



## Program Edukasi sebagai Langkah Peningkatan Pemahaman dan Praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SDN 1 Senggigi, Lombok Barat

Nurhidayati Nurhidayati<sup>1</sup>, Fauzan Faqih<sup>2</sup>, Royan Alfian Firdaus<sup>2</sup>, Kurniawan Aditya Saputra<sup>2</sup>, Rifky Sandya Rakadi Putra<sup>2</sup>, Nilam Nurmilatun Kamilah<sup>2</sup>, Anjela Fatma Lovely<sup>2</sup>, Fitri Naziliny<sup>2</sup>, Rinesita Murniati<sup>2</sup>, Baiq Marceliya Anjani Mutia<sup>2</sup>, Radiah Meilani Putri<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Departement of Pharmacology, Faculty of Medicine, University of Mataram, Mataram, Indonesia

<sup>2</sup> Medical Student, Faculty of Medicine, University of Mataram, Mataram, Indonesia

### Article Info

Received : April 28, 2025

Revised : May 9, 2025

Accepted: May 22, 2025

### Abstract:

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk perilaku yang dipraktekkan oleh masyarakat dari hasil pembelajaran pada bidang kesehatan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. PHBS mencakup berbagai tatanan dalam kehidupan, namun yang perlu ditanamkan sejak dini yaitu pada tatanan institusi pendidikan. Pemahaman PHBS di Institusi pendidikan dapat membentuk kebiasaan baik dan budaya hidup sehat. Pengabdian ini bersifat observasional kuantitatif yang bertujuan untuk melihat pemahaman siswa terkait dengan PHBS sebelum dan setelah dilakukannya sosialisasi. Pengabdian ini dilaksanakan di SD Negeri 1 Senggigi kepada siswa kelas 4B sebanyak 16 siswa dengan menggunakan metode pelaksanaan *pre-test*, pemberian materi menggunakan flipchart, kuis, dan dengan diakhiri *post-test*. Hasil dari analisa kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa responden atau partisipan sudah memiliki sedikit pemahaman tentang PHBS. Hal tersebut diketahui dari analisa hasil *pre-test* yang sudah diisi oleh partisipan sebelum materi diberikan. Dilihat dari analisa hasil *post-test* yang nilainya meningkat atau lebih tinggi dari nilai *pre-test* menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian ini berhasil dan sukses dalam meningkatkan pemahaman siswa-siswi kelas 4B SD Negeri 1 Senggigi selaku partisipan terkait materi tentang PHBS melalui penyuluhan dan edukasi yang disampaikan.

**Keywords:** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

**Citation:** Nurhidayati, N., Faqih, F., Firdaus, R. A., Saputra, K. A., Putra, R. S. R., Kamilah, N. N., Lovely, A. F., Naziliny, F., Murniati, R., Mutia, B. M. A., & Putri, R. M. (2025). Program edukasi sebagai langkah peningkatan pemahaman dan praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa SDN 1 Senggigi, Lombok Barat. *Jurnal Bakti Mandalika*, 1(1);20-25

## Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk sekumpulan perilaku atas adanya dasar kesadaran yang dipraktekkan sebagai hasil pembelajaran sehingga seseorang, keluarga, kelompok, ataupun masyarakat mampu menolong dirinya sendiri dan dapat berperan aktif pada bidang kesehatan dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011). PHBS berupaya memberikan pengalaman belajar dengan memberikan informasi dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku (Larira *et al.*, 2021). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, 2017, dan 2018, PHBS di Indonesia mengalami peningkatan sekitar 28% yaitu 11,2% pada tahun 2007 menjadi 23,6% pada tahun 2013 dan kemudian kembali mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 39,1% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Pemahaman PHBS mencakup berbagai tatanan dalam kehidupan manusia, diantaranya tatanan rumah tangga, tatanan institusi pendidikan, tatanan tempat kerja, tatanan tempat umum, dan tatanan fasilitas kesehatan. Kesehatan pada anak usia sekolah sangat penting dikarenakan dapat mempengaruhi hasil belajar dan prestasi anak, terlebih lagi anak usia sekolah sangat rawan terhadap berbagai masalah kesehatan (Messakh *et al.*, 2019). PHBS di institusi pendidikan (sekolah kampus, seminar, pesantren, dan lain-lain) harus ditanamkan sejak dini agar terbentuk kebiasaan baik dan budaya hidup sehat sejak awal kehidupan (Nasrullah, 2021). PHBS di sekolah merupakan perilaku memahami seputar kesehatan yang diterapkan oleh peserta didik, guru, masyarakat yang ada di lingkungan sekolah atas dasar kesadaran pada diri (Nurmahmudah *et al.*, 2018). Terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi PHBS pada anak seperti kebiasaan di rumah, lingkungan masyarakat, sekolah, guru yang kurang memberikan contoh yang baik dan teladan pada anak, ataupun dari anak itu sendiri (Julianti *et al.*, 2018). Pengetahuan orangtua yang kurang akan PHBS akibat tingkat pendidikannya yang tergolong rendah juga menjadi faktor yang mempengaruhi anak dalam mengenal dan memahami PHBS. Orangtua perlu memahami pengetahuan terkait PHBS sebagai upaya meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia sekolah (Kusumawardani and Saputri, 2020).

