

## SOSIALISASI PHBS PADA SISWA SEKOLAH DASAR DI DESA WRINGINPUTIH SEBAGAI UPAYA MENANAMKAN PENTINGNYA KESEHATAN SEJAK DINI

Ulfatul Azizah Awaliyyah<sup>1\*</sup>, Rifani Zulfa<sup>2</sup>, Desvita Agrinta Putri Maharani<sup>3</sup>,  
Cahyo Yuwono<sup>4</sup>,  
<sup>1234</sup> Universitas Negeri Semarang

\*Korespondensi : [ulfatulazizah@students.unnes.ac.id](mailto:ulfatulazizah@students.unnes.ac.id)

### ABSTRACT

One form of effort to reduce health problems in society is by increasing awareness of the importance of cleanliness and health. Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a form of effort to prevent disease or health problems and is a promotive effort to improve a person's health status. Clean and Healthy Living Behavior needs to be implemented from an early age in everyday life to create and achieve a healthy life. Get into the habit of living a clean and healthy life by starting with small things such as washing your hands, brushing your teeth, and sorting waste according to type. This activity is carried out in the form of socialization or delivery of material regarding Clean and Healthy Living Behavior, which aims to provide knowledge and understanding about PHBS in the form of good and correct hand washing procedures, the good and correct way of brushing teeth, as well as sorting waste according to its type which is carried out to elementary school-age children in the Wringinputih Village area. The activity method is carried out by socializing or delivering material, demonstrations, and interactive questions and answers. The results obtained from this socialization activity are an increase in elementary school-age children's knowledge and understanding of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) so that they can apply it in everyday life.

### ABSTRAK

Salah satu bentuk upaya untuk mengurangi permasalahan kesehatan yang terjadi di masyarakat salah satunya adalah dengan meningkatkan kesadaran akan pentingnya kebersihan dan kesehatan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai bentuk upaya yang dilakukan untuk mencegah terjadinya penyakit atau masalah kesehatan dan menjadi salah satu upaya *promotive* untuk peningkatan derajat kesehatan pada seseorang. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat perlu diterapkan sejak usia dini dalam kehidupan sehari-hari guna menciptakan dan mencapai kehidupan yang sehat. Membiasakan hidup bersih dan sehat dengan memulai dengan hal-hal kecil seperti mencuci tangan, menggosok gigi, dan memilah sampah sesuai jenisnya. Kegiatan ini dilakukan berupa sosialisasi atau penyampaian materi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang PHBS berupa tatacara mencuci tangan yang baik dan benar, cara menggosok gigi yang baik dan benar, serta pemilahan sampah sesuai dengan jenisnya yang dilakukan kepada anak usia sekolah dasar yang berada di wilayah Desa Wringinputih. Metode kegiatan dilakukan dengan sosialisasi atau penyampaian materi, pen-demonstrasian dan tanya jawab secara interaktif. Hasil yang didapatkan dari kegiatan sosialisasi ini adalah adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman anak usia sekolah dasar terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci:** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Sosialisasi, Kesehatan, Anak Usia Dini

### PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan masih seringkali terjadi di lingkungan masyarakat baik pada anak-anak, remaja, dan dewasa tanpa disadari dan diketahui penyebab dari permasalahan kesehatan tersebut. Seringkali hal tersebut terjadi dikarenakan minimnya pengetahuan masyarakat Indonesia tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang harus ditanamkan sejak dini. PHBS baik di lingkungan

keluarga ataupun sekolah masih belum dapat dipahami dengan baik oleh masyarakat dikarenakan kurangnya penyebaran informasi dan keterbatasan dari dukungan fasilitas untuk program sosialisasi atau penyuluhan PHBS kepada masyarakat (Hadiyanto, 2017). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebagai bentuk upaya yang dilakukan untuk mencegah terjadinya penyakit atau masalah kesehatan dan menjadi salah satu upaya promotive untuk peningkatan derajat kesehatan pada seseorang (Julianti et al., 2018). Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seringkali digunakan sebagai bentuk usaha melalui komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk membantu seseorang meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku guna mengenai dan mengatasi masalah kesehatannya sendiri sehingga seseorang tersebut sadar akan pentingnya kesehatan dan dapat menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan derajat kesehatan (Adriansyah & Firdausi, 2017).

