

## SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SISWA-SISWI SD NEGERI 34 KENDARI

Asriullah Jabbar<sup>1</sup>, Nasrudin<sup>2</sup>, Rahmat Muliadi<sup>3</sup>, Nurul Zahra<sup>4</sup>, Irmawati<sup>5</sup>, Laode Wawan Setiawan<sup>6</sup>, Mumut Apriliani<sup>7</sup>, Rosmeydar<sup>8</sup>, Mubarak<sup>9</sup>, Muhammad Ilyas Y<sup>10</sup>, Diana Juwita<sup>11,12</sup>

<sup>1,3</sup>Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo, Kendari

<sup>4,8</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Universitas Halu Oleo, Kendari

<sup>9</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo, Kendari

<sup>10</sup>Politeknik Bina Husada Kendari, Kendari

<sup>11</sup>Apotek Salsabila Farma, Konawe Selatan

<sup>12</sup>Apotek Fadel Farma, Kendari

E-mail: [asriullahjabbar@uho.ac.id](mailto:asriullahjabbar@uho.ac.id)

### ARTICLE INFO

#### **Article history:**

Received :26-04-2025

Revised :-10-05-2025

Accepted: 16-05-2025

**Key words:** PHBS, Health Promotion, Kendari

**DOI:** <https://doi.org/10.62335>

### ABSTRACT

*The importance of raising awareness of PHBS in school-age children because schools have a strategic role and position in health education and promotion efforts. PHBS indicators used include washing hands with clean water and consuming healthy snacks. The implementation of community service activities carried out at SD Negeri 34 Kendari, in class IV was carried out in several stages: 1. Preparation 2. Implementation 3. Evaluation This socialization can increase the knowledge of students of SD Negeri 34 Kendari about how to live a clean and healthy life in the elementary school environment as evidenced by getting good and enthusiastic responses from students when answering questions and practicing the correct way to wash their hands..*

### ABSTRAK

Pentingnya menumbuhkan kesadaran PHBS pada anak usia sekolah karena sekolah mempunyai peranan dan kedudukan strategis dalam upaya pendidikan dan promosi kesehatan. Indikator PHBS yang dipakai antara lain mencuci tangan dengan air bersih dan mengkonsumsi jajanan sehat. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di SD Negeri 34 Kendari, bertempat di ruang kelas IV dilakukan dengan beberapa

tahapan: 1. Persiapan 2. Pelaksanaan 3. Evaluasi Sosialisasi ini dapat meningkatkan pengetahuan siswa siswi SD Negeri 34 Kendari tentang cara hidup bersih yang sehat di lingkungan sekolah dasar terbukti dengan mendapatkan tanggapan yang baik dan antusias dari peserta didik saat menjawab pertanyaan dan mempraktekan cara mencuci tangan yang benar.

## PENDAHULUAN

Sehat merupakan hak setiap individu agar dapat melakukan segala aktivitas hidup sehari-hari. Untuk bisa hidup sehat, kita harus mempunyai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan kesadaran atas sebagai pembelajaran yang dasar hasil menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya (Akbar et al., 2023).

Kegiatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) bertujuan untuk mencegah penyakit masuk dengan konsumsi gizi seimbang, istirahat cukup, sering mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, olahraga atau aktivitas fisik, dan menjaga kebersihan lingkungan (Wijaya, 2018).

Pentingnya menumbuhkan kesadaran PHBS pada anak usia sekolah karena sekolah mempunyai peranan dan kedudukan strategis dalam upaya pendidikan dan promosi kesehatan. Sebagian besar anak usia sekolah menghabiskan waktunya setiap hari di sekolah. Usia sekolah merupakan salah satu kelompok usia yang berisiko terhadap berbagai masalah kesehatan. Masalah kesehatan tersebut meliputi kesehatan umum, gangguan perkembangan, gangguan perilaku, dan gangguan belajar. Menurut Kemenkes RI (2016), terdapat beberapa indikator PHBS di sekolah. Indikator PHBS yang dipakai antara lain mencuci tangan dengan air bersih, mengkonsumsi jajanan sehat, dan membuang sampah pada tempatnya. Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan PHBS di sekolah antara lain sikap dan tindakan siswa yang merupakan faktor internal. Kesadaran siswa untuk bersikap dan bertindak menerapkan PHBS sangat penting. Selain itu, peran teman sebaya dan peran guru sebagai faktor eksternal sangat dibutuhkan untuk menciptakan situasi yang kondusif dan tindakan PHBS di sekolah yang berkesinambungan (Julianingsih et al., 2020).

