Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X **(Printed)**
5 (3) 2025, Page: 35564-35569

Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Upaya Meningkatkan Kebersihan Lingkungan Kelas Di Sekolah

Rice Hernanda [1] , Hengki Riadi [2] , Melisa Shaqinah [3] , Sonia Anggara [4] , Chandra Pratama [5] , Vingki Okta Ulfana [6] , Roihani Ulfa Al-Aluf [7] , Etika Anisa [8] , Hafizh Taufixurohman [9] , Wulan Fatimatu Zahra [10] , Dian Maria [11], Yulis Sukesi [12] , Rani Dewi [13] , Sandi Prabowo [14] Eka Kurniawati [15]
[1-15]Program Studi Profesi Ners , Universitas Aisyah Pringsewu
Corresponding Author: Hafizh Taufixurohman, e-mail: taufixhafiz@gmail.com

Published: Desember , 2025

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya penting dalam menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan mendukung kesehatan siswa. Observasi di SMP Muhammadiyah Gading Rejo menunjukkan rendahnya kebiasaan mencuci tangan, membuang sampah, dan menjaga kebersihan kelas. Tujuan Kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa dalam menerapkan PHBS di lingkungan sekolah. Penelitian ini menggunakan metode Edukasi yang dilakukan melalui penyuluhan interaktif, diskusi, demonstrasi enam langkah cuci tangan, serta pembagian leaflet kepada 180 siswa kelas VII–VIII. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test, post-test, dan observasi perilaku. Hasil pengabdian masyarakat yaitu Pengetahuan siswa meningkat dari kategori baik 28,3% menjadi 60% setelah intervensi, sementara perilaku patuh PHBS meningkat dari 62,2% menjadi 86,6%. Edukasi terbukti efektif memperbaiki pemahaman dan praktik PHBS, terutama kebiasaan mencuci tangan dan menjaga kebersihan kelas sehingga dapat di simpulkan bahwa edukasi PHBS mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku sehat siswa secara signifikan serta memperkuat pembiasaan PHBS di sekolah. Program ini dapat menjadi model bagi sekolah lain dalam upaya pembentukan budaya sehat melalui edukasi terstruktur, kolaborasi guru, dan pembiasaan rutin yang melibatkan seluruh komunitas sekolah.

Kata kunci: PHBS, edukasi kesehatan, perilaku siswa, kebersihan sekolah

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS) are an important effort in creating a clean school environment that supports student health. Observations at Muhammadiyah Gading Rejo Junior High School show low habits of hand washing, waste disposal, and classroom cleanliness. The purpose of this activity is to increase students' knowledge and behavior in applying PHBS in the school environment. This study used an educational method conducted through interactive counseling, discussions, demonstrations of the six steps of hand washing, and the distribution of leaflets to 180 seventh and eighth grade students. Evaluation was carried out using pre-tests, post-tests, and behavioral observations. The results of the community service showed that students' knowledge increased from 28.3% to 60% after the intervention, while PHBS compliance behavior increased from 62.2% to 86.6%. Education proved to be effective in improving understanding and practice of PHBS, especially the habit of washing hands and maintaining classroom hygiene, so it can be concluded that PHBS education can significantly improve students' knowledge and healthy behavior and strengthen PHBS habits in schools. This program can be a model for other schools in their efforts to create a healthy culture through structured education, teacher collaboration, and routine habits involving the entire school community.

***Keywords**: health education, student behavior, school hygiene*

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya promotif dan preventif penting untuk menjaga kesehatan siswa di lingkungan sekolah. Minimnya kebiasaan mencuci tangan, membuang sampah sembarangan, dan kurangnya kesadaran kebersihan dapat meningkatkan risiko penyakit berbasis lingkungan (Poltak et al., 2023).

