



Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa SDN 100 Kendari Melalui Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Rifa'atul Mahmudah^{1*}, Irnawati¹, Aplifa Masra Mushawira², Fiony Lesty Datuyanan², Novi Fitriandini², Selvi Ambarwati², Wandri², Rifa'atus Shalihah³

¹ Program Studi Sarja Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Halu Oleo, Kendari

² Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Halu Oleo, Kendari

³ Program Studi Ilmu Komputer, Fakultas MIPA, Universitas Halu Oleo, Kendari

^{1*}rifa.mahmudah@uho.ac.id

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya promotif dan preventif yang penting diterapkan sejak usia sekolah dasar. Anak usia sekolah merupakan kelompok yang rentan terhadap penyakit infeksi akibat kurangnya kebiasaan menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi mengenai PHBS kepada siswa SDN 100 Kendari, khususnya tentang cara mencuci tangan menggunakan sabun dan menggosok gigi dengan benar. Kegiatan dilaksanakan pada Mei 2026 dengan melibatkan siswa kelas IV A. Metode pelaksanaan meliputi persiapan kegiatan, koordinasi dengan pihak sekolah, penyampaian materi menggunakan media PowerPoint dan video edukatif, demonstrasi, praktik langsung, serta diskusi interaktif. Materi disampaikan dengan bahasa sederhana dan media visual agar mudah dipahami oleh siswa sekolah dasar. Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan antusiasme melalui keaktifan dalam menjawab pertanyaan, mengikuti simulasi, serta mempraktikkan cara mencuci tangan dan menggosok gigi yang benar. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa dalam menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah maupun di rumah.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, PHBS, Cuci Tangan, Menggosok Gigi, Siswa Sekolah Dasar

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat (Syaukani et al., 2023). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kesadaran, motivasi, dan kapasitas masyarakat untuk hidup bersih dan sehat (Sayati & Deviliawati, 2024). Penerapan PHBS di lingkungan institusi pendidikan atau sekolah menjadi salah satu strategi krusial mengingat anak usia sekolah merupakan kelompok umur yang sangat peka terhadap perubahan dan rentan terhadap berbagai serangan penyakit menular seperti diare, cacingan, dan infeksi saluran pencernaan lainnya (Utami dkk., 2024).

Berdasarkan data nasional, proporsi anak usia sekolah di Indonesia menempati persentase yang cukup besar dari total populasi penduduk. Keberhasilan penanaman nilai-nilai kesehatan pada usia dini ini diyakini akan menjadi fondasi perilaku sehat yang menetap hingga usia dewasa (Marko et al., 2021). Namun, realita di lapangan menunjukkan bahwa kebiasaan jajan sembarangan, minimnya kesadaran mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dengan sabun secara benar, serta kurangnya kepedulian terhadap kebersihan gigi dan mulut masih menjadi masalah dominan di tingkat sekolah dasar. Untuk itu, pendidikan kesehatan terutama mengenai PHBS menjadi prioritas untuk dilaksanakan karena sangat terkait dengan kesehatan anak usia sekolah yang rentan terhadap masalah-masalah penyakit menular serta meningkatkan pengetahuan siswa sehingga dapat mempraktikkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari (Henni et al., 2023).

Sekolah merupakan salah satu lingkungan penting dalam pembentukan perilaku hidup sehat bagi siswa. Selain sebagai tempat menuntut ilmu, sekolah juga menjadi tempat siswa belajar menjaga kebersihan diri dan lingkungan melalui penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Imanda, 2025). Penerapan PHBS di sekolah sangat penting karena dapat membantu menciptakan lingkungan belajar yang nyaman, sehat, dan bebas dari berbagai penyakit menular. Kebiasaan sederhana seperti mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, menjaga kebersihan kelas, serta mengonsumsi makanan sehat merupakan bagian dari PHBS yang perlu diterapkan sejak dini (Inriyana et al., 2025). Sekolah menjadi tempat anak-anak belajar, bersosialisasi, bermain, namun sekolah bisa juga menjadi tempat bagi anak tertular penyakit. Kurangnya pengetahuan anak mengenai PHBS menjadikan anak kurang menjaga kebersihan yang berdampak pada kesehatannya (Putri et al., 2023).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, penerapan PHBS di sekolah bertujuan untuk memberdayakan siswa, guru, dan warga sekolah agar mampu menjaga kesehatan serta menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan

sehat (Diyah et al., 2025). Namun, dalam praktiknya masih ditemukan beberapa siswa yang belum memahami pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Kebiasaan tidak mencuci tangan sebelum makan, kurangnya perhatian terhadap kebersihan gigi dan mulut, serta membuang sampah sembarangan masih menjadi permasalahan yang sering dijumpai di lingkungan sekolah dasar (Adnani, 2025). Kondisi ini harus segera diatasi agar siswa dapat merubah sikapnya menjadi lebih menanamkan sikap PHBS. Apabila sikap PHBS bisa ditanamkan dalam diri dan lingkungan, maka akan banyak manfaat yang diterima oleh siswa (Dewi et al., 2023).

