

**PENYULUHAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT
PADA ANAK USIA SEKOLAH DENGAN METODE EDUKATIF
INTERAKTIF**

*Counseling About Clean And Healthy Living Behavior For School Age Children Using
Interactive Educational Methods*

Joni Siagian^{1*}, Amelia Dini Anggraini Silalahi², Khairunnisa Batubara³, Febi Annisa Lubis⁴, Isbatul Khoiroh⁵, Nasywa Azra Zeina Sirait⁶, Tia Ariska Panjaitan⁷

¹⁻⁴Diploma III Keperawatan, Akper Gita Matura Abadi Kisaran, Kisaran

Email: joni.siagian0101@gmail.com^{1}

Article History:

Received: 05 October 2024
Accepted: 12 December 2024
Published: 30 January 2025

Keywords: PHBS, school-age children, counseling, cleanliness, hand washing

Abstract: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is one of the effective preventive efforts in improving the health of the community, especially school-age children. Children are an age group that is vulnerable to various diseases due to lack of knowledge and good hygiene practices. This community service activity was carried out at Kinder Star Elementary School with the aim of improving the understanding and practice of PHBS among elementary school students. The activity methods include interactive counseling, demonstration of hand washing practices, and evaluation of student understanding through pre-tests and post-tests. The results of the activity showed a significant increase in student knowledge and skills related to PHBS. The discussion focused on the importance of integrating health education into the basic curriculum and the involvement of teachers and parents. This activity has a positive impact on increasing children's health awareness from an early age and is expected to be a model for similar activities in other schools.*

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya preventif yang efektif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, khususnya anak usia sekolah. Anak-anak merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai penyakit akibat kurangnya pengetahuan dan praktik kebersihan yang baik. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SD Kinder Star dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman dan praktik PHBS di kalangan siswa sekolah dasar. Metode kegiatan meliputi penyuluhan interaktif, demonstrasi praktik cuci tangan, serta evaluasi pemahaman siswa melalui pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan siswa terkait PHBS. Pembahasan difokuskan pada pentingnya integrasi edukasi kesehatan dalam kurikulum dasar serta keterlibatan guru dan orang tua. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran kesehatan anak sejak dulu dan diharapkan dapat menjadi model bagi kegiatan serupa di sekolah lain.

Kata Kunci: PHBS, anak usia sekolah, penyuluhan, kebersihan, cuci tangan.

*Joni Siagian, joni.siagian0101@gmail.com

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia, terutama sejak usia dini. Anak-anak sekolah dasar merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap penyakit menular yang ditularkan melalui lingkungan yang tidak bersih (Fitriani, 2020). Salah satu penyebab tingginya angka kesakitan pada anak sekolah adalah kurangnya pemahaman dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari (Prasetyo, 2018). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI, masih banyak anak usia sekolah yang belum memiliki kebiasaan mencuci tangan sebelum makan dan setelah buang air besar (Kementerian Kesehatan RI., 2020).

PHBS merupakan bagian dari program promosi kesehatan yang telah lama dikembangkan oleh pemerintah untuk menumbuhkan kebiasaan sehat di masyarakat sejak dini (Kementerian Kesehatan RI., 2019). Sekolah merupakan tempat yang strategis dalam menanamkan nilai-nilai dan kebiasaan PHBS, karena siswa menghabiskan sebagian besar waktunya di lingkungan sekolah (Setiawan, 2021). Namun demikian, peran guru dan orang tua dalam mengedukasi anak tentang PHBS masih belum optimal, terutama dalam bentuk pendekatan yang menyenangkan dan mudah dipahami oleh anak. Anak-anak usia sekolah dasar cenderung lebih tertarik pada pembelajaran yang visual dan praktik langsung, sehingga penyuluhan harus disesuaikan dengan gaya belajar mereka (Susanto, 2017).

