

# **PENGUATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) MELALUI EDUKASI PARTISIPATIF DI SDN KOTA RADEN HULU 2 KECAMATAN AMUNTAI TENGAH**

Nida Urahmah, Moh. Fajar Noorrahman, Milda , Siti Haida  
Lamiah, Siti Aisyah, Anung Noor Alya Nabiah

Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Amuntai

## **Abstrak**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan fondasi utama dalam membentuk kualitas kesehatan peserta didik sejak usia dini. Sekolah dasar sebagai institusi pendidikan formal memiliki peran strategis dalam menanamkan nilai, sikap, dan kebiasaan hidup sehat secara berkelanjutan. Namun, dalam praktiknya, penerapan PHBS di lingkungan sekolah masih menghadapi berbagai kendala, seperti rendahnya kesadaran siswa, keterbatasan sarana pendukung, serta belum optimalnya integrasi PHBS dalam aktivitas pembelajaran sehari-hari. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, sikap, dan praktik PHBS siswa melalui pendekatan edukatif dan partisipatif di SDN Kota Raden Hulu 2. Kegiatan dilaksanakan selama satu hari dengan melibatkan siswa, guru, dan pihak sekolah melalui metode penyuluhan interaktif, simulasi perilaku sehat, serta diskusi reflektif. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman siswa terhadap prinsip-prinsip PHBS, terutama terkait kebersihan diri, kebiasaan mencuci tangan, pengelolaan sampah, dan pola hidup sehat di lingkungan sekolah. Kegiatan ini menyimpulkan bahwa edukasi PHBS berbasis partisipasi dan pembiasaan mampu menjadi strategi efektif dalam membangun perilaku sehat siswa secara berkelanjutan

**Kata Kunci:** PHBS, sekolah dasar, perilaku sehat, edukasi kesehatan, pengabdian masyarakat.

## **Abstract**

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a fundamental aspect of building students' health quality from an early age. Elementary schools play a strategic role in instilling values, attitudes, and sustainable healthy habits. However, the implementation of PHBS in school environments still faces various challenges, including low awareness among students, limited supporting facilities, and insufficient integration of PHBS into daily learning activities. This community service activity aims to improve students' knowledge, attitudes, and practices related to PHBS through participatory and educational approaches at SD Kota Raden Hulu 2. The activity was conducted in one day involving students, teachers, and school stakeholders through interactive counseling, healthy behavior simulations, and reflective discussions. The results indicate an improvement in students' understanding of PHBS principles, particularly personal hygiene, handwashing habits, waste management, and healthy lifestyles in the school environment. This activity concludes that participatory and habit-based PHBS education can be an effective strategy for fostering sustainable healthy behaviors among elementary school students

**Keywords:** clean and healthy living behavior, elementary school, health education, community service.

## **PENDAHULUAN**

Kesehatan anak usia sekolah merupakan salah satu indikator penting dalam pembangunan sumber

daya manusia. Anak yang sehat secara fisik dan mental memiliki peluang lebih besar untuk berkembang optimal dalam aspek akademik,

sosial, dan emosional. Salah satu pendekatan strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan anak adalah melalui penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sejak usia dini, khususnya di lingkungan sekolah dasar.

PHBS di sekolah mencakup berbagai aspek perilaku, seperti menjaga kebersihan diri, mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, mengonsumsi makanan sehat, serta menjaga kebersihan lingkungan kelas dan sekolah. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menegaskan bahwa sekolah merupakan salah satu tatanan utama dalam penerapan PHBS karena memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan kebiasaan dan karakter anak (Kemenkes RI, 2018). Namun demikian, realitas di lapangan menunjukkan bahwa implementasi PHBS di sekolah dasar belum sepenuhnya berjalan optimal. Di SD Kota Raden Hulu 2, masih ditemukan perilaku siswa yang kurang mencerminkan prinsip hidup bersih dan sehat, seperti tidak mencuci tangan sebelum makan, membuang sampah sembarangan, serta kurangnya kesadaran menjaga kebersihan kelas. Kondisi ini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, tetapi juga oleh kebiasaan, lingkungan sosial, serta keteladanan yang diterima siswa sehari-hari.

Dalam perspektif teori perilaku, perubahan perilaku kesehatan tidak cukup hanya melalui penyampaian informasi. Menurut teori Social Cognitive Bandura (1986), perilaku seseorang terbentuk melalui interaksi antara faktor personal, lingkungan, dan pengalaman belajar. Oleh karena itu, edukasi PHBS perlu dirancang secara partisipatif dan kontekstual agar siswa tidak hanya memahami konsep, tetapi juga mampu mempraktikkannya secara konsisten.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk memperkuat penerapan PHBS di SD Kota Raden Hulu 2 melalui pendekatan edukatif yang interaktif dan menyenangkan. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran siswa, membentuk kebiasaan positif, serta menciptakan

lingkungan sekolah yang sehat dan mendukung proses belajar.