Berdasarkan hasil observasi pendahuluan di SD Negeri 34 Kendari terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dari 36 siswa-siswi kelas IV didapatkan informasi bahwa siswa-siswi masih memiliki kebiasaan mencuci tangan dengan tidak benar bahkan sebagian tidak mencuci tangan dan didapatkan juga informasi bahwa siswa-siswi memiliki kebiasaan gemar mengonsumsi jajanan yang tidak sehat yang diperoleh dari penjual sekitar area sekolah. Promosi kesehatan dan pencegahan penyakit dapat dilakukan melalui program Pengabdian Masyarakat. Berdasarkan hasil observasi tersebut, maka kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengedukasi kembali dan memberdayakan kembali siswa-siswi untuk hidup sehat dan bersih. Melalui edukasi kesehatan tentang Pengabdian Masyarakat sebagai upaya peran aktif siswa-siswi SD dalam awal mencegah penyakit dengan mampu menerapkan pola

hidup sehat dan bijak memilah serta mengonsumsi jajanan yang ada disekolah dalam kehidupan sehari-hari.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh Tim Pengabdian Farmasi Universitas Halu Oleo bekerjasama dengan Profesi Apoteker angkatan XIII Universitas Halu Oleo. Metode yang dilakukan adalah melakukan survey melalui wawancara dan observasi. Data yang didapat dijadikan rujukan dalam melakukan koordinasi dengan pihak SD Negeri 34 Kendari, selanjutnya melakukan perizinan kegiatan dengan pihak sekolah terkait dengan jadwal pelaksanaan. Setelah disepakati jadwal pelaksanaannya, tim melanjutkan dengan menyusun proposal kegiatan, mengurus perizinan pada pihak kampus Universitas Halu Oleo, menyusun power point, menyiapkan materi dan video edukasi, menyiapkan bahan presentase seperti proyektor dan administrasi lainnya.

Kegiatan ini dilakukan dengan sasaran siswa-siswi kelas IV sebanyak 36 siswa, dengan memberikan materi oleh Tim pengabdian Fakultas Farmasi UHO bersama Mahasiswa Apoteker angkatan 13 tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), kemudian dilanjutkan dengan Sesi diskusi dan Tanya jawab.

Banyak pertanyaan yang disampaikan oleh siswa siswi karena akibat dari tidak mencuci tangan dengan benar dan kebiasaan mengonsumsi jajanan yang terlalu banyak mengandung pewarna tidak sehat. Hasil akhir dari kegiatan ini adalah laporan pertanggungjawaban kegiatan dan jurnal publikasi

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan ini dilaksanakan pada kamis, 08 Mei 2025 bertempat di ruang kelas IV SD Negeri 34 Kendari dengan peserta sebanyak 36 siswa. Kegiatan berjalan dengan lancar, banyaknya pertanyaan yang disampaikan siswa siswi menandakan bahwa antusias peserta dalam mengikuti kegiatan sangat baik.

Manfaat PHBS di sekolah adalah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, serta meningkatkan kenyamanan proses belajar mengajar di lingkungan sekolah. SD Negeri 34 Kendari. Sasaran kegiatan ini adalah siswa siswi SD Negeri 34 Kendari. Menurut Kemenkes RI (2016), terdapat beberapa indikator PHBS di sekolah. Indikator PHBS yang dipakai antara lain mencuci tangan dengan air bersih, mengonsumsi jajanan sehat, membuang sampah pada tempatnya.

Jika PHBS kurang diterapkan di sekolah maka dampak yang akan ditimbulkan yaitu terjadi penurunan prestasi dan semangat belajar, menurunkan citra sekolah, serta suasana belajar yang tidak mendukung karena lingkungan yang kotor, keadaan kelas yang kotor, banyaknya jajanan tidak sehat dan tempat pembuangan sampah yang tidak tertata akan menimbulkan berbagai macam penyakit. Diperlukan upaya promosi kesehatan di sekolah mengingat tingginya masalah kesehatan yang diakibatkan oleh perilaku tidak sehat dikalangan anak usia (Asiva Noor Rachmayani, 2015). Selain itu, dalam menerapkan PHBS dilingkup Sekolah Dasar yang perlu diperhatikan oleh anak-anak adalah jajanan dilingkungan sekolah. Makanan jajanan memegang peranan penting dalam pemberian gizi serta energi bagi anak. Makanan jajanan sangat mudah untuk ditemukan di area lingkungan sekolah dengan berbagai

macam bentuk, warna dan rasa. Keamanan pangan jajanan anak sekolah menjadi perhatian yang begitu penting karena anak sekolah mengkonsumsi jajanan yang dijual di sekitar lingkungan sekolah setiap harinya. Sekitar 98.9% anak jajanan di sekolah dan 50% sebagai penyumbang dalam energi serta protein tubuh anak. Konsumsi makanan jajanan anak diharapkan dapat memberikan kontribusi energi dan zat gizi lainnya yang berguna dalam membantu pertumbuhan anak. Jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dapat memiliki resiko yang dapat menyebabkan gangguan pencernaan, keracunan, dan apabila berlangsung lama dapat menimbulkan status gizi buruk. Selain itu, jajanan tidak sehat juga dapat menyebabkan prestasi anak terganggu (Lestari & Thisrty, 2021).

