

Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Tentang Praktik Cuci Tangan yang Baik dan Benar Bagi Siswa Di SDN Giritatikan

Adela Nur Fadhilah¹, Muhammad Jamiul Munawar^{2*}, Miftahul Falah¹, Aditya Nugraha¹, Riska Ai Nurasipa¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

²Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Informasi Artikel	Abstrak
Submitted : 01 Januari 2026 Revised : 15 Januari 2026 Accepted : 20 Januari 2026 Available online : 31 Januari 2026 Kata Kunci: Penyuluhan; Cuci Tangan; Sekolah Dasar Correspondence: Phone: (+62) 82126634818 Email: jamiulmunawar@gmail.com ©The Author(s) 2026 This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License	Masalah kesehatan yang terjadi pada anak usia sekolah semakin memperjelas bahwa nilai-nilai PHBS di sekolah belum mencapai tingkat yang diharapkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan cuci tangan tentang perilaku hidup bersih sehat pada siswa sekolah dasar. Metode pengabdian ini menggunakan metode penkes. Hasil pengabdian menunjukkan pengetahuan sebelum dilakukan edukasi sebagai besar responden memiliki pengetahuan cuci tangan yang kurang terkait PHBS di sekolah. Sedangkan hanya sebagian kecil responden yang memiliki pengetahuan baik tentang cuci tangan mengenai PHBS di sekolah. Hasil pengabdian didapatkan peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah diberikan perlakuan yaitu dengan edukasi kesehatan tentang PHBS di sekolah. Kesimpulan Berdasarkan dari hasil pengabdian ini didapatkan bahwa ada pengaruh terhadap pendidikan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat juga terdapat peningkatan pada pengetahuan cuci anak di sekolah dasar. Diharapkan hasil pengabdian ini pada saat setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang perilaku hidup sehat dan bersih sekolah dasar dapat menerapkan nya, sehingga siswa-siswi di lingkungan sekolah mendapatkan yang sangat baik dan memiliki wawasan yang tinggi tentang perilaku hidup sehat dan bersih mengenai cuci tangan.

PENDAHULUAN

PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) telah menjadi program yang diupayakan agar dapat terwujud. Akan tetapi sampai tahun 2018 angka penerapan PHBS di Indonesia hanya mencapai 39,1%. Walaupun angka ini sudah meningkat dibandingkan pada tahun sebelumnya yaitu pada tahun 2013 dengan presentase 23,6%, akan tetapi presentase pada tahun 2018 tersebut masih belum memenuhi angka yang diharapkan oleh Kementerian Kesehatan yaitu sebesar 65% (Kemenkes, 2021 dalam Salsabila et al., 2022). Menurut WHO, Negara Afrika adalah Negara tertinggi dalam angka penyakit yang diakibatkan oleh makanan (Foodborne disease). Dan pada urutan selanjutnya yaitu Negara di Asia Tenggara. Dikatakan bahwa sebanyak lebih dari 40% penyakit yang diakibatkan oleh makanan dialami oleh anak dan balita yang dalam perilaku makannya harusnya diawasi oleh orang tua (WHO, 2015 dalam Salsabila et al., 2022)

Sehat adalah hak setiap orang agar dapat melakukan segala aktifitas hidup sehari-hari. Untuk dapat hidup sehat, setiap orang harus menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran akan hasil pembelajaran yang menjadikan individu atau keluarga dapat membantu diri sendiri di bidang kesehatan masyarakat (Depkes, 2005).

Promosi kesehatan di lingkungan sekolah sangat efektif karena anak sekolah adalah sasaran yang sangat mudah untuk dijangkau karena telah terorganisasi dengan baik. Selain itu, usia sekolah merupakan kelompok umur yang mudah menerapkan perubahan. Anak sekolah juga berada dalam tahap tumbuh kembang dimana dalam usia tersebut anak mudah untuk diarahkan, dibimbing, dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan baik (Lucie, 2005 dalam Inayah et al., 2018)

Menurut Notoatmodjo (2010), pengetahuan merupakan hasil dari apa yang kita lihat dan hal ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu.

