

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tatanan Rumah Tangga

Tuti Haryanti¹, Aprilia Wahyuning Fitri²

^{1,2} Prodi PAUD, Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen, Indonesia

Received : 19 Agustus 2026, Revised : 30 Agustus 2026, Published : 9 September 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Tuti Haryanti

E-mail: tutiharyanti32@gmail.com

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga merupakan upaya meningkatkan kesehatan masyarakat melalui penerapan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Mendelem, Kecamatan Belik, Kabupaten Pemalang, melalui observasi, penyuluhan, diskusi, demonstrasi, dan pendampingan. Materi meliputi pengertian PHBS, indikator PHBS rumah tangga, manfaat, serta penerapannya dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya PHBS, seperti mencuci tangan dengan sabun, menggunakan air bersih, menjaga kebersihan rumah dan lingkungan, serta menerapkan pola hidup sehat. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan partisipasi masyarakat dalam menjaga kesehatan diri, keluarga, dan lingkungan secara berkelanjutan.

Kata kunci - edukasi, kesehatan masyarakat, PHBS, rumah tangga, Desa Mendelem

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in households is an important effort to improve community health through the implementation of healthy behaviors in daily life. This activity was conducted in Mendelem Village, Belik District, Pemalang Regency, through education and community empowerment to increase awareness of PHBS, including maintaining environmental cleanliness, using clean water, washing hands with soap, and maintaining household hygiene. The activities were carried out through observation, counseling, discussion, demonstrations, and community assistance. The results showed increased community knowledge and awareness of the importance of PHBS, as well as enthusiasm in participating in the activities. Thus, PHBS education can contribute to improving community participation in maintaining personal, family, and environmental health.

Keywords - community health, education, household, Mendelem Village, PHBS

How To Cite : Haryanti, T., & Fitri, A. W. (2026). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tatanan Rumah Tangga. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 4(7), 3574–3582. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v4i7.5026>

Copyright ©2026 Tuti Haryanti, Aprilia Wahyuning Fitri

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



PENDAHULUAN

Penerapan PHBS di tingkat rumah tangga memiliki berbagai manfaat, antara lain membantu Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya promotif dan preventif yang penting dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (K. Kurniawati et al., 2025). PHBS tidak hanya berkaitan dengan kebersihan diri, tetapi juga mencakup berbagai perilaku yang dilakukan secara sadar dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kesehatan individu, keluarga, dan lingkungan (Balqis, 2023). Penerapan PHBS pada tatanan rumah tangga menjadi sangat penting karena keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat (Nasution, 2020). Kebiasaan yang dibangun di lingkungan keluarga sejak dini akan berpengaruh terhadap pola perilaku anggota keluarga dalam menjaga kesehatan serta dapat menjadi dasar terbentuknya perilaku hidup sehat di lingkungan masyarakat (Sulistiyorini et al., 2025).

Penerapan PHBS di tingkat rumah tangga memiliki berbagai manfaat, antara lain membantu mencegah penyakit, meningkatkan kesadaran keluarga terhadap kesehatan, menciptakan lingkungan rumah yang lebih bersih dan sehat, serta mendukung tumbuh kembang anak PHBS juga dapat membantu keluarga mengenali dan mencegah berbagai risiko kesehatan sejak dini (Triana, 2025). Dengan kebiasaan hidup bersih dan sehat yang dilakukan secara konsisten, keluarga diharapkan mampu menjadi lingkungan pertama yang mendukung terciptanya masyarakat yang sehat (Rahmawati et al., 2026). Oleh karena itu, penerapan PHBS perlu dipandang bukan hanya sebagai aktivitas menjaga kebersihan, tetapi sebagai bagian dari budaya dan gaya hidup keluarga yang dilakukan secara berkelanjutan (Trisnamansyah & Putri, 2025).