Mahasiswa profesi apoteker sebagai bagian dari civitas akademika dan calon tenaga kesehatan masa depan memiliki tanggung jawab sosial untuk ikut serta dalam upaya promotif dan preventif ini (Jasmine et al., 2023). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat disekolah perlu ditanamkan oleh guru sehingga siswa menjadi terbiasa melaksanakannya. Pendidikan Kesehatan disekolah sangat efektif dilakukan karena Sebagian besar waktu anak-anak berada disekolah (Yulianingsih et al., 2022). Kolaborasi program kemitraan antara Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo dengan pihak sekolah dasar melalui program edukasi terstruktur ini diharapkan mampu memberikan dampak nyata dalam mengubah perilaku dan membentengi siswa dari berbagai ancaman penyakit yang mengganggu konsentrasi serta produktivitas belajar siswa (Ismalia & Selvi, 2019).

METODE

Tahapan Pengabdian

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SDN 100 Kendari, Kecamatan Kambu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, pada Jumat, 22 Mei 2026. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas IV A yang berjumlah 23 orang. Kegiatan ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif dengan melibatkan siswa secara aktif dalam penyampaian materi, demonstrasi, praktik, dan diskusi.

Tahap persiapan meliputi survei lokasi, koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi edukasi, pembagian tugas tim pelaksana, serta penyiapan media pembelajaran berupa PowerPoint, video edukatif, dan alat bantu praktik. Materi yang disiapkan berfokus pada pengenalan PHBS, pentingnya menjaga kebersihan diri, cara mencuci tangan menggunakan sabun, serta cara menggosok gigi yang benar.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pembukaan, pengenalan tim pelaksana, dan kegiatan ice breaking untuk membangun suasana belajar yang menyenangkan. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi secara interaktif menggunakan bahasa sederhana yang sesuai dengan tingkat pemahaman siswa sekolah dasar. Penyampaian materi dilengkapi dengan pemutaran video edukatif agar siswa lebih mudah memahami langkah-langkah PHBS yang dipraktikkan.

Tahap praktik dilakukan melalui demonstrasi dan simulasi cara mencuci tangan serta menggosok gigi yang benar. Siswa diarahkan untuk mengikuti gerakan yang dicontohkan oleh tim pelaksana. Evaluasi kegiatan dilakukan secara deskriptif melalui pengamatan terhadap partisipasi siswa, respons selama diskusi, kemampuan mengikuti praktik, serta antusiasme siswa selama kegiatan berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilaksanakan di SDN 100 Kendari dengan sasaran siswa kelas IV A. Kegiatan ini berfokus pada edukasi mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, terutama melalui kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun dan menggosok gigi dengan benar. Pemilihan materi tersebut didasarkan pada kebutuhan siswa sekolah dasar yang masih memerlukan pembiasaan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari.



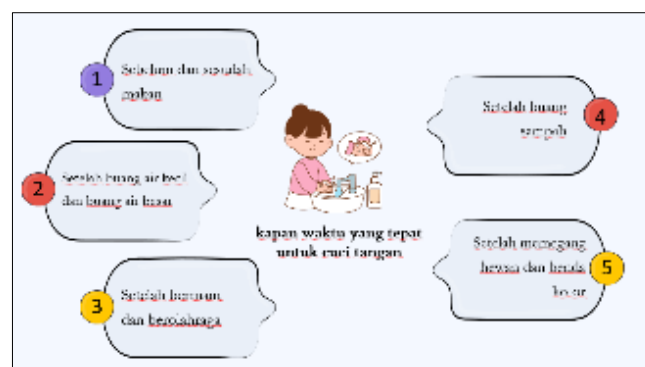
Gambar 1. Pembukaan Kegiatan

Kegiatan diawali dengan pembukaan, pengenalan tim pelaksana, dan doa bersama. Setelah itu, siswa mengikuti kegiatan ice breaking yang bertujuan menciptakan suasana belajar yang lebih aktif dan menyenangkan. Tahap ini penting dilakukan karena siswa sekolah dasar cenderung lebih mudah menerima materi apabila proses pembelajaran dikemas secara menarik dan tidak monoton.



Gambar 2. Kegiatan *Ice Breaking*

Materi edukasi disampaikan menggunakan media PowerPoint dan video edukatif. Media visual digunakan untuk membantu siswa memahami contoh perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan sebelum makan, mencuci tangan setelah bermain, menjaga kebersihan gigi dan mulut, membuang sampah pada tempatnya, serta menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Penggunaan media gambar dan video sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang lebih mudah memahami informasi melalui contoh visual dan praktik langsung.



