

## Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Melalui Kebersihan Diri, Toilet, dan Penggunaan Alas Kaki

Olga Dewi Citra Ayu<sup>1</sup>, Nazwa Pramitya Afifah<sup>2</sup>, Intan Kurniawati Pramitaningrum<sup>3</sup>, Dian Rachma Wijayanti<sup>4</sup>, Awaliyah Emhari<sup>5</sup>, Maryam Nurhusna<sup>6</sup>, Steffany Nurjanah Batu Bara<sup>7</sup>, Diah Ayu Purboningrum<sup>8</sup>, Anita Fatikah Sari<sup>9</sup>, Puspa Puspita Sari<sup>10</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10</sup> Prodi Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Binawan, Indonesia

Received : 26 November 2025, Revised : 6 Desember 2025, Published : 12 Desember 2025

### Corresponding Author

Nama Penulis: Olga Dewi Citra Ayu

E-mail: [olgadewi29@gmail.com](mailto:olgadewi29@gmail.com)

### Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Amal Mulia Kota Depok mengenai pentingnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan penyakit melalui kebersihan diri, toilet, dan penggunaan alas kaki. Metode kegiatan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif yang melibatkan 98 siswa kelas 4 dan 6 secara aktif dalam proses pembelajaran melalui edukasi interaktif, simulasi, permainan edukatif, serta diskusi dan tanya jawab. Kegiatan diawali dengan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal, dilanjutkan dengan penyampaian materi dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah edukasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap pentingnya PHBS. Pengetahuan siswa tentang pentingnya menggunakan alas kaki meningkat dari 85% menjadi 92%, dan pengetahuan tentang bahaya tidak menggunakan alas kaki naik dari 92% menjadi 98%. Pengetahuan mengenai kebersihan toilet juga meningkat dari 77% menjadi 83%, dan kesadaran akan bahaya tidak menjaga kebersihan toilet meningkat dari 83% menjadi 88%. Hasil ini menunjukkan bahwa metode edukatif-partisipatif efektif dalam menumbuhkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

**Kata kunci** - alas kaki, edukasi kesehatan, kebersihan diri, kebersihan toilet, PHBS

### Abstract

This community service activity aims to improve students' knowledge and awareness of the importance of implementing Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) as a disease prevention effort through personal hygiene, toilet cleanliness, and the use of footwear. The activity was carried out at SDIT Amal Mulia, Depok City, involving 98 students from grades 4 and 6. The method used was an educative-participatory approach, which actively engaged students through interactive education, simulations, educational games, discussions, and question-and-answer sessions. The activity began with a pre-test to assess students' initial knowledge, followed by the delivery of interactive educational material, and ended with a post-test to measure knowledge improvement. The results showed a significant increase in students' understanding of PHBS. Knowledge of the importance of wearing footwear increased from 85% to 92%, and awareness of the dangers of not wearing footwear rose from 92% to 98%. Knowledge of toilet cleanliness improved from 77% to 83%, and understanding of the dangers of not maintaining toilet hygiene increased from 83% to 88%. These findings indicate that the educative-participatory approach effectively enhances students' clean and healthy living behavior within the school environment.

**Keywords** - health education, footwear, personal hygiene, toilet hygiene, PHBS

**How To Cite :** Ayu, O. D. C., Afifah, N. P., Pramitaningrum, I. K., Wijayanti, D. R., Emhari, A., Nurhusna, M., Bara, S. N. B., Purboningrum, D. A., Sari, A. F., & Sari, P. P. (2025). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Melalui Kebersihan Diri, Toilet, dan Penggunaan Alas Kaki . *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(2), 2712 - 2720. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i2.821>

**Copyright** ©2025 Olga Dewi Citra Ayu, Nazwa Pramitya Afifah, Intan Kurniawati Pramitaningrum, Dian Rachma Wijayanti, Awaliyah Emhari, Maryam Nurhusna, Steffany Nurjanah Batu Bara, Diah Ayu Purboningrum, Anita Fatikah Sari, Puspa Puspita Sari

