dan sehat bagi siswa, adapun monitoring dan evaluasi perlu dilakukan secara berkala oleh pihak sekolah bersama dengan tenaga kesehatan untuk menilai efektivitas program sehingga dapat memberikan langkah konkrit selanjutnya dalam mendorong perilaku hidup bersih dan sehat bagi siswa SDN 2 Selaganggeng.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada perangkat desa, narasumber, kepala sekolah SD Negeri 02 Selaganggeng, serta seluruh siswa yang telah berpartisipasi aktif dan mendukung pelaksanaan kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., Wibisana, E., Huliaturunisa, Y., & Magdalena, I. (2021). Usaha Kesehatan Sekolah (Uks) Untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) SISWA Sekolah Dasar. *Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 6(1).
- Anisa, N., & Ramadhan, Z. H. (2021). Peran Kepala Sekolah dan Guru dalam Menumbuhkan Perilaku Hidup Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5, 2263–2269. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i4.1196>
- Chrismilasari, L. A., Gabrilinda, Y., & Martini, M. (2019). Penyuluhan Menggosok Gigi Pada Anak Sekolah Dasar Teluk Dalam Ii Banjarmasin. In *JSIM* (Vol. 1, Issue 2).

- Hartaty, H., & Menga, M. K. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Abdimas Polsaka*, 1, 16–21. <https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v1i1.7>
- Hulu, V. T., Pane, H. W., Zuhriyatun, T. F., Munthe, S. A., Salman, S. H., Sulfianti, W. H., Sianturi, H. E., Pattola, & Mustar. (2020). *Promosi Kesehatan Masyarakat*.
- Iman, D. P. (2024). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TKIT*.
- Peraturan Menteri Kesehatan. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/Menkes/Per/Xi/2011 Tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat*. www.djpp.kemhenkumham.go.id
- Rianto, A. A. (2023). Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Anestesi*, 1(4), 356–362. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i4.796>
- I. W. Sugiritama, I. G. N. S. Wiryawan, I. G. A. D. Ratnayanthi, I. G. K. K. Arijana, N. M. Linawati, & I. A. I. Wahyuniari. (2021). Pengembangan Pola Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Sekolah Melalui Metode Penyuluhan. In *Jl. P. B Sudirman Denpasar* (Vol. 80112).
- Suprpto, S., & Arda, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(2), 77–87. <https://doi.org/10.25311/jpkk.vol1.iss2.957>
- Sutjiato, M., Mong, T., & Lontoh, E. (2025). Tranfer Knowledge Melalui Penyuluhan Tentang Langkah-Langkah Menyuci Tangan yang Benar Pada Siswa-Siswi SD Gemim I Kembes II. *KOMET: Kolaborasi Masyarakat Berbasis Teknologi*, 1(3).
- Mitra, M. (2012). *(Masih) Masalah Kesehatan Masyarakat di Indonesia*.