

## **Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Anak di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA)**

**Witri Pratiwi<sup>1</sup>, Yogi Puji Rachmawan<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Fakultas Kedokteran, Universitas Swadaya Gunung Jati, Cirebon, Indonesia

Received : 24 Februari 2026, Revised : 2 Maret 2026, Published : 7 Maret 2026

### **Corresponding Author**

Nama Penulis: Witri Pratiwi

E-mail: [we3.borneo@gmail.com](mailto:we3.borneo@gmail.com)

### **Abstrak**

Praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan faktor penting dalam pencegahan berbagai masalah kesehatan, termasuk pada anak-anak yang tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan anak dalam menerapkan PHBS melalui penyuluhan interaktif. Kegiatan dilaksanakan di LKSA Al-Falah, Kota Cirebon, kepada 35 anak sebagai peserta. Metode yang digunakan meliputi bina suasana, penyuluhan interaktif melalui cerita dan poster, permainan edukatif, serta praktik langsung mencuci tangan pakai sabun yang diiringi lagu anak. Evaluasi dilakukan melalui observasi partisipasi dan kemampuan anak dalam mempraktikkan kembali langkah cuci tangan yang benar. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme yang tinggi dari peserta serta peningkatan pemahaman dan keterampilan praktis dalam menerapkan PHBS. Anak-anak mampu mempraktikkan langkah cuci tangan dengan benar setelah penyuluhan. Secara keseluruhan, penyuluhan PHBS berbasis edukasi interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan anak dalam PHBS. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk membangun kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini.

**Kata kunci** – edukasi kesehatan, kesehatan anak, penyuluhan kesehatan, PHBS, perilaku hidup bersih dan sehat

### **Abstract**

The practice of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) plays an important role in preventing various health problems, particularly among children living in Child Social Welfare Institutions (LKSA). This community service activity aimed to improve children's understanding and skills in implementing PHBS through interactive health education. The program was conducted at LKSA Al-Falah, Cirebon City, involving 35 children as participants. The methods included rapport-building activities, interactive education using storytelling and posters, educational games, and direct handwashing practice with soap accompanied by children's songs. Evaluation was carried out through observation of participation and the children's ability to correctly demonstrate proper handwashing steps. The results showed high enthusiasm among participants and improvement in their understanding and practical skills in implementing PHBS. The children were able to correctly perform handwashing steps after the session. Overall, interactive PHBS education was effective in enhancing children's knowledge and skills. Similar programs should be conducted sustainably to foster healthy habits from an early age.

**Keywords** – child health, health education, health promotion, clean and healthy living behavior, PHBS

**How To Cite** : Pratiwi, W., & Rachmawan, Y. P. (2026). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Anak di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa, 4(1), 46 - 50. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v4i1.4160>

**Copyright** ©2026 Witri Pratiwi, Yogi Puji Rachmawan

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

## **PENDAHULUAN**

Masalah kesehatan masyarakat tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis dan lingkungan, tetapi juga sangat erat kaitannya dengan perilaku individu dan kelompok. Berbagai penyakit infeksi maupun gangguan kesehatan kronis dapat dicegah melalui perubahan perilaku yang lebih sehat. Salah satu pendekatan utama dalam promosi dan pencegahan penyakit adalah penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yang mencakup kebiasaan menjaga kebersihan diri, mencuci tangan pakai sabun, mengelola lingkungan yang bersih, serta menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Penerapan PHBS secara konsisten dapat mencegah terjadinya berbagai masalah kesehatan, terutama pada penyakit berbasis sanitasi sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat (Pakpahan et al., 2021; Ulfadhilah, 2024).

Pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat sebaiknya dimulai sejak usia dini, karena masa anak-anak merupakan periode penting dalam pembentukan kebiasaan jangka panjang. Anak-anak cenderung lebih mudah menerima, meniru, dan menginternalisasi nilai serta kebiasaan yang diajarkan oleh lingkungan sekitarnya. Kebiasaan yang ditanamkan sejak kecil akan membentuk pola perilaku hingga dewasa dan berdampak positif terhadap status kesehatan di masa depan (Novika et al., 2023; Putri & Manihuruk, 2022).

Anak-anak yang tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) merupakan kelompok yang sangat membutuhkan edukasi PHBS. Lingkungan komunal dengan penggunaan fasilitas bersama, kepadatan hunian serta keterbatasan pengawasan individual meningkatkan risiko penularan penyakit apabila kebersihan diri dan lingkungan tidak terjaga dengan baik. Selain itu, keterbatasan akses terhadap edukasi kesehatan menjadikan anak-anak di LKSA rentan mengalami berbagai masalah kesehatan yang dapat mengganggu tumbuh kembang mereka (Fitri et al., 2025; Sarah et al., 2025; Siregar et al., 2025).