Pengetahuan juga termasuk domain yang sangat penting untuk mempengaruhi perilaku seseorang, semakin tinggi pengetahuan yang di dapat seseorang maka akan semakin baik perilaku yang ditunjukkan, selain itu sikap yang ditunjukkan pun adalah sikap yang positif. Hal ini sejalan dengan pengetahuan seorang anak, semakin baik pengetahuannya maka semakin baik pula perilaku yang dimiliki khususnya terkait dengan PHBS (Notoatmodjo, 2010 dalam Inayah et al., 2018)

Keluarga ialah sekolah pertama bagi anak dan berperan penting dalam meningkatkan kesehatan anak khususnya orang tua. Orang tua berperan dalam pendidikan, menjadi teladan bagi anak, memberikan saran dan meningkatkan anak untuk menjaga kebersihan diri setiap saat. Kemudian, menanamkan PHBS di lingkungan keluarga sejak dini dapat membangun keluarga yang sehat. Anak usia sekolah merupakan usia kritis, karena pada usia tersebut mereka rentan mengalami gangguan kesehatan. Masalah yang timbul pada anak usia sekolah bermacam-macam, namun masalah yang biasanya muncul adalah masalah kesehatan secara umum. Masalah umum yang dihadapi usia sekolah biasanya terkait dengan masalah pribadi dan lingkungan, seperti menggosok gigi dengan benar, membersihkan diri, mencuci tangan dengan sabun, serta membersihkan kuku dan rambut dalam (Rexmawati & Santi, n.d.)

Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS di sekolah adalah dengan melakukan penyuluhan dengan metode yang sesuai. Penyuluhan bersifat mengajak dan mengajarkan yang perlu dilakukan pada anak-anak sekolah mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri sendiri terutama mencuci tangan pakai sabun dan menggosok gigi minimal 2 kali sehari. Penyuluhan pada dasarnya merupakan proses komunikasi dan proses perubahan perilaku melalui pendidikan, sehingga kegiatan penyuluhan dapat mencapai hasil yang maksimal sehingga yang

diharapkan untuk pengetahuan anak-anak mengenai PHBS berubah menjadi baik (Fajar, 2019 dalam Putra et al., 2021)

PHBS di sekolah merupakan cara yang sederhana, mudah, murah, dan bermanfaat untuk mencegah beberapa penyakit bagi anak sekolah. Kegiatan ini perlu diterapkan agar menjadi kebiasaan bagi anak-anak dan dari kebiasaan itu anak-anak akan terhindar dari berbagai penyebab penyakit kematian yang dapat dicegah dengan penerapan PHBS yang baik. Seperti Diare dan ISPA begitu juga penyakit hepatitis, Typus, Flu Burung yang sering menjadi penyebab kematian anak-anak.

Sikap anak tentang PHBS masih tergolong rendah. Penelitian Tanjung (2013), menyatakan bahwa sebanyak 54,1% siswa mempunyai sikap perilaku hidup bersih dan sehat yang kurang. Penelitian Chandra (2016), menyatakan bahwa sebanyak 51,5% sikap siswa tentang PHBS mayoritas negative. Sikap menjadi penentu seseorang dalam menentukan baik buruknya seseorang dalam berperilaku. Menurut Mubarak & Chayatin (2009), sikap merupakan kecenderungan untuk dapat menerima atau juga menolak dalam suatu tindakan atau aktivitas. Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap seseorang anak diperlukan adanya suatu promosi kesehatan dalam (Kurniawan et al., 2019)

Pemberian pendidikan kesehatan sangatlah penting untuk mewujudkan PHBS pada anak. Salah satu upaya pemberian pendidikan kesehatan di sekolah adalah melalui promosi kesehatan. Promosi kesehatan dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai metode dan media yang disesuaikan dengan sasaran. Cara efektif dalam pendekatan kelompok adalah dengan metode ceramah dan diskusi dapat terjadi proses perubahan perilaku kearah yang diharapkan melalui peran aktif sasaran dan saling tukar pengalaman (Notoatmodjo, 2007)

Terwujudnya derajat masyarakat tersebut dapat dicapai, salah satunya dengan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Program PHBS merupakan upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok, dan masyarakat. Dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi, untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku, melalui pendekatan pimpinan (Advokasi), binaan suasana (Social Support) dan pemberdayaan masyarakat (Depkes, 2008 dalam Sekolah et al., 2022)

METODE

Metode pengabdian ini menggunakan metode penkes tentang perilaku hidup bersih dan sehat mengenai cuci tangan 6 langkah.