Menurut Kementerian Kesehatan RI, penyakit yang ditularkan melalui tangan dan lingkungan kotor masih menjadi salah satu penyebab utama gangguan kesehatan pada anak usia

sekolah (Kemenkes RI, 2021). Data tersebut menunjukkan bahwa perilaku tidak sehat di lingkungan sekolah dapat menghambat tumbuh kembang anak dan berdampak pada tingginya angka ketidakhadiran siswa akibat sakit. WHO juga menegaskan bahwa penerapan perilaku hidup bersih dan sehat sejak usia sekolah berkontribusi besar dalam pembentukan kebiasaan positif jangka panjang serta pencegahan berbagai penyakit menular (WHO, 2020).

Sekolah sebagai lingkungan kedua bagi anak memiliki peran strategis dalam pembentukan kebiasaan hidup bersih. Melalui penyuluhan dan pembiasaan rutin, siswa dapat meningkatkan pengetahuan sekaligus praktik PHBS secara berkelanjutan Sekolah sebagai lingkungan kedua bagi anak memiliki peran strategis dalam pembentukan kebiasaan hidup bersih. Melalui penyuluhan dan pembiasaan rutin, siswa dapat meningkatkan pengetahuan sekaligus praktik PHBS secara berkelanjutan (Putri, 2023).

Hasil pra-survey awal yang dilakukan melalui observasi dan wawancara di SMP Muhammadiyah Gading Rejo menunjukkan bahwa penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masih rendah. Sebagian besar siswa belum membiasakan cuci tangan sebelum makan, masih sering membuang sampah sembarangan. uru juga menyampaikan bahwa belum pernah ada kegiatan edukasi khusus mengenai PHBS, sehingga pengetahuan siswa masih terbatas dan perilaku sehat belum menjadi kebiasaan. Temuan ini menegaskan perlunya program edukasi dan pembiasaan PHBS sebagai langkah awal meningkatkan kesadaran serta perilaku hidup bersih di lingkungan sekolah.

TUJUAN

Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan siswa SMP Muhammadiyah Gading Rejo mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui edukasi kesehatan yang sistematis, memberikan pemahaman yang benar tentang konsep dan manfaat PHBS di lingkungan sekolah, mendorong perubahan perilaku siswa dalam menerapkan PHBS secara konsisten, seperti membiasakan cuci tangan pakai sabun dan menjaga kebersihan kelas. memperkenalkan langkah-langkah cuci tangan yang sesuai standar.

METODE

Metodologi Penelitian

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini berupa pendidikan kesehatan melalui penyuluhan/ceramah dan diskusi interaktif mengenai pengertian PHBS, manfaat PHBS di lingkungan sekolah, serta langkah-langkah mencuci tangan yang benar. Materi disampaikan dengan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh siswa, dan dilengkapi demonstrasi teknik mencuci tangan enam langkah sesuai standar WHO. Media yang digunakan meliputi LCD, mikrofon, leaflet PHBS, dan alat peraga cuci tangan untuk mendukung proses edukasi.

Pengabdian dilaksanakan pada tanggal 24 Oktober 2025 di SMP Muhammadiyah Gading Rejo dengan jumlah peserta 180 siswa kelas VII dan VIII. Kegiatan dilakukan secara bertahap, dimulai dari penyuluhan, sesi tanya jawab, hingga demonstrasi perilaku sehat seperti mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya. Evaluasi pengetahuan dilakukan melalui kuesioner pre-test dan post-test berisi 10 pernyataan dengan waktu pengisian 15 menit. Evaluasi perilaku dilakukan melalui observasi langsung untuk menilai kemampuan siswa menerapkan teknik mencuci tangan yang benar serta perilaku sederhana PHBS di lingkungan sekolah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Analisis Univariat digunakan untuk mendeskripsikan variabel-variabel yang akan diteliti (Nursalam, 2020). Analisis univariat digambarkan dalam bentuk standar deviasi, dan nilai rata- rata.

1. Tingkat Pengetahuan

Tabel 1. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan siswa sebelum dilakukan intervensi pemberian edukasi tentang PHBS disekolah

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	51	28.3 %
Cukup	55	30.5%
Kurang	74	41.1%
Total	180	100.0

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa mengenai PHBS masih perlu ditingkatkan. Berdasarkan data yang diperoleh, hanya 28,3% peserta berada pada kategori pengetahuan baik, 30,5% berada pada kategori cukup, dan mayoritas yaitu 41,1% peserta berada pada kategori kurang.

