Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 7 No 12 Tahun 2026

IMPLEMENTASI PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT KKM 36 UNIBA: GERAKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) MELALUI KEGIATAN EDUKASI PADA SISWA KELAS 3 SDN JERUK TIPIS 3

Selfa Indi Nursyamsiah [1]*, Andhika Dwi Putra[2], Agung Satya Negara[3], Gigih Gentur Pamungkas[4], Mukhsin Al Hosin[5]*

[1]*Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa

[2]Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Bina Bangsa

[3]Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa

[4]Akuntansi, Fakultas Ekonomi Bisnis, Universitas Bina Bangsa

[5]Manajemen, Fakultas Ekonomi Bisnis, Universitas Bina Bangsa

Jalan Raya Serang-Jakarta KM 03 No. 1B, Pakupatan, Kelurahan Panancangan, Kecamatan Cipocok Jaya, Kota Serang, Banten, Indonesia, 42124

selpaindinursyamsiah@gmail.com*, dandhika915@gmail.com, asatyan1403@gmail.com, gigihgenttur04@gmail.com, usinganteng@gmail.com*

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan kesadaran dan kemampuan individu dalam menjaga kesehatan, khususnya pada anak usia sekolah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai penerapan PHBS di lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari, terutama terkait kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Kegiatan dilaksanakan pada siswa kelas 3 SDN Jeruk Tipis 3 dengan jumlah peserta sebanyak 25 siswa pada tanggal 15 Juli 2026. Metode yang digunakan berupa pendekatan kualitatif melalui ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi. Materi disampaikan menggunakan media PowerPoint dan dilanjutkan dengan demonstrasi enam langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru, masih ditemukan siswa yang belum menerapkan PHBS secara optimal, seperti rendahnya kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir serta membuang sampah tidak pada tempatnya. Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan antusiasme dan keterlibatan yang baik. Hal tersebut terlihat dari keaktifan peserta dalam mengikuti penyampaian materi, mengajukan pertanyaan, serta menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri. Sebanyak lima siswa turut mengajukan pertanyaan terkait materi PHBS. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara konsisten serta membentuk kebiasaan positif sejak usia dini melalui dukungan lingkungan sekolah dan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS).

Kata kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, edukasi kesehatan, siswa sekolah dasar, cuci tangan, pengabdian masyarakat.

Article History
Received: Agustus 2026
Reviewed: Agustus 2026
Published: Agustus 2026

Plagirism Checker No 234.KK.44.893484
Copyright : Author
Publish by : Krepa

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 7 No 12 Tahun 2026

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) is an important effort in raising awareness and the ability of individuals to maintain health, especially among school-aged children. This community service activity aims to enhance students' knowledge and understanding of the application of CHLB in both school environments and daily life, particularly related to the habit of washing hands with soap and running water. The activity was conducted with third-grade students from Jeruk Tipis 3 Elementary School, involving 25 participants on July 15, 2026. The method used was a qualitative approach through lectures, question-and-answer sessions, and demonstrations. The material was presented using PowerPoint media and followed by a demonstration of the six steps for proper handwashing. Based on observations and interviews with teachers, some students were still found not to optimally apply CHLB, such as low habits of washing hands with soap and running water and littering. During the activity, students showed enthusiasm and good engagement. This was evident from the participants' active involvement in following the material presentation, asking questions, and answering questions posed by the presenter. Five students also asked questions related to the CHLB material. This activity is expected to increase students' awareness to consistently apply clean and healthy living behaviors and to form positive habits from an early age through the support of the school environment and the School Health Program (SHP).

***Keywords**: Clean and Healthy Living Behavior, health education, elementary school students, handwashing, community service.*

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bagian integral dari upaya pembangunan kesehatan masyarakat yang menekankan pada pentingnya peran individu dan kelompok dalam menjaga dan meningkatkan kualitas hidup (Anggraini, 2025). Salah satu lingkungan yang menjadi sasaran utama penerapan PHBS adalah lingkungan sekolah dasar, karena anak-anak pada usia ini berada dalam tahap krusial pembentukan perilaku dan kebiasaan hidup. Sekolah bukan hanya tempat belajar akademik, tetapi juga ruang awal untuk membangun budaya hidup sehat sejak dini (Djohar Maknun, 2013).