Kegiatan ini diawali dengan pengenalan profesi Apoteker dan dilanjutkan ke materi inti yaitu Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Dimana materi yang diberikan berupa edukasi kepada anak-anak mengenai dampak dari tidak menerapkan perilaku hidup bersih dengan mencuci tangan dengan benar dan dampak buruk mengonsumsi jajanan tidak sehat bagi Kesehatan (**Gambar 1**). Selanjutnya dilakukan sesi tanya jawab kepada siswa siswi mengenai materi yang telah dipaparkan untuk mengetahui pemahaman materi mengenai PHBS. Hasil yang didapatkan siswa siswi sudah dapat memahami pentingnya PHBS terlihat dari siswa siswi mampu menjawab pertanyaan dengan benar dan sudah mengetahui langkah-langkah mencuci tangan yang baik serta mampu mempraktikannya dengan benar dan siswa siswi juga dapat memberikan contoh jajanan yang sehat bagi kesehatan. Setelah itu dilanjutkan dengan bermain games serta dilakukan sesi dokumentasi.

Kegiatan ini selain mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS, juga diharapkan siswa memiliki kemauan dan kesadaran siswa untuk menerapkan PHBS sekolah secara rutin, seperti mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun sebelum mengonsumsi makanan, menyiram jamban sampai bersih setelah siswa buang air besar/buang air kecil, membeli jajanan di kantin sekolah dan mengonsumsi jajanan sehat yang tidak mengandung bahan tambahan pangan/BTP (seperti pengawet/boraks, pemanis buatan dan pewarna makanan buatan, dll), perilaku membuang sampah pada tempat yang telah disediakan, serta menerapkan indikator-indikator PHBS di sekolah lainnya. Pada kegiatan ini, siswa juga diajarkan bagaimana cara mencuci tangan yang tepat dan dianjurkan untuk mencuci tangan secara rutin. Menurut (Direktorat Sekolah Dasar, 2021) peserta didik perlu mencuci tangan secara teratur, terutama sebelum dan sesudah makan, setelah menggunakan toilet, setelah membuang sampah, dll, serta menjadikan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun menjadi budaya sekolah. Melalui penerapan PHBS di sekolah, maka siswa turut berperan aktif dalam menciptakan sekolah sehat dan siswa dapat terhindar dari risiko terkena penyakit akibat tidak menerapkan PHBS seperti diare, keracunan makanan, dan lain sebagainya, sehingga siswa tumbuh menjadi anak yang sehat. Menurut (Nurlinawati, dkk, 2023) bahwa anak yang mempunyai kesehatan yang baik akan memiliki pertumbuhan yang optimal, sebagaimana standar kesehatan anak yang meliputi pertumbuhan fisik dan psikis pada umumnya dan memiliki perkembangan sesuai dengan usianya. Diharapkan setelah diadakan penyuluhan tentang PHBS ini dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman khususnya siswa SD untuk menjalani pola hidup bersih dan sehat sehingga dapat terhindar dari penyakit-penyakit.



**Gambar 1. Penyampaian Materi Edukasi tentang PHBS**

## **KESIMPULAN**

Sosialisasi ini dapat meningkatkan pengetahuan siswa siswi SD Negeri 34 Kendari tentang cara hidup bersih yang sehat di lingkungan sekolah dasar terbukti dengan mendapatkan tanggapan yang baik dan antusias dari peserta didik saat menjawab pertanyaan dan mempraktekkan cara mencuci tangan yang benar.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Akbar, F., Adiningsih, R., & Islam, F. (2023). *Perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sekolah dasar. 4.*
- Direktorat Sekolah Dasar. (2021). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) di Sekolah untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19 .*
- Julianingsih, V., Karjoso, T. K., & Harahap, E. S. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan PHBS di Pekanbaru. *Health Care : Jurnal Kesehatan, 9(1), 9–16.* <https://doi.org/10.36763/healthcare.v9i1.56>
- Nurlinawati, N., Fitra Alfarid, D., & Ahsya Putri, I. (2023). Edukasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Kepada Siswa Sekolah Dasar. *MEDIC \_Medical Dedication UNJA, 6(1).*
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. (2018). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah. *Jurnal Abdimas UMTAS, 1(2).*
- Sumaiyah, Marianne, Nasution, E. S., Pertiwi, D., & Nugraha, S. E. (2019). Sosialisasi Langkah Cuci Tangan Yang Benar. *Jurnal Pengabdian Untuk Mu NegeRI, 3(2), 129–132.* <https://ejournal.umri.ac.id/index.php/PengabdianUMRI/article/download/1680/1172/>
- Wijaya, F. (2018). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 05 Nomor 02 Tahun. Ketersediaan Sarana Dan Prasarana Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Di SMA Negeri Kabupaten Sumenep, 05(02), 232–235.* <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Wiritanaya, S., Wati, N., & Yanuarti, R. (2024). Edukasi Cara Mencuci Tangan Yang Baik dan Benar Di Sekolah Dasar Negri 67 Kota Bengkulu. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat, 5(1), 61–65.* <https://doi.org/10.35311/jmpm.v5i1.395>