## PENDAHULUAN

Anak- anak usia Sekolah Dasar merupakan individu yang berusia antara 6 hingga 12 tahun, pada masa ini anak anak sedang berada dalam fase pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara fisik, mental, maupun sosial (Nurhayati & Syahfitri, 2025; *School-Age Children - an Overview | ScienceDirect Topics*, n.d.). Usia Sekolah Dasar termasuk usia kritis karena berbagai kebiasaan dan perilaku yang terbentuk pada periode ini akan berpengaruh terhadap kualitas hidup di masa depan. Pembentukan karakter seorang anak tidak muncul begitu saja, namun perlu dibentuk dan dikembangkan sejak dini (Sabani, 2019). Anak - anak merupakan tumpuan masa depan bangsa sebagai sumber daya manusia, pada masa yang akan datang. Sejarah menunjukkan bahwa keberhasilan atau kegagalan suatu bangsa di masa depan, sangat bergantung pada bagaimana bangsa tersebut dapat menangani masalah kesehatan anak (Oktiarina, 2023).

Pendidikan formal di Indonesia dimulai dari Sekolah Dasar yang ditujukan pada anak anak berusia 6 hingga 12 tahun. Tahap ini merupakan masa di mana anak-anak rentan terhadap berbagai penyakit seiring dengan pertumbuhannya. Penyakit penyakit yang dialami anak-anak pada usia dini (0–5 tahun) dapat muncul kembali pada masa sekolah, terutama pada usia 6–8 tahun (Novitasari et al., 2018). Berbagai masalah kesehatan sering muncul seperti penyakit infeksi, penyakit kronis menular, serta masalah gizi (Hadiyani, 2024). Masalah kesehatan yang sering dialami anak usia sekolah adalah karies gigi, kecacingan, diare, thypus, disentri, kolera, flu dan Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA) (Tumiwa, 2019). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anak anak merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai gangguan masalah kesehatan. Sebagaimana besar penyakit yang sering dialami anak sekolah usia dasar ternyata berkaitan erat dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Setiawan et al., 2024).

Menurut Notoatmodjo (2018), Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan berdasarkan kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang bertujuan untuk membuat seseorang mampu menolong diri sendiri dalam bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan, guna menciptakan lingkungan hidup yang sehat (Notoatmodjo, 2018). PHBS perlu dibiasakan sejak usia Sekolah Dasar. Sekolah merupakan lembaga yang efektif dalam mewujudkan pendidikan kesehatan, karena sebagian besar waktu mereka dihabiskan di dalam sekolah di mana para siswa diajarkan mengenai makna perilaku yang sehat dan tidak sehat beserta dampaknya. Masa usia Sekolah Dasar juga merupakan masa emas (*golden age*) untuk menanamkan nilai-nilai budaya hidup sehat yang memiliki potensi besar sebagai agen perubahan dalam menumbuhkan budaya hidup sehat di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat (Edwita et al., 2022).

Berdasarkan dampak yang dialami oleh anak-anak yang belum menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah, menurut WHO terdapat sekitar 100.000 anak di Indonesia meninggal setiap tahunnya akibat penyakit diare. Hal ini dapat disebabkan oleh kebiasaan mengonsumsi jajanan yang tidak sehat atau praktik mencuci tangan yang tidak baik di kalangan anak sekolah. Kondisi ini menunjukkan bahwa anak-anak belum sepenuhnya menerapkan PHBS (Setiawan et al., 2024). Penerapan PHBS dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu kebiasaan di rumah, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Indikator penerapan PHBS di sekolah meliputi kebiasaan membuang sampah pada tempatnya, menggunakan alas kaki, mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan toilet, serta melakukan pemantauan berat dan tinggi badan secara berkala.

Penerapan PHBS dapat dilakukan di Sekolah Dasar melalui sosialisasi dan edukasi PHBS kepada para siswa dan guru, melibatkan siswa sebagai kader kesehatan untuk mengawasi dan mengingatkan teman-temannya. Edukasi kesehatan dapat dilakukan melalui berbagai metode seperti penyuluhan, poster, brosur, serta praktik langsung telah terbukti dapat memperbaiki pemahaman dan perilaku PHBS di kalangan siswa (Cahyati et al., 2024). Dampak jangka panjang nya adalah anak-anak yang terbiasa menerapkan PHBS sejak dini cenderung memiliki kesehatan yang lebih baik, terhindar dari penyakit menular, dan memiliki daya tahan tubuh yang lebih kuat (Raudah et al., 2025). Pendidikan

memengaruhi apa yang akan dilakukan yang tercermin dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku, untuk meningkatkan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), harus menghilangkan perilaku yang tidak sehat dengan memberikan pembelajaran tentang PHBS menggunakan media permainan yang membuat anak-anak tertarik (Sasmitha et al., 2020).

