

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa SD Negeri 38 Kendari

Febriana Muchtar*, Suci Rahmadani, Susi Sukmadewi, Um'mu Nurainun, Santri Fitran
Umanahu

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya penting dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak usia sekolah. Namun, masih terdapat siswa yang belum memahami dan menerapkan PHBS secara optimal di lingkungan sekolah. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan PHBS terhadap peningkatan pemahaman siswa di SD Negeri 38 Kendari Barat. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 5 Juni 2026 dengan melibatkan 40 siswa kelas IV dan V sebagai responden. Metode yang digunakan meliputi penyampaian materi, kegiatan *icebreaking*, simulasi cuci tangan yang benar, serta permainan edukatif "Rangking 1" untuk meningkatkan partisipasi dan pemahaman siswa. Pengukuran tingkat pemahaman dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test*, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test karena data tidak berdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan nilai Z sebesar -3,885 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan bermakna antara pemahaman siswa sebelum dan sesudah penyuluhan. Sebanyak 19 siswa mengalami peningkatan nilai dan tidak terdapat siswa yang mengalami penurunan. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan PHBS dengan metode interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an important effort in forming healthy living habits in school-aged children. However, there are still students who do not understand and apply PHBS optimally in the school environment. This community service activity aims to determine the effect of PHBS counseling on improving student understanding at SD Negeri 38 Kendari Barat. The activity was carried out on June 5, 2026, involving 40 fourth and fifth grade students as respondents. The methods used included material delivery, icebreaking activities, proper handwashing simulations, and the educational game "Rangking 1" to increase student participation and understanding. Measurement of the level of understanding was carried out through pre-tests and post-tests, then analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test because the data was not normally distributed. The results of the analysis showed a Z value of -3.885 with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), which indicated a significant difference between student understanding before and after the counseling. A total of 19 students experienced an increase in scores and no students experienced a decrease. Based on these results, it can be concluded that PHBS counseling using interactive methods is effective in increasing students' understanding of clean and healthy living behavior in the school environment.

Kata Kunci: (PHBS, penyuluhan kesehatan, sekolah dasar, pendidikan kesehatan)



CONTACT Febriana Muchtar ✉ febrianamuchtar9@uho.ac.id

© 2026 The Author(s). Dipublikasikan oleh Mitra Palupi. Artikel ini dibawah lisensi Creative Common Attribution 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>)

Pendahuluan

Kesehatan merupakan keadaan sejahtera yang mencakup aspek fisik, mental, dan sosial sehingga setiap individu mampu menjalankan kehidupannya secara produktif berdasarkan peraturan perundang-undangan kesehatan yang berlaku saat ini, khususnya UU No. 17 Tahun 2023. Salah satu langkah strategis dalam mewujudkan kualitas kesehatan masyarakat yang lebih baik adalah dengan menerapkan pola hidup yang bersih dan sehat, yang dikenal dengan istilah PHBS. berperan dalam membangun kesadaran serta kemampuan masyarakat untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan diri maupun lingkungan secara mandiri (Wijaya *et al.*, 2025). Tingkat kesehatan masyarakat juga menjadi komponen yang berpengaruh terhadap kemajuan indeks pembangunan Manusia (IMB) di Indonesia. Namun, tingkat kesehatan suatu masyarakat tidak hanya bergantung pada ketersediaan dan keterjangkauan layanan kesehatan, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal dan pola perilaku sehari-hari (Nitawati *et al.*, 2026). Oleh karena itu, diperlukan upaya pembinaan dan perubahan perilaku melalui penerapan PHBS agar masyarakat terbiasa menjalani pola hidup yang lebih sehat. Melalui penerapan PHBS, diharapkan individu, keluarga, dan masyarakat dapat mempertahankan serta meningkatkan kualitas kesehatan secara menyeluruh, baik dari sisi fisik, mental, sosial, maupun spiritual (Rianto, 2023).