Terdapat beberapa hal yang bisa dilakukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan anak tentang PHBS seperti memberikan edukasi mencuci tangan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban yang sehat, membuang sampah pada tempatnya, tidak mengonsumsi narkoba, tidak merokok, tidak

mengonsumsi narkoba, psikotropika, dan zat aditif lainnya (NAPZA), tidak meludah sembarangan, memberantas jentik nyamuk, dan lain-lain (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011). Hal tersebut juga dilakukan oleh mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Mataram kepada siswa dan siswi kelas 4 di SDN 1 Senggigi. Berdasarkan hasil observasi di SDN 1 Senggigi, siswa dan siswi sebagian besar sudah memiliki pengetahuan mengenai PHBS, namun masih ada beberapa siswa dan siswi yang kurang memiliki pengetahuan terkait PHBS. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian di SDN 1 Senggigi. Alasan peneliti memilih SDN 1 Senggigi karena sekolah tersebut merupakan sekolah yang masuk dalam daerah desa binaan Fakultas Kedokteran Universitas Mataram. Penyuluhan mengenai PHBS telah dirancang oleh tim peneliti sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan pemahaman warga sekolah tentang pentingnya menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. PHBS di institusi pendidikan terutama di sekolah dapat menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat sehingga dapat mendukung kelancaran kegiatan belajar mengajar para siswa, guru, serta masyarakat yang ada pada lingkungan sekolah (Kementerian Sosial Republik Indonesia, 2020).

## Metode

Kegiatan ini merupakan suatu program penyuluhan dalam bentuk kunjungan lapangan yang dilaksanakan secara luring pada Rabu, 30 Agustus 2023 dengan durasi 120 menit. Kegiatan ini berlokasi di SD Negeri 1 Senggigi, Kecamatan Batu Layar, Kabupaten Lombok Barat, Provinsi Nusa Tenggara Barat dengan siswa kelas 4B yang berjumlah 24 orang sebagai target penyuluhan. Namun, dari 24 sampel hanya 16 sampel yang dijangkau. Hal ini karena terdapat siswa yang tidak hadir dan tidak mengerjakan pretest atau post-test sehingga data yang diperlukan tidak lengkap. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program edukasi berupa penyuluhan terhadap pengetahuan siswa mengenai PHBS. Penyuluhan ini menggunakan *flipchart* sebagai media penyampaian materi perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang sudah didesain sebelumnya. Desain pengabdian pengukuran pengetahuan siswa bersifat observasional kuantitatif. Pengumpulan dan pengolahan data pengabdian menggunakan bantuan Microsoft Office Excel 2016.

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan permainan tepuk tangan untuk meningkatkan fokus dan daya serap anak (Fauziddin *et al.*, 2018). Kemudian dilanjutkan dengan menyebarkan lembaran *pre-test* untuk mengetahui sejauh mana para siswa memahami tentang penerapan PHBS yang baik dan benar. Lembar

*pretest* ini mencakup 13 butir pertanyaan dengan total 19 poin apabila benar seluruhnya. Cakupan materi pertanyaan diantaranya tentang mencuci tangan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban yang sehat, membuang sampah pada tempatnya, tidak mengonsumsi narkoba, tidak merokok, tidak mengonsumsi NAPZA.

Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi PHBS oleh salah seorang dari tim penyuluh dengan topik mencuci tangan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban yang sehat, membuang sampah pada tempatnya, tidak mengonsumsi narkoba, tidak merokok, tidak mengonsumsi NAPZA, tidak meludah sembarangan, dan memberantas jentik nyamuk. Penyampaian materi menggunakan media peraga berupa flipchart dengan metode interaktif. Kemudian dilanjutkan dengan sesi pertanyaan dan kuis berhadiah.

Diakhir kegiatan kami menyebarkan lembaran *post-test* untuk mengetahui bagaimana peningkatan pengetahuan siswa setelah mendapatkan materi penyuluhan. *Post test* mencakup pertanyaan yang sama seperti *pretest*. Kemudian diakhiri dengan penutup dan dokumentasi bersama.

### Hasil dan Pembahasan

Selama pelaksanaan pengabdian kepada siswa ini, sebanyak 16 partisipan pada kelas 4B di SDN 1 Senggigi mengikuti penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman anak-anak tentang perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Kegiatan ini mendapatkan dukungan dari Kepala Sekolah dan Guru-guru SDN 1 Senggigi. Partisipan mengikuti serangkaian kegiatan penyuluhan meliputi, *pre-test*, *post-test*, penyampaian materi penyuluhan dan *games* (Gambar 1, 2 dan 3).



**Gambar 1.** Proses pengisian *pre-test* oleh siswa-siswi kelas 4B SD Negeri 1 Senggigi



**Gambar 2.** Proses penyampaian materi tentang PHBS oleh Mahasiswa



**Gambar 3.** Proses pengisian *post-test* oleh siswa-siswi kelas 4B SD Negeri 1 Senggigi

Tingginya antusiasme siswa-siswi terlihat dari fokusnya mereka memperhatikan penyampaian materi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat serta mengikuti gerakan-gerakan yang diperagakan oleh tim presentan (Gambar 4). Kegiatan berjalan dengan lancar selama dua jam dan ditutup dengan foto bersama tim penyuluhan dan siswa-siswi SDN 1 Senggigi (Gambar 5).

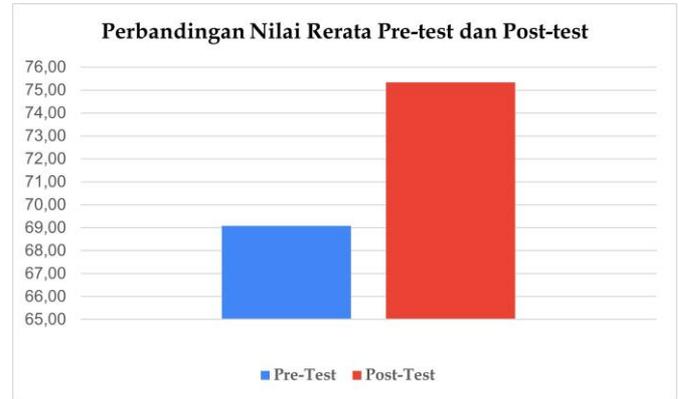


**Gambar 4.** Antusiasme siswa-siswi kelas 4B SD Negeri 1 Senggigi dalam menerima materi yang disampaikan



**Gambar 5.** Dokumentasi Mahasiswa dengan guru seluruh siswa-siswi kelas 4B SD Negeri 1 Senggigi selaku responden kegiatan

Kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh siswa SDN 1 Senggigi kelas 4 B sebanyak 16 siswa (6 laki-laki dan 10 perempuan) dan didampingi oleh 1 orang guru. Siswa diberikan masing-masing 13 soal pre-test dan post-test tentang PHBS. Dari hasil analisis pre-test dan post-test yang diberikan didapatkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari seluruh siswa kelas 4 B SDN 1 Senggigi. Peningkatan nilai rata-rata sebelum dan setelah pemaparan materi PHBS tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang disampaikan dapat dipahami oleh siswa kelas 4 B SDN 1 Senggigi dengan baik. Gambaran grafik perbandingan nilai rata-rata antara pre-test dan post-test dapat dilihat pada gambar 6.



