

## Sosialisasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah Dasar di Desa Garessi

Ahmad Jamalong<sup>1</sup>, Leny Nur Anggreny<sup>2</sup>, Radhiatan Mawaddah Rahman<sup>3</sup>, Winola Syafirah<sup>4</sup>,  
Sri Sinta Resky<sup>5</sup>, Gemilang<sup>6</sup>, Nurul Erliana<sup>7</sup>, A.Azman Fariq<sup>8</sup>, Ahmad try Sutarno<sup>9</sup>

Dosen Pembimbing Lapangan<sup>1</sup>, Prodi Administrasi Kesehatan<sup>2345</sup>, Prodi Ilmu Administrasi Bisnis<sup>678</sup>,  
Prodi Manajemen<sup>9</sup>, Fakultas Ilmu Keolahragaan & Kesehatan<sup>2345</sup>, Fakultas Ilmu Sosial & Hukum<sup>678</sup>,  
Fakultas Ekonomi & Bisnis<sup>9</sup>, Universitas Negeri Makassar

[ahmad.jamalong@unm.ac.id](mailto:ahmad.jamalong@unm.ac.id)<sup>1</sup>, [lenynuranggreny05@gmail.com](mailto:lenynuranggreny05@gmail.com)<sup>2</sup>, [radhiatanrdhaa00@gmail.com](mailto:radhiatanrdhaa00@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[winolasyafirah23@gmail.com](mailto:winolasyafirah23@gmail.com)<sup>4</sup>, [srisintaresky56978@gmail.com](mailto:srisintaresky56978@gmail.com)<sup>5</sup>, [gemilang0023@gmail.com](mailto:gemilang0023@gmail.com)<sup>6</sup>,  
[nurulerliana82@gmail.com](mailto:nurulerliana82@gmail.com)<sup>7</sup>, [andiazmanfariq@gmail.com](mailto:andiazmanfariq@gmail.com)<sup>8</sup>, [ahmadtarno88@gmail.com](mailto:ahmadtarno88@gmail.com)<sup>9</sup>

### ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran hasil pembelajaran yang dilakukan orang atau keluarga yang bisa membantu anda dalam bidang kesehatan dan berpartisipasi aktif dalam pelaksanaannya tingkat kesehatan tertinggi. Berdasarkan Undang-Undang No.36 Tahun 2009 Pasal 79 Ayat (1) tentang Kesehatan menyatakan bahwa "Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan siswa/i untuk hidup sehat dalam lingkungan hidup yang sehat sehingga siswa/i mampu belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas". Kesadaran akan pentingnya kesehatan perlu ditanamkan sedini mungkin pada anak sekolah dasar. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku siswa/i tentang pentingnya cuci tangan pakai sabun dan air mengalir. Metode pendekatan yang dilakukan menggunakan metode ceramah dan powerpoint serta media poster sebagai penerapannya. Adapun hasil dari penyuluhan ini adalah siswa/i Sekolah Dasar paham dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terutama dalam melakukan beberapa tahap cuci tangan pakai sabun dan kapan waktu yang tepat untuk melaksanakannya serta meningkatkan kebersihan di lingkungan sekolah.

**Kata kunci : Perilaku Hidup bersih dan sehat, Anak Sekolah, Sosialisasi.**

### ABSTRACT

*Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a series of behaviors that are practiced based on awareness of learning outcomes carried out by people or families that can help you in the health sector and actively participate in implementing the highest level of health. Based on Law No. 36 of 2009 Article 79 Paragraph (1) concerning Health states that "School health is organized to improve students' ability to live healthily in a healthy living environment so that students are able to learn, grow and develop in harmony and as high as possible to become quality human resources". Awareness of the importance of health needs to be instilled as early as possible in elementary school children. The aim of this service is to increase students' knowledge, attitudes and behavior about the importance of washing hands with soap and running water. The approach method used is the lecture method and PowerPoint as well as poster media as the application. The results of this counseling are that elementary school students understand how to implement Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), especially in carrying out several stages of washing hands with soap and when is the right time to carry it out and improving cleanliness in the school environment.*

**Keywords: Clean and healthy living behavior, school children, socialization.**

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal terpenting dalam hidup seseorang, dan kesehatan merupakan kata kunci kebahagiaan anak usia dini. Hal ini dapat dicapai melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Perilaku hidup sehat dicapai melalui kebersihan diri, dan cara paling mudah untuk menjaga kebersihan diri adalah dengan mencuci tangan dengan sabun. Dengan membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat, Anda secara alami dapat mengoptimalkan tumbuh kembang anak di masa sekarang ini (Novitasari & Filtri, 2018).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran hasil pembelajaran yang dilakukan orang atau keluarga yang bisa membantu anda dalam bidang kesehatan dan berpartisipasi aktif dalam pelaksanaannya tingkat kesehatan tertinggi (Aswadi et al., 2017).

