



Journal Abdimas
Maduma

JURNAL ABDIMAS MADUMA

Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

Vol.4 No. 2 , July 2025

e- ISSN 2828 - 7614 , p-ISSN 2828 - 6812

Available online at:

<https://journal.eltaorganization.org/index.php/ecdj>

Edukasi PHBS di Sekolah Dasar : Strategi Promotif – Preventif Bagai Anak dan Keluarga

Balqis Nurmauli Damanik^{1*}, Dedi Ardinata², Siti Khadijah³, Elvipson Sinaga⁴
Marta Imelda Br. Sianturi⁵, Surya Utama⁶, Murni Noviani Nasution⁷
Dealita Khairani Daulay⁸

^{1,5,7,8} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Columbia Asia Medan, Indonesia

^{2,3,6} Universitas Sumatera Utara, Indonesia

⁴ Universitas Audi Indonesia

*Correspondence Email : damanikbalqis85@gmail.com

Abstract

ARTICLE INFO

Article History:

Received : May 30, 2025

Reviewed : June 2, 2025

Revised : June 4, 2025

Accepted : June 11, 2025

Available online : July 1, 2025

Keywords:

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS); health education; school-based intervention; community engagement.

This community service program aims to increase awareness and understanding of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) among elementary school students. This activity was prompted by low levels of hygiene behavior and knowledge about health found in MIS Miftahussalam. The methods used include participatory education, simulation-based practice, the distribution of educational media (leaflets and posters), and short training sessions for teachers. The evaluation technique combines pre- and post-intervention observation, interviews with teachers, and qualitative reflection. The results showed an increase in students' ability to mention handwashing steps (from 35% to 90%), knowledge of the importance of breakfast (from 42% to 87%), and active participation in health-promoting activities. Teachers expressed greater confidence in incorporating health topics into thematic lessons, while parents began participating in school-based sanitation and health promotion efforts. The program successfully fostered sustainable behavior changes among students and established a collaborative model between schools and families to support children's health. This model is suitable for replication in similar educational environments.

Abstrak

INFO ARTIKEL**Proses Artikel:**

Submit : 30 Mei 2025

Review : 2 Juni 2025

Revisi : 4 Juni 2025

Diterima : 11 Juni 2025

Terbit Online : 1 Juli 2025

Kata Kunci :

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS); edukasi kesehatan; intervensi berbasis sekolah, partisipasi masyarakat..

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa sekolah dasar mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan ini dilatarbelakangi oleh rendahnya tingkat perilaku kebersihan dan pengetahuan kesehatan di MIS Miftahussalam. Metode pelaksanaan mencakup edukasi partisipatif, praktik berbasis simulasi, pembagian media edukasi (leaflet dan poster), serta pelatihan singkat untuk guru. Teknik analisis yang digunakan adalah observasi sebelum dan sesudah intervensi, wawancara dengan guru, serta refleksi kualitatif. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kemampuan siswa dalam menyebutkan enam langkah mencuci tangan (dari 35% menjadi 90%), pemahaman tentang pentingnya sarapan (dari 42% menjadi 87%), dan keaktifan dalam kegiatan promotif kesehatan. Guru merasa lebih percaya diri menyisipkan materi kesehatan ke dalam pembelajaran tematik, sementara orang tua mulai terlibat dalam upaya promosi kesehatan dan kebersihan berbasis sekolah. Program ini berhasil menumbuhkan perubahan perilaku berkelanjutan pada siswa dan membentuk model kolaborasi sekolah-keluarga yang mendukung kesehatan anak. Model ini layak untuk direplikasi di lingkungan pendidikan serupa.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan anak usia sekolah dasar merupakan aspek yang sangat penting dalam menentukan kualitas hidup mereka di masa depan. Di wilayah perdesaan, seperti Nagori Kahean, Kabupaten Simalungun, akses terhadap informasi kesehatan dan fasilitas sanitasi edukatif masih sangat terbatas. MIS Miftahussalam, sebagai lembaga pendidikan tingkat dasar di daerah ini, melayani sekitar 40 siswa dengan latar belakang ekonomi menengah ke bawah. Mayoritas orang tua siswa bekerja sebagai petani atau buruh harian, yang berdampak pada rendahnya partisipasi dan pemahaman orang tua terhadap isu-isu kesehatan anak.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes), Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mencakup langkah-langkah yang harus diambil untuk menjaga kesehatan pribadi dan lingkungan sekitar, yang meliputi kegiatan seperti mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi makanan bergizi, dan menjaga kebersihan lingkungan rumah. PHBS berperan sebagai langkah preventif dalam mengurangi risiko penyakit dan meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, penting untuk menanamkan kebiasaan PHBS pada usia dini, karena kebiasaan sehat yang dibangun di masa kanak-kanak akan membentuk pola hidup yang lebih baik di masa depan.