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu intervensi krusial dalam membentuk masyarakat Indonesia yang berdaya secara kesehatan, sekaligus dijadikan sebagai pendekatan untuk menekan beban pembiayaan kesehatan yang ditanggung negara maupun masyarakat. Pencapaian kondisi sehat tidak hanya bergantung pada pelayanan kesehatan, tetapi juga memerlukan perubahan pola perilaku dari kebiasaan yang kurang sehat menuju perilaku yang lebih mendukung kesehatan serta didukung oleh lingkungan yang sehat. Oleh karena itu, menjaga, mempertahankan, dan meningkatkan kesehatan perlu menjadi tanggung jawab bersama seluruh lapisan masyarakat (Tarussy & Rambita, 2026). Salah satu bentuk penerapan PHBS yang dapat dilakukan sejak dini adalah di lingkungan sekolah melalui kebiasaan sederhana, seperti mencuci tangan menggunakan sabun. Kebiasaan ini terbukti efektif dalam mencegah penyebaran berbagai penyakit infeksi karena tangan sering menjadi media perpindahan kuman. Penerapan cuci tangan yang benar juga berperan dalam menurunkan risiko penyakit seperti diare dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), yang masih menjadi penyebab gangguan kesehatan pada anak-anak (Putra, 2026).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu konsep dasar yang berperan penting dalam membentuk generasi yang sehat dan produktif. Kebiasaan hidup sehat yang ditanamkan sejak usia dini akan memberikan dampak positif terhadap kondisi kesehatan individu dalam rentang waktu yang panjang, terutama bagi anak-anak yang tengah menjalani fase tumbuh kembang (Solikin *et al.*, 2022). Pada jenjang pendidikan dasar, peserta didik mulai diperkenalkan pada berbagai kebiasaan yang berdampak positif, seperti menjaga higienitas diri, mengonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang, serta memelihara kebersihan lingkungan tempat mereka berada. Dengan demikian, penanaman nilai-nilai PHBS sejak usia dini menjadi hal yang tidak dapat diabaikan, agar perilaku

tersebut tertanam kuat dan terus terbawa hingga mereka mencapai usia dewasa (Priliana Kusito & Herlina, 2025).

Penerapan PHBS dapat dilakukan melalui berbagai aktivitas sederhana, seperti memelihara higienitas tubuh, memenuhi kebutuhan nutrisi melalui konsumsi makanan yang sehat dan bergizi seimbang, serta menjalankan aktivitas fisik secara teratur, serta cukup beristirahat. Selain itu, PHBS juga memiliki peran besar dalam menurunkan risiko berbagai penyakit sekaligus meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, sehingga kualitas hidup dapat terus membaik (Safrudin *et al.*, 2026). Sejalan dengan itu, penyakit seperti hepatitis, tifus, dan flu burung juga dapat dicegah melalui penerapan PHBS yang konsisten. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, diketahui bahwa baru sekitar 48,2% anak sekolah yang telah menerapkan kebiasaan mencuci tangan dengan benar, sedangkan 96,35% sudah terbiasa buang air besar di jamban yang layak (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Kedua indikator ini merupakan bagian penting dari penerapan PHBS di lingkungan sekolah. Anak usia sekolah sendiri merupakan kelompok yang sangat strategis dalam pembentukan perilaku sehat, karena pada usia ini mereka lebih mudah menerima dan membentuk kebiasaan baru yang positif. Dengan demikian, upaya peningkatan PHBS di sekolah perlu terus dilakukan secara berkelanjutan, guna membentuk perilaku hidup sehat, meminimalkan risiko timbulnya berbagai penyakit, serta mewujudkan lingkungan sekolah yang terjaga kebersihannya, kondusif, dan memberikan rasa aman bagi seluruh civitas sekolah (Aini, 2024).