Kebersihan diri adalah upaya pribadi untuk menjaga kebersihan diri seperti kebersihan rambut, mulut, gigi, telinga, kuku, kulit dan tangan. Mencuci tangan merupakan perilaku yang membersihkan bagian telapak, punggung tangan, jari, dan kuku jari. Tujuannya untuk membersihkan kotoran dan membunuh bakteri penyebab penyakit yang berbahaya bagi kesehatan (Julianti, 2018).

Mencuci tangan dengan air saja tidak cukup untuk melindungi seseorang dari bakteri yang menempel di tangan). Penggunaan sabun untuk mencuci tangan penting dilakukan karena sabun dapat membantu menghilangkan bakteri tak terlihat seperti minyak/kotoran dari permukaan kulit dan meninggalkan aroma bersih yang menyatu dengan baik dengan parfum. Selain itu, mencuci tangan dengan sabun harus dilakukan dengan gerakan yang baik dan benar untuk mencapai kebersihan yang maksimal (Suhendy et al., 2023).

Berdasarkan Undang-Undang No.36 Tahun 2009 Pasal 79 Ayat (1) tentang Kesehatan menyatakan bahwa “Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan siswa/i untuk hidup sehat dalam lingkungan hidup yang sehat sehingga siswa/i mampu belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas”. Kesadaran akan pentingnya kesehatan perlu ditanamkan sedini mungkin pada anak sekolah dasar (Wahyudi & Frianto, 2023).

Ketaatan terhadap kebersihan diri sangat menentukan derajat kesehatan seseorang, karena setiap orang harus sadar akan inisiatifnya sendiri dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyebaran penyakit atau virus. Setiap orang memerlukan pengetahuan tentang kebersihan diri untuk menjaga pola hidup sehat dan menjaga kesehatan secara optimal (Rahmawati & Moh Badrus Solichin, 2021). Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku siswa/i tentang pentingnya cuci tangan pakai sabun dan air mengalir.

## METODE KEGIATAN

Selama melakukan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN), kelompok kami membuat berbagai program untuk meningkatkan kesadaran Siswa/i Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di semua Sekolah Dasar yang ada Di Desa Garessi yang berjumlah 4 Sekolah yaitu SDN 36 Barru, SDN 40 Barru, SDN 42 Barru, dan SDN 43 Barru. Kegiatan dimulai dengan memberikan Edukasi Penyuluhan mengenai Perilaku Hidup dan Sehat dengan menggunakan metode ceramah dan powerpoint serta media poster sebagai penerapannya. Sasarannya merupakan Siswa/i mulai dari Kelas I-VI yang diwakili minimal 5 orang siswa/i perkelas yang dikumpulkan di salah satu ruangan kelas. Beserta Kepala Sekolah dan Perwakilan guru yang ikut membimbing dan mendampingi Siswa/i selama kegiatan penyuluhan berlangsung. Kegiatan pengabdian ini meliputi beberapa tahapan pelaksanaan, yaitu:

### **a. Tahap Persiapan**

Tahap ini seluruh siswa/i berkumpul di salah satu ruangan kelas dan menunggu sosialisasi berlangsung.

**b. Pembukaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat**

Pembukaan kegiatan dengan memperkenalkan semua anggota Kuliah Kerja Nyata (KKN) serta menyapa siswa/i yang mengikuti sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Dan selanjutnya melakukan penyampaian materi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) salah satunya Cuci tangan pakai sabun.

**c. Penyampaian Materi Oleh Narasumber**

Penyampaian materi dilakukan dengan metode ceramah menggunakan powerpoint dan setelah penyampaian materi dilanjut dengan memaparkan video animasi cuci tangan pakai sabun serta Tanya jawab dengan hadiah.

**d. Kegiatan Akhir**

Kegiatan diakhiri dengan pemberian berupa Tanya jawab yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pemahaman siswa setelah diberikan penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), serta melakukan praktik mencuci tangan dengan sabun yang baik dan benar.

