Journal Of Health Community Services (Jomuse)
Vol 3, No. 3 (2025)

PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SD 01 DESA TEGALWULUNG

Sutaip[1*]

[1,2,3] Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes

Email kontributor :suthabachtera@gmail.com

Abstract

Latar Belakang: Kurangnya pengetahuan serta pencerahan orang tua dalam memperhatikan personal hygiene anak mengakibatkan anak juga tidak memperhatikan kebersihan dirinya sendiri. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan Kesehatan terhadap pengetahuan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Siswi Di SD 01 Tegalwulung Kecamatan Jatibarang Brebes. **Metode:** Metode pengabdian masyarakat dengan penyuluhan dan dilakukan pretest dan posttest. Metode pengambilan sampel dengan total sampling sebanyak 45 siswa/siswi, untuk memperoleh hasil kuesioner menggunakan analisa uji T. **Hasil:** Hasil uji statistik diperoleh nilai T sebesar 12.670 dan p = 0,003. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh penyuluhan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap pengetahuan pada siswa siswi di SD 01 Tegalwulung Kecamatan Jatibarang Brebes. Melalui kegiatan ini disarankan bahwa perlu adanya kegiatan penyuluhan dan pelatihan lanjutan yang dapat memberikan pemahaman lebih serta pendampingan yang terus harus dilaksanakan kepada seluruh.

Kata kunci: Pengetahuan, PHBS, Siswa

Background: Lack of knowledge and parental enlightenment in paying attention to children's personal hygiene results in children also not paying attention to their own hygiene. The purpose of this community service is to determine the effect of knowing Health counseling on knowledge of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in Students at SD 01 Tegalwulung, Jatibarang District, Brebes. Method: The community service method with counseling and pretest and posttest were conducted. The sampling method with a total sampling of 45 students, to obtain the results of the questionnaire using T test analysis. Results: The results of the statistical test obtained a T value of 12.670 and p = 0.003. Conclusion: There is an effect of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) counseling on knowledge in students at SD 01 Tegalwulung, Jatibarang District, Brebes. Through this activity, it is suggested that there is a need for further counseling and training activities that can provide more understanding and ongoing mentoring that must be carried out to all.

Keywords: Knowledge, Clean and Healthy Living Behavior, Students

PENDAHULUAN

Dalam kondisi kesehatan anak di dunia terutama di Indonesia banyak anak yang tingkat kesehatannya tergolong rendah dibanding negara-negara ASEAN seperti (Malaysia, Filiphina, Thailand, Singapura, Brunei Darusalam dan Vietnam). Indeks dalam pembangunan indonesia merosot, dari 0,629 tahun 2018 ke 0,514 tahun 2019 akibatnya, posisi indonesia meningkat dari 121 menjadi 118 menurut indeks Human depelopment (HDI). Dari Data Profil Kesehatan Indonesia menyebutkan bahwa baru 64,41% sarana lingkungan yang telah dibina yang meliputi institusi pendidikan (67,52%), tempat kerja (59,15%), tempat ibadah (58,84%), fasilitas kesehatan (77,02%) dan sarana lain (62,26%), hal ini menunjukan bahwa pembinaan PHBS ditatanan selain rumah tangga yaitu tatanan institusi pendidikan, tatanan tempat kerja, tatanan tempat umum, dan tatanan fasilitas kesehatan juga masih belum berjalan sebagai mestinya. Kebiasaan masyarakat Indonesia dalam mencuci tangan pakai sabun sekarang tergolong sangat rendah. PHBS memang sepertinya mudah di katakana tapi penerapannya sangat membutuhkan kesadaran, sulit karena kesungguhan, akan pentingnya menjaga kesehatan, semua perilaku mahasiswa sebenarnya pasti punya pengaruh terhadap kesehatan, apapun bentuknya, mulai dari makan, tidur, mandi, berpakaian sampai cara belajar, hanya saja di prioritaskan mana perilaku yang berpotensi menimbulkan penyakit. (Kemenkes RI, 2019).