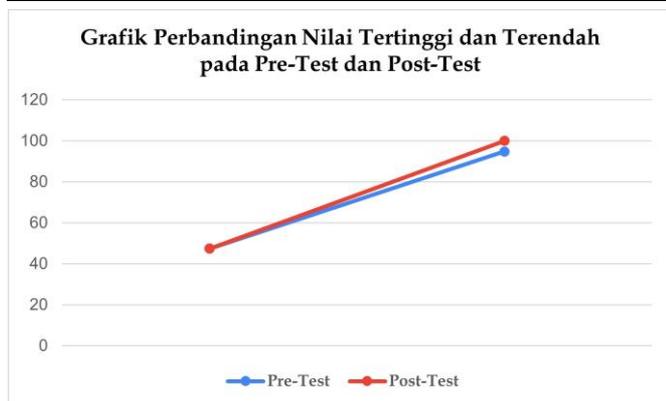
**Gambar 6.** Perbandingan nilai rata-rata *Pre-test* dan *Post-test* terkait materi tentang “PHBS” pada siswa-siswi kelas 4B SD Negeri 1 Senggigi

Dari hasil analisis data ditemukan bahwa nilai pre-test terendah adalah 47,37 dan nilai pre-test tertinggi adalah 94,74. Setelah dilakukan pemaparan materi yang selanjutnya dilakukan pengujian dengan memberikan post-test dengan jumlah dan pertanyaan yang sama dari soal pre-test sebelumnya didapatkan peningkatan batas skor tertinggi menjadi 100 dengan batas skor terendah tetap di angka 43,37 (tabel 1).

Berdasarkan analisis setiap butir soal, pada *pretest* kebanyakan siswa salah menjawab pertanyaan mengenai makanan sehat, jamban sehat, dan kapan harus mencuci tangan dengan sabun. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyaknya siswa yang belum mengetahui dan memahami bagaimana kriteria makanan dan jamban yang sehat serta kapan saja waktu diharuskan mencuci tangan menggunakan sabun. Sebaliknya, berdasarkan hasil *pretest* kebanyakan siswa menjawab benar pada butir soal yang berisikan pertanyaan mengenai alasan harus mencuci tangan, mengenai membuang sampah pada tempatnya, dan bahaya merokok.

**Tabel 1.** Nilai tertinggi dan terendah pada hasil *Pre-test* dan *Post-test* terkait materi tentang “PHBS” pada siswa-siswi kelas 4B SD Negeri 1 Senggigi

Kategori	Nilai Terendah	Nilai Tertinggi
Pre-test	47,37	94,74
Post-test	47,37	100



**Gambar 2.** Grafik perbandingan nilai tertinggi dan terendah pada *Pre-test* dan *Post-test* terkait materi tentang “PHBS” pada siswa-siswi kelas 4B SD Negeri 1 Senggigi

Berdasarkan evaluasi di lokasi penyuluhan, didapatkan beberapa kemungkinan yang mungkin menjadi penyebab tidak adanya peningkatan pada batas skor terendah. Kemungkinan yang mungkin terjadi adalah hilangnya konsentrasi siswa setelah mendapatkan materi edukasi dengan durasi yang lama. Konsentrasi juga kemungkinan dapat terpecah akibat siswa yang sudah mulai lapar dan ingin menyelesaikan kuesioner secepat mungkin untuk segera mendapatkan hadiah makanan yang sudah disediakan, keinginan tersebut mendorong beberapa siswa untuk menjawab kuesioner dengan jawaban yang sama pada pre-test dan post test sehingga skor yang diperoleh tidak banyak mengalami perubahan. Frekuensi jawaban siswa dapat dilihat pada tabel 2.

Lancarnya kegiatan penyuluhan ini tentu tidak luput dari berbagai kendala yang ada selama proses kegiatan berlangsung. Kendala yang terjadi antara lain: 1) kegiatan pengabdian dimulai tidak sesuai jadwal yang telah direncanakan akibat adanya hambatan, berupa faktor internal, seperti keterlambatan tim menuju ke tempat lokasi pengabdian; 2) faktor eksternal, seperti sulitnya lahan parkir, sehingga tim kesulitan mencari tempat untuk memarkirkan kendaraan; 3) lokasi kelas yang tidak cukup luas untuk penyuluhan sehingga proses penyuluhan berjalan dalam suasana yang kurang kondusif. Tim penyuluhan menyadari bahwa kendala yang dihadapi terjadi akibat tidak melakukan survey lokasi sebelum melakukan kegiatan pengabdian. Kendala yang dihadapi oleh tim penyuluhan seharusnya dapat diatasi dengan cara melakukan survey lokasi sebelum hari kegiatan pengabdian dilakukan.