## TARGET DAN LUARAN

### Target

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini berjudul “Penguatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Edukasi Partisipatif Di SDN Kota Raden Hulu 2 Kecamatan Amuntai Tengah”. Sasaran utama kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

1. Siswa SD Kota Raden Hulu 2 sebagai subjek utama pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat.
2. Guru dan tenaga kependidikan sebagai pendamping dan role model dalam penerapan PHBS di sekolah.
3. Lingkungan sekolah sebagai ruang pembiasaan perilaku sehat secara berkelanjutan.

Pemilihan peserta dilakukan karena mereka memiliki peran penting dalam memberi contoh dan mengajak orang lain untuk hidup bersih dan sehat. Guru dan siswa dilibatkan agar dapat bersama-sama menerapkan PHBS, seperti membuang sampah pada tempatnya dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah dan desa. Melalui kegiatan ini, diharapkan dapat tumbuh kebiasaan baik yang terus dilakukan setiap hari, terutama dalam menjaga kebersihan dan mengelola sampah dengan benar.

Target kegiatan ini meliputi:

1. Meningkatkan pemahaman siswa dan guru tentang pentingnya kebiasaan hidup bersih dan sehat di sekolah, terutama dalam membuang sampah dan cuci tangan.
2. Membangun komitmen bersama antara warga sekolah (kepala sekolah, guru, dan siswa) untuk mendukung kegiatan kebersihan sekolah, seperti mencuci tangan, pemilahan sampah dan tidak merokok.
3. Mendorong kerja sama antara sekolah, orang tua, dan lingkungan sekitar dalam menciptakan sekolah yang bersih, sehat, dan nyaman untuk belajar.

4. Membekali siswa dan guru dengan cara-cara sederhana dan menyenangkan untuk menumbuhkan kesadaran, rasa tanggung jawab, serta kebiasaan menjaga kebersihan sekolah.
5. Menyusun rencana kegiatan bersama di sekolah yang dapat dilakukan secara berkelanjutan, seperti jadwal piket kebersihan, kampanye PHBS, dan kegiatan peduli lingkungan

#### **Luaran**

Dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, diharapkan dapat dihasilkan beberapa luaran nyata sebagai berikut:

- a. Meningkatnya pemahaman dan kepedulian warga sekolah (kepala sekolah, guru, dan siswa) terhadap pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), khususnya dalam menjaga kebersihan siswa dan lingkungan sekolah
- b. Tersusunnya rencana tindak lanjut (RTL) berupa komitmen bersama warga sekolah dalam pelaksanaan PHBS, seperti penerapan kebiasaan membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan, dan tidak merokok di sekolah.
- c. Terbentuknya kerja sama antara sekolah, orang tua, dan pihak terkait dalam mendukung keberlanjutan program PHBS di sekolah secara berkesinambungan.
- d. Tersusunnya bahan atau modul edukasi singkat tentang PHBS di sekolah sebagai media pembelajaran dan panduan bagi guru dan siswa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

#### **METODE PELASANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Ruang Perpustakaan SDN Kota Raden Hulu 2 Kecamatan Amuntai Tengah, Kabupaten Hulu Sungai Utara, pada hari Kamis, 22 Januari 2026. Peserta kegiatan ini terdiri dari siswa dan guru di SDN Kota Raden Hulu 2.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa dan guru tentang pentingnya kebiasaan hidup bersih dan sehat di sekolah, mendorong kerja sama antara sekolah, orang tua, dan lingkungan sekitar dalam menciptakan sekolah yang bersih, sehat, dan nyaman untuk belajar.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan Kegiatan
  - a. Koordinasi awal dengan pihak SDN Kota Raden Hulu 2 untuk menetapkan tempat, waktu kegiatan.
  - b. Penyusunan materi edukasi PHBS yang mencakup:
    - 1) Pengertian PHBS
    - 2) Manfaat PHBS
    - 3) Indikator PHBS di Sekolah
  - c. Persiapan alat bantu presentasi dan diskusi, seperti:
    - 1) Slide presentasi PowerPoint interaktif.
    - 2) Brosur tentang PHBS.
2. Pelaksanaan Kegiatan Edukasi dan Diskusi
  - a. Pembukaan kegiatan oleh wali kelas 6.
  - b. Pemaparan materi utama oleh tim pengabdian, meliputi:
    - 1) Pengertian PHBS
    - 2) Manfaat PHBS
    - 3) Indikator PHBS di Sekolah
  - c. Sesi diskusi partisipatif dan reflektif:
    - 1) Tanya jawab antara siswa dan mahasiswa terkait PHBS
3. Penutupan
  - a. Penyerahan Snack dan Brosur sebagai penyemangat siswa dan siswi.
  - b. Foto bersama seluruh siswa dan tim pelaksana.
  - c. Penyusunan dan pembuatan laporan kegiatan pengabdian masyarakat oleh tim pelaksana sebagai bentuk pertanggung jawaban kegiatan dan bahan publikasi ilmiah.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam satu hari, yakni pada hari Kamis, 22 Januari 2026 bertempat di Ruang Perpustakaan SDN Kota Raden Hulu 2 Kecamatan Amuntai Tengah, Kabupaten Hulu Sungai Utara. Kegiatan ini mengusung tema “Penguatan Perilaku

Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Edukasi Partisipatif Di SDN Kota Raden Hulu 2 Kecamatan Amuntai Tengah”, dengan melibatkan peserta dari siswa SDN Kota Raden Hulu 2.

Tim pelaksana kegiatan terdiri atas:

1. Aminah
2. Khairil Anwar
3. Sahibul Ilmi
4. Putri
5. Yuliyah Rahmi

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam tiga tahap utama: persiapan, pelaksanaan inti, dan penutupan.

#### 1. Tahap Persiapan

Sebelum hari pelaksanaan, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak SDN Kota Raden Hulu 2 untuk menetapkan lokasi dan peserta kegiatan.

Materi kegiatan disusun berupa:

- a. Pengertian PHBS.
- b. Manfaat PHBS.
- c. Indikator PHBS di Sekolah.

Alat bantu yang disiapkan meliputi Media presentasi visual (PowerPoint dan brosur).

#### 2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan diawali dengan pembukaan resmi oleh wali kelas 6 serta perkenalan dari tim pengabdian. Suasana awal dibangun agar akrab dan partisipatif.

Sesi pertama dan penerangan dipandu oleh Khairil Anwar, dengan materi utama:

- a. Apakah PHBS itu?
- b. Apa Manfaat PHBS di sekolah?
- c. Apa saja indikator PHBS di sekolah?

Peserta sangat aktif dalam diskusi dan sangat antusias di ikuti dengan bercanda bersama tim pengabdian.

#### 3. Tahap Penutupan

Sesi penutup diisi dengan:

- a. Pembagian Snack dan brosur.
- b. Foto bersama antara peserta, perangkat kecamatan, dan tim pengabdian.

Respons peserta sangat positif, terlihat dari antusiasme dalam sesi tanya jawab dalam konteks PHBS di sekolah.

## Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa SD Kota Raden Hulu 2 memberikan respons positif terhadap edukasi PHBS yang disampaikan. Siswa terlihat antusias mengikuti simulasi dan mampu menjelaskan kembali langkah-langkah perilaku hidup bersih dan sehat. Peningkatan pemahaman ini menunjukkan bahwa pendekatan interaktif lebih efektif dibandingkan metode ceramah satu arah.

Dari sisi perilaku, kegiatan ini menjadi stimulus awal dalam membangun kebiasaan hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Hal ini sejalan dengan teori pembiasaan perilaku yang menyatakan bahwa pengulangan dan penguatan positif berperan penting dalam membentuk perilaku jangka panjang

## FOTO KEGIATAN



Gambar 1. Foto Bersama



Gambar 2. Pembagian Snack dan Brosur



Gambar 3. Pemaparan Materi

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Penguatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Edukasi Partisipatif Di SDN Kota Raden Hulu 2 Kecamatan Amuntai Tengah” telah berhasil dilaksanakan pada hari Kamis, 22 Januari 2026, di Ruang Perpustakaan SDN Kota Raden Hulu 2 Kecamatan Amuntai Tengah, Kabupaten Hulu Sungai Utara.

Kegiatan ini melibatkan peserta yaitu siswa dan siswi SDN Kota Raden Hulu 2, kegiatan ini mampu membuka wawasan peserta tentang pentingnya PHBS di sekolah.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SD Kota Raden Hulu 2 berhasil meningkatkan pemahaman, sikap, dan kesadaran siswa mengenai pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Pendekatan edukasi partisipatif terbukti efektif dalam menanamkan nilai dan kebiasaan hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar. Keberlanjutan penerapan PHBS memerlukan komitmen bersama antara siswa, guru, dan pihak sekolah melalui pembiasaan dan keteladanan yang konsisten.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Pembinaan PHBS di Sekolah*. Jakarta: Kemenkes RI.