Keluarga memiliki peran strategis dalam membentuk kebiasaan hidup sehat, terutama pada anak usia dini (Anggraini, 2025). Anak belajar melalui proses meniru perilaku yang dilakukan oleh orang-orang di lingkungan terdekatnya (Fitri & Safitri, 2022). Kebiasaan sederhana seperti mencuci tangan menggunakan sabun, menjaga kebersihan makanan dan minuman, membuang sampah pada tempatnya, membersihkan lingkungan rumah, menggunakan jamban yang sehat, serta menjaga kebersihan diri perlu diperkenalkan dan dibiasakan melalui contoh nyata dari orang tua maupun anggota keluarga lainnya (Gebrillia, 2025). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan dan kesadaran orang tua mengenai PHBS diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap pembentukan perilaku sehat seluruh anggota keluarga (Wati & Ridlo, 2020).

Desa Mendelem, Kecamatan Belik, Kabupaten Pematang, masih menghadapi beberapa permasalahan dalam penerapan PHBS pada tingkat rumah tangga. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara selama kegiatan KKN, masih ditemukan warga yang belum terbiasa mencuci tangan menggunakan sabun, terutama sebelum makan dan setelah melakukan aktivitas di luar rumah. Pengelolaan sampah rumah tangga juga masih menjadi perhatian karena sebagian sampah masih dicampur dan langsung dibuang tanpa pemilahan. Di beberapa rumah, kebersihan lingkungan sekitar, seperti halaman dan tempat pembuangan sampah, belum selalu terjaga. Selain itu, sebagian warga belum terbiasa melakukan pemeriksaan dan pemberantasan jentik nyamuk secara rutin serta masih kurang memperhatikan kebersihan jamban dan penggunaan air bersih. Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa praktik PHBS di lingkungan rumah tangga belum dilakukan secara konsisten. Kondisi ini menjadi dasar dilaksanakannya edukasi PHBS agar masyarakat memperoleh pemahaman dan dapat membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Sebelum kegiatan pengabdian ini dilaksanakan, upaya menjaga kebersihan dan kesehatan di lingkungan masyarakat sudah dilakukan melalui kegiatan rutin warga dan penyampaian informasi secara sederhana. Namun, kegiatan tersebut belum dilakukan secara khusus dan berkelanjutan dalam bentuk edukasi PHBS pada tingkat rumah tangga. Penyampaian informasi juga masih lebih banyak dilakukan secara lisan sehingga belum semua warga memahami cara menerapkan PHBS dengan benar dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, belum banyak kegiatan yang menggabungkan penjelasan dengan praktik langsung dan diskusi berdasarkan kebiasaan yang dilakukan warga di rumah.

Kondisi tersebut menjadi alasan perlunya kegiatan edukasi PHBS di Desa Mendelem dengan

pendekatan yang lebih praktis dan partisipatif. Kegiatan tidak hanya memberikan materi mengenai PHBS, tetapi juga mengajak warga berdiskusi mengenai kebiasaan sehari-hari dan mempraktikkan beberapa perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat langsung diterapkan di rumah. Pendekatan ini diharapkan dapat membantu masyarakat tidak hanya memahami pentingnya PHBS, tetapi juga mulai membiasakannya dalam kehidupan sehari-hari..

Selain aspek kebersihan diri dan lingkungan, penerapan PHBS di rumah tangga juga memiliki keterkaitan dengan upaya pencegahan berbagai penyakit yang dapat ditularkan melalui lingkungan maupun perilaku sehari-hari. Lingkungan rumah yang tidak terjaga kebersihannya dapat menjadi tempat berkembangnya berbagai sumber penyakit. Oleh sebab itu, keluarga perlu memiliki kemampuan untuk mengenali faktor risiko kesehatan di lingkungan tempat tinggal dan melakukan tindakan pencegahan sederhana secara mandiri. Peningkatan kemampuan tersebut dapat dilakukan melalui pemberian informasi yang mudah dipahami, praktik langsung, serta pembiasaan perilaku sehat dalam kehidupan keluarga (Suprpto & Arda, 2021).