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan anak di LKSA dalam menerapkan PHBS sebagai upaya pencegahan berbagai masalah kesehatan. Melalui kegiatan edukasi ini diharapkan terbentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat yang berkelanjutan sehingga dapat mendukung terciptanya lingkungan LKSA yang lebih sehat serta meningkatkan kualitas hidup anak secara keseluruhan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di LKSA Al-Falah, Kota Cirebon. Sasaran pada kegiatan ini adalah anak-anak yang tinggal di LKSA, yaitu sebanyak 35 anak. Kegiatan penyuluhan menggunakan pendekatan edukasi interaktif yang menekankan keterlibatan aktif peserta dalam setiap tahapan. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati (FK UGJ) yang tergabung dalam Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM), dengan pendampingan dan supervisi oleh dosen Fakultas Kedokteran. Pendampingan ini bertujuan untuk memastikan materi edukasi disampaikan secara tepat, menarik, dan sesuai dengan prinsip kesehatan.

Kegiatan bina suasana dilakukan sebelum penyampaian materi inti untuk menciptakan lingkungan yang nyaman, ceria, dan tidak menegangkan. Anak-anak diajak berinteraksi melalui permainan ringan dan komunikasi santai agar tercipta kedekatan antara fasilitator dan peserta, sehingga meningkatkan kesiapan anak dalam menerima materi penyuluhan. Materi PHBS disampaikan secara interaktif melalui metode bercerita, tanya jawab, diskusi sederhana, serta penggunaan media poster bergambar sebagai alat bantu visual. Penyampaian dilakukan dengan bahasa yang sederhana dan disesuaikan dengan usia peserta, sehingga memudahkan pemahaman. Interaksi dua arah menjadi fokus utama agar anak tidak hanya menerima informasi, tetapi juga terlibat aktif dalam proses kegiatan.

Pada bagian akhir penyuluhan dilakukan praktik mencuci tangan sebagai bagian penting dari PHBS. Peserta diberikan sabun dan *hand sanitizer*, kemudian bersama-sama mempraktikkan langkah-langkah cuci tangan yang benar sambil diiringi lagu anak bertema kebersihan tangan. Beberapa anak diminta menjadi *volunteer* untuk mempraktikkan ulang di depan peserta lain sebagai bentuk evaluasi pemahaman. Untuk meningkatkan antusiasme dan memperkuat pemahaman peserta, kegiatan dilengkapi dengan yel-yel tentang pentingnya PHBS serta permainan edukatif yang berkaitan dengan materi penyuluhan. Pada akhir kegiatan, peserta menerima kenang-kenangan sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi aktif mereka selama kegiatan berlangsung.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan PHBS di LKSA Al-Falah, Kota Cirebon berlangsung dengan lancar dan mendapatkan respons yang sangat positif dari seluruh peserta. Sebanyak 35 anak mengikuti kegiatan secara aktif sejak awal hingga akhir. Suasana kegiatan berlangsung ceria, interaktif, dan kondusif. Hal ini tercermin dari tingginya partisipasi anak dalam diskusi, permainan edukatif, serta praktik langsung yang dilakukan bersama fasilitator.

Pada tahap awal kegiatan bina suasana, anak-anak tampak antusias dan cepat beradaptasi dengan fasilitator. Pendekatan santai dan menyenangkan membantu menciptakan suasana yang tidak menegangkan, sehingga peserta merasa nyaman untuk berinteraksi dan bertanya. Selama penyuluhan berlangsung, anak-anak aktif menjawab pertanyaan, mengikuti cerita yang disampaikan, serta terlibat dalam diskusi sederhana mengenai kebiasaan sehari-hari terkait kebersihan diri dan lingkungan.



Gambar 1.

Bina Suasana Sebelum Penyampaian Materi Inti dan Penyampaian Materi Secara Interaktif

Penggunaan poster bergambar dan metode bercerita terbukti efektif menarik perhatian peserta. Anak-anak lebih mudah memahami materi PHBS, khususnya mengenai pentingnya mencuci tangan, menjaga kebersihan tubuh, serta membuang sampah pada tempatnya. Antusiasme peserta juga terlihat saat sesi yel-yel dan permainan edukatif yang memperkuat pesan kesehatan dengan cara menyenangkan.

Salah satu hasil utama kegiatan ini adalah meningkatnya pemahaman anak mengenai praktik PHBS, terutama cuci tangan pakai sabun. Setelah penyuluhan, seluruh peserta mampu mengikuti dan mempraktikkan langkah-langkah cuci tangan yang benar secara berurutan. Beberapa anak yang diminta menjadi *volunteer* di depan peserta lain juga dapat mempraktikkan dengan tepat tanpa bantuan fasilitator, menunjukkan bahwa materi telah dipahami dengan baik. Praktik yang diiringi lagu anak terbukti membantu anak mengingat urutan langkah mencuci tangan dengan lebih mudah.