PHBS adalah sekumpulan sikap yang diterapkan oleh siswa/siswi, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar pencerahan sebagai akibat pembelajaran, sehingga secara mandiri bisa mencegah penyakit, mempertinggi kesehatannya, dan berperan aktif pada menciptakan lingkungan yang sehat.(Taryatman). Tujuan dari PHBS merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, mapun kemampuan masyarakat untuk hidup bersih dan sehat, kemudian untuk meningkatkan peran serta aktif masyarakat termasuk dunia usaha dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.(Khoiriah and Latifah)

PHBS di sekolah adalah upaya untuk memperdayakan peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau, dan mampu mempraktikkan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat.(Taryatman) Untuk terwujudnya PHBS ditatanan sekolah perlu untuk diupayakan terutama untuk meningkatkan kesadaran diri yaitu peserta didik, dengan di dukung adanya sarana dan prasarana. Peserta didik dapat dikatakan sasaran yang

paling tepat dalam konteks perubahan perilaku, pengetahuan dan kebiasaan berprilaku hidup sehat. Peserta didik merupakan usia yang rawan akan masalah kesehatan sehingga bisa berpengaruh pada proses, perkembangan serta prestasi belajar peserta didik.(Ezra Sanger et al.) Masalah kesehatan yang sering timbul pada usia anak sekolah yaitu gangguan perilaku, gangguan perkembangan fisiologis hingga gangguan dalam belajar dan juga masalah kesehatan umum.

Anak usia SD (Sekolah Dasar) adalah masa tumbuh kembang yg baik, di masa ini, anak–anak harus menerima pengawasan terhadap kesehatannya sebab pada usia sekolah, anak–anak memiliki pola aktifitas yang seringkali bekerjasama eksklusif dengan lingkungan yang kotor sebagai akibatnya mengakibatkan anak anak mudah terserang penyakit. Kurangnya pengetahuan serta pencerahan orang tua dalam memperhatikan personal hygiene anak mengakibatkan anak juga tidak memperhatikan kebersihan dirinya sendiri, termasuk perawatan kuku pada anak-anak.(Kusuma)

Desa Tegal Wulung merupakan desa yang terletak di kecamatan jatibarang kabupaten brebes. Desa ini memiliki jumlah penduduk total 5.176 orang dengan luas wilayah sebesar 189,729 Ha. Jumlah Kepala Keluarga sebesar 1.721. Jumlah perempuan di Desa Tegal Wulung ini berkisar 2.431 orang dan laki-laki sejumlah 2.745 orang. Adapun rasio siswa dan guru SDN O1 Tegalwulung adalah 23,06 ,dimana jumlah guru sebanyak 31 orang dan jumlah siswa sebanyak 715 orang. Tujuan dilakukan penyuluhan tentang PHBS di tatanan sekolah untuk mengedukasi khususnya siswa SD Negeri 01 Tegalwulung agar dapat berperilaku hidup bersih dan sehat agar terhindar dari penyakit dan menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan dilaksanakan melalui metode pendidikan kesehatan dengan cara memberikan penyuluhan kepada seluruh siswa SD 01 Tegalwulung pada tanggal 01 Oktober tahun 2025. Populasi dan sampel penelitian yaitu seluruh siswa SD 01 Tegalwulung yang berjumlah 42 orang. Sebelum melakukan penyuluhan dilakukan terlebih dahulu pretest untuk peserta. Selanjutnya melakukan penyuluhan sanitasi lingkungan pesantren dan perilaku kebersihan sehari-hari. Setelah itu dilakukan posttest pada responden. Cara mengetahui hasil sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan analisis data yang digunakan adalah Uji Beda Mean Dependent (Faired Test). Pertama kali adalah menganalisis data menggunakan univariat untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dan analisis bivariat menggunakan uji paired t-test dengan uji prasyarat yang harus

dipenuhi yaitu normalitas dengan menggunakan uji wilcoxon diperoleh signifikasi 0,000 ($p<0.05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian dilaksanakan secara luring dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 September 2025. Sebelum kegiatan dilaksanakan terlebih dahulu di ukur pengetahuan dengan kuesioner yang terdiri dari 10 pernyataan pengetahuan. Pengukur pengetahuan siswa/siswi dilakukan dengan memberikan kusioner yang dibagikan kepada siswa/siswi dengan pendampingan dalam mengisi kuesioner. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori hasil pre-test, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Pengetahuan	**Pretest**		**Posttest**	
	N	(%)	N	**(%)**
Kurang	30	66.7	7	**15.6**
Cukup	12	26.7	8	**17.8**
Baik	3	6.7	30	**66.7**
Total	45	100	45	**100**

