



Peningkatan Kesadaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Melalui Edukasi Partisipatif pada Siswa MI Tarbiyatussubyan

Widia Ayu Usmilawati¹, Siti Napfiah^{2*}, Nok Izatul Yazidah³, Yunis Sulistyorini⁴

^{1,2,3,4}Pendidikan Matematika, Universitas Insan Budi Utomo, Malang
napfiahsiti@gmail.com²

Article Information

Article history

Received : 17-05-2026
Revised : 04-06-2026
Accepted : 08-06-2026

Keywords: clean and healthy living behavior; health education; participatory education; school health; MI Tarbiyatussubyan.

Kata kunci: perilaku hidup bersih dan sehat; edukasi kesehatan; edukasi partisipatif; kesehatan sekolah; MI Tarbiyatussubyan.

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) is an important foundation for developing a healthy and productive young generation. This community service program aimed to improve the awareness and understanding of upper-grade students (Grades IV, V, and VI) at MI Tarbiyatussubyan regarding personal hygiene and environmental sanitation. The activity employed a participatory educational approach consisting of interactive lectures, demonstrations of proper handwashing techniques based on World Health Organization (WHO) standards, and simulations on selecting healthy snacks. A total of 65 students participated in the program. Evaluation was conducted using pre-test, post-test, and behavioral observation methods. The results showed an improvement in students' understanding of clean and healthy living behaviors, with the average score increasing from 60% before the activity to 85% after the intervention. In addition, students demonstrated better handwashing practices and greater awareness of waste management and classroom cleanliness. These findings indicate that interactive and participatory health education is effective in improving students' knowledge and promoting positive behavioral changes related to clean and healthy living habits in the school environment.

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan fondasi penting dalam membentuk generasi yang sehat dan produktif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa kelas IV, V, dan VI MI Tarbiyatussubyan mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekolah. Metode yang digunakan adalah edukasi partisipatif melalui ceramah interaktif, demonstrasi teknik cuci tangan sesuai standar World Health Organization (WHO), serta simulasi pemilihan jajanan sehat. Kegiatan diikuti oleh 65 siswa dan dievaluasi menggunakan pre-test, post-test, serta observasi perilaku. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa mengenai PHBS yang ditunjukkan oleh kenaikan skor rata-rata dari 60% sebelum kegiatan menjadi 85% setelah kegiatan dilaksanakan. Selain itu, siswa menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mempraktikkan cuci tangan yang benar, memilah sampah sesuai jenisnya, dan menjaga kebersihan lingkungan kelas. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang bersifat interaktif dan partisipatif efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta mendorong perubahan perilaku siswa menuju penerapan PHBS di lingkungan sekolah.

*Corresponding Author

© 2026 Some rights reserved

Siti Napfiah
E-mail: napfiahsiti@gmail.com

PENDAHULUAN

Kualitas sumber daya manusia suatu bangsa sangat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan dan pendidikan generasi mudanya. Anak usia sekolah merupakan kelompok yang strategis dalam upaya promosi kesehatan karena berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat.

Namun, pada fase ini anak juga rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), dan kecacangan. Berbagai permasalahan tersebut sering kali berkaitan dengan rendahnya pemahaman dan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), baik di lingkungan rumah maupun sekolah.

Berbagai kegiatan edukasi dan sosialisasi PHBS telah dilaksanakan di berbagai daerah dan menunjukkan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan masyarakat. Sulistyorini dkk (2025) Berbagai kegiatan edukasi dan sosialisasi PHBS telah dilaksanakan di berbagai daerah dan menunjukkan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan masyarakat. Njurhajati (2015) menyatakan bahwa PHBS dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Selain itu, Pasma (2025), Khairunnisa (2024), dan Priliana (2025) menemukan bahwa kegiatan edukasi PHBS berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku kesehatan peserta.

Secara global, perilaku mencuci tangan dengan sabun serta menjaga kebersihan lingkungan terbukti mampu menurunkan angka kejadian berbagai penyakit menular. Namun, perubahan perilaku kesehatan memerlukan proses edukasi yang berkelanjutan dan didukung oleh lingkungan yang kondusif. Di lingkungan Madrasah Ibtidaiyah (MI), tantangan yang dihadapi sering kali berupa keterbatasan fasilitas sanitasi serta rendahnya literasi kesehatan yang sesuai dengan karakteristik siswa. Siswa kelas IV, V, dan VI berada pada tahap perkembangan yang mulai menuntut kemandirian dalam menjaga kebersihan diri (*personal hygiene*), sehingga perlu memperoleh pembinaan dan penguatan perilaku hidup sehat secara berkelanjutan.