Gambar 2.  
Praktik Cuci Tangan

Metode edukasi interaktif yang digunakan dalam kegiatan ini menunjukkan efektivitas yang baik dalam meningkatkan keterlibatan dan pemahaman peserta. Interaksi dua arah, praktik langsung, serta penggunaan media visual mampu menjadikan materi kesehatan lebih mudah dipahami oleh anak-anak. Hasil ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa pendekatan partisipatif lebih efektif dibandingkan metode ceramah satu arah dalam membentuk perilaku sehat pada anak (Burhanuddin et al., 2023; Syafir et al., 2025). Kegiatan permainan edukatif dan yel-yel kesehatan turut memperkuat pesan PHBS serta menjaga motivasi belajar peserta. Anak-anak tidak hanya menerima informasi, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai kebersihan melalui aktivitas yang menyenangkan.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa anak-anak di LKSA sangat responsif terhadap edukasi PHBS yang disampaikan secara kreatif dan interaktif. Lingkungan asrama dengan aktivitas bersama memberikan peluang besar untuk membentuk kebiasaan sehat secara kolektif. Apabila edukasi serupa dilakukan secara rutin dan didukung oleh pengasuh LKSA, maka pembiasaan PHBS dapat menjadi budaya sehari-hari yang berdampak positif terhadap kesehatan anak. Secara keseluruhan, penyuluhan PHBS ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan praktis anak, tetapi juga membangun kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Pendekatan edukasi interaktif efektif untuk diterapkan sebagai model promosi kesehatan berkelanjutan di lingkungan LKSA (Saputra & Fatrida, 2020).

## KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan PHBS di LKSA Al-Falah, Kota Cirebon dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan anak dalam menerapkan PHBS, khususnya praktik mencuci tangan yang benar. Pendekatan edukasi interaktif melalui cerita, media visual, permainan edukatif, dan praktik langsung mampu meningkatkan partisipasi serta antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung. Metode pembelajaran yang menyenangkan dan partisipatif memudahkan anak memahami materi kesehatan dan mendorong penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Disarankan agar edukasi PHBS dapat dilakukan secara rutin dan disertai penyediaan sarana kebersihan untuk memperkuat praktik PHBS secara berkelanjutan. Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya dapat berupa pelatihan kader kesehatan anak (*peer educator* PHBS), pelatihan pengasuh LKSA sebagai *role model* dan pengawas paraktik PHBS, serta skrining kesehatan dasar di lingkungan LKSA.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pengelola dan anak-anak LKSA Al-Falah, Kota Cirebon, atas partisipasi dan kerjasamanya selama pelaksanaan kegiatan. Semoga kegiatan pengabdian

kepada masyarakat ini memberikan manfaat berkelanjutan dalam pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan LKSA.

## DAFTAR PUSTAKA

- Burhanuddin, B., Karta, I. W., & Bekti, H. S. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dengan Media Edukomik Dalam Upaya Meningkatkan Budaya Hidup Sehat Pada Anak Asuh Rumah Bali Caring Community Desa Besakih, Kabupaten Karangasem. *Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat*, 5(2). <https://doi.org/10.33992/ms.v4i1.1709>
- Fitri, N. K., Aulia, D., Utami, N. D., & Hutagalung, N. (2025). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Panti Asuhan. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 8(2). <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>
- Novika, N., Sayati, D., & Murni, N. S. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan PHBS. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, 7(2), 70–76. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v7i2.370>
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Tasnim, T., & Mustar, M. (2021). *Promosi Kesehatan & Perilaku Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis. [https://repositori.uin-alauddin.ac.id/19791/1/2021\\_Book%20Chapter\\_Promosi%20Kesehatan%20dan%20Perilaku%20Kesehatan.pdf](https://repositori.uin-alauddin.ac.id/19791/1/2021_Book%20Chapter_Promosi%20Kesehatan%20dan%20Perilaku%20Kesehatan.pdf)
- Putri, P. M., & Manihuruk, J. F. (2022). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Panti Asuhan Solaya (PASO). *Abdisoshum Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial Dan Humaniora*, 1(2). <https://journal.literasisains.id/index.php/abdisoshum/article/view/553/402>
- Saputra, A., & Fatrida, D. (2020). Edukasi Kesehatan Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Berbasis Audiovisual di Panti Asuhan Al-Mukhtariyah Palembang. *Khidmah Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2). <https://khidmah.ikestmp.ac.id/index.php/khidmah/article/view/314/269>
- Sarah, F., Nomeni, E. Y., Meha, I. N. M., Toga, N. R. K., Diah, S. P. A., Takaeb, A. E. L., Marni, M., & Hinga, I. T. (2025). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Anak di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka, Kupang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(5), 1889–1896. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v3i5.2585>
- Siregar, A. Z., Salsabil, M. A., Zahra, M. M., Zebua, S. M., Jevera, K., & Samosir, N. (2025). Peningkatan pengetahuan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) anak-anak panti asuhan Ashabul Kahfi Deli Serdang melalui pendidikan kesehatan berbasis audiovisual. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 1–4. <https://doi.org/10.29303/indra.v6i1.384>
- Syafir, M. I., Saleh, M. Sahib, Saleh, Muh. Syahrul, Muslim, M., & Syamsuriah, S. (2025). Metode Partisipatif dalam Meningkatkan Taraf Kesehatan Masyarakat. *Healthsense: Journal of Public Health Perspective*, 2(1). <https://journal.innawaparaedu.com/healthsense/article/view/287/247>
- Ulfadhilah, K. (2024). Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah PAUD. *Jurnal Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 2(1), 11–20.