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) perlu diterapkan sejak usia dini dalam kehidupan sehari-hari guna menciptakan dan mencapai kehidupan yang sehat. Perilaku terbentuk karena adanya kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan sejak dini dan adanya dukungan lingkungan serta dukungan dari pendidikan. Pembentukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat memang perlu dilakukan sejak dini, karena hal ini menjadi penting yang akan menjadi kebiasaan hidup yang baik (Ariani & Riza, 2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dapat dibiasakan dengan memulai hal-hal yang kecil seperti mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan gigi dan mulut dengan menggosok gigi, membuang sampah pada tempatnya dan menggolongkan sampah sesuai jenisnya, dan kebiasaan menjaga kebersihan lainnya (Handayani et al., 2016).

Penerapan sejak dini ini bisa diterapkan dan disosialisasikan di lingkungan sekolah. Berdasarkan pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2011 menyatakan bahwa pembinaan PHBS dapat dilakukan di lingkungan sekolah dengan dibagi menjadi 3 sasaran yaitu primer, sekunder, dan tersier. Menurut penelitian Fida Fitriani et al., (2022) sasaran tersier adalah siswa/I SD dan MI sebagai pelaku dalam melakukan aktivitas PHBS di lingkungan sekolah, guru sebagai sasaran sekunder sebagai panutan dalam berperilaku hidup bersih dan sehat, dan sasaran tersiernya adalah bentuk implementasi PHBS di lingkungan sekolah oleh komite sekolah, dinas pendidikan, puskesmas, dan instansi/lembaga lain yang mempunyai kewenangan dalam penyelenggaraan dan pembinaan PHBS.

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tingkat SD menjadi hal yang sangat penting. Pada usia anak 0-8 tahun anak cenderung akan lebih banyak melakukan aktivitas belajar dan bermain yang dilakukan baik di lingkungan rumah dan sekolah. Anak pada usia sekolah dasar adalah generasi penerus bangsa yang jumlahnya berkisar persentase 40-50% yang menjadi kelompok usia terbesar dari kelompok usia anak-anak yang menerapkan program wajib belajar, dimana anak pada usia ini sangat peka untuk menanamkan pengertian dan kebiasaan hidup sehat karena usia harapan hidup yang masih panjang, sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan (Rusman et al., 2018). Pemberian program dan pendidikan kesehatan sejak usia dini melalui anak-anak sekolah dasar menjadi salah satu hal yang sangat efektif karena dapat mengubah perilaku dan kebiasaan hidup sehat pada dirinya sendiri serta akan berpengaruh pada perilaku anak baik di lingkungan sekolah, keluarga, ataupun masyarakat.

Berdasarkan pada permasalahan dan latar belakang yang terjadi, mengingat akan pentingnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sejak dini. Maka dalam hal ini, mahasiswa KKN Unnes Giat 6 Universitas Negeri Semarang melakukan sosialisasi dan demonstrasi terkait dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yaitu cara mencuci tangan, menggosok gigi, dan pemilahan sampah sesuai jenisnya yang dilaksanakan di sekolah dasar desa Wringinputih, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang.

## **METODE**

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah melakukan sosialisasi dan tanya jawab secara interaktif dengan siswa/I sekolah dasar di wilayah desa Wringinputih (Suprpto & Arda, 2021). Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan pada hari Rabu & Kamis tanggal 1 & 2 November 2023 pada pukul 09.00 s.d. 11.00 WIB. Kegiatan dilakukan di lingkungan sekolah dasar di wilayah desa

Wringinputih. Kegiatan ini merupakan kegiatan yang berbentuk sosialisasi untuk memperkenalkan dan memberikan edukasi ke siswa/I sekolah dasar Wringinputih tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat disertai dengan demonstrasi praktik cara mencuci tangan, yang baik dan benar, cara menggosok gigi yang baik dan benar, serta pemilahan sampah sesuai dengan jenisnya. Sesi tanya jawab akan dilakukan apabila dalam rangkaian kegiatan sosialisasi atau saat penjelasan materi ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah melakukan sosialisasi dan tanya jawab secara interaktif dengan siswa/I sekolah dasar di wilayah desa Wringinputih (Suprpto & Arda, 2021). Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan pada hari Rabu&Kamis tanggal 1&2 November 2023 pada pukul 09.00 s.d. 11.00 WIB. Kegiatan dilakukan di lingkungan sekolah dasar di wilayah desa Wringinputih.