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2020–2024, penyakit menular masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang memerlukan perhatian dan penanganan berkelanjutan di Indonesia. Selain itu, pengendalian penyakit tidak menular juga menjadi bagian penting dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat dan memerlukan keterlibatan setiap individu sejak usia dini (Ramadhan *et al.*, 2025). Salah satu langkah yang dapat dilakukan untuk mendukung upaya tersebut adalah melalui penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam aktivitas sehari-hari. Hingga saat ini, berbagai permasalahan kesehatan di masyarakat masih dipengaruhi oleh kebiasaan hidup yang kurang mendukung kesehatan, terutama rendahnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa PHBS belum sepenuhnya menjadi budaya dalam kehidupan masyarakat (Rismanudin *et al.*, 2025). Di samping itu, keterbatasan pengetahuan mengenai pentingnya PHBS turut berkontribusi terhadap meningkatnya risiko munculnya berbagai masalah kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang dilakukan secara terus-menerus serta pembentukan kebiasaan hidup sehat sejak dini agar tercipta masyarakat dengan tingkat kesehatan yang lebih baik.

Namun demikian, meskipun Meskipun PHBS diakui memiliki kontribusi yang sangat signifikan dalam upaya pemeliharaan kesehatan, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak peserta didik yang belum memiliki pemahaman mampu maupun belum mampu mengimplementasikannya secara konsisten dalam rutinitas kehidupan mereka. Padahal, penerapan PHBS di lingkungan sekolah mencakup berbagai kebiasaan sederhana namun berdampak besar, seperti membuang sampah di tempat yang telah disediakan, melakukan cuci tangan dengan cara yang benar pada waktu-waktu tertentu—seperti sebelum memasuki ruang kelas, sebelum dan sesudah makan, setelah tiba dari sekolah, serta setelah

menggunakan toilet. Selamat tinggal, pemilihan makanan yang sehat saat berada di lingkungan sekolah juga menjadi bagian penting dalam mendukung perilaku hidup bersih dan sehat (Priliana Kusito & Herlina, 2025).

PHBS adalah dasar utama untuk menanamkan kebiasaan sehat sejak dini di sekolah sebab perilaku menjaga kebersihan yang diterapkan secara konsisten di lingkungan sekolah cenderung akan bertahan dan terbawa hingga individu memasuki fase remaja maupun dewasa. Sekolah pun dinilai sebagai wadah yang sangat strategis untuk pelaksanaan intervensi, mengingat lembaga ini memiliki struktur pembelajaran yang terorganisir, regulasi yang mendukung, serta kuatnya pengaruh interaksi sosial antarsiswa dalam proses pembentukan kebiasaan. (Putra, 2026). Perilaku menjaga kebersihan dan kesehatan dalam rutinitas harian merupakan hasil dari beberapa tindakan yang dilakukan secara mandiri, yang diperoleh melalui proses pembelajaran. Di sisi lain, internalisasi perilaku PHBS juga berpotensi mendorong peserta didik untuk ikut berkontribusi dalam mewujudkan lingkungan sekolah yang lebih sehat (Fadillah, 2021). Dengan menerapkan PHBS, Namun, jika kebiasaan yang tidak sehat diadopsi, maka akan ada konsekuensi buruk yang tidak diharapkan, yaitu munculnya beragam macam penyakit (Nggorong Paulina & Setu Teodosia, 2025).

Penyampaian informasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada siswa di SD Negeri 38 Kendari bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari, terutama di lingkungan sekolah. Penanaman nilai-nilai PHBS sejak usia dini diharapkan dapat membantu peserta didik membentuk kebiasaan hidup sehat yang memberikan manfaat bagi kesehatan mereka dalam jangka panjang. Anak usia sekolah merupakan kelompok yang berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan sehingga memerlukan pembiasaan perilaku sehat sejak dini melalui aktivitas sehari-hari. Melalui kegiatan edukasi ini, siswa diharapkan mampu memahami pentingnya menjaga kebersihan diri maupun lingkungan sekitar serta menerapkan pola hidup bersih dan sehat sebagai langkah pencegahan terhadap berbagai risiko penyakit.