Gambar 3. Screenshoot Materi Edukasi

Pada sesi praktik, siswa diberikan demonstrasi cara mencuci tangan menggunakan sabun dengan langkah yang benar. Tim pelaksana memperagakan gerakan mencuci tangan, kemudian siswa diminta mengikuti gerakan tersebut secara bersama-sama. Selain itu, siswa juga diberikan edukasi mengenai cara menggosok gigi yang benar, waktu yang tepat untuk menggosok gigi, serta pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Praktik langsung ini bertujuan agar siswa tidak hanya menerima informasi secara teoritis, tetapi juga mampu menirukan perilaku sehat yang dapat diterapkan di rumah maupun di sekolah.



Gambar 4. Penyampaian Materi

Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan antusiasme yang baik. Hal ini terlihat dari keaktifan siswa dalam memperhatikan materi, menjawab pertanyaan, mengikuti instruksi saat praktik, serta berpartisipasi dalam diskusi. Guru kelas juga memberikan dukungan selama kegiatan berlangsung sehingga proses edukasi dapat berjalan tertib dan komunikatif. Antusiasme siswa menunjukkan bahwa metode edukasi yang interaktif dapat membantu meningkatkan perhatian dan keterlibatan peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

Kegiatan ini memiliki beberapa kendala, antara lain keterbatasan waktu pelaksanaan dan perbedaan tingkat pemahaman antar siswa. Oleh karena itu, penyampaian materi dilakukan secara sederhana, berulang, dan disertai contoh langsung. Kegiatan serupa sebaiknya dilakukan secara berkelanjutan agar perilaku hidup bersih dan sehat tidak hanya dipahami, tetapi juga menjadi kebiasaan sehari-hari bagi siswa.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 100 Kendari telah terlaksana dengan baik. Kegiatan ini memberikan edukasi kepada siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri

dan lingkungan, khususnya melalui praktik mencuci tangan menggunakan sabun dan menggosok gigi dengan benar. Metode ceramah interaktif, video edukatif, demonstrasi, dan praktik langsung membuat siswa lebih aktif dalam mengikuti kegiatan. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong terbentuknya kebiasaan hidup bersih dan sehat pada siswa, baik di lingkungan sekolah maupun di rumah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak SDN 100 serta LPPM UHO yang telah mendukung terlaksananya pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- A, utami fitria, Ghea, Y., Ivo, L., Lesta, M., & Tia, N. (2024). penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) DI SDN GONRONG 3 KOTA TANGERANG. *Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(9), 213–221.
- Adnani, H. (2025). *Sosialisasi dan Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global , Indonesia Article History : terbatas dalam memberikan edukasi tentang PHBS . Guru dan orang tua yang kurang kesehatan secara mendalam kepada siswa (Suryani & Darmawan , 2017). Tantangan utama*. 101–110.
- Dewi, K. R., Sukaesih, N. S., & Lindayani, E. (2023). *PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA LEMBAR*. 4(2018), 793–800.
- Diyah, L., Cornellisa, P., & Darmawi, K. D. (2025). *Implementasi perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Semesta Semarang*. 7(1), 115–119.
- Henni, F., Wulan, A., Oktarianita, & Rizal, achmad faisal. (2023). edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa smp negeri 6 kota bengkulu. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(April), 1412–1426.
- Imanda, I. P. (2025). *Edukasi PHBS (Perilaku Hidup Sehat Bersih Sehat) Cuci Tangan Pada Anak Sekolah : Literature Review*. 3(6), 770–779.
- Inriyana, R., Putri, E. J., Hadi, J. C., & Alfiani, R. (2025). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Mengenai PHBS Di Lingkungan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 5(3), 509–517.
- Ismalia, H., & Selvi, M. (2019). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa SD Negeri 5 teluk pandang. *Jurnal Pegabdian Farmasi Malahayati*, 2(1), 17–21.
- Jasmine, M., Arini, P., Ramadhina, W. N., Vivian, S. Della, Maulana, R., & Reviandani, O. (2023). PRAKTIK PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA LINGKUNGAN SEKOLAH DESA MUNENG KIDUL. *Jurnal Pegabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 1055–1065.
- Marko, salim ferdian, Syairaji.M, Dian, santoso budi, Angga, pramono eko, & Nia, askar fararid. (2021). EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA KULONPROGO observasi kepada pihak sekolah ditemukan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masih Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh tentang. *Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 4 no 1, 19–24.
- Putri, R. A., Sofiyanti, I., & Isfaizah. (2023). Edukasi dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah. *Indoesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 5, 173–177.
- Sayati, D., & Deviliawati, A. (2024). Pengaruh sikap dan tindakan siswa penerapan phbs di smp puja handayani. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5, 3440–3445.
- Syaukani, A. A., Pradiza, R. A., & Anwari, A. R. (2023). Penguatan Kebiasaan Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Gerakan Rutin Berolahraga dan Praktik Higiene di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar*, 3, 179–189. <https://doi.org/10.56972/jikm.v3i2.135>
- Yulianingsih, A., Ananda, W., & Ds, N. (2022). analisis perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar. *Jurnal Pendidik Anak Cerdas Dan Pintar*, 6(1), 193–199.