Hasil analisis situasi di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Amal Mulia, Cimanggis, Depok, yang dilakukan dengan wawancara kepada beberapa guru, diketahui praktik PHBS belum dijalankan secara maksimal. Terdapat siswa/siswi yang masih belum terbiasa mencuci tangan dengan benar dan sering kali membuang sampah sembarangan, selain itu masih sering ditemukan siswa/siswi yang bermain di lapangan tanpa menggunakan alas kaki, sehingga menunjukkan bahwa kesadaran terhadap kebersihan dan kesehatan diri belum sepenuhnya terbentuk. Berdasarkan analisis tersebut pelaksanaan edukasi terkait PHBS diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan melatih keterampilan siswa secara konsisten dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat baik di lingkungan sekolah agar tercipta lingkungan belajar yang sehat dan mendukung.

## METODE

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan pendekatan edukatif-partisipatif, yang melibatkan peserta secara aktif dalam proses pembelajaran melalui edukasi interaktif, kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 25 Agustus 2025 bertempat di Sekolah Dasar Islam Terpadu Amal Mulia Kota Depok Jawa Barat, kepada siswa/i kelas 4 dan 6 peserta sebanyak 98 orang. Inti materi mengenai pengertian PHBS dan contoh kegiatan PHBS secara umum. Pengabdian juga mengajak guru kelas sebagai salah satu motor sekaligus pembimbing langsung dari siswa. Metode Pengabdian masyarakat dilakukan dengan berbagai tahapan:

- a. Komunikasi dan Koordinasi dengan SDIT Amal Mulia : panitia melakukan koordinasi dan komunikasi dengan kepala sekolah SDIT Amal Mulia, terkait waktu, tempat pelaksanaan perlengkapan dan hal kegiatan dibutuhkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat.
- b. Penyusunan Proposal Kegiatan : panitia menyusun proposal dan menyusun anggaran yang akan digunakan untuk membeli alat dan bahan habis pakai pemeriksaan yang disesuaikan dengan kebutuhan Edukasi PHBS. Selanjutnya proposal diajukan kepada kemahasiswaan Universitas Binawan
- c. Kegiatan Edukasi PHBS :
  1. Kegiatan diawali dengan pemberian *pre-test* kepada peserta untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya dalam hal penggunaan alas kaki dan kebersihan toilet.
  2. Pemaparan materi pertama dilakukan melalui presentasi edukatif interaktif mengenai pentingnya penggunaan alas kaki serta menjaga kebersihan toilet untuk mencegah penyebaran penyakit. Media yang digunakan berupa slide presentasi dan gambar ilustratif agar siswa lebih mudah memahami. Diskusi interaktif dan sesi tanya jawab dilakukan setelah penyampaian materi untuk memperdalam pemahaman peserta serta menumbuhkan kesadaran akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah maupun rumah.
  3. Peserta mengerjakan *post-test* untuk mengukur sejauh mana peningkatan pengetahuan dan pemahaman mereka setelah menerima edukasi.
  4. Kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi kedua mengenai kebersihan diri dan pengolahan sampah sederhana di lingkungan sekolah. Edukasi dilakukan secara interaktif melalui presentasi, simulasi, dan permainan edukatif sederhana agar siswa terlibat aktif dan lebih mudah mengingat pesan yang disampaikan. Setelah penyampaian materi. Kegiatan ditutup dengan sesi tanya jawab dan refleksi bersama untuk menegaskan kembali pentingnya menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari, baik di rumah maupun di sekolah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat merupakan usaha dalam menyebarluaskan ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang dalam masyarakat. Kegiatan ini dilakukan pada siswa/i SDIT Amal Mulia Kota Depok Jawa Barat, hari Senin tanggal 25 Agustus 2025 yang dilaksanakan pukul 08.00 – 11.00 WIB dan diikuti oleh s 53 siswa/i. Kegiatan dilaksanakan di Aula Masjid SDIT Amal Mulia

Kota Depok. Keseluruhan kegiatan pengabdian ini diharapkan menjadi tambahan pengetahuan, baik itu kegiatan yang dapat memberikan perubahan yang signifikan akan perilaku siswa di dalam dan di luar lingkungan sekolah. Kegiatan diawali dengan melakukan survei dan koordinasi kepada pihak setempat, yaitu kepala sekolah SDIT Amal Mulia Kota Depok Jawa Barat. Setelah dilakukan survei selanjutnya panitia menyiapkan segala persiapan untuk pelaksanaan kegiatan, berupa materi penyuluhan dan persiapan lokasi pelaksanaan penyuluhan, diantaranya adalah persiapan tempat dan persiapan media presentasi. Setelah persiapan selesai dilakukan, maka tiba saatnya Tim pengabdian melaksanakan kegiatan pengabdian diwaktu yang sudah ditentukan.