Metode

Program edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilaksanakan pada tanggal 5 Juni 2026 di SD Negeri 38 Kendari Barat dengan melibatkan 40 siswa sebagai peserta kegiatan. Pelaksanaan program menggunakan metode penyuluhan yang dikemas secara informatif dan interaktif melalui kombinasi penyampaian materi, kegiatan *ice breaking*, simulasi praktik mencuci tangan yang benar, serta permainan edukatif “Ranking 1” untuk meningkatkan keterlibatan dan pemahaman peserta. Tahap persiapan kegiatan diawali dengan proses koordinasi dan perizinan kepada pihak sekolah sebagai lokasi pelaksanaan. Setelah itu dilakukan penentuan peserta, penyusunan materi edukasi, serta persiapan media dan instrumen pendukung kegiatan. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner serta lembar evaluasi berupa pertanyaan yang diberikan sebelum penyuluhan (*pre-test*) dan setelah kegiatan selesai (*post-test*) untuk mengukur perubahan tingkat pemahaman siswa. Selain itu, disiapkan pula media pendukung kegiatan seperti perangkat permainan edukatif dan pemberian hadiah sebagai bentuk apresiasi terhadap partisipasi peserta.

Kegiatan diawali dengan pemberian *pre-test* untuk mengukur pengetahuan awal siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Selanjutnya, dilakukan penyuluhan

melalui metode ceramah dan diskusi interaktif yang membahas pengertian, penerapan, serta pentingnya PHBS. Kegiatan dilanjutkan dengan *ice breaking*, simulasi cuci tangan yang benar, dan permainan edukatif “Ranking 1” untuk meningkatkan partisipasi serta pemahaman siswa. Pada akhir kegiatan, dilakukan *post-test* sebagai evaluasi untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan.

Efektivitas kegiatan dinilai melalui perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* peserta. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik. Uji normalitas dilakukan terlebih dahulu untuk mengetahui distribusi data. Karena data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), analisis perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$).

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristi Responden	Jumlah	Presentase(%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	17	42,50
Perempuan	23	57,50
Kelas		
Kelas IV	24	60,00
Kelas V	16	40,00
Umur		
9 Tahun	4	10,00
10 Tahun	12	30,00
11 Tahun	20	50,00
12 Tahun	4	10,00
Total	40	100,0

Sumber Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 1, peserta didominasi oleh siswa perempuan sebanyak 23 orang (57,5%), sedangkan siswa laki-laki berjumlah 17 orang (42,5%). Berdasarkan tingkat kelas, mayoritas responden berasal dari kelas IV sebanyak 24 orang (60,0%) dan kelas V sebanyak 16 orang (40,0%). Sementara itu, berdasarkan usia, sebagian besar peserta berumur 11 tahun sebanyak 20 orang (50,0%), diikuti usia 10 tahun sebanyak 12 orang (30,0%), serta usia 9 tahun dan 12 tahun masing-masing sebanyak 4 orang (10,0%).

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Data Pre-Test dan Post-Test

Statistic	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	sig
Total_Pre	.223	40	.000	.881	40	.000
Total_Post	.269	40	.000	.837	40	.000