Edukasi PHBS juga penting dilakukan dengan pendekatan yang partisipatif sehingga masyarakat tidak hanya menerima informasi secara satu arah (Faizin, 2026). Kegiatan edukasi perlu memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk berdiskusi, mengidentifikasi permasalahan kesehatan yang dihadapi, serta mempraktikkan perilaku sehat yang dapat diterapkan di rumah (Moerad et al., 2019). Pendekatan tersebut diharapkan dapat meningkatkan rasa memiliki terhadap program dan mendorong masyarakat untuk menerapkan PHBS berdasarkan kondisi serta kebutuhan lingkungan (Rahman & La Patilaiya, 2018). Dengan demikian, kegiatan pengabdian tidak berhenti pada peningkatan pengetahuan, tetapi dapat diarahkan pada perubahan sikap dan keterampilan masyarakat dalam menjaga kesehatan keluarga.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan “Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tangga di Desa Mendelem” dilaksanakan sebagai salah satu program Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan masyarakat dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini diharapkan tidak hanya memberikan pemahaman secara teoritis mengenai pentingnya PHBS, tetapi juga mengajak masyarakat melakukan praktik sederhana yang dapat diterapkan secara konsisten dan berkelanjutan di lingkungan keluarga.

Melalui kegiatan edukasi ini, masyarakat diharapkan mampu memahami pentingnya PHBS, mengenali perilaku yang berisiko terhadap kesehatan, serta menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari. Pada akhirnya, peningkatan perilaku sehat pada tingkat rumah tangga diharapkan dapat menciptakan lingkungan keluarga yang lebih bersih, aman, dan nyaman serta berkontribusi terhadap peningkatan kualitas kesehatan masyarakat Desa Mendelem secara berkelanjutan.

METODE

Metode pelaksanaan Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif. dilaksanakan di Desa Mendelem, Kecamatan Belik, Kabupaten Pemalang pada 25 Juli 2026. Kegiatan diikuti oleh 10 warga, yang terdiri atas masyarakat usia dewasa dan perwakilan keluarga di lingkungan Desa Mendelem. Peserta dipilih karena terlibat langsung dalam aktivitas rumah tangga dan memiliki peran dalam menjaga kebersihan serta kesehatan keluarga. Kegiatan diawali dengan observasi lingkungan dan kondisi masyarakat untuk mengetahui kebiasaan serta permasalahan yang berkaitan dengan kebersihan dan kesehatan rumah tangga. Observasi dilakukan melalui pengamatan lingkungan dan komunikasi dengan perangkat Desa, kader kesehatan serta masyarakat. Hasil observasi tersebut digunakan sebagai dasar dalam menentukan materi dan bentuk kegiatan yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

Tahap selanjutnya adalah Sosialisasi dan penyuluhan mengenai PHBS tatanan rumah tangga. Materi yang diberikan meliputi pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun, penggunaan air

bersih, penggunaan jamban sehat, pengelolaan sampah, pemberantasan jentik nyamuk, konsumsi makanan bergizi, aktivitas fisik, serta pentingnya menjaga rumah bebas dari asap rokok. Penyampaian materi dilakukan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh masyarakat, serta didukung dengan media seperti poster, gambar dan leaflet.

Metode berikutnya adalah demonstrasi dan praktek langsung. Masyarakat diajak untuk mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan cara mencuci tangan pakai sabun dengan benar, melakukan pemeriksaan tempat-tempat yang berpotensi menjadi sarang nyamuk, serta memilah sampah rumah tangga. Kegiatan dilakukan secara interaktif agar masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga memiliki keterampilan, untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengetahui perubahan pemahaman masyarakat sebelum dan sesudah kegiatan. Evaluasi diberikan kepada 10 peserta dengan menggunakan 5 pertanyaan yang berkaitan dengan pemahaman PHBS, yaitu kesadaran menerapkan PHBS, pengelolaan sampah, kebersihan lingkungan, pengetahuan tentang PHBS, dan cara mencuci tangan dengan sabun. Setiap jawaban yang benar diberi skor 1, sedangkan jawaban yang salah diberi skor 0. Persentase pemahaman dihitung berdasarkan jumlah jawaban benar dibandingkan dengan jumlah seluruh pertanyaan, kemudian dikalikan 100%.

