

**PENYULUHAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT ( PHBS )  
PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI 1 GADUNGSARI  
KECAMATAN TIRTOYUDO KABUPATEN MALANG**

Desi Urbasari<sup>1)</sup>, Purwaning Budi Lestari<sup>2)</sup>

<sup>1) 2)</sup> IKIP Budi Utomo

[dhesiurbasari@gmail.com](mailto:dhesiurbasari@gmail.com)<sup>1)</sup>, [purwaning.budilestari@gmail.com](mailto:purwaning.budilestari@gmail.com)<sup>2)</sup>

**ABSTRACT**

Community service activities regarding counseling on juvenile delinquency for students of SD Negeri 1 Gadungsari, Tirtoyudo District, Malang Regency aim to reduce the risk of disease in school children (aged 6-10 years), create a supportive learning atmosphere because a clean school environment can increase student enthusiasm and learning achievement at school. They can experience negative impacts if they do not carry out PHBS in the school environment, such as diseases that arise due to unhealthy lifestyles, and the impact of an unclean school environment. The method used in this community service activity is direct counseling in collaboration with several agencies, namely the Gadungsari Village Government and Gadungsari 1 Public Elementary School. The material presented in the counseling activities included various PHBS in the school environment, the negative impact of not doing PHBS in the school environment. The output of this counseling activity is that Grade VI students at SD Negeri 1 Gadungsari will be equipped to be able to apply PHBS in the school environment and to respond to the impact of an environment that does not implement PHBS which has a negative impact on those who are unable to choose actions and behaviors that are not good for health. From this provision, it is hoped that they will be able to realize it in themselves so that they can become the next generation of a nation that is healthy, of superior quality.

**Keywords:** PHBS in the school environment, Elementary students

**ANALISIS SITUASI**

PHBS merupakan salah satu pilar utama dalam Indonesia Sehat dan merupakan salah satu strategi untuk mengurangi beban negara dan masyarakat terhadap pembiayaan kesehatan ( Endah, 2018 ). Kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat serta menciptakan lingkungan sehat, oleh karena itu kesehatan perlu dijaga, dipelihara dan ditingkatkan oleh setiap anggota rumah tangga serta diperjuangkan oleh semua pihak.

Tujuan dari PHBS merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, maupun kemampuan masyarakat untuk hidup bersih dan sehat, kemudian untuk meningkatkan peran serta aktif masyarakat termasuk dunia usaha dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. (Annisa Khoiriah1, 2020).

Salah satu permasalahan yang serius dihadapi bangsa Indonesia yaitu masalah

kesehatan khususnya masalah kesehatan anak usia sekolah ( Wahyu, Mulyadi , 2021 ). Masalah yang sering timbul pada anak usia sekolah yaitu perilaku, gangguan perkembangan fisiologis hingga gangguan dalam belajar dan juga masalah kesehatan umum. Masalah kesehatan umum yang terjadi pada anak usia sekolah biasanya keterkaitan dengan kebersihan individu dan lingkungan seperti gosok gigi yang baik dan benar, kebersihan diri, membuang sampah pada tempatnya, serta kebiasaan cuci tangan memakai sabun (Gustina, Abdussalam dan Saputra, 2018).

Pencegahan yang paling dini dan bisa di mulai dari diri sendiri salah satunya adalah dengan cara menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Aliya, 2023). Menjaga kesehatan sangatlah penting di terapkan sejak usia anak sekolah melainkan sejak pada anak usia dini hal ini penting karena pada usia anak-anak rawan terkena penyakit, daya tahan tubuh mereka belum sekuat orang dewasa

pada umumnya. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sangat berpengaruh dalam proses belajar karena disekolah mereka tidak hanya belajar akademik saja tetapi juga bertingkah laku yang sesuai dengan aturan (Honesty,2023)

Selain itu perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) juga mempunyai maksud untuk memotivasi anak-anak untuk berperan penting dalam mewujudkan kesehatan kebugaran tubuh dan salah satu sasaran pengembangan lingkungan kesehatan yaitu sekolah (Tabi'in, 2020). Akan tetapi bilamana perilaku hidup sehat dan bersih ini tidak dilakukan dengan baik maka akan menimbulkan dampak yang tidak diinginkan dengan munculnya berbagai penyakit (Sholihah, 2019). Karena Sekolah sebagai salah satu sasaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di tatanan instusi pendidikan. Hal ini disebabkan karena banyaknya data yang menyebutkan bahwa munculnya sebagian penyakit yang sering menyerang usia anak sekolah (usia 6-10 tahun). Dampak lainnya dari kurang dilaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yaitu seperti suasana belajar yang tidak mendukung karena adanya lingkungan sekolah yang kotor, menurunnya semangat dan prestasi belajar di sekolah. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah merupakan kebutuhan yang dapat dilakukan melalui pendekatan usaha kesehatan sekolah (UKS) (Maryunani, 2018).