Menurut Kemensos RI (2020), Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan segala bentuk pewujudan atas orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat,yang ditujukan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, dan social (Alam, 2023). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah akan menciptakan lingkungan yang bersih, sehat, nyaman, serta mampu untuk menciptakan pendidikan kesehatan dan bermanfaat besar dalam peningkatan kesejahteraan siswa. Hal ini dikarenakan kesehatan menjadi prasyarat bagi upaya pendidikan untuk mencapai hasil yang optimal (Finanto et al., 2023).

PHBS sekolah menggambarkan suatu rangkaian upaya pencegahan yang dilakukan oleh masyarakat sekolah terhadap penyakit, menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, serta meningkatkan kesehatannya (Rozi & Zubaidi, 2021). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah akan menciptakan lingkungan yang bersih, sehat, nyaman, serta mampu untuk menciptakan pendidikan kesehatan dan bermanfaat besar dalam peningkatan kesejahteraan siswa. Hal ini dikarenakan kesehatan menjadi prasyarat bagi upaya pendidikan

untuk mencapai hasil yang optimal (Finanto et al., 2023). Perilaku hidup bersih dan sehat juga menjadi hal yang penting untuk mencegah penyalit, kontaminasi makanan, serta penyehatan lingkungan (Vitriani & Suryani, n.d.).

Kegiatan PHBS yang bisa dilaksanakan pada institusi pendidikan yaitu cuci tangan, konsumsi jajanan sehat, jamban sehat, olahraga, pemberantasan jentik nyamuk, tidak merokok, membuang sampah dan pengukuran pertumbuhan. Masa-masa sekolah merupakan masa yang tepat untuk menanamkan kebiasan–kebiasan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Selain bisa menjadi generasi yang mengerti masalah kesehatan, anak sekolah juga bisa menjadi agen perubahan pada lingkungan sekolah, keluarga dan Masyarakat (Rianto, 2023).

Anak usia sekolah termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap berbagai permasalahan kesehatan, khususnya penyakit yang berkaitan dengan sistem pencernaan, seperti diare, kecacingan, serta gangguan pencernaan lainnya. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai kebiasaan sehari-hari, salah satunya adalah perilaku mengonsumsi jajanan secara bebas tanpa memperhatikan aspek kebersihan dan kesehatan. Selain itu, rendahnya kesadaran untuk mencuci tangan menggunakan sabun sebelum makan dapat meningkatkan risiko masuknya mikroorganisme atau kuman penyebab penyakit ke dalam tubuh. Berbagai penyakit yang kerap dialami oleh anak usia sekolah pada umumnya memiliki keterkaitan dengan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang belum optimal. Oleh karena itu, kegiatan edukasi dan penyuluhan penanaman dan pembiasaan nilai-nilai PHBS di lingkungan sekolah menjadi salah satu upaya penting dalam meningkatkan derajat kesehatan anak. Implementasi PHBS di sekolah dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang melibatkan berbagai pihak dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan mendukung terbentuknya perilaku positif pada peserta didik.

KAJIAN TEORITIS

a) Definisi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan suatu pola perilaku kesehatan yang diterapkan secara sadar oleh individu maupun kelompok sebagai hasil dari proses pendidikan dan pembelajaran. Penerapan perilaku tersebut bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu, keluarga, dan masyarakat dalam memelihara kesehatan secara mandiri serta berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat. Dalam pelaksanaannya, PHBS mencakup berbagai kebiasaan dan tindakan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari sebagai bentuk upaya pencegahan penyakit sekaligus peningkatan derajat kesehatan masyarakat (Rianto, 2023).

PHBS terdiri dari 10 indikator utama yang mencakup persalinan oleh tenaga kesehatan, pemberian ASI eksklusif, penimbangan balita, penggunaan air bersih, cuci tangan dengan sabun, penggunaan jamban sehat, pemberantasan jentik nyamuk, konsumsi buah dan sayur, aktivitas fisik rutin, serta larangan merokok di dalam rumah (Sari et al., 2026). PHBS juga mencerminkan penerapan pola hidup yang berorientasi pada pemeliharaan dan peningkatan kesehatan secara menyeluruh. Perilaku tersebut dapat diwujudkan melalui berbagai kebiasaan positif yang dilakukan secara konsisten, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Aspek kesehatan yang menjadi perhatian tidak terbatas pada kondisi fisik, tetapi juga meliputi kesejahteraan mental, spiritual, dan sosial (Ananda et al., 2024). Oleh sebab itu, penerapan PHBS secara berkesinambungan memiliki peran penting dalam membentuk kesadaran, pengetahuan, serta kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan dan mewujudkan kualitas hidup yang lebih baik.

b) Tujuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat, secara umum tujuan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah meningkatkan kesadaran masyarakat agar mampu menerapkan kebiasaan hidup yang bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari (Ananda et al., 2024). Penerapan PHBS diharapkan dapat membantu mencegah serta mengatasi berbagai permasalahan kesehatan. Selain itu, PHBS bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat melalui proses peningkatan pengetahuan dan kesadaran, sehingga setiap individu terdorong untuk berperan aktif dalam menerapkan perilaku hidup yang bersih dan sehat secara berkelanjutan.

c) Manfaat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Selain bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) juga memberikan berbagai manfaat dalam membentuk kebiasaan hidup yang bersih dan sehat. Kesadaran tersebut penting sebagai upaya untuk mencegah, mengantisipasi, dan mengatasi berbagai permasalahan kesehatan yang berpotensi terjadi. Selain itu, penerapan PHBS secara konsisten dapat mendorong terciptanya lingkungan yang sehat serta mendukung peningkatan kualitas hidup masyarakat. Dalam pelaksanaannya, PHBS dapat diterapkan pada berbagai lingkungan kehidupan, seperti sekolah, tempat kerja, rumah tangga, maupun lingkungan masyarakat secara luas (Rianto, 2023).

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sahat (PHBS) pada siswa kelas 3 SDN Jeruk Tipis 3 dengan jumlah 25 siswa pada tanggal 15 Juli 2026 adalah metode kualitatif dengan pendekatan ceramah, tanya jawab dan demonstrasi. Pemilihan metode kualitatif bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengetahuan, pandangan, serta pengalaman peserta dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terutama dalam hal mencuci tangan yang baik dan benar dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan diawali dengan mempersiapkan peralatan yang digunakan proses pengabdian seperti PPT dan alat tulis. Kegiatan diawali dengan sambutan dan dilanjutkan dengan penyampaian materi di depan kelas selama 15 menit, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan demonstrasi terkait 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Dengan penerapan metode ini, peserta dapat berpartisipasi secara lebih aktif dalam proses pembelajaran, sehingga pemahaman terhadap materi yang disampaikan menjadi lebih mendalam. Pendekatan ini juga memungkinkan kegiatan lebih menitikberatkan pada pengalaman, pemahaman, dan perspektif peserta secara kualitatif.

Dengan metode penelitian kualitatif ini, diharapkan pengabdian dpat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta membantu peserta didik dalam mengetahui 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah merupakan hal yang penting untuk dilakukan oleh seluruh warga sekolah, baik siswa, guru, tenaga kependidikan, maupun pihak lain yang berada di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru SDN Jeruk Tipis 3, masih ditemukan beberapa siswa yang

belum sesuai dengan prinsip PHBS. Kondisi tersebut terlihat dari rendahnya kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir serta masih adanya siswa yang membuang sampah tidak pada tempat yang telah disediakan. Temuan ini menunjukkan perlunya penyuluhan serta pembiasaan PHBS di lingkungsn sekolah. Perilaku tersebut dapat menyebabkan munculnya berbagai kejadian penyakit seperti diare dan cacingan (F et al., 2019).

Gambar 1. Penyampaian Materi

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bagi siswa dna siswi SDN Jeruk Tipis 3 diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, baik di lingkungan sekolah, rumah, maupun tempat umum. Pada tahap inti kegiatan, penyuluhan diawali dengan penyampaian materi PHBS kepada seluruh peserta hingga selesai, sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 1. Materi disajikan menggunakan media PPT yang memuat informasi mengenai penerapan PHBS di lingkungan sekolah. Selama kegiatan berlangsung, peserta mengikuti penyampaian materi dengan baik dan penuh perhatian. Materi diberikan secara sistematis dan disertai dengan contoh-contoh konkret yang dapat diterapkan oleh oeserta didik dalam kehidupan sehari-hari.

Gambar 2. Sesi Tanya Jawab Saat Penyampaian Materi

Kegiatan selanjutnya dilaksanakan melalui sesi tanya jawab sebagai upaya untuk meningkatkan antusiasme dan keterlibatan peserta selama penyuluhan, sebagaimana ditampilkan pada gambar 2. Peserta menunjukkan respons yang sangat baik dan antusias dalam mengikuti kegiatan. Hal tersebut terlihat dari keaktifan siswa dan siswi dalam mengajukan pertanyaan maupun memberikan jawaban atas pertanyaan yang disampaikan oleh pemateri. Sebanyak 5 orang siswa dan siswi mengajukan pertanyaan yang berkaitan dengan

materu PHBS yang telah diberikan. Keaktifan tersebut menunjukkan adanya rasa ingin tahu yang tinggi sertra ketertarikan peserta terhadap materi peyuluhan. Selain itu, siswa dan siswi juga menunjukkan keberanian dan antusiasme dalam menjawab berbagai pertanyaan yang diberikan selama kegiatan berlangsung.