Berdasarkan tabel 1. Dari 45 responden yang mengikuti pre-test, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 30 orang (66.7%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulastri et al, 2019 menyatakan bahwa pada biasanya tingkat pengetahuan anak sekolah dasar masih kurang dibandingkan jenjang sekolah yang lebih tinggi, karena anak sekolah dasar masih memerlukan binaan secara berkesinambungan sehingga etika ataupun karankter mereka dibangun sedini mungkin untuk membentuk pribadi yang lebih baik lagi, melalui penyuluhan baik oleh petugas kesehatan setempat atau guru guru yang berada di masing-masing lingkungan sekolah.(Utomo et al.) Responden yang mengikuti post-test, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan Baik sebanyak 30 orang (66.7%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sulastri, Purna and Suyasa, 2019) bahwa pada permulaan anak usia 6 tahun anak akan mulai masuk sekolah dan telah memiliki lingkup yang luas sehingga dapat mempengaruhi kebiasaan-kebiasaan orang orang sekitar. Hal ini akan mempermudah perubahan perilaku dengan semakin banyaknya pengetahuan dari setiap anak sekolah dasar.(Sulastri et al.)





Gambar 2. Materi yang diberikan

Peserta antusias dengan kegiatan yang dilakukan dengan harapan mendapatkan pemahaman yang baik mengenai sanitasi lingkungan dan menjaga kebersihan diri sendiri agar terhindar dari segala penyakit menular maupun yang tidak menular. Penyuluhan dilakukan dengan komunikasi dua arah yakni penyuluh dan audiens, agar penyuluhan dapat tersampaikan dengan baik. Foto kegiatan pelaksanaan penyuluhan dapat terlihat sebagai berikut:



Gambar 3. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Hasil Post test

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi
Pengetahuan pretest	**1.27**	**0.447**
Pengetahuan post test	**2.51**	**0.757**

Berdasarkan Tabel 2. Berdasarkan uji analisis sample paired test yang diperoleh dapat dilihat rata-rata skor rata-rata hasil pretest sebesar 1,27 menjadi 2,51 dengan jumlah kenaikan point 1,24. Perubahan sikap dengan conditioning atau pembiasaan ini diharapkan agar siswa/siswi maupun guru dapat melakukan perubahan perilaku setelah mengetahui banyak hal akan meningkat sedikit demi sedikit, dengan akhirnya anak di usia 8-12 tahun sudah bisa memahami, menentukan kualitas hidupnya masing-masing.

Tabel 3. Hasil Analisis Uji T

Pengetahuan	Rata-Rata Selisih	Nilai T	p Value
Pengetahuan pretest Pengetahuan posttest	**-1.244**	**5.512**	**0.001**

Berdasarkan tabel 3 diperoleh hasil perhitungan uji statistik dengan menggunakan spss, diperoleh nilai t sebesar 5.512 dan p = 0,001 (p < 0,05), artinya ada pengaruh Penyuluhan pentingnya PHBS pada siswa/siswi SD 01 Tegalwulung Kecamatan Jatibrang. Sesuai perkataan yang disampaikan oleh guru memang anak siswa/siswi belum pernah mendapatkan edukasi yang khusus membahas terkait PHBS bahkan gurupun masih harus diberikan edukasi untuk bisa menerapkannya kepada anak didiknya. Pengetahuan siswa/siswi bisa bertambah dengan diberikannya edukasi yang tapat

tentang PHBS melalui penyuluhan atau pemaparan materi PHBS, penyampaian video pembelajaran serta diskusi dan tanya jawab terkait materi bahaya pernikahan dini tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian Rusdyana, 2019 yang menyatkan bahwa Ada pengaruh edukasi terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar yaitu nilai probabilitas 0,000 (sig < 0,05).(Rusdyana) Hal ini juga sejalan dengan penelitian oleh Watulangkow, dkk (2020) yang menyatakan bahwa hubungan antara pengetahuan dengan perilaku hidup bersih dan sehat pada peserta didik di SD Inpres Lemoh Minahasa, terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku hidup bersih dan sehat pada peserta didik di SD Inpres Lemoh Minahasa.(Watulangkow et al.) bahwa Seorang manusia yang memiliki pengetahuan baik mengenai sesuatu yang dibutuhkan akan memiliki perilaku yang baik dalam memelihara lingkungan yang bersih dan sehat yang berkaitan langsung dengan PHBS di sekolah dasar.