Kegiatan ini diawali dengan pemberian edukasi tentang Perilaku Hidup Sehat dan Bersih (PHBS). Edukasi dilakukan secara langsung dengan membaginya menjadi 2 sesi, sesi pertama yaitu PHBS terkait Pentingnya Penggunaan Alas kaki dan Kebersihan Toilet, sesi kedua yaitu PHBS terkait Pentingnya Kebersihan Diri dan Pengelolaan Sampah. Kegiatan dimulai dengan melakukan *pre test* mengenai Pentingnya Penggunaan Alas kaki dan Kebersihan Toilet, lalu dimulai dengan melakukan pemaparan materi mengenai edukasi kecacingan, kapan penggunaan alas kaki dan perawatan alas kaki, serta edukasi penggunaan dan perawatan toilet yang baik dan benar. Pentingnya menggunakan alas kaki saat ke sekolah dan bermain di tanah antara lain melindungi kaki dari cedera dan benda tajam seperti pecahan kaca, duri, batu, atau benda berbahaya lain yang bisa melukai kaki saat berjalan atau bermain di tanah, serta mencegah infeksi dan penyakit, terutama penyakit yang ditularkan melalui kulit kaki seperti cacangan, infeksi luka, dan infeksi jamur yang sering terjadi akibat kontak langsung dengan tanah kotor. Kegiatan pengabdian dilanjutkan dengan games edukatif berupa tanya jawab dengan siswa/I disertai dengan pembagian hadiah. Kegiatan pada sesi pertama diakhiri dengan melakukan *post test*, sebagai bagian dari evaluasi untuk melihat sejauh mana pemahaman siswa setelah menerima edukasi. Pelaksanaan kegiatan sesi pertama Edukasi PHBS Pentingnya Penggunaan Alas Kaki dan Kebersihan Toilet tersaji dalam Gambar 1 berikut ini.



**Gambar 1.**

Sesi Pertama Pelaksanaan Edukasi PHBS Pentingnya Penggunaan Alas Kaki dan Kebersihan Toilet

Pelaksanaan kegiatan selanjutnya yaitu sesi ke-dua adalah Edukasi PHBS mengenai Pentingnya Kebersihan Diri dan Pengolahan Sampah Kegiatan dimulai dengan pemaparan materi edukasi dalam bentuk power point mengenai cara mencuci tangan menggunakan air mengalir sebelum dan sesudah makan, kebiasaan mandi, pengelompokan jenis jenis sampah dan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan. Kegiatan ini memberikan pengalaman langsung kepada siswa agar mereka dapat menerapkan kebiasaan sehat tidak hanya di sekolah tetapi juga di rumah dan lingkungan sekitarnya. Metode pembelajaran juga dikombinasikan dengan fun game untuk memperkuat pemahaman siswa/i mengenai PHBS, siswa yang dapat menjawab dengan benar akan diberikan hadiah. Hal ini sebagai bagian dari evaluasi untuk melihat sejauh mana pemahaman siswa setelah menerima edukasi. Pelaksanaan kegiatan sesi ke dua yaitu Edukasi PHBS Pentingnya Kebersihan Diri dan Pengolahan Sampah, tersaji pada Gambar 2 di bawah ini.



**Gambar 2.**

Sesi Ke- Dua Pelaksanaan Edukasi PHBS Pentingnya Kebersihan Diri dan Pengolahan Sampah

Kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan antusias oleh siswa/i SD dalam mengikuti Edukasi PHBS. Edukasi tentang PHBS sangat tepat dilakukan pada anak usia sekolah karena mereka sangat peka terhadap stimulus yang diberikan, sehingga anak usia sekolah lebih mudah untuk dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan untuk berperilaku hidup bersih dan sehat (Yuliana et al., 2024). Kegiatan ini dilaksanakan dalam suasana santai dan menyenangkan. Diskusi dan pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh siswa selama penyuluhan menunjukkan bahwa siswa antusias terhadap informasi yang diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat keingintahuannya cukup tinggi. Foto Bersama Siswa/I dan Guru SDIT Amal Mulia Kota Depok Jawa Barat tersaji pada Gambar 3.