Kegiatan ini merupakan kegiatan yang berbentuk sosialisasi untuk memperkenalkan dan memberikan edukasi ke siswa/I sekolah dasar Wringinputih tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat disertai dengan demonstrasi praktik cara mencuci tangan, yang baik dan benar, cara menggosok gigi yang baik dan benar, serta pemilahan sampah sesuai dengan jenisnya. Sesi tanya jawab akan dilakukan apabila dalam rangkaian kegiatan sosialisasi atau saat penjelasan materi dinilai oleh siswa kurang jelas dan kurang dimengerti (Harvianto et al., 2023).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Keterangan
Usia	6-9 tahun

(Sumber: Kegiatan 2023)

Pelaksanaan sosialisasi dilakukan pada rentan usia dini yaitu usia sekolah dasar dengan rentan usia 6-9 tahun di sekolah dasar wilayah desa Wringinputih. Tujuan dari dilaksanakannya sosialisasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah untuk memberikan edukasi, pemahaman, pengetahuan, dan pembiasaan perilaku menjaga kesehatan dimulai dari diri sendiri dan ditanamkan sejak usia dini.



Gambar 1. Materi Sikat Gigi  
(Sumber: Kegiatan 2023)

Kegiatan sosialisasi ini mencakup serangkaian kegiatan pemberian materi yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan siswa/I tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang disampaikan oleh teman-teman dari KKN Giat 6 Universitas Negeri Semarang. Bentuk materi yang dipaparkan adalah dengan secara langsung berinteraksi dengan siswa/I sekolah dasar.



Gambar 2. Materi Pemilahan Sampah  
(Sumber: Kegiatan 2023)

Materi yang disampaikan dalam kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat diantaranya adalah tentang cara menggosok gigi dan mencuci tangan yang baik dan benar. Selain itu dalam kegiatan ini juga melakukan penyampaian materi tentang pemilahan sampah guna siswa/I dapat membuang sampah pada tempatnya yang sesuai dengan jenis dari sampah tersebut yang terdiri dari organik, anorganik, dan sampah B3. Pada saat penyampaian materi, pemateri menyampaikan poin-poin mengenai pentingnya mencuci tangan gosok gigi dan pemilahan sampah, dampak atau penyakit yang akan terjadi bila tidak melakukannya dengan baik, dan tata cara melakukan ketiga materi tersebut untuk diterapkan di kehidupan sehari-hari. Materi PHBS dipaparkan dengan berinteraksi secara langsung dengan siswa/I di sekolah dasar wilayah Wringinputih. Para siswa/I diajak untuk terlibat langsung dalam mempraktekkan materi cara mencuci tangan dan sikat gigi yang baik dan benar serta melakukan pemilahan sampah sesuai dengan jenisnya.



Gambar 3. Materi Cuci Tangan  
(Sumber: Kegiatan 2023)

Setelah dilakukannya penyampaian materi dan siswa/I mempraktekkan cara cuci tangan dan sikat gigi yang benar serta paham memilah sampah sesuai dengan jenisnya. Rangkaian kegiatan selanjutnya adalah sesi diskusi atau tanya jawab. Pada rangkaian kegiatan ini, siswa/I diminta oleh pemateri untuk maju ke depan untuk memperagakan dari ketiga materi yang sudah disampaikan (cuci tangan, sikat gigi, dan pemilahan sampah). Pada sesi ini juga diberikan pertanyaan untuk mengetahui pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan. Bagi siswa/I yang sudah berani maju untuk mempraktekkan

gerakan ke depan dan berhasil menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri, maka peserta tersebut berhak untuk mendapatkan hadiah.