Sumber Data Primer, 2026

Tabel 2, menunjukkan hasil pengujian normalitas data pre-test dan post-test yang dilakukan melalui uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk dengan total responden berjumlah 40 orang. Pada variabel pre-test (Total_Pre), nilai statistik Kolmogorov-Smirnov yang diperoleh adalah 0,223, sedangkan nilai statistik Shapiro-Wilk sebesar 0,881, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 pada kedua metode pengujian tersebut. Sementara itu, pada variabel post-test (Total_Post), nilai statistik Kolmogorov-Smirnov tercatat sebesar 0,269 dan nilai statistik Shapiro-Wilk sebesar 0,837, dengan nilai signifikansi yang juga menunjukkan angka 0,000 pada kedua uji. Mengingat nilai signifikansi dari kedua kelompok data tersebut berada di bawah ambang batas 0,05, dapat ditarik kesimpulan bahwa distribusi data pre-test maupun post-test tidak memenuhi asumsi normalitas. Berdasarkan kondisi tersebut, pengujian hipotesis dilanjutkan dengan menerapkan metode statistik non-parametrik, yaitu Uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Metode pembelajaran yang diterapkan selama kegiatan juga membantu siswa lebih paham sesuai penyuluhan. Dalam kegiatan penyuluhan tersebut, ada sesi pemecah kebekuan dan kuis edukatif "Rangking 1" yang dipakai guna meningkatkan keterlibatan siswa. Pemakaian pemecah kebekuan pada kuis "Simulasi Cuci Tangan" menolong membuat lingkungan belajar yang lebih santai serta menyenangkan. Hal ini membuat siswa bisa lebih fokus pada materi yang diberikan. Tambahan pula, kuis edukatif "Rangking 1" melatih siswa agar berpikir sigap serta menghubungkan konsep Cuci tangan pakai sabun dengan kejadian sehari-hari. Metode belajar timbal balik ini dinilai dapat meningkatkan hasrat siswa untuk belajar, menguatkan pemahaman mereka tentang materi, serta menolong mereka mengingat kembali yang sudah dipelajari.

Perbaikan kesehatan adalah bagian dari agenda pembangunan nasional yang bertujuan menumbuhkan kesadaran, motivasi, dan kapasitas hidup sehat pada setiap warga negara, guna mencapai taraf kesehatan yang optimal sebagai wujud nyata dari kesejahteraan umum selaras dengan cita-cita nasional (Fadila & Rachmayanti, 2021). Sasaran pembangunan kesehatan adalah agar setiap warga negara memiliki kemampuan hidup sehat sehingga diperlukan upaya peningkatan jangkauan masyarakat terhadap layanan kesehatan berkualitas baik serta harga yang dapat dijangkau masyarakat. Implementasi Pembangunan di sektor kesehatan diarahkan untuk menumbuhkan kesadaran, mendorong kemauan, serta memperkuat kapasitas setiap individu dalam menjalani hidup sehat, sehingga derajat kesehatan masyarakat dapat mencapai tingkat yang setinggi-tingginya. Salah satu pendekatan yang dinilai efektif untuk mewujudkan hal tersebut adalah melalui penyelenggaraan edukasi PHBS dalam berbagai tatanan, mencakup lingkungan keluarga, institusi pendidikan, dan komunitas masyarakat (Salim *et al.*, 2022).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan siswa di lingkungan sekolah. Penerapan PHBS sejak usia dini diketahui dapat membantu menurunkan risiko terjadinya berbagai penyakit yang berkaitan dengan kurangnya kesadaran dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan (Oktiawati *et al.*, 2026). PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dilakukan secara sadar sebagai bentuk upaya menjaga dan meningkatkan kesehatan. Penerapannya tidak hanya berfokus pada pemeliharaan kondisi kesehatan, tetapi juga mencakup tindakan pencegahan terhadap gangguan kesehatan sejak dini, perlindungan dari risiko penyakit, serta keterlibatan

aktif individu dalam menciptakan dan mempertahankan kondisi kesehatan yang optimal (Nabila *et al.*, 2025).

Penerapan PHBS di lingkungan sekolah bertujuan untuk membentuk dan memberdayakan seluruh warga sekolah agar mampu menerapkan pola hidup sehat serta menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan nyaman. Bentuk penerapan PHBS di sekolah meliputi kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan sehat, menggunakan toilet yang layak, berolahraga secara rutin, menjaga kebersihan lingkungan, membuang sampah pada tempatnya, serta melaksanakan kerja bakti bersama (Salim *et al.*, 2022). PHBS juga menjadi salah satu upaya pemerintah untuk menaikkan tingkat kesehatan masyarakat (Fajriani *et al.*, 2024).