**Tabel 2.** Frekuensi Jawaban benar dan skor *Pre-Test* dan *Post-Test* terkait materi tentang “PHBS” pada siswa-siswi kelas 4B SD Negeri 1 Senggigi

Kode Responden	PRE-TEST		POST-TEST	
	Jawaban benar	Skor	Jawaban benar	Skor
n1	15	78,95	15	78,95
n2	15	78,95	15	78,95
n3	11	57,89	13	68,42
n4	13	68,42	13	68,42
n5	16	84,21	17	89,47
n6	12	63,16	14	73,68
n7	16	84,21	16	84,21
n8	9	47,37	12	63,16
n9	18	94,74	19	100,00
n10	15	78,95	17	89,47
n11	11	57,89	11	57,89
n12	10	52,63	12	63,16
n13	12	63,16	18	94,74
n14	10	52,63	9	47,37
n15	11	57,89	10	52,63
n16	16	84,21	18	94,74
<b>Rata-rata</b>		<b>69,08</b>		<b>75,33</b>

## Simpulan

Berdasarkan hasil program edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang telah dilakukan pada siswa SDN 1 Senggigi oleh penulis dapat disimpulkan bahwa program tersebut memberikan dampak positif terhadap pemahaman siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Dampak positif tersebut dapat dilihat dari peningkatan nilai rata-rata sebelum dan setelah pemaparan materi PHBS, peningkatan nilai rerata tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang disampaikan dapat dipahami oleh siswa kelas 4 B SDN 1 Senggigi dengan baik. Peningkatan pemahaman siswa mengenai PHBS diharapkan dapat menjadi faktor terciptanya lingkungan yang bersih di lingkungan sekolah sehingga para siswa dapat belajar dengan nyaman dan dapat memberikan pengaruh positif pada prestasi siswa.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Mataram yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada siswa-siswi SDN 1 Senggigi sehingga kegiatan ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, khususnya anak-anak yang merupakan generasi penerus bangsa. Terima kasih kepada pihak SDN 1 Senggigi yang telah memberikan izin untuk menggunakan tempat dan fasilitasnya sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan sesuai harapan.

**Daftar Pustaka**

- Fauziddin, M., & Mufarizuddin. (2018). Useful of clap hand games for optimalize cogtivite aspects in Early Childhood Education. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 162-169. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v2i2.76>.
- Julianti, R., Nasirun, H.M. and Wembrayarli. (2018), "Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah", *Jurnal Ilmiah Potensia*, Vol. 3 No. 2, pp. 11-17.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011), *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)*, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021, December 21). *Gerakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Data Riset Kesehatan Dasar*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/gerakan-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-dalam-data-riset-kesehatan-dasar>.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2020), "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga", 9 April, available at: <https://kemensos.go.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-penguatan-kapabilitas-anak-dan-keluarga> (accessed 7 September 2023).
- Kusumawardani, L.H. and Saputri, A.A. (2020), "Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Sekolah", *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju - STIKIM*, Vol. 10 No. 02, pp. 82-89, doi: 10.33221/jiiki.v10i02.514.
- Larira, D.M., Rasmiati, K. and Mien. (2021), "Pembelajaran Dini Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)", *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, Vol. 1 No. 2, pp. 16-20.
- Nasrullah, N. (2021). Pendampingan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini di Masa Pandemi Covid-19. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2(3):708-713. <https://doi.org/10.31004/cdj.v2i3.2544>.
- Messakh, S.T., Purnawati, S.S. and Panuntun, B. (2019), "Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Bancak", *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, Vol. 10 No. 1, pp. 136-145.
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T. and Agustin, I.T. (2018), "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah", *Jurnal Abdimas UMTAS*, Vol. 1 No. 2, pp. 46-52.