Hasil pre-test dan post-test digunakan untuk melihat perubahan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi dan praktik. Selain itu, evaluasi juga dilakukan melalui pengamatan terhadap keaktifan peserta selama diskusi dan praktik. Mahasiswa bersama kader kesehatan dan perangkat desa memberikan penguatan agar kebiasaan hidup bersih dan sehat dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tatanan rumah tangga di Desa Mendelem dilaksanakan sebagai bentuk upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat mengenai pentingnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu penyampaian materi, sosialisasi, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi praktik PHBS. Materi yang diberikan meliputi pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, penggunaan air bersih, kebersihan jamban, pengelolaan sampah rumah tangga, kebersihan lingkungan rumah, pemberantasan jentik nyamuk, konsumsi makanan bergizi, aktivitas fisik, serta upaya menjaga rumah bebas dari asap rokok.

Kegiatan berlangsung secara partisipatif. Masyarakat diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, mengidentifikasi kebiasaan yang telah dilakukan di rumah, serta mendiskusikan berbagai permasalahan yang berkaitan dengan kebersihan dan kesehatan keluarga. Pendekatan tersebut membuat kegiatan edukasi tidak hanya berorientasi pada penyampaian materi, tetapi juga mendorong masyarakat untuk memahami hubungan antara kebiasaan sehari-hari dengan kondisi kesehatan keluarga. Kegiatan edukasi PHBS dapat membantu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk mengetahui perubahan pemahaman masyarakat, dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah kegiatan melalui pre-test dan post-test. Pengukuran dilakukan menggunakan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan pemahaman masyarakat mengenai penerapan PHBS dalam tatanan rumah tangga. Hasil pengukuran dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Tingkat Pemahaman Masyarakat sebelum dan sesudah kegiatan

Indikator	Sebelum Kegiatan	Sesudah Kegiatan
Kesadaran menerapkan PHBS	30%	80%
Pengelolaan sampah	30%	70%
Memahami tentang kebersihan lingkungan	30%	70%
Memahami pengetahuan tentang PHBS	40%	80%
Memahami cara mencuci tangan dengan sabun	40%	80%

Berdasarkan Tabel 1, terlihat adanya peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat setelah kegiatan edukasi PHBS. Kesadaran menerapkan PHBS meningkat dari 30% menjadi 80%, pengelolaan sampah dari 30% menjadi 70%, pemahaman kebersihan lingkungan dari 30% menjadi 70%, pengetahuan tentang PHBS dari 40% menjadi 80%, serta pemahaman cara mencuci tangan dengan sabun dari 40% menjadi 80%. Secara keseluruhan, rata-rata pemahaman masyarakat meningkat dari 30% sebelum kegiatan menjadi 70% setelah kegiatan. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi melalui sosialisasi, diskusi, dan demonstrasi dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Penyampaian materi sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi PHBS memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan pemahaman masyarakat Desa Mendelem mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Peningkatan pemahaman tersebut menjadi salah satu indikator awal keberhasilan kegiatan karena pengetahuan merupakan dasar penting dalam membentuk kesadaran dan mendorong seseorang untuk melakukan perubahan perilaku. Masyarakat yang memiliki pemahaman yang baik mengenai manfaat PHBS diharapkan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengenali perilaku berisiko serta menentukan tindakan pencegahan yang dapat dilakukan di lingkungan keluarga.



Gambar 2. Foto bersama setelah kegiatan bersama masyarakat dan pemateri

Peningkatan pemahaman tidak terlepas dari metode yang digunakan dalam kegiatan. Penyampaian materi secara langsung disertai dengan diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi membuat informasi yang diberikan lebih mudah dipahami oleh masyarakat. Masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan secara teoritis, tetapi juga mendapatkan contoh mengenai bagaimana PHBS dapat diterapkan dalam aktivitas sehari-hari. Pendekatan partisipatif seperti ini penting dalam kegiatan pemberdayaan karena masyarakat diposisikan sebagai subjek yang terlibat aktif dalam proses pembelajaran, bukan hanya sebagai penerima informasi.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman peserta berbeda pada setiap indikator. Peningkatan terbesar terlihat pada kesadaran menerapkan PHBS dan pemahaman tentang kebersihan lingkungan, yang masing-masing meningkat sebesar kurang lebih 30%. Capaian ini diduga karena materi yang disampaikan berkaitan langsung dengan kondisi yang ditemui warga sehari-hari, sehingga lebih mudah dipahami dan diterapkan. Sementara itu, pengelolaan sampah, pengetahuan tentang PHBS, dan cara mencuci tangan meningkat sebesar 40%. Meskipun peningkatannya lebih rendah, hasil tersebut tetap menunjukkan adanya perubahan pemahaman setelah kegiatan.