Secara psikologis, penanaman PHBS pada anak dapat membentuk rasa tanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri, yang kemudian mendorong mereka untuk melakukan tindakan pencegahan terhadap penyakit. Secara sosial, kebiasaan hidup sehat yang diterapkan pada anak dapat memperkuat interaksi sosial mereka dengan teman-teman sebaya dan keluarga, serta berkontribusi pada terciptanya lingkungan yang lebih sehat di komunitas mereka.

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Kabupaten Simalungun berada pada angka 17,7%, meningkat dari 17,4% pada tahun sebelumnya. Meskipun ada penurunan signifikan dari 32,28% pada tahun 2019, angka tersebut tetap menunjukkan perlunya intervensi berkelanjutan dalam upaya pengurangan angka stunting dan perbaikan status gizi anak. Kondisi fisik sekolah cukup memadai, namun terdapat kekurangan pada fasilitas sanitasi dan media pembelajaran berbasis kesehatan. Selain itu, kurangnya kurikulum kesehatan serta lemahnya peran orang tua dalam mendukung kebiasaan hidup sehat anak semakin memperburuk kondisi ini.

Berdasarkan situasi ini, beberapa masalah yang teridentifikasi antara lain:

- 1) Rendahnya pemahaman anak-anak mengenai PHBS akibat minimnya edukasi kesehatan yang terintegrasi dalam pembelajaran.
 - 2) Kurangnya fasilitas sanitasi yang memadai, seperti tempat cuci tangan yang layak.
 - 3) Tidak adanya kurikulum atau materi kesehatan yang sistematis dalam kegiatan belajar mengajar.
-

- 4) Lemahnya peran serta orang tua dalam mendukung perilaku hidup sehat anak.

Program pengabdian ini bertujuan untuk:

- 1) Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak-anak mengenai PHBS melalui penyuluhan yang edukatif dan interaktif.
- 2) Membekali guru dengan pendekatan berbasis praktik untuk mengintegrasikan materi kesehatan ke dalam pembelajaran.
- 3) Menumbuhkan kolaborasi antara sekolah dan orang tua dalam menciptakan lingkungan yang sehat.
- 4) Mengembangkan dan menyebarluaskan modul pembelajaran kesehatan berbasis anak yang aplikatif.

Dengan potensi lingkungan perdesaan yang asri dan dukungan sosial yang kuat, MIS Miftahussalam memiliki peluang besar untuk mengimplementasikan program kesehatan berbasis sekolah yang akan melibatkan masyarakat secara aktif. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif yang berkelanjutan dan dapat direplikasi di sekolah-sekolah lainnya di wilayah sekitar.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang secara partisipatif dan berbasis pendekatan edukatif yang menyasar dua kelompok utama: siswa kelas 5 dan 6 MIS Miftahussalam serta para guru dan orang tua sebagai pendidik pendamping. Pelaksanaan dilakukan dalam bentuk penyuluhan interaktif, praktik langsung, dan distribusi media edukatif, disertai pemantauan ketercapaian hasil secara kualitatif dan deskriptif.