**Gambar 3.**

Foto Bersama Siswa/I dan Guru SDIT Amal Mulia Kota Depok

Sebelum edukasi PHBS dilaksanakan, dibagikan kuisisioner untuk mengukur pengetahuan awal siswa sebelum dan sesudah edukasi. Hasil kuisisionernya adalah sebagaimana tersaji pada Tabel 1 dan Tabel 2. Sebelum mendapatkan edukasi, sebagian besar siswa sudah memiliki pengetahuan awal yang cukup baik. Sebanyak 85% siswa pernah memperoleh penjelasan tentang pentingnya menggunakan alas kaki, dan 100% siswa menyatakan bahwa penggunaan alas kaki merupakan hal yang penting. Selain itu, 92% siswa mengetahui bahaya tidak menggunakan alas kaki, Namun, tingkat pengetahuan siswa mengenai kebersihan toilet masih tergolong lebih rendah terdapat hanya 77% siswa yang pernah mendapatkan penjelasan tentang pentingnya membersihkan toilet, dan 83% siswa mengetahui bahaya jika toilet tidak dibersihkan.

**Table 1.**  
Presentase Hasil Pengetahuan Awal Siswa Sebelum Edukasi

| No | Pertanyaan  | Ya    | Tidak |
|----|---|-------|-------|
| 1  | Apakah kamu pernah mendapatkan penjelasan pentingnya menggunakan alas kaki sebelumnya ? | 85 %  | 15 %  |
| 2  | Apakah kamu merasa penting menggunakan alas kaki ?                                      | 100 % | 0     |
| 3  | Apakah kamu tahu bahaya tidak menggunakan alas kaki ?                                   | 92 %  | 8 %   |
| 4  | Apakah kamu pernah mendapatkan penjelasan pentingnya membersihkan toilet ?              | 77%   | 33` % |
| 5  | Apakah kamu tahu bahaya tidak membersihkan toilet ?                                     | 83 %  | 17%   |

Setelah diberikan edukasi sebagaimana terlihat pada Tabel 2, pengetahuan siswa menunjukkan peningkatan pada hampir seluruh aspek pertanyaan. Jumlah siswa yang pernah mendapatkan penjelasan tentang pentingnya menggunakan alas kaki meningkat menjadi 92%, sedangkan pengetahuan siswa tentang bahaya tidak menggunakan alas kaki naik menjadi 98%. Pengetahuan siswa mengenai pentingnya membersihkan toilet juga meningkat dari 77% menjadi 83%, dan pemahaman tentang bahaya tidak membersihkan toilet bertambah dari 83% menjadi 88%.

**Table 2.**  
Presentase Hasil Pengetahuan Awal Siswa Setelah Edukasi

| No | Pertanyaan  | Ya    | Tidak |
|----|---|-------|-------|
| 1  | Apakah kamu pernah mendapatkan penjelasan pentingnya menggunakan alas kaki sebelumnya ? | 92 %  | 8 %   |
| 2  | Apakah kamu merasa penting menggunakan alas kaki ?                                      | 100 % | 0     |
| 3  | Apakah kamu tahu bahaya tidak menggunakan alas kaki ?                                   | 98 %  | 2 %   |
| 4  | Apakah kamu pernah mendapatkan penjelasan pentingnya membersihkan toilet ?              | 83 %  | 17 %  |
| 5  | Apakah kamu tahu bahaya tidak membersihkan toilet ?                                     | 88 %  | 12 %  |

Peningkatan pengetahuan ini memberikan gambaran bahwa terjadi penambahan pengetahuan mengenai pentingnya menggunakan alas kaki ketika bermain di luar ruangan, akibat yang mungkin dapat terjadi ketika tidak menggunakan alas kaki serta pentingnya membersihkan toilet dan dampaknya apabila tidak menjaga kebersihan toilet, sehingga diharapkan para siswa memiliki kesadaran dalam menerapkan PHBS di lingkungannya.