Kegiatan diakhiri dengan sesi foto pengabdi masyarakat sekaligus penutupan kegiatan



Semua kegiatan berjalan lancar dan baik, seluruh santri dapat berkontribusi dengan baik selama jalannya acara sekaligus pengasuh pesantren yang ikut terlibat selama kegiatan berlangsung.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelatihan melalui metode penyuluhan kesehatan di dapat kesimpulan bahwa setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat terdapat perbedaan yang signifikan pengetahuan dan sikap santri di siswa/siswi SD 01 Tegalwulung Kecamatan Jatibrang sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan yang dapat ditunjukkan dengan uji analisis sample paired test yang diperoleh dapat dilihat rata-rata skor rata-rata hasil pretest sebesar 1,27 menjadi 2,51 dengan jumlah kenaikan point 1,35. Kesimpulannya penyuluan efektif untuk meningkatkan kemampuan siswa/siswi. Melalui kegiatan ini disarankan bahwa perlu adanya kegiatan penyuluhan dan pelatihan lanjutan yang dapat memberikan pemahaman lebih serta pendampingan yang terus harus

dilaksanakan kepada seluruh santriwan/santriwati.

DAFTAR PUSTAKA

Ezra Sanger, Paulus, et al. "Pengaruh Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Terhadap Pengetahuan Peserta Didik Smp Negeri 1 Tompasobaru Minahasa Selatan." *Jurnal KESMAS*, vol. 10, no. 3, 2021, pp. 118–112.

Kemenkes RI 2019. "Profil Kesehatan Indonesia 2018." *P2Ptm.Kemkes.Go.Id*, 2019, http://p2ptm.kemkes.go.id/infograpic-p2ptm/obesitas/kebutuhan-tidur-sesuai-usia.

Khoiriah, Annisa, and Latifah Latifah. "Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Siswa Dan Siswi Kelas Vi Di Smp Negeri 31 Palembang." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, vol. 3, no. 1, 2021, p. 12, https://doi.org/10.26714/jpmk.v3i1.6854.

Kusuma, Andiko Nugraha. "Determinan Personal Hygiene Pada Anak Usia 9–12 Tahun." *Faletehan Health Journal*, vol. 6, no. 1, 2019, pp. 37–44, https://doi.org/10.33746/fhj.v6i1.47.

Rusdyana. "Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Kelas V Sdn Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar." *Jurnal Wahana-Bio*, vol. 19, 2019, pp. 1–9.

Sulastri, Ketut, et al. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Anak Sekolah Tentang Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Wilayah Puskesmas Selemadeg Timur Ii." *Journal of Environmental Health*, vol. 4, 2019, pp. 99–106, http://www.poltekkes-denpasar.ac.id/files/JURNAL KESEHATAN LINGKUNGAN/Ketut Sulastri1, I Nyoman Purna2, I NyomanGede Suyasa3.pdf.

Taryatman, Taryatman. "Budaya Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Untuk Membangun Generasi Muda Yang Berkarakter." *Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, vol. 3, no. 1, 2022, https://doi.org/10.30738/trihayu.v3i1.731.

Utomo, Yusron Adi, et al. "Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Santriwan Santriwati Sekolah Dasar Di Pondok Pesantren Tahfidz." *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, vol. 2, no. 01, 2022, pp. 26–35, https://doi.org/10.34305/jppk.v2i01.536.

Watulangkow, Enggelin Chelin, et al. "Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih

Dan Sehat Pada Peserta Didik Di Sd Inpres Lemoh Minahasa." *Jurnal KESMAS*, vol. 9, no. 1, 2020, pp. 169–75.