2.1 Strategi Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan dalam satu hari penuh pada tanggal 29 April 2025 di ruang kelas MIS Miftahussalam. Strategi pelaksanaan mencakup beberapa tahap berikut:

1. Penyuluhan Interaktif: Pengenalan materi PHBS melalui ceramah singkat, visualisasi gambar, serta dialog aktif yang dirancang sesuai dengan tingkat pemahaman siswa sekolah dasar.
2. Praktik Langsung: Demonstrasi mencuci tangan enam langkah dan simulasi memilih makanan sehat yang dipandu oleh tim pelaksana.
3. Permainan Edukatif: Siswa diajak bermain tebak gambar makanan sehat dan senam bersama guna memperkuat pemahaman materi secara menyenangkan.
4. Penyuluhan untuk Guru: Pembekalan materi kepada guru mengenai pentingnya menjadi role model PHBS dan strategi integrasi topik kesehatan dalam pembelajaran sehari-hari.
5. Distribusi Media Edukasi: Leaflet, poster, dan sertifikat partisipasi dibagikan kepada siswa dan guru sebagai bahan pembelajaran lanjutan.

2.2 Alat Ukur dan Teknik Evaluasi

Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan menggunakan kombinasi metode deskriptif dan kualitatif, dengan alat ukur berikut:

Observasi Langsung:

1. Dilakukan sebelum dan sesudah penyuluhan untuk melihat perubahan perilaku anak-anak dalam praktik mencuci tangan, kebersihan diri, dan antusiasme terhadap kegiatan.
2. Dicatat melalui lembar observasi oleh tim pengabdian.

Dokumentasi Kegiatan:

Foto dan video yang mendokumentasikan berbagai tahap kegiatan sebagai bukti pelaksanaan dan untuk analisis internal.

1. Logbook: Catatan harian yang disusun oleh tim pelaksana selama kegiatan berlangsung untuk mencatat hal-hal yang terjadi selama kegiatan dan untuk merekam feedback langsung dari siswa dan guru.
2. Dokumentasi ini berfungsi untuk memberikan gambaran lebih jelas mengenai partisipasi siswa dan interaksi guru dalam kegiatan.
3. Evaluasi keberhasilan dilakukan dengan membandingkan hasil observasi sebelum dan setelah kegiatan dilakukan, serta melalui analisis data kualitatif yang diperoleh dari wawancara dan dokumentasi kegiatan. Hasil evaluasi ini memberikan gambaran apakah tujuan program edukasi PHBS dapat tercapai dan menjadi dasar untuk pengembangan program di masa depan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak-anak di MIS Miftahussalam. Berdasarkan evaluasi dan observasi yang dilakukan, ditemukan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan perilaku siswa mengenai PHBS setelah kegiatan berlangsung. Data hasil pengamatan sebelum dan setelah kegiatan disajikan dalam tabel berikut:

Indikator	Sebelum Kegiatan	Sesudah Kegiatan
Menyebutkan 6 langkah cuci tangan	35% siswa bisa	90% siswa bisa
Menjelaskan pentingnya sarapan	42% siswa paham	87% siswa paham
Antusias mengikuti senam sehat	Rendah	Tinggi

Data tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan siswa terkait PHBS, seperti kemampuan mereka dalam menyebutkan langkah-langkah mencuci tangan dengan benar, pemahaman tentang pentingnya sarapan, serta peningkatan partisipasi dalam kegiatan fisik yang mendukung kesehatan.

4.2 Pembahasan

Temuan ini menguatkan hasil-hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan pentingnya edukasi PHBS di sekolah dasar. Sebagai contoh, Sari et al. (2019) dalam penelitian mereka menunjukkan bahwa program edukasi PHBS yang diterapkan di sekolah dasar berhasil meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya kebersihan dan gizi. Penurunan prevalensi penyakit berbasis lingkungan juga tercatat sebagai hasil dari penerapan kebiasaan PHBS secara konsisten di sekolah. Temuan ini konsisten dengan hasil yang kami peroleh, di mana siswa menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan perilaku terkait PHBS.