Tirtoyudo adalah sebuah kecamatan yang berada di kabupaten Malang dengan luas wilayah 162,42 km<sup>2</sup> dan 63.219 jumlah penduduk. Di kecamatan tersebut terdapat Sekolah Dasar yaitu SD Negeri 1 Gadungsari, adapun jumlah keseluruhannya yaitu 8 guru, 94 siswa laki-laki dan dan 97 siswa. Penyuluhan ini di lakukan pada siswa kelas VI dengan jumlah 32 siswa baik laki-laki maupun perempuan. Tujuan dilakukan penyuluhan tentang PHBS di tatanan sekolah untuk mengedukasi khususnya siswa SD Negeri 1 Gadungsari agar dapat berperilaku hidup bersih dan sehat agar terhindar dari penyakit

dan menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

## **METODE PELAKSANAAN**

Tempat pelaksanaan kegiatan ini adalah di Sekolah Dasar, Desa Gadungsari, Kecamatan Tirtoyudo, Kab. Malang. Pengabdian yang dilakukan merupakan penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ( PHBS ), yang dimana dilakukan dengan sasaran siswa SD. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan untuk siswa-siswa SD Negeri 1 Gadungsari sebanyak 32 siswa baik laki-laki dan perempuan. Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada Rabu, 22 Februari 2023 di ruang kelas VI SD Negeri 1 Gadungsari. Bekerja sama dengan beberapa instansi terkait. Pemerintah Desa Gadungsari Kecamatan Tirtoyudo, pihak sekolah SD Negeri 1 Gadungsari.

Metode pelaksanaan yang diterapkan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu metode penyuluhan berupa penyampaian materi dan tanya jawab. Materi yang disampaikan terkait dengan PHBS Sekolah. Penyampaian materi ini disampaikan secara oral dengan media bantu berupa video tutorial dan power point yang melibatkan penglihatan dan pendengaran target sasaran sehingga memudahkan dalam memahami informasi yang disampaikan

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penyuluhan bertujuan untuk mengurangi resiko penyakit pada usia anak sekolah (usia 6-10 tahun), menciptakan suasana belajar yang mendukung karena lingkungan sekolah yang bersih sehingga meningkatkan semangat dan prestasi belajar siswa di sekolah. Menyadari bahwa prilaku adalah sesuatu yang rumit, prilaku tidak hanya menyangkut dimensi kultural yang berupa sistem nilai dan norma, melainkan juga dimensi ekonomi yaitu hal-hal yang mendukung Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah seperti mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan

sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan sekali, memelihara kebersihan badan yaitu kuku, rambut dan gigi, membuang sampah pada tempatnya.

Kegiatan penyuluhan dilakukan pada siswa SD Negeri 1 Gadungsari dengan sasaran siswa kelas VI. Materi dalam penyuluhan tersebut dijabarkan menjadi 2 sub bab utama yaitu macam-macam PHBS di sekolah dan dampak negatif dari tidak diterapkannya PHBS di lingkungan sekolah. Kegiatan penyuluhan ini mendapat respon yang cukup baik dari pihak sekolah yang didampingi oleh ibu wali kelas VI yaitu ibu Sundari, S.Pd.



Gambar 1. Personil PMBP bersama KS dan guru

### 1. Penyampaian Materi

Materi yang disampaikan pada penyuluhan ini yaitu yang pertama macam-macam PHBS di lingkungan sekolah. Pada materi yang di paparkan pertama ini menjelaskan tentang mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan sekali, memelihara kebersihan badan yaitu kuku, rambut dan gigi, membuang sampah pada tempatnya. Materi ini digaris besari dari cara dan waktu yang tepat untuk melakukannya.

Selanjutnya materi yang kedua menjelaskan tentang dampak negatif dari tidak dilakukannya PHBS di lingkungan sekolah. Yang dimana materi tersebut

menjelaskan tentang penyakit yang timbul akibat gaya hidup tidak sehat dan dampak lingkungan sekolah kurang yang bersih.