## **Pembahasan**

Pendidikan memegang peranan penting dalam membentuk perilaku hidup sehat. Sekolah, sebagai institusi formal pertama yang membentuk karakter anak, berfungsi tidak hanya sebagai tempat transfer ilmu pengetahuan, tetapi juga sebagai sarana pembentukan kebiasaan positif. Program pendidikan kesehatan di sekolah dasar yang dikemas secara kreatif dan kontekstual, seperti melalui permainan edukatif, dapat menumbuhkan budaya hidup sehat dan menjadi dasar pembentukan perilaku sepanjang hayat (Ayunda et al., 2025). Anak-anak usia sekolah dasar (6–12 tahun) sedang berada pada fase perkembangan kognitif, di mana pembelajaran yang bersifat langsung, visual, dan menyenangkan akan lebih mudah diserap dan diingat dalam jangka panjang (Abd. Rahman Hakim Hasibuan et al., 2024). Upaya peningkatan pengetahuan, edukasi PHBS juga berfungsi sebagai sarana promosi kesehatan masyarakat sejak dini. Promosi PHBS pada anak sekolah memiliki efek domino

terhadap keluarga dan lingkungan sekitar karena anak berperan sebagai agen perubahan perilaku (Ramlan et al., 2025). Kurangnya Pengetahuan akan mempengaruhi perilaku, sehingga pengetahuan yang kurang tentang kecacingan akan mempengaruhi kebersihan dan perilaku kesehatan perorangan. Anak yang terbiasa mencuci tangan dengan sabun, menggunakan alas kaki, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah akan menularkan kebiasaan tersebut kepada teman dan anggota keluarga di rumah, dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga memperkuat ketahanan kesehatan komunitas sekolah dan masyarakat sekitar.

Pendekatan edukatif-partisipatif yang digunakan dalam kegiatan ini efektif karena melibatkan siswa secara aktif dalam setiap tahapan pembelajaran. Kegiatan seperti diskusi, simulasi, dan permainan edukatif tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga menumbuhkan motivasi intrinsik untuk berperilaku sehat. Hal ini sejalan dengan penelitian Sasmitha et al (2020), yang menunjukkan bahwa metode pembelajaran partisipatif dan interaktif lebih efektif meningkatkan perilaku kesehatan pada anak usia sekolah dibandingkan penyuluhan satu arah yang bersifat monoton (Sasmitha et al., 2020). Keterlibatan guru dalam kegiatan ini juga menjadi faktor penting. Guru berperan sebagai contoh dan pengendali perilaku sehari-hari siswa di sekolah. Pendampingan guru dalam penerapan PHBS berkontribusi besar dalam menjaga keberlanjutan perilaku positif anak-anak, karena guru dapat melakukan pengawasan dan penguatan setiap hari di lingkungan belajar (Cahyati et al., 2024). Pendidikan kesehatan di sekolah dengan demikian sebaiknya tidak hanya dilakukan dalam bentuk kegiatan temporer, tetapi diintegrasikan dalam kurikulum dan aktivitas harian siswa.

PHBS berkaitan erat dengan pencegahan berbagai penyakit, terutama kecacingan, diare, ISPA, infeksi kulit, dan penyakit lainnya (Saputra & Syafitri, 2025). Kebiasaan tidak mencuci tangan dan tidak menggunakan alas kaki dapat meningkatkan risiko kecacingan melalui penetrasi ke kulit atau masuk ke dalam saluran cerna, serta meningkatkan risiko infeksi karena kontaminasi (Paige et al., 2017). Infeksi cacing yang paling umum ditemukan di Indonesia disebabkan oleh nematoda usus, terutama *soil-transmitted helminths* (STH), yaitu *Ascaris lumbricoides*, *Trichuris trichiura*, dan cacing tambang, termasuk *Necator americanus* dan *Ancylostoma duodenale*, yang ditularkan melalui tanah. (Permata et al., 2023). Sementara itu, toilet yang tidak bersih berpotensi menjadi sumber penyebaran bakteri patogen seperti *Escherichia coli*, *Salmonella sp*, dan *Shigella sp*, yang menjadi penyebab utama diare pada anak-anak (Abney et al., 2021). Tujuan utama dari kebersihan toilet adalah meminimalkan potensi penularan patogen. Melalui kegiatan edukasi PHBS, anak-anak telah diajarkan bagaimana perilaku yang baik dan benar dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan, termasuk ajakan supaya siswa rajin mencuci sepatu agar selalu terjaga kebersihannya, serta penggunaan toilet dengan benar sebelum dan sesudah digunakan, seperti tidak membuang sampah ke dalam kloset dan menjaga kebersihan area sekitar toilet serta akibat yang dapat ditimbulkan apabila tidak menerapkan PHBS. Dengan demikian siswa dapat memiliki kemandirian dalam mengubah perilaku untuk menjalani kehidupan dengan bersih dan sehat.