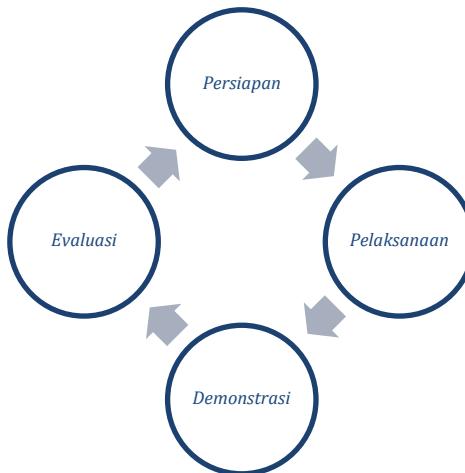
SD Kinder Star sebagai salah satu sekolah swasta di kota ini memiliki potensi besar dalam mendukung pembentukan karakter dan kebiasaan hidup sehat sejak dini. Observasi awal yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih belum memahami pentingnya mencuci tangan dengan sabun, membersihkan kuku, dan menjaga kebersihan makanan. Dengan demikian, dibutuhkan intervensi berupa penyuluhan yang tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga melibatkan anak secara aktif dalam pembelajaran.

Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa SD Kinder Star tentang PHBS melalui pendekatan edukatif yang menyenangkan dan interaktif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga bertujuan untuk mendukung program sekolah sehat dan menurunkan angka ketidakhadiran siswa akibat penyakit yang bisa dicegah dengan PHBS. Selain itu, kegiatan ini diharapkan dapat mempererat kerja sama antara pihak sekolah (Nasution, 2019), tenaga kesehatan, dan orang tua dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku hidup

sehat (Utami, 2023). Penyuluhan tentang PHBS pada anak sekolah bukan hanya sebagai kegiatan satu kali, tetapi sebagai pemicu perubahan perilaku jangka panjang yang terus didampingi (Maharani, 2018). Oleh karena itu, kegiatan ini dirancang secara sistematis untuk tidak hanya memberikan materi, tetapi juga menumbuhkan motivasi dan kesadaran anak untuk hidup bersih dan sehat.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam tiga tahap utama: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan mencakup koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi penyuluhan, serta penyiapan alat bantu visual dan media edukatif (Amelia, 2022). Pada tahap pelaksanaan, dilakukan pre-test untuk mengetahui pemahaman awal siswa, dilanjutkan dengan penyuluhan interaktif menggunakan pendekatan komunikatif dan visual (gambar, video edukatif, dan simulasi praktik cuci tangan). Peserta kegiatan adalah siswa kelas 1 sampai kelas 6 sebanyak 60 orang. Kegiatan berlangsung selama dua hari. Pada akhir kegiatan, dilakukan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan dan perilaku siswa, serta wawancara dengan guru sebagai refleksi dampak kegiatan.



Gambar 1. Diagram Kegiatan

HASIL

Tabel 1. Hasil pretest dan posttest dianalisis secara deskriptif untuk melihat peningkatan skor siswa

Aspek	Pretest (rata-rata)	Posttest (rata-rata)	Peningkatan (%)
Cuci tangan yang benar	52%	95%	43%

Aspek	Pretest (rata-rata)	Posttest (rata-rata)	Peningkatan (%)
Menjaga kebersihan diri	48%	93%	45%
Pola makan sehat	50%	90%	40%
Rata-rata keseluruhan	50%	93%	43%



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman siswa setelah penyuluhan, yang berarti metode penyampaian materi efektif dan sesuai dengan usia anak. Peningkatan terbesar terdapat pada aspek cuci tangan, karena materi ini disertai demonstrasi langsung dan partisipasi siswa. Anak usia sekolah sangat responsif terhadap pembelajaran visual dan praktik langsung (Rahmawati, 2024), sebagaimana disarankan oleh (Susanto, 2017) dalam pembelajaran kesehatan anak. (Hidayat, 2016) menyatakan metode edukatif yang menyenangkan membuat siswa tidak merasa sedang belajar secara formal, melainkan bermain sambil belajar. Pentingnya pendekatan komunikatif terlihat dari antusiasme siswa saat sesi tanya jawab dan diskusi kelompok kecil. Penyampaian materi dengan cerita bergambar juga menjadi daya tarik tersendiri yang memperkuat pemahaman siswa.