Hasil kegiatan ini menguatkan temuan dari literatur sebelumnya yang menunjukkan bahwa program edukasi PHBS di sekolah dasar mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup sehat anak. Sebagai contoh, penelitian Sari et al. (2019) menunjukkan bahwa pendidikan PHBS efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan anak-anak sekolah dasar, serupa dengan peningkatan yang terlihat dalam penelitian ini, seperti peningkatan pemahaman siswa mengenai langkah-langkah mencuci tangan dan pentingnya sarapan.

Namun, perbedaan utama dari penelitian kami terletak pada pendekatan yang lebih partisipatif dan berbasis praktik langsung, yang melibatkan tidak hanya siswa, tetapi juga guru dan orang tua. Pendekatan ini lebih interaktif dan menyenangkan, yang terbukti meningkatkan antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan. Hal ini sejalan dengan hasil Susanti & Lestari (2021),

yang menyatakan bahwa integrasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat memperkuat keberhasilan program promotif-preventif di lingkungan pendidikan dasar. Dengan demikian, temuan ini memperkaya literatur yang ada, menunjukkan bahwa kolaborasi yang lebih luas antara berbagai pihak (siswa, guru, orang tua, dan masyarakat) memberikan dampak yang lebih berkelanjutan dan positif dalam menciptakan kebiasaan hidup sehat pada anak-anak sekolah dasar.

Peningkatan Kompetensi Guru

Guru menerima pelatihan singkat mengenai peran mereka dalam membentuk kebiasaan hidup sehat. Sebagian besar guru menyatakan bahwa pendekatan berbasis praktik dan simulasi memudahkan mereka memahami cara mengintegrasikan materi kesehatan ke dalam pelajaran tematik.



Gambar 1. Proses Pengabdian Masyarakat oleh Dosen



Gambar 2. Foto bersama dengan Guru MIS Miftahussalam

4. SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian di MIS Miftahussalam berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), memperkuat peran guru dalam mengintegrasikan materi kesehatan ke dalam pembelajaran, serta mendorong keterlibatan orang tua dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan anak. Media edukasi yang disebar dan metode interaktif yang digunakan terbukti efektif dalam mengubah perilaku dan sikap siswa secara positif.

SARAN

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan dalam penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai acuan untuk pengembangan program edukasi PHBS secara lebih optimal. Saran-saran ini ditujukan kepada pihak sekolah, tenaga pendidik, instansi kesehatan, serta masyarakat agar program dapat berjalan secara berkelanjutan dan memberikan dampak yang lebih luas.