PHBS berperan sebagai penanda keberhasilan pembangunan kesehatan karena mencerminkan kesadaran dan kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan. Di era modern yang penuh tantangan seperti urbanisasi, perubahan gaya hidup, dan ancaman penyakit infeksi, penerapan PHBS menjadi semakin penting (Safrudin *et al.*, 2026). Implementasi PHBS di lingkungan sekolah menjadi suatu keniscayaan, seiring dengan semakin maraknya berbagai penyakit yang kerap menjangkiti anak pada rentang usia sekolah (6-12 tahun), yang pada kenyataannya sangat rentan terhadap permasalahan yang berkaitan dengan PHBS. Penerapan PHBS di lingkungan sekolah dapat dilakukan melalui kebiasaan sederhana yang dilakukan secara konsisten, seperti menjaga kebersihan kelas, membuang sampah pada tempatnya, serta mencuci tangan sebelum dan sesudah beraktivitas. Kebiasaan tersebut berperan dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan mendukung kesehatan siswa (Kaseger *et al.*, 2026). PHBS di sekolah merupakan perilaku sehat yang diterapkan oleh siswa, guru, dan seluruh warga sekolah berdasarkan kesadaran untuk mencegah penyakit, meningkatkan derajat kesehatan, serta menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan nyaman (Nurmahmudah *et al.*, 2021).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dilakukan secara sadar berdasarkan pengetahuan yang diperoleh melalui proses pembelajaran, sehingga individu maupun keluarga mampu menjaga dan mengelola kesehatannya secara mandiri serta berperan dalam peningkatan kesehatan masyarakat. Kondisi sehat dapat diwujudkan melalui perubahan perilaku menuju kebiasaan hidup yang lebih sehat serta didukung oleh lingkungan yang bersih dan mendukung kesehatan, terutama dalam kehidupan sehari-hari di rumah tangga. Oleh karena itu, setiap anggota keluarga memiliki tanggung jawab bersama untuk senantiasa menjaga, memelihara, dan meningkatkan derajat kesehatannya demi kepentingan semua pihak. Dalam rangka mewujudkan pola hidup sehat di tengah masyarakat, pemerintah Indonesia telah menjalankan suatu program yang dikenal dengan istilah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Sapalas *et al.*, 2022).



Gambar 1. Perkenalan Tim Edukasi Kesehatan Masyarakat



Gambar 2. Pemberian Materi



Gambar 3. Pengisian Kuisisioner



Gambar 4. Simulasi Cuci Tangan



Gambar 5. Game Rangking 1

Simpulan

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 38 Kendari Barat terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai Z sebesar $-3,885$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test*. Dari 40 responden, sebanyak 19 siswa mengalami peningkatan nilai tanpa adanya penurunan. Hasil ini didukung oleh penggunaan metode interaktif berupa *ice breaking*, simulasi cuci tangan, dan permainan

edukatif “Rangking 1” yang meningkatkan partisipasi serta pemahaman siswa terhadap PHBS.