## HASIL & PEMBAHASAN

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan cara Cuci Tangan Pakai Sabun yang dilaksanakan di 4 sekolah yang berada di Desa Garessi, yang sangat di sambut baik oleh kepala sekolah guru dan siswa/i yang antusias mengikuti sosialisasi ini. Dimana siswa mendengarkan dan menyimak penyampaian materi yang disampaikan pada pemateri dengan sangat baik .



*Gambar 1. Penyampaian Materi*

Program penerapan cuci tangan pakai sabun yang dilaksanakan di 4 Sekolah Dasar yang terdiri dari SDN 36 Barru , SDN 40 Barru, SDN 42 Barru, SDN 43 Barru. Setelah sesi penyampaian materi dilanjutkan sesi tanya jawab dan memaparkan video animasi cuci tangan pakai sabun setelah memaparkan video, siswa di minta untuk mempraktikkan kembali langkah-langkah cuci tangan pakai sabun yang benar tanpa melihat video , pada sesi ini siswa juga memiliki antusias yang tinggi karena terdapat bingkisan yang akan diberikan kepada siswa yang dapat mempraktekkan langkah-langkah mencuci tangan yang benar dengan cara begini agar siswa lebih percaya diri dan untuk mengetahui pengetahuan dasar siswa mengenai (PHBS) dan hasilnya, hasilnya ternyata kemampuan siswa/i sebagian besar meningkat. Kemudian, kegiatan dilanjutkan untuk mendampingi siswa dan mempraktikkan metode cuci tangan yang baik dan benar dengan sabun cair di wastafel galon yang sudah di sediakan, dengan adanya penerapan ini agar siswa dapat terhindar dari penyakit.



*Gambar 2. Mengajarkan Cara Mencuci Tangan yang Benar dengan Video Animasi*



*Gambar 3. Praktek cuci tangan menggunakan sabun*



*Gambar 4. Foto Bersama Siswa/i Sekolah Dasar beserta para guru*

Adapun hasil dari penyuluhan ini adalah siswa/i Sekolah Dasar paham dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terutama dalam melakukan beberapa tahap cuci tangan pakai sabun dan kapan waktu yang tepat untuk melaksanakannya serta meningkatkan kebersihan di lingkungan sekolah.

## KESIMPULAN & SARAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan suatu kegiatan edukasi yang diberikan kepada anak-anak yang bertujuan untuk menjaga kebersihan diri dari berbagai kotoran dan bakteri yang berada pada permukaan kulit dan dapat menyebabkan berbagai penyakit bagi kesehatan tubuh. Salah satu contoh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah cuci tangan pakai sabun. Pemberian edukasi yang dilakukan pada anak-anak khususnya yang berada di Desa Garessi dirangkaikan dengan pemberian bingkisan, video animasi serta praktik langsung dengan tujuan agar anak-anak tersebut dapat lebih mudah mencerna dan memahami betapa pentingnya untuk menjaga kebersihan diri.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) harus ditanamkan sejak dini kepada anak-anak, tidak hanya di lingkup sekolah akan tetapi dimulai dari rumah anak tersebut. Dan itu menjadi tugas dari para Orang Tua untuk lebih sadar memahamkan kepada anak-anak sejak dini agar menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

## DAFTAR PUSTAKA

- Aswadi, Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati. (2017). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Siswi SDK Rita Pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-Sihah : Public Health Science Journal*, 9(2), 193.
- Novitasari, Y., & Filtri, heleni dkk. (2018). Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Dosen Prodi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini , FKIP , Unilak Email : yesinovitasari@unilak.ac.id PENDAHULUAN Peningkatan kualitas sumber daya man. *Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(1), 44–49. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jpm/article/view/573>
- Rahmawati, D., & Moh Badrus Solichin. (2021). Sosialisasi Cuci Tangan Pakai Sabun ( CTPS ) sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Kesehatan dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 17–23.
- Suhendy, H., Iskandar, L. N., Putri, D., Putri, L. D., Ameliya, L., Sabrina, N. K., & Yuniar, P. (2023). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan Sekolah Dasar Negeri 01 Bantar. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 90–94. <https://doi.org/10.29303/indra.v4i2.265>
- Wahyudi, S. A., & Frianto, D. (2023). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah. *Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(1), 3163–3172. <https://journal.ubpkarawang.ac.id/index.php/AJPM/article/view/4047>