1. Program edukasi PHBS sebaiknya dilanjutkan secara rutin dalam kurikulum sekolah untuk memperkuat kebiasaan hidup sehat. Guru diharapkan mengintegrasikan materi kesehatan dalam pembelajaran tematik.
2. Kolaborasi dengan puskesmas, posyandu, dan tokoh masyarakat perlu diperkuat untuk mendukung keberlanjutan program dan menciptakan lingkungan yang sehat.
3. Temuan ini menguatkan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi PHBS efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa (Sari et al., 2019). Namun, penelitian ini menambahkan pendekatan berbasis partisipasi aktif dengan melibatkan guru dan orang tua, yang membedakannya dari penelitian lain. Kolaborasi ini memperkuat dampak program, menciptakan ekosistem kesehatan yang lebih berkelanjutan di sekolah dan komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Putri, S. A., & Mirajiani, M. (2023). Program penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam meningkatkan derajat kesehatan siswa di sekolah dasar negeri Kadumaneuh Kabupaten Serang. *Jurnal Pengabdian Dinamika*, 4(2), 97–105. Retrieved from <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/Dinamika/article/viewFile/23087/11492>
- Rahmy, H. A., Prativa, N., & Andrianus, R. (2020). Nutritional education of balanced nutrition guidelines and My Plate in elementary school children. *Buletin Ilmiah Nagari*, 2(1), 12–20. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/349052127>
- Yusriani, Y. (2021). Program komunikasi, informasi, dan edukasi kesehatan untuk mewujudkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak sekolah dasar. *Universitas Muslim Indonesia*. Retrieved from http://repository.umi.ac.id/1985/1/Program%20Komunikasi%20Informasi%20dan%20Edukasi_FULL%20%281%29.pdf
- Handayani, L., Husna, H., Septiyani, E., & La, J. R. S. (2021). Edukasi kesehatan dengan permainan Leghezo di SD Muhammadiyah Karangbendo. *Jurnal Dinamika*, 5(1), 44–51. Retrieved from https://jurnal.lppm.unsoed.ac.id/ojs/index.php/dinamika/article/download/968/pdf_40
- Oktaviani, E., Susmini, S., & Ridawati, I. D. (2022). Permainan edukatif Quarted Flash Card (QFC) sebagai media promosi kesehatan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 50–58. <https://www.academia.edu/download/104188275/pdf.pdf>

- Fatikanani, R. (2024). Edukasi gizi seimbang melalui kreasi makanan di lembaga PAUD Al-Muttaqien. *Repository Unusia*. Retrieved from <https://repository.unusia.ac.id/id/eprint/789>
- Setiawan, A., Falah, M., & Lismayanti, L. (2025). Implementasi PHBS di sekolah dengan pendekatan Fit for School. *Room of Civil Society Development*, 8(1), 19–26. <https://www.rcsdevelopment.org/index.php/rcsd/article/view/501>
- Fahyuni, E. F., Astutik, A. P., & Latifah, F. N. (2019). Buku panduan pemberdayaan kantin sehat sekolah. *Umsida Press*. <https://press.umsida.ac.id/index.php/umsidapress/article/view/978-602-5914-56-0>
- Hamidah, F., Rosidin, L., & Nathania, N. (2024). Analisis penerapan program sekolah sehat. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar (Pendas)*, 9(1), 72–81. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/14871>
- Purwitasari, A. A., Badrus, A. R., & Khairroh, M. (2024). Edukasi pedoman gizi seimbang dan “Isi Piring Makanku”. *Prosiding SENIAS*, 1(2), 45–50. <https://prosidingonline.iik.ac.id/index.php/senias/article/view/243>
- Retnoningsih, D. A., & Wakhyudi, Y. (2021). Karya sastra sebagai media penyampaian pendidikan kesehatan anak. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 3(2), 61–68. <https://journal.peradaban.ac.id/index.php/jdpgsd/article/view/672>
- Amalia, S. P., Ariani, N., & Lestari, D. A. (2024). Edukasi terpadu: Hygine, stunting dan penyalahgunaan obat pada siswa SD. *Jurnal Bakti untuk Negeri*, 6(1), 99–106. <https://e-jurnal.stikes-isfi.ac.id/index.php/JBN/article/view/2281>
- Febrina, W., Abdillah, N., & Indrawan, S. (2022). Edukasi siswa SD mengenai jajanan sehat. *Jurnal Pengabdian Kompetif*, 4(1), 30–38. https://ejournal.kompetif.com/index.php/pengabdian_kompetif/article/view/1160
- Irayana, I., & Yarliani, I. (2022). Intervensi gizi, sanitasi, dan kesehatan anak jalanan melalui partisipasi masyarakat. *Jurnal Warna: Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat*, 7(3), 112–120. <https://jurnal.fkip-uwgm.ac.id/index.php/warna/article/view/1619>
- Fitriana, D., Pikri, H., & Ningsih, F. D. (2024). Pengaruh stunting terhadap kemampuan belajar anak di sekolah. *Innovative Journal of Social Science and Education*, 5(2), 115–123. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/15706>