Evaluasi pretest menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan, mayoritas siswa belum memahami konsep PHBS secara utuh. Hasil posttest memperlihatkan bahwa intervensi ini

berhasil menyampaikan pesan kesehatan secara efektif. Hal ini mendukung hasil penelitian oleh (Maharani, 2018) dan (Wulandari, R., 2017) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan pada anak efektif meningkatkan perilaku sehat. Tantangan dalam pelaksanaan adalah durasi yang terbatas, sehingga beberapa siswa membutuhkan pengulangan materi secara berkala. Oleh karena itu, dibutuhkan peran guru kelas untuk melakukan *follow-up* terhadap materi yang telah diberikan. Selain itu, peran orang tua juga penting untuk mendampingi anak menerapkan PHBS di rumah. Kolaborasi sekolah, tenaga kesehatan, dan keluarga menjadi kunci keberhasilan perubahan perilaku. Kegiatan ini juga memberikan inspirasi bagi sekolah untuk membuat program PHBS secara berkelanjutan dan menyeluruh. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini berhasil menumbuhkan kesadaran awal siswa terhadap pentingnya hidup sehat.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan tentang PHBS di SD Kinder Star berhasil meningkatkan pemahaman siswa secara signifikan. Metode edukatif interaktif sangat efektif dalam menyampaikan materi kepada anak usia sekolah dasar. Peningkatan skor posttest menunjukkan bahwa materi yang disampaikan mudah dipahami dan diterima oleh siswa. Pihak sekolah disarankan untuk memasukkan materi PHBS dalam kegiatan rutin sekolah seperti upacara atau kelas tematik; Guru dan orang tua diharapkan terus membimbing anak untuk membiasakan PHBS di rumah dan sekolah dan kegiatan serupa dapat dikembangkan menjadi program kesehatan sekolah yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis sampaikan terimakasih pada siswa SD Kinder Star yang telah bersedia sebagai responden beserta Kepala Sekolah yang telah mengizinkan terlaksananya kegiatan PkM ini. Penulis juga berterimakasih kepada Yayasan yang telah mendukung kegiatan ini berupa motivasi dan materil.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, S. (2022). “Edukasi PHBS dengan Media Interaktif.” *Jurnal Media Kesehatan*, 7(3), 101-108.

- Fitriani, R. (2020). *Kesehatan Anak Sekolah*. Alfabeta.
- Hidayat, A. (2016). *Metode Penyuluhan Kesehatan*. Graha Ilmu.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Panduan PHBS di Sekolah*. Kemenkes.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Laporan Nasional Riskesdas*.
- Maharani, A. (2018). “Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan PHBS Anak Sekolah.” *Jurnal Promkes*, 6(2), 144-151.
- Nasution, Y. (2019). “Peran Guru dalam Edukasi PHBS.” *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 4(1), 52-59.
- Prasetyo, H. (2018). *Edukasi Kesehatan untuk Anak*. Unesa Press.
- Rahmawati, T. (2024). “Efektivitas Media Visual dalam Penyuluhan Anak Sekolah.” *Jurnal Edukasi Sehat*, 10(2), 95-102.
- Setiawan, D. (2021). “PHBS dan Pencegahan Penyakit Menular di Sekolah.” *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 33-39.
- Susanto, A. (2017). *Perkembangan Anak Usia Dini*. Prenadamedia Group.
- Utami, P. (2023). “Implementasi Program Sekolah Sehat.” *Jurnal Pendidikan Dasar*, 8(2), 117-124.
- Wulandari, R., & S. (2017). “Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap PHBS pada Siswa.” *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 29-34.