Peningkatan tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh penyampaian materi, tetapi juga oleh metode diskusi dan praktik langsung. Pada saat praktik, peserta dapat melihat dan mencoba sendiri cara mencuci tangan serta membahas kebiasaan pengelolaan sampah dan kebersihan rumah yang selama ini dilakukan. Hal ini menjadi salah satu perbedaan dengan kegiatan sebelumnya yang lebih banyak memberikan informasi secara lisan, sehingga peserta belum memperoleh pengalaman langsung dalam menerapkan PHBS (Hammertha, 2026).. Temuan ini sejalan dengan Sarman et al., (2026) yang menunjukkan bahwa edukasi yang disertai pengalaman praktik dapat membantu peserta mengubah pengetahuan menjadi tindakan.

Meskipun demikian, peningkatan pemahaman belum dapat langsung diartikan sebagai perubahan perilaku yang menetap. Kebiasaan seperti memilah sampah, membersihkan lingkungan, atau mencuci tangan dengan benar membutuhkan pengulangan dan dukungan dari keluarga (Mukminan et al., 2024). Oleh karena itu, hasil kegiatan ini lebih menunjukkan perubahan pada tingkat pengetahuan dan kesadaran awal. Pendampingan lanjutan oleh kader kesehatan dan perangkat desa diperlukan agar peningkatan tersebut dapat berkembang menjadi kebiasaan PHBS yang dilakukan secara konsisten (Aslindar et al., 2026)..

Pada aspek pengelolaan sampah, masyarakat perlu memahami bahwa sampah rumah tangga yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan berbagai permasalahan lingkungan dan Kesehatan (D. Kurniawati et al., 2024). Sampah yang menumpuk dapat menjadi tempat berkembang biaknya serangga maupun sumber pencemaran lingkungan. Oleh karena itu, kebiasaan membuang sampah pada tempatnya, memilah sampah sesuai jenisnya, serta mengurangi penumpukan sampah menjadi bagian penting dari penerapan PHBS. Demikian pula dengan pemberantasan jentik nyamuk yang membutuhkan keterlibatan seluruh anggota keluarga melalui kegiatan pemeriksaan dan pembersihan tempat-tempat yang berpotensi menjadi tempat perkembangbiakan nyamuk.

Secara keseluruhan, kegiatan edukasi PHBS tatanan rumah tangga di Desa Mendelem memberikan manfaat dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri, keluarga, dan lingkungan. Hasil tersebut sejalan pentingnya pemberdayaan masyarakat dalam membangun perilaku kesehatan yang dapat dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari (Hafizoh et al., 2026). Kegiatan edukasi juga menjadi sarana bagi mahasiswa untuk berperan dalam memberikan informasi kesehatan sekaligus mendorong keterlibatan masyarakat dalam menyelesaikan permasalahan kesehatan di lingkungan sekitar.

Meskipun terjadi peningkatan pemahaman setelah kegiatan, perubahan pengetahuan belum secara otomatis menunjukkan bahwa seluruh masyarakat telah menerapkan PHBS secara konsisten. Oleh karena itu, diperlukan tindak lanjut berupa pembiasaan, pendampingan, dan penguatan dari berbagai pihak. Keluarga, kader kesehatan, pemerintah desa, serta tokoh masyarakat dapat berperan dalam menjaga keberlanjutan penerapan PHBS (Hartaty & Menga, 2022). Dengan adanya kerja sama