Hasil *pre test* dan *post test* pada kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan terkait penggunaan alas kaki, kebersihan toilet, kebersihan diri, dan pengelolaan sampah. Peningkatan pengetahuan siswa SDIT Amal Mulia sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi juga memperlihatkan bahwa masih terdapat ruang untuk perbaikan, terutama pada aspek penerapan kebiasaan secara konsisten. Pengetahuan tanpa praktik yang berkelanjutan tidak akan berdampak signifikan terhadap kesehatan, oleh karena itu, dibutuhkan keselarasan antara pihak sekolah, guru, orang tua, dan tenaga kesehatan untuk memastikan pembiasaan PHBS dapat terus dipantau dan dievaluasi. Sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2018), perubahan perilaku kesehatan merupakan hasil proses pembelajaran yang berkesinambungan, bukan intervensi sesaat (Notoatmodjo, 2018). Keberhasilan penerapan PHBS di lingkungan sekolah dasar dapat mendukung pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs), khususnya pada poin 3 yaitu *Good Health and Well-being*, serta poin 4 yaitu *Quality Education*. Pendidikan kesehatan yang baik menciptakan generasi yang sehat, cerdas, dan berdaya saing tinggi. Kegiatan edukasi PHBS dengan demikian bukan hanya sebatas intervensi kesehatan, tetapi juga merupakan investasi jangka panjang bagi pembangunan sumber daya manusia Indonesia yang unggul dan produktif di masa depan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDIT Amal Mulia Kota Depok berjalan dengan baik dan mendapatkan antusiasme tinggi dari para siswa. Edukasi yang disampaikan

melalui metode partisipatif dan interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya kebersihan diri, penggunaan alas kaki, kebersihan toilet, dan pengelolaan sampah. Hasil *pre test* dan *post test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti kegiatan edukasi.