MI Tarbiyatussubyan sebagai lembaga pendidikan dasar memiliki peran penting dalam membentuk karakter siswa yang sehat, disiplin, dan bertanggung jawab. Lingkungan madrasah yang bersih dan sehat akan mendukung terciptanya suasana belajar yang nyaman dan kondusif. Sebaliknya, rendahnya penerapan PHBS dapat meningkatkan risiko penularan penyakit di lingkungan sekolah yang pada akhirnya berpotensi mengganggu proses pembelajaran dan prestasi akademik siswa akibat meningkatnya angka ketidakhadiran karena sakit. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang sistematis untuk meningkatkan pemahaman dan praktik PHBS di lingkungan madrasah.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan sosialisasi PHBS di MI Tarbiyatussubyan menjadi penting untuk dilaksanakan. Kegiatan ini menggunakan pendekatan edukatif, interaktif, dan demonstratif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku siswa terkait pentingnya hidup bersih dan sehat. Materi yang disampaikan mencakup beberapa indikator utama PHBS di sekolah, seperti mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, serta menjaga kebersihan lingkungan untuk mencegah perkembangbiakan vektor penyakit. Melalui

kegiatan ini, siswa diharapkan mampu menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari dan menjadi agen perubahan yang dapat menularkan kebiasaan hidup sehat kepada keluarga maupun masyarakat di sekitarnya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan April–Mei 2026 di MI Tarbiyatussubyan. Kegiatan menggunakan pendekatan edukasi partisipatif dan demonstratif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan serta kesadaran siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sasaran kegiatan adalah seluruh siswa kelas tinggi, yaitu kelas IV, V, dan VI, dengan jumlah peserta sebanyak 65 siswa. Secara sistematis, pelaksanaan kegiatan dibagi ke dalam tiga tahapan utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

1. Tahap Persiapan (*Preparation*)

Pada tahap ini, tim pelaksana melakukan observasi awal terhadap kondisi lingkungan dan fasilitas sanitasi di MI Tarbiyatussubyan, meliputi ketersediaan sarana cuci tangan, kebersihan jamban, serta kondisi kantin sekolah. Selain itu, dilakukan koordinasi dengan kepala madrasah dan guru kelas untuk menyusun jadwal serta teknis pelaksanaan kegiatan agar tidak mengganggu proses pembelajaran. Tim juga menyiapkan materi edukasi dan media pembelajaran yang digunakan selama kegiatan, seperti slide presentasi, poster edukatif, serta alat peraga untuk praktik PHBS.

2. Tahap Pelaksanaan (*Implementation*)

Kegiatan inti dilaksanakan melalui tiga metode pembelajaran utama, yaitu:

- a. Ceramah interaktif, penyampaian materi mengenai delapan indikator PHBS di sekolah dilakukan menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh siswa. Untuk meningkatkan partisipasi peserta, sesi ini dilengkapi dengan kegiatan tanya jawab dan pemberian apresiasi kepada siswa yang aktif berpartisipasi.
- b. Demonstrasi langsung (*modeling*), tim pelaksana memberikan contoh praktik PHBS secara langsung, khususnya tata cara mencuci tangan menggunakan enam langkah sesuai standar *World Health Organization* (WHO) serta cara memilah sampah organik dan anorganik dengan benar.
- c. Praktik mandiri (*redemonstrasi*), setelah memperoleh penjelasan dan contoh praktik, siswa diminta mempraktikkan kembali langkah-langkah mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir di bawah bimbingan tim pelaksana. Kegiatan

ini bertujuan memastikan setiap siswa memahami dan mampu menerapkan teknik mencuci tangan yang benar dalam kehidupan sehari-hari.

3. Tahap Evaluasi (*Evaluation*)

Tahap evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas kegiatan sosialisasi PHBS dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa. Evaluasi menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif sederhana melalui beberapa metode berikut:

- a. Pre-test dan Post-test: Evaluasi pengetahuan dilakukan melalui pemberian pertanyaan lisan atau kuesioner singkat sebelum dan sesudah kegiatan sosialisasi. Instrumen ini digunakan untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa mengenai indikator-indikator PHBS di sekolah.
- b. Observasi Perilaku: Evaluasi keterampilan dan perilaku dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap siswa setelah sesi praktik. Observasi difokuskan pada ketepatan siswa dalam mempraktikkan enam langkah mencuci tangan sesuai standar WHO serta kedisiplinan dalam membuang sampah pada tempat yang telah disediakan.

Adapun media dan peralatan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi: (1) laptop dan proyektor untuk penyampaian materi; (2) sabun cair dan air mengalir sebagai sarana praktik mencuci tangan; serta (3) contoh sampah domestik yang digunakan dalam praktik pemilahan sampah.

Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif diperoleh dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang dianalisis melalui perbandingan skor rata-rata serta persentase peningkatan jawaban benar sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan. Analisis ini bertujuan untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sementara itu, data kualitatif diperoleh melalui observasi partisipatif dan dokumentasi selama kegiatan berlangsung. Analisis difokuskan pada perubahan sikap dan keterampilan siswa, seperti kemampuan mempraktikkan enam langkah mencuci tangan dengan benar serta kemampuan membedakan jajanan sehat dan tidak sehat. Data yang terkumpul kemudian direduksi, disajikan dalam bentuk tabel dan narasi deskriptif, serta diinterpretasikan untuk menilai ketercapaian tujuan kegiatan dalam meningkatkan kesadaran dan penerapan PHBS pada siswa MI Tarbiyatussubyan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di MI Tarbiyatussubyan menunjukkan hasil yang positif dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran kesehatan siswa. Berdasarkan hasil observasi awal, siswa kelas IV, V, dan VI telah memiliki pemahaman dasar mengenai pentingnya menjaga kebersihan. Namun, pemahaman tersebut masih bersifat konseptual dan belum sepenuhnya tercermin dalam perilaku sehari-hari. Kondisi ini terlihat dari kebiasaan sebagian siswa yang mencuci tangan tanpa menggunakan sabun serta masih rendahnya perhatian terhadap aspek kesehatan dan kandungan gizi pada jajanan yang dikonsumsi di lingkungan sekolah.

Penyampaian materi melalui pendekatan interaktif menjadi salah satu faktor yang mendukung keberhasilan kegiatan. Pada sesi pembahasan delapan indikator PHBS di sekolah, siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi, terutama saat diberikan simulasi visual mengenai penyebaran kuman dan pentingnya menjaga kebersihan diri. Materi sosialisasi difokuskan pada tiga aspek utama yang dinilai paling relevan dengan kondisi MI Tarbiyatussubyan, yaitu kebiasaan mencuci tangan pakai sabun (CTPS), pemilihan jajanan sehat, dan pengelolaan sampah di lingkungan sekolah.

Dokumentasi pelaksanaan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di MI Tarbiyatussubyan disajikan pada gambar berikut.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di MI Tarbiyatussubyan

Pada sesi praktik enam langkah mencuci tangan sesuai standar *World Health Organization* (WHO), siswa kelas tinggi menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengikuti dan menerapkan instruksi yang diberikan. Melalui metode *modeling* atau pemberian contoh secara langsung, siswa tidak hanya menghafal urutan langkah mencuci tangan, tetapi juga memahami pentingnya setiap tahapan dalam menghilangkan kotoran dan mikroorganisme yang berpotensi menyebabkan penyakit. Temuan ini sejalan dengan teori kognitif sosial yang menjelaskan bahwa pembentukan perilaku baru dapat terjadi melalui proses observasi dan peniruan yang dilakukan secara berulang. Selain itu, kedisiplinan siswa selama praktik berlangsung menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan juga berkontribusi terhadap penguatan karakter dan tanggung jawab individu dalam menjaga kebersihan diri.

Salah satu tantangan yang teridentifikasi selama kegiatan adalah rendahnya pemahaman siswa mengenai pemilihan jajanan sehat. Sebagian siswa masih cenderung memilih makanan berdasarkan warna, rasa, dan daya tarik visual tanpa mempertimbangkan aspek keamanan pangan, kebersihan penjual, maupun kandungan gizi produk yang dikonsumsi. Oleh karena itu, tim pelaksana memberikan edukasi mengenai cara memilih jajanan yang sehat, membaca informasi pada kemasan, serta mengenali ciri-ciri makanan yang tidak layak dikonsumsi. Materi ini dinilai penting karena siswa pada jenjang kelas tinggi mulai memiliki kemandirian dalam mengelola uang saku dan menentukan pilihan makanan yang dikonsumsi sehari-hari.

Keberhasilan kegiatan sosialisasi PHBS juga didukung oleh lingkungan madrasah yang kondusif. Namun, upaya pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat tidak dapat dilakukan hanya melalui kegiatan sosialisasi yang bersifat sesaat. Diperlukan dukungan berkelanjutan dari pihak sekolah melalui penyediaan fasilitas sanitasi yang memadai, ketersediaan air bersih, serta pengawasan terhadap kebersihan lingkungan dan kantin sekolah. Hasil observasi setelah kegiatan menunjukkan adanya perubahan perilaku positif pada sebagian siswa, seperti membuang sampah sesuai jenisnya dan menerapkan kebiasaan mencuci tangan dengan lebih baik. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif yang diberikan pada usia sekolah dasar berpotensi membentuk kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan.

Untuk mengetahui tingkat pemahaman dan respons siswa terhadap materi yang telah diberikan, tim pelaksana melakukan evaluasi menggunakan angket setelah kegiatan sosialisasi dan berbagai aktivitas pendukung PHBS dilaksanakan.