Gambar 4. Pembagian Hadiah  
(Sumber: Kegiatan 2023)

Pemberian hadiah diberikan kepada siswa/I yang aktif saat sesi tanya jawab sedang berlangsung, berhasil menjawab pertanyaan dari pemateri, dan berani untuk maju ke depan untuk mempraktekkan materi cuci tangan, sikat gigi, dan pemilahan sampah. Pemberian hadiah diberikan sebagai bentuk apresiasi atau penghargaan yang diberikan oleh pemateri dan sebagai bentuk ucapan terima kasih dari tim pelaksana terhadap peserta kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Tim KKN UNNES GIAT 6 mengenai “Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar di Desa Wringinputih Sebagai Upaya Menanamkan Pentingnya Kesehatan Sejak Dini” menjadi kegiatan yang sangat bermanfaat. Kegiatan ini memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat utamanya adalah dalam hal cuci tangan, sikat gigi, dan pemilahan sampah. Dengan adanya kegiatan pengabdian ini yang berupa sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada siswa sekolah dasar diharapkan mereka mampu untuk mengimplementasikan dan menerapkan materi yang telah disampaikan dan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) pada kehidupan sehari-hari baik di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat.

## **SIMPULAN**

Kegiatan sosialisasi mengenai Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dilaksanakan pada empat sekolah di desa Wringinputih yaitu, SDN Wringinputih 01, SDN Wringinputih 02, SDN Wringinputih 03, dan MI Miftahul Ulum. Diharapkan dengan adanya kegiatan sosialisasi ini dapat merubah pola perilaku siswa/I sekolah dasar dengan mampu menerapkan apa yang telah diberikan baik di area sekolah maupun di area rumah yaitu mengenai upaya-upaya menerapkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) berupa cara mencuci tangan yang baik dan benar, cara menggosok gigi yang baik dan benar, serta pemilahan sampah sesuai dengan jenisnya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Adriansyah, A. A., & Firdausi, N. J. 2017. Implementasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Lengkong 1, Desa Lengkong, Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. *Journal Unusa*. Vol. 1 No. 2, 87–

95.

- Ariani, R., & Riza, F. V. 2019. Peningkatan Derajat Kesehatan Melalui Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sejak Dini. *Proseding Seminar Nasional Kewirausahaan*. Vol. 1 No. 1, 319–322.
- Farhaini, A., Puspitasari, C. E., & Ridwan, S. 2022. Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Tingkat Remaja Di Pondok Pesantren Nurul Hakim Kediri. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*. Vol. 5 No. 4. 274–277.
- Fida Fitriani, U., Gebilya Tiboyong, W., Ardhani, D., Naufal, A., Agustina, N., & Maulana Fahrudin, T. 2022. Sosialisasi Dan Penerapan Perilaku Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Penurunan Angka Stunting di Sekolah Dasar Desa Kunjorowesi. *KARYA UNGGUL : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol. 1 No. 2, 1–8.
- Hadiyanto, H. 2017. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Tatanan Keluarga Di Posdaya Al-Fadillah. *Surya : Jurnal Seri Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol. 2 No. 1. 89–92.
- Handayani, R., Novaryatiin, S., & Ardhany, S. D. 2016. Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak-Anak Tingkat Sekolah Dasar di Desa Tabore Kecamatan Mentangai Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*. Vol. 2 No. 1. 8–13.
- Harvianto, Y., Wisman, Y., & Dony, G. W. 2023. Sosialisasi Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bagi Siswa Sekolah Dasar di Kota Palangka Raya Pada Masa New Normal. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*. Vol. 6 No. 1. 6–9.
- Julianti, R., Nasirun, M., & Wembrayarli. 2018. Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*. Vol. 2 No. 2. 11–17.
- Rusman, A. A., Paryati, S. P. Y., Handayani, D. R., Ambarukmi, F., Indriyana, S. Q., Triningtyas, A. Y., Taufan, A., Saadah, H., Kristiana, R., Roslaeni, R., Fahrudi, O., Pratiwi, S. T., Jufri, H., Sabirin, I. P. R., Fadilah, R. P. N., & Nawawi, A. P. 2018. Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Kepada Siswa Sekolah Dasar dan Pemeriksaan Kesehatan Bagi Masyarakat di Kota Cimahi. *Seminar Nasional Hasil PKM LPM Universitas Pasundan, Desember*, 39–55.
- Suprpto, S., & Arda, D. 2021. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Barombong. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*. Vol. 1 No. 2. 77–87.