Melalui kegiatan ini, siswa diharapkan mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara konsisten di lingkungan sekolah maupun di rumah. Selain itu, keterlibatan guru sebagai pendamping dalam kegiatan ini turut memperkuat keberlanjutan pembiasaan PHBS di lingkungan sekolah. Dengan demikian, edukasi PHBS tidak hanya memberikan dampak positif bagi individu, tetapi juga berkontribusi pada terciptanya lingkungan belajar yang sehat, mendukung pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan, khususnya dalam aspek kesehatan dan pendidikan berkualitas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Binawan mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru, serta seluruh siswa/i Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Amal Mulia Kota Depok, Jawa Barat, atas partisipasi dan kerja samanya dalam kegiatan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Lembaga Kemahasiswaan Universitas Binawan atas dukungan moral dan material yang telah diberikan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abney, S. E., Bright, K. R., McKinney, J., Ijaz, M. K., & Gerba, C. P. (2021). Toilet hygiene—review and research needs. *Journal of Applied Microbiology*, *131*(6), 2705–2714. <https://doi.org/10.1111/jam.15121>
- Ayunda, R., Lastyana, W., Adni, A., & Elizar, L. (2025). Penerapan Game Interaktif dalam Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Strategi Pencegahan Stunting di SDN 10 Ampenan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, *8*, 749–754. <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v8i3.12502>
- Cahyati, W. H., Putriningtyas, N. D., & Siswanto, Y. (2024). Pendampingan Kebiasaan Bersih dan Sehat bagi Anak Sekolah di Semarang Jawa Tengah. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *7*(11), 5102–5112. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i11.17488>
- Edwita, Hasanah, U., Sari, Y., & Marini, A. (2022). Investigating the Role of Health Life Story Cards and Health Awareness Program on the Healthy Living Culture in Elementary Schools. *Eurasian Journal of Educational Research*, *9*(97), 235–251. <https://doi.org/10.14689/ejer.2022.97.13>
- Hadiyani, W. (2024). Balanced Nutrition Optimizes the Growth and Development of School Age Children. *Nutrition Indonesian Journal of Community Development*, *4*(1).
- Hasibuan, R., Maulana, A., Samosir, D., & Syahrial. (2024). Perkembangan Kognitif Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Sadewa: Publikasi Ilmu Pendidikan, pembelajaran dan Ilmu Sosial*, *2*(2), 120–125. <https://doi.org/10.61132/sadewa.v2i2.753>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Rineka Cipta.
- Novitasari, Y., Filtri, H., & Suharni. (2018). Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, *2*(1), 44–49. <https://doi.org/10.36341/jpm.v2i1.573>
- Nurhayati, & Syahfitri, N. (2025). Analysis of Various Developments in Elementary School Age Children. *JIIIC: JURNAL INTELEK INSAN CENDIKIA*, *2*, 6508–6514. <https://jicnusantara.com/index.php/jiic>
- Oktiarina, V. (2023). Efforts to Improve Clean and Healthy Living Behaviors in Elementary School Level Students Through The Essence of The Small Doctor Program in The School Environment. *Literasi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, *15*(1), 1–8. [www.ejournal.almaata.ac.id/literasi](http://www.ejournal.almaata.ac.id/literasi)
- Paige, S. B., Friant, S., Clech, L., Malavé, C., Kemigabo, C., Obeti, R., & Goldberg, T. L. (2017). Combining Footwear with Public Health Iconography to Prevent Soil-Transmitted Helminth Infections. *The American Society of Tropical Medicine and Hygiene*, *96*(1), 205–213. <https://doi.org/10.4269/ajtmh.15-0910>
- Permata, R., Junaidin, & Untari. (2023). Pengaruh Kebiasaan Tidak Menggunakan Alas Kaki Dan Mencuci Tangan Terhadap Tingginya Prevalensi Cacingan. *Health Information: Jurnal Penelitian*, *15*(1). <https://doi.org/10.36990/hijp.v15i1.785>

- Ramlan, P., Jamaluddin, Mustanir, A., & Said, S. (2025). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Melalui Edukasi Interaktif di Sekolah Dasar Wilayah Pedesaan. *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 8(6), 3904–3912. <https://doi.org/10.31604/jpm.v8i10.3904-3912>
- Raudah, S., Anam, K., & Puspitasari, D. (2025). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa/i Sekolah Dasar Negeri 015 Samarinda Seberang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknologi Laboratorium Medik Borneo*, 5, 30–38.
- Sabani, F. (2019). Perkembangan Anak-anak Selama Masa Sekolah Dasar (6-7 Tahun). *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 8(2), 89–100. <https://jurnaldidaktika.org>
- Saputra, A., & Syafitri, D. (2025). The Realtionship Between Worm Infection and Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in Students of MI Nurul Falah Jatimulya Village, Sepatan Timur Subdistrict, 2024. *SANITAS: Jurnal Teknologi Dan Seni Kesehatan*, 15(2), 112–122. <https://doi.org/10.36525/sanitas.2024.526>
- Sasmitha, N. R., Hasnah, & Sutria, E. (2020). Health Education About Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) To Increased Knowledge of School Age Children: Systematic Review. *Journal Of Nursing Practice*, 3(2), 279–285. <https://doi.org/10.30994/jnp.v3i2.96>
- School-Age Children - an overview | ScienceDirect Topics*. (n.d.). Retrieved October 23, 2025, from <https://www.sciencedirect.com/topics/social-sciences/school-age-children>
- Setiawan, D., Nurapandi, A., Mulyady, E., & Waluyo, J. (2024). Implementation of Clean and Healthy Living Behavior among Elementary School Students: An Overview. *Genius Journal: General Noursing Science Journal*, 5, 279–288. <https://doi.org/10.56359/gj>
- Tumiwa, F. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Sekolah Kelas V dan VI di SD Negeri Siniyung Kecamatan Dumoga Timur. *Graha Medika Public Health Journal*, 2, 10–18.
- Yuliana, E., Asti, A., & Nugroho, I. (2024, February 26). Proper Hand Washing Education to Improve Clean and Healthy Living Behavior at SD N 9 Kelapa West Bangka Regency. *Pengembangan Sumberdaya Menuju Masyarakat Mandiri Berbasis Inovasi Dan IPTEKS*.