antara masyarakat dan pemangku kepentingan di tingkat desa, PHBS diharapkan tidak berhenti sebagai materi edukasi, tetapi berkembang menjadi kebiasaan yang melekat dalam kehidupan sehari-hari. Keberlanjutan kegiatan tersebut pada akhirnya dapat mendukung terciptanya lingkungan rumah tangga yang lebih bersih, sehat, aman, dan nyaman serta meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Desa Mendelem secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tatanan rumah tangga di Desa Mendelem dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan keluarga. Edukasi melalui sosialisasi, diskusi, dan demonstrasi memberikan pemahaman tentang penerapan PHBS, seperti mencuci tangan dengan sabun, pengelolaan sampah, menjaga kebersihan lingkungan, dan menerapkan kebiasaan hidup sehat. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat setelah diberikan edukasi. Oleh karena itu, diperlukan pembiasaan dan dukungan berkelanjutan dari keluarga, kader kesehatan, dan pemerintah desa agar PHBS dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Aprilia Wahyuning Fitri, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah memberikan pengetahuan, pendampingan, dan kontribusi dalam pelaksanaan kegiatan Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tangga di Desa Mendelem dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada orang tua/wali murid Kelompok Bermain Nurul Hamzah, pendidik PAUD, serta masyarakat Desa Mendelem yang telah berpartisipasi aktif dan memberikan dukungan selama kegiatan berlangsung. Apresiasi turut diberikan kepada mahasiswa KKN UMNU Kebumen Tahun 2026 yang telah membantu dalam persiapan, koordinasi, dan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Terima kasih juga disampaikan kepada tokoh masyarakat dan seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga seluruh rangkaian kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiana, W., Peranginangin, H., & Utami, D. (2024). Manfaat perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menurut siswa kelas IV Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun Indramayu 2024. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(4), 262–278. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i04.4576>
- Aslindar, D. A., Oktavia, N. A., Yahya, A. B. V., Maylani, K. N., Wati, C. W., Prameswari, J. K., & Rohmah, I. S. (2026). Efektivitas sosialisasi dan demonstrasi cuci tangan pakai sabun (CTPS) sebagai edukasi PHBS bagi siswa sekolah dasar di Desa Paberasan. *Al Khidma: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 88–100. <http://dx.doi.org/10.35931/ak.v6i1.5586>
- Chen, Y., Wang, Y., & others. (2021). A kindergarten-based, family-involved intervention to improve children's hand hygiene behavior: A cluster-randomized controlled trial. *Public Health Nursing*. <https://doi.org/10.1111/phn.12882>
- Faizin, I. (2026). Penguatan Literasi Kesehatan melalui Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di PAUD. *Sehatika: Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 1(1), 50–63. <https://ejournal.darulfaizin.or.id/index.php/sehatika/article/view/128>
- Fitri, A. W., & Safitri, I. D. (2022). Stimulasi Perilaku Prososial Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4(2), 343. <https://doi.org/10.35473/ijec.v4i2.1445>
- Hafizoh, N., Rachmanita, V., Maulidya, W. S., Irsyadillah, K. P., & Anto, A. H. F. (2026). Pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan kesehatan lingkungan melalui participatory action research.

- Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 7(1), 14–30. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v7i1.24286>
- Hammertha, L. F. N. P. (2026). Program Desa Sehat: Edukasi dan Implementasi PHBS untuk Peningkatan Literasi Kesehatan Masyarakat Desa Ngrowo. *Jurnal IPMAS*, 6(1), 76–89. <https://doi.org/10.54065/ipmas.6.1.2026.1122>
- Hartaty, H., & Menga, M. K. (2022). Pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. *Abdimas Polsaka: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 16–21. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v1i1.7>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2012). *Apa itu perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat.
- Khan, A. A., et al. (2020). Hand washing behavior change effect of community-based hygiene and sanitation intervention in low resource setting. *Journal of Public Health*. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdz130>
- Kurniawati, D., Kholidah, F., Negarawati, R. G. M., Febriyanti, V. D., & Radianto, D. O. (2024). Pengelolaan limbah sampah rumah tangga sebagai upaya pelestarian lingkungan hidup. *Jurnal Wilayah, Kota Dan Lingkungan Berkelanjutan*, 3(1), 72–83. <https://doi.org/10.58169/jwikal.v3i1.367>
- Kurniawati, K., Kurnia, A. D. K., Darmawan, B., Faizah, H. N. F., Mafudah, B., Akhiriyah, K., Muhlisin, A. D., Samawi, I. I., Saifullah, M. H., & Noviantika, N. (2025). Menggerakkan Desa Kabuaran yang Sehat. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(3), 155–163. <https://doi.org/10.56910/sewagati.v4i3.3098>
- Lau, C. H., Springston, E. E., Sohn, M.-W., Mason, I., Gadola, E., Damitz, M., & Gupta, R. S. (2012). Hand hygiene instruction decreases illness-related absenteeism in elementary schools: A prospective cohort study. *BMC Pediatrics*, 12, 52. <https://doi.org/10.1186/1471-2431-12-52>
- Moerad, S. K., Susilowati, E., Savitri, E. D., Rai, N. G. M., Suarmini, N. W., Mahfud, C., & Widyastuti, T. (2019). Pendampingan pelaksanaan program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak usia dini-Pos PAUD Terpadu Melati Kelurahan Medokan Ayu-Rungkut Surabaya. *Sewagati*, 3(3), 90–96. <https://doi.org/10.12962/j26139960.v3i3.332>
- Mukminan, S., Zahra, W., & Amelya, N. (2025). Upaya meningkatkan kesehatan keluarga melalui edukasi dan simulasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). *Omni Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 41–45. <https://doi.org/10.65277/opm.v1i2.22>
- Nasution, A. S. (2020). Edukasi PHBS di Tatanan Rumah Tangga Untuk Meningkatkan Perilaku Sehat. *Jurnal Abdidas*, 1(2 SE-), 28–32. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i2.9>
- Noorhidayah, N., Octaviana, E. S. L., Widyarni, A., Anam, K., Komarudin, P., & Tohari, S. (2023). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada masyarakat Desa Tunggul Irang Kecamatan Martapura Kabupaten Banjar. *AKM: Aksi Kepada Masyarakat*, 4(1), 269–276. <https://doi.org/10.36908/akm.v4i1.740>
- Rahman, H., & La Patilaiya, H. (2018). Pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 251–258. <https://doi.org/10.30595/jppm.v2i2.2512>
- Rahmawati, D., Yazlim, N., Male, M., Mia, N., & Sari, I. P. (2026). Perilaku hidup bersih dan sehat. *Jurnal Inovasi Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 203–208. <https://doi.org/10.54619/6ry94159>
- Sarman, S., Mokodompit, H. K. N., Akbar, H., & Tutu, C. G. (2026). Edukasi Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Petani di Desa Solimandungan II Bolaang Mongondow. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 4198–4204. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.1147>
- Schmidtke, K. A., Watson, D. G., et al. (2020). *Interventions to improve hand hygiene compliance in community settings*. *BMC Public Health*.
- Silvyharahap, A., Dewi, S. S. S., & Suryaningsih, M. (2024). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

- masyarakat desa Kampung Lalang dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 6(3). <https://doi.org/10.51933/jpma.v6i3.1503>
- Sulistiyyorini, D., Putri, A., Rahmanti, D., Cahya, I. D., Al-hamdy, M. H., Putri, N. S. A., Permana, R. D., Basoriyah, T., & Rahmadini, T. (2025). Household-Based Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) as a Pillar of Disease Prevention in Srengseng Sawah, South Jakarta. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 363–372. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v6i1.565>
- 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>
- Triana, M. (2025). Imunisasi dan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat pada tingkat rumah tangga di Posyandu Matahari 4 Desa Sudimanik. *Jurnal Respon Komunitas dan Pemberdayaan*, 3(1), 24–35. <https://doi.org/10.62870/jrpk.v3i1.31254>
- Trisnamansyah, P., & Putri, N. U. (2025). Budaya Gotong Royong Warga Sekolah Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Pembangunan Berkelanjutan. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 155–169. <https://doi.org/10.31571/jpkn.v9i2.9628>
- Wati, P., & Ridlo, I. A. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat di kelurahan Rangkah kota Surabaya. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(1), 47–58. [10.20473/jpk.V8.I1.2020.47-58](https://doi.org/10.20473/jpk.V8.I1.2020.47-58)
- World Health Organization. (2024). *Solid waste*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2025). *Guidelines on hand hygiene in community settings*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240116559>