1. Tahap Persiapan, dilakukan analisis berupa peninjauan kebutuhan siswa kepada pihak sekolah. Hasil analisis menunjukkan bahwa siswa SDN Giritikan memerlukan peningkatan dalam bidang kesehatan dalam menerapkan sistem PHBS untuk meningkatkan status kesehatan anak sekolah dan menjaga kebersihan diri. Sehubungan dengan hal tersebut maka dilakukan kegiatan sekaligus menentukan waktu pelaksanaan kegiatan penyuluhan PHBS tentang praktik cuci tangan yang baik dan benar dengan bantuan menyanyikan lagu hand hygiene. Menyanyikan lagu cuci tangan dapat menarik perhatian siswa SD dan juga mudah dipahami dalam penyajiannya.
2. Tahap Pelaksanaan, Kegiatan ini dilaksanakan di SDN Giritikan, Kabupaten Tasikmalaya selama satu haripada tanggal 30 Agustus 2023. Pelaksanaan diawali dengan pemaparan materi mengenai PHBS tentang mencuci tangan yang baik dan benar dan melakukan praktik cuci tangan. Penyuluhan ini guna untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pentingnya mencuci tangan yang baik dan benar bagi siswa SDN Giritikan.

3. Tahap Evaluasi, Tahap evaluasi dilakukan sebagai bagian untuk mengetahui sejauh mana kemampuan peserta dalam memahami materi yang sudah dipelajari, tentunya terhadap PHBS tentang cuci tangan yang baik dan benar. Dalam hal ini dilakukan mereview kembali mengenai materi penyuluhan yang telah disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapat sebelum melakukan penyuluhan kesehatan kepada anak, bahwa sebagian besar responden dikategorikan tidak mengetahui mengenai mencuci tangan yang baik dan benar dan tidak mampu melakukan cuci tangan yang baik dan benar. Anak-anak harus dibiasakan mencuci tangannya bersih-bersih setelah buang air kecil atau buang air besar, dan sebelum memegang makanan.

Variabel yang berpengaruh terhadap praktek cuci tangan pakai sabun siswa SD di Kota Tasikmalaya adalah variabel peran orangtua, peran guru di sekolah dan ketersediaan sarana di sekolah. Peran orangtua dalam membiasakan praktek cuci tangan pakai sabun sebagian besar adalah baik (59,6%).

Ada hubungan antara peran orangtua dalam membiasakan cuci tangan pakai sabun dengan Praktek Cuci Tangan Pakai Sabun di Sekolah pada siswa SD.



Gambar 1

Pemaparan Materi dan Praktek Cuci Tangan

Informasi yang didapatkan oleh siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat dapat diperoleh melalui pendidikan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang menyebabkan mereka tahu tentang perilaku hidup bersih dan sehat (Notoatmodjo, 2011).

Menurut Haryono (2013), banyak dari kita yang sudah diajarkan pentingnya kesehatan sejak menginjak pendidikan sekolah dasar hingga bangku sekolah menengah atas, sehingga ketika kita dewasa, kita bisa mengetahui mana yang berguna bagi kesehatan dan mana yang bisa menurunkan kesehatan. Jika kita maknai lebih lanjut, sebenarnya ada beberapa alasan mengapa pendidikan kesehatan itu penting dan perlu untuk diberikan. Romadonika et al., 2022)

Berdasarkan pengalaman responden 100% belum pernah mendapatkan informasi mengenai PHBS di sekolah sebelumnya menyebabkan pengetahuan responden rendah. Hal tersenut sejalan dengan pernyataan Kemendikbud bahwa pengalaman merupakan salah satu factor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan (Permendikbud, 2020). Untuk itu perlu

diberikan edukasi kesehatan tentang PHBS di sekolah dengan menggunakan media yang dapat membantu informasi tersebut dapat tersampaikan dengan menggunakan media yang di sekolah dengan menggunakan media yang dapat membantu informasi tersebut dapat tersampaikan dengan lebih baik.