Gambar 2. Materi PHBS oleh personil PMBP

### 2. Sesi Tanya Jawab Dan Diskusi

Pada sesi ini peserta dan pemateri memulai diskusi tentang topik yang telah di paparkan yaitu perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah yang pastinya materi tersebut sudah sangat didengar dan harus diterapkan pada siswa-siswa tersebut. Pada sesi ini mereka membahas tentang dampak negatif tidak dilaksanakannya PHBS di sekolah dan cara menerapkan PHBS yang benar di lingkungan sekolah. Dampak negatif dari tidak dilakukan PHBS di sekolah meliputi terjadi penurunan prestasi dan semangat belajar, menurunkan citra sekolah, serta suasana yang tidak mendukung karena lingkungan yang kotor, keadaan kelas yang kotor, banyak jajanan yang tidak sehat dan tempat pembuangan sampah yang kurang tepat.



Gambar 3 sesi Tanya jawab dan diskusi

Pada sesi terakhir acara ditutup dengan ucapan Hamdalah dan berterimakasih yang dituju kepada para guru dan para siswa yang dipimpin oleh mahasiswa ikip budi utomo (personil PMBP). Selain itu tim pengabdian

masyarakat juga mencatat hal yang dirasa kurang dalam kegiatan tersebut guna untuk dijadikan referensi atau masukan dalam kegiatan-kegiatan selanjutnya. Setelah acara ditutup dengan ucapan hamdalah dan sebelum tim meninggalkan tempat peserta serta tim pengabdian masyarakat melakukan sesi foto bersama siswa.



Gambar 4 Personil PMPB bersama siswa kelas VI

## KESIMPULAN

Jika diamati secara umum kegiatan penyuluhan PHBS disekolah ini dapat dinyatakan berhasil dan berjalan dengan lancar. Terbukti dari pengamatan dan pencatatan yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat, kegiatan penyuluhan ini mendapatkan respon dan antusiasme yang tinggi serta mendapatkan sambutan baik dari pihak sekolah dan dari siswa kelas VI. Hal ini dikarenakan mereka mendapatkan tambahan ilmu pengetahuan yang dapat memperkuat diri mereka dari hal-hal penerapan perilaku hidup yang bersih dan sehat. Output dalam kegiatan penyuluhan ini yaitu siswa-siswa kelas VI SD Negeri 1 Gadungsari mendapatkan bekal untuk mampu meneraapkan perilaku hidup bersih dan sehat dilingkungan sekolah serta menyikapi imbas dari lingkungan yang tidak menjalankan PHBS yang dimana membawa dampak buruk bagi mereka yang tidak mampu memilih tindakan dan perilaku yang kurang baik akan kesehatan. Dari bekal itulah mereka diharapkan mampu merealisasikan pada diri mereka agar bisa menjadi generasi penerus bangsa yang sehat, berkualitas unggul.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Melalui kesempatan ini selayaknya penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Pemerintah Desa Gadungsari, SD Negeri 1 Gadungsari, Dospem PMPB dan semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan artikel ini yang penulis tidak bisa sebutkan satu per satu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Wahyu Nur Indah Sari, Mulyadi. 2021."Perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia sekolah dasar." *THE JOER: Journal Of Education* 1(1) : 76-77.  
<https://pedirresearchinstitute.or.id/index.php/THEJOER/index>.
- Nurfadiansyah Bur, Septiyanti. 2020. "Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di SD Inpres Katangka Gowa." *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2(1): 47-48.  
<http://journal.lldikti9.id/CER/index>.
- Nova Muhani, Christian Angelina Febriani. 2022."Penyuluhan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat ( PHBS) tatanan sekolah di SDN 01 Langkapura." *Jurnal Loyalitas Sosial : Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences* 4(1) : 28.
- Endah Nurmahmudah. 2018." Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah." *Jurnal abdimas umtas* 1(2) : 46-48.
- Regina Pricilia.Y. 2021. Pengaruh Edukasi PHBS Terhadap tingkat Pengetahuan pada Yayasan Jage Kestare. *Jurnal Karya Kesehatan Siwalima*, 1 (1) : 32  
<https://ojs.ukim.ac.id/index.php/KKS>
- Honesty Diana.M. 2023. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 05 Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariman. *Jurnal Kesehatan*

*Saintika Meditory, 6 (1) : 107*  
<https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>

Nafisatul Aliya. 2023. Pengaruh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Intervensi Pencegahan Kejadian Stunting di SDN Rojopolo 04. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPKMN)*, 3 (2,2) : 1937

Ismunandar Wahyu.K. 2023. Pengaruh Penyuluhan Phbs Terhadap Upaya Peningkatan Kesehatan di SDN Doda. *JOONG-KI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2) : 275