Referensi

- Aini, N. (2024). Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Tatanan Sekolah Di Indonesia : Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5192–5203.
- Fadila, R. A., & Rachmayanti, R. D. (2021). *Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Tatanan Rumah Tangga di Kota Surabaya , Indonesia The Pattern of Clean and Healthy Living Habits in Households in the City of Surabaya , Indonesia*. 1–4.
- Fadillah, nur alda. (2021). *ANALISIS FAKTOR RISIKO KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 6 BULAN – 23 BULAN DI PUSKESMAS PEKKAE KECAMATAN TANETE RILAU KABUPATEN BARRU TAHUN 2020*.
- Fajriani, L. N., Ariani, F., Adrian, J., Solehah, N. Z., & Jauhari, T. (2024). *Penguatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Anak Usia Dini di PAUD Az-Zahra*. 05(03).
- Kaseger, H., Akbar, H., Muda, A., Mokodompit, B. A., Kesehatan, I., & Medika, G. (2026). *Peningkatan Kesadaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah*. 4(4), 4484–4489.
- Nabila, P. S., Sari, D. K., Surakarta, U. A., Ki, J., Dewantara, H., Surakarta, K., & Tengah, J. (2025). *Gambaran Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa / Siswi di Sekolah Dasar Negeri 02 Bejen Karanganyar*. 5(November).
- Nggorong Paulina, W., & Setu Teodosia, Y. (2025). *Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) pada siswa sekolah dasar sdi. fatufeto 2 kota kupang*. 8, 9–12.
- Nitawati, E. Y., Iman, N., & Noviandari, I. (2026). *Sosialisasi dan Edukasi Perilaku Hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui media digital di sekolah , wilayah desa Proppo kabupaten Pamekasan Madura*. 4(3), 19365–19381.
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2021). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah*. 46–52.
- Oktiawati, U. Y., Kusumaputri, W. I. A. K. R. I. F., Hadera, S. N., Pratiwi, H., Atsiri, S. F., Tsabita, A. A., Noor, M. I., Mahendra, A. N., Anggita, B. T., El-Ikhran, R., A, M., & Fadhila, A. I. (2026). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Siswa SLB Tegar Harapan*.
- Priliana Kusito, W., & Herlina, T. (2025). *PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SEKOLAH DASAR : “ MENINGKATKAN KESADARAN DAN PENERAPAN PHBS UNTUK KESEHATAN SISWA .”* 3(1), 61–64.
- Putra, M. revangga. (2026). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa Sekola Dasar*.
- Ramadhan, M. G., Tunggeng, Natavya, D., Dawa, M. M. A., Nupianti, N. I., Anna, A. L., Jafar, N., & Gani, A. (2025). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar Di Kelurahan Katimbang, Kota Makassar*.
- Rianto, A. A. (2023). *Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Menengah Pertama*. 1(4).
- Rismanudin, Hidayat, R., Suparman, & Ernawati. (2025). *PENINGKATAN*

PENGETAHUAN DAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT MELALUI EDUKASI KESEHATAN. 7, 403–410.

- Safrudin, M. B., Sari, R., Damayanti, M., Dwi, A. P., Saputri, S. W., Khotimah, H., Syahadati, M., Zarifa, F., Zahra, A., Sarah, N. F., & Hafizha, N. Z. (2026). *Literatur Review : Edukasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS). April.*
- Salim, M. F. M., Syairaji, D. B. S., Pramono, A. E., Fararid, N., & Askaar. (2022). *EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA KULONPROGO observasi kepada pihak sekolah ditemukan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masih Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh tentang. 19–24.*
- Sapalas, R. A., Putri, N., Ahyani, D., Rahmah, S. N., Lubis, A. F., Islam, F. A., Jakarta, U. M., Dahlan, A., Masyarakat, J. K., Masyarakat, F. K., Jakarta, U. M., Hukum, J. I., Hukum, F., & Jakarta, U. M. (2022). *Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat mewujudkan kesejahteraan masyarakat.*
- Tarussy, C. J. S., & Rambita, M. A. S. F. (2026). *Gambaran Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD GMIM Urongo Overview of the Implementation of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) at GMIM Urongo Elementary School. 8(12), 9002–9006. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i12.9825>*
- Wijaya, A. K., Oktavidiati, E., Andari, F. N., & Andrianto, M. B. (2025). *MELALUI LATIHAN ENAM LANGKAH CARA CUCI TANGAN YANG BENAR PADA ANAK SD NEGERI NO 42 KABUPATEN SELUMA. 42, 16–23.*