Salah satu penerapan Perilaku Hiudp Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah adalah membiasakan mencuci tangan menggunakan sabun atau cairan pembersih tangan. Kebiasaan tersebut perlu diterapkan secara rutin oleh setiap siswa, tidak hanya selama berada di lingkungan sekolah, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari di rumah. Oleh karena itu, penerapan nilai-nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah menjadi suatu kebutuhan penting yang dapat dilakukan melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Melalui kegiatan tersebut, siswa diharapkan mampu memahami dan membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat sejak usia dini, baik dilingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa kelas 3 SDN Jeruk Tipis 3 terlaksana dengan baik dan mendapat respons yang positif dari peserta didik. Kegiatan ini dilaksanakan melalui metode ceramah, tanya jawab dan demonstrasi dengan materi yang berfokus pada pentingnya penerapan PHBS serta praktik 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Berdasarkan hasil kegiatan, siswa menunjukkan antusiasme dan keterlibatan yang baik selama proses penyuluhan. Hal tersebut terlihat dari keaktifan siswa dalam mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri. Sebanyak lima siswa mengajukan pertanyaan terkait materi PHBS, yang menunjukkan adanya ketertarikan dan rasa ingin tahu terhadap pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan.

Kegiatan edukasi ini juga menjadi upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun dan membuang sampah pada tempatnya. Hal ini penting karena hasil observasi dan wawancara masih menunjukkan adanya siswa yang belum menerapkan PHBS secara optimal.

Dengan demikian, edukasi PHBS perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui pembiasaan di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat. Dukungan dari seluruh warga sekolah serta penguatan melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) diharapkan dapat membantu siswa menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sejak usia dini sehingga tercipta lingkungan yang bersih, sehat, dan nyaman serta mendukung proses pembelajaran secara optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian menyampaikan terima kasih kepada pimpinan dan guru sekolah mitra, siswa kelas 3, Tim KKM Kelompok 36, serta Universitas Bina Bangsa yang mendukung pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

Alam, R. I. (2023). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) dalam Lingkungan Sekolah Abstrak A . PENDAHULUAN Anak usia dini merupakan tahap awal , dimana selama periode ini pertumbuhan dan perkembangan anak harus diperhatikan . Periode ini juga anak sangat rentan terkena be*. *04*(02), 75–81.

Ananda, D., Sk, B., Nasution, K. H., Afrah, M., & Siregar, G. (2024). *Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah SMP Muhammadiyah 61 Tanjung Slamet*. *2*(1), 26–41.

Anggraini, H. (2025). *Determinasi perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) di lingkungan sekolah dasar*. 28–36.

Djohar Maknun, M. S. (2013). *LINGKUNGAN PEMBELAJARAN SAINS YANG SEHAT, AMAN, NYAMAN DAN KONDUSIF*. *2*(April).

F, N. L. N., Yulianto, F. A., Yusroh, Y., Irasanti, S. N., & Rosady, D. S. (2019). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta Diare Akut di SMP Plus Pesantren Baiturrahman Bandung Clean Living and Healthy Behaviours and Acute Diarrhea in Junior High School of Baiturrahman Boarding School Bandung*. *1*(20), 170–173.

Finanto, M., Bangun, A., Japalsyah, R., Rahmawati, A. D., Putri, R., Tasya, F. A., Saputra, B., & Oktavia, N. K. (2023). *Psikoedukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak-Anak SPS Bunga Tanjung*. *1*(1), 1–7.

Rianto, A. A. (2023). *Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Menengah Pertama*. *1*(4).

Rozi, F., & Zubaidi, A. (2021). *Strategi Kepala Sekolah dalam Menerapkan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini*. *10*(1), 59–68.

Sari, S. E., Lestari, F., & A, D. N. (2026). *Efektivitas Edukasi Kesehatan Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Masyarakat : Studi Literatur*. *5*(3), 1945–1954.

Vitriani, E., & Suryani, D. (n.d.). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Jalanan di Yayasan Rumah Impian Yogyakarta*. 45–52.