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan dan analisis yang dilakukan, program pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di MI Tarbiyatussubyan telah terlaksana dengan baik dan berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan.

Pertama, terdapat peningkatan signifikan dalam aspek kognitif siswa mengenai pentingnya sanitasi dan kesehatan pribadi. Hal ini dibuktikan dengan kenaikan skor evaluasi yang menunjukkan bahwa siswa kelas tinggi kini memiliki pemahaman yang komprehensif mengenai delapan indikator PHBS, terutama dalam hal kriteria jajanan sehat dan dampak buruk lingkungan yang tidak higienis bagi proses belajar mereka. Skor evaluasi mengenai pemahaman yang komprehensif terkait delapan indikator PHBS. Skor rata-rata evaluasi pemahaman PHBS sebelum diadakan kegiatan pengabdian adalah 60%. Setelah diadakan kegiatan pengabdian, diperoleh skor rata-rata evaluasi pemahaman PHBS sebesar 85%.

Kedua, penggunaan metode demonstrasi dan praktik langsung (*learning by doing*) terbukti jauh lebih efektif dibandingkan sekadar penyampaian materi secara verbal. Siswa tidak hanya mampu menghafal, tetapi juga menunjukkan keterampilan psikomotorik yang tepat dalam mempraktikkan enam langkah mencuci tangan standar WHO dan ketepatan dalam memilah jenis sampah organik serta anorganik. Perubahan perilaku spontan yang teramati pasca-kegiatan mengindikasikan adanya internalisasi nilai-nilai kebersihan dalam diri siswa.

Ketiga, keberhasilan transformasi perilaku ini sangat bergantung pada sinergi antara edukasi dan ketersediaan fasilitas. Meskipun kesadaran siswa telah tumbuh, keberlanjutan praktik PHBS di MI Tarbiyatussubyan memerlukan dukungan berkelanjutan dari pihak madrasah dalam menyediakan sarana sanitasi yang memadai dan pengawasan kantin yang konsisten. Sebagai saran praktis, sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan nilai-nilai PHBS ini ke dalam pembiasaan rutin harian agar terbentuk karakter generasi sehat yang mandiri dan bertanggung jawab terhadap lingkungan sekitarnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, dapat disimpulkan bahwa program pengabdian kepada masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di MI Tarbiyatussubyan telah terlaksana dengan baik dan mencapai tujuan yang ditetapkan. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pentingnya sanitasi, kebersihan diri, dan kesehatan lingkungan. Selain itu, metode demonstrasi dan praktik langsung (*learning by doing*) terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman

serta keterampilan siswa dalam menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Hasil kegiatan juga menunjukkan bahwa keberhasilan pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat tidak hanya dipengaruhi oleh proses edukasi, tetapi juga oleh ketersediaan fasilitas pendukung dan dukungan lingkungan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan komitmen berkelanjutan dari pihak madrasah untuk mengintegrasikan PHBS ke dalam kegiatan pembiasaan sehari-hari guna mendukung terbentuknya budaya hidup sehat di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Darmadi. (2020). *Inovasi pendidikan di sekolah dasar*. Raja Grafindo Persada.
- Isnani, K. (2017). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 15–22.
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/Menkes/Per/XI/2011 tentang pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Panduan CTPS: Cuci tangan pakai sabun*. Direktorat Promosi Kesehatan.
- Khairunnisa, A., & Isnani. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa kelas IV SD Al Wildan Islamic School 2 Bekasi. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 4(12), 5665–5679.
- Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat.
- Maryanti, S., & Rahmawati, A. (2019). Pengaruh sosialisasi terhadap perubahan perilaku hidup bersih dan sehat di madrasah ibtidaiyah. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(2), 110–125.
- Nurhajati, N. (2015). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat Desa Samir dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. *Jurnal Elektronik Universitas Tulungagung*.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pasma, L. Z., et al. (2025). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap masyarakat Desa Karsanagara Kota Tasikmalaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUPEMAS)*, 6(2), 81–89.
- Priliana, W. K., & Herlina, T. (2025). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah dasar: Meningkatkan kesadaran dan penerapan PHBS untuk kesehatan siswa. *Jurnal Abdimas Pamenang*, 3(1).
- Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2012). *Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Nuha Medika.
- Sari, N. M. (2021). Peran guru dalam membentuk

karakter sehat melalui program PHBS di sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru*, 5(3), 301–315.

Sukmono, D. (2018). *Manajemen sanitasi lingkungan sekolah*. Alfabeta.

Sulistiyorini, D., et al. (2025). Gerakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) rumah tangga sebagai pilar pencegahan penyakit di Kelurahan Srengseng Sawah, Jagakarsa, Jakarta Selatan. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 363–372.

World Health Organization. (2009). *WHO guidelines on hand hygiene in health care*. WHO Press.