Gambar 2

Dokumentasi dengan Siswa SDN Giritatika

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan sebelum dilakukan edukasi sebagai besar responden memilkipengetahuan yang kurang terkait PHBS di sekolah. Sedangkan hanya sebagian kecil responden yang memiliki pengetahuan baik tentang PHBS di sekolah. Hasil pengetahuan awal yang termasuk dalam kategori kurang yang menyatakan bahwa terdapat factor yang mempengaruhi

pengetahuan, yaitu informasi, tingkat pendidikan, budaya, pengalaman, dan sosial ekonomi (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan adalah dasar bagi individu untuk melakukan suatu tindakan. Hal ini dapat disebabkan karena adanya suatu kegiatan dari yang sebelumnya tidak tahu menjadi tahu. Menurut peneliti yang dilakukan oleh Roger (1974) pengetahuan dan sifat tersebut akan tetap langgeng apabila penerimaan perilaku didasari oleh kesadaran dan sikap yang positif dalam Inayah et al., 2018). Setelah diberikan edukasi kesehatan PHBS di sekolah, responden mengalami peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah diberikan perlakuan yaitu dengan edukasi kesehatan tentang PHBS di sekolah hal ini dapat dilihat dari perbedaan hasil pre-test dan post-test responden yang mengalami peningkatan pada hasil post-test. Peningkatan pengetahuan ini menurut Notoatmodjo diakibatkan oleh keterlibatan banyak unsur yang antara lain yaitu materi, manusia, fasilitas, perlengkapan dan juga dapat mempengaruhi atau meningkatkan proses dan juga hasil dalam belajar (Nurmala et al, 2018 dalam Salsabila et al., 2022)

SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa ada pengaruh terhadap pendidikan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat juga terdapat peningkatan pada pengetahuan anak di sekolah dasar. Adapun saran Diharapkan hasil penelitian ini pada saat setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang perilaku hidup sehat dan bersih sekolah dasar dapat menerapkannya, sehingga siswa- siswi di lingkungan sekolah mendapatkan yang sangat baik dan memiliki wawasan yang tinggi tentang perilaku hidup sehat dan bersih.

REFERENSI

A'yun, S. Q., Suminar, E., & Maulani, F. E. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat.

Indonesian Journal of Professional Nursing,1(2),6.

<https://doi.org/10.30587/ijpn.vii2.22.89>

Inayah, R., A, A., & Aini, L. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Serut Kecamatan Panti Kabupaten Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, September,137.

<https://doi.org/10.32528/ijhs.voio.15.36>

Kurniawan, A., Putri, R. M., & Widiani, E. (2019). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Kelas IV dan V Sekolah Dasar. *Journal Nursing News*, 4(1), 100–111.

<https://doi.org/10.1021/BCo49898Y>

Putra, A. I., Puteri, A. D., & Yusemardiansah, Y. (2021). Pengaruh Penyuluhan Mengenai Phbs Dan Penggunaan Masker Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Di Sdn 005 Binuang Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 78–88.

<https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.2698>

Rexmawati, S., & Santi, A. U. P. (n.d.). Pengaruh Peran Keluarga Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Sekolah Dasar Usia 10 Sampai 12 Tahun Di Kampung Baru Pondok Cabe Udik.

Romadonika, F., Nursukma Purqoti, D., Wasliah, I., & Assuaro Soliha, S. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa kelas V MIN 1 Lombok Tengah. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 11(2),86–90

<https://doi.org/10.57267/jisym.v11i2.113>

Salsabila, A. A., Lala, H., & Suharno, B. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan Phbs Di Sekolah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Kelas 3 Sd. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI)*, 8(2),157.

<https://doi.org/10.31290/jiki.v8i2.3355>

Sekolah, U., Permai, L., & Karang, T. (2022). *Medika : Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 32.