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan siswa sebelum dilakukan intervensi pemberian edukasi tentang PHBS disekolah

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	108	60 %
Cukup	43	23.9%
Kurang	29	16.1%
Total	180	100.0

Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa mengenai PHBS setelah diberikan edukasi. Sebanyak 60% peserta berada pada kategori pengetahuan baik, 23,9% berada pada kategori cukup, dan hanya 16,1% yang masih berada pada kategori kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi penyuluhan dan demonstrasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya penerapan PHBS di lingkungan sekolah.

2. Perilaku Siswa

Distribusi frekuensi perilaku siswa sebelum dilakukan intervensi pemberian edukasi tentang PHBS disekolah

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Patuh	112	62.2 %
Kurang patuh	68	37.8%
Total	180	100.0

Hasil observasi perilaku sebelum intervensi menunjukkan bahwa penerapan PHBS di kalangan siswa masih perlu ditingkatkan. Berdasarkan data yang diperoleh, hanya 62,2% peserta berada pada kategori patuh dalam melakukan perilaku sehat, sementara 37,8% peserta berada pada kategori kurang patuh.

Tabel 4. Distribusi frekuensi perilaku siswa sesudah dilakukan intervensi pemberian edukasi tentang PHBS disekolah

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Patuh	168	86.6%
Kurang patuh	12	13.4%
Total	180	100.0

Hasil observasi setelah intervensi menunjukkan peningkatan perilaku siswa dalam menerapkan PHBS di sekolah. Sebanyak 86,6% peserta berada pada kategori patuh dan hanya 13,4% yang masih kurang patuh. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi dan demonstrasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan perilaku sehat siswa, terutama dalam mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, menjaga kebersihan kelas, serta kebersihan diri.

PEMBAHASAN

Pengetahuan merupakan hasil proses kognitif yang diperoleh melalui pengindraan menggunakan berbagai modalitas seperti visual, auditori, olfaktori, gustatori, dan taktil. Dalam konteks pembentukan perilaku sehat, pengetahuan menjadi fondasi penting bagi siswa untuk memahami, menerapkan, dan mempertahankan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Edukasi PHBS di sekolah sangat diperlukan karena masa remaja merupakan fase kritis pembentukan kebiasaan yang akan terbawa hingga dewasa. Peningkatan pengetahuan siswa membantu mereka mengenali risiko lingkungan, membuat keputusan yang tepat terkait kesehatan, serta menerapkan kebiasaan positif seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan diri, dan menjaga lingkungan sekolah tetap sehat. Edukasi yang diberikan melalui metode interaktif, demonstrasi, atau praktik langsung (hands-on learning) terbukti meningkatkan retensi pengetahuan dan mendorong perubahan perilaku yang lebih efektif (Nurhidayah et al., 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Jayanty et al., 2025) yang menyebutkan bahwa sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui ceramah, diskusi interaktif, dan praktik cuci tangan terbukti meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan cuci tangan siswa di dua sekolah dasar. Di SDN 1 Sukaratu, kategori pengetahuan "Baik" dan "Sangat Baik" meningkat dari 49,31% menjadi 54,79%, sedangkan di SDN 2 meningkat dari 56,16% menjadi 67,12%. Selain itu, jumlah siswa pada kategori "Sangat Kurang" dan "Kurang" menurun, masing-masing dari 31,51% menjadi 28,77% di SDN 1 dan dari 13,70% menjadi 9,59% di SDN 2. Meskipun peningkatan pengetahuan terjadi pada kedua sekolah, uji statistik Paired Sample t-test menunjukkan nilai $p = 0,069$, yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan antara hasil kedua sekolah. Namun demikian, temuan ini tetap menggambarkan bahwa sosialisasi PHBS efektif dalam meningkatkan pemahaman dan praktik cuci tangan siswa sekolah dasar.

Hal ini dikuatkan oleh (Inriyana et al, 2025) pendidikan kesehatan PHBS mampu meningkatkan pengetahuan siswa karena setelah intervensi jumlah siswa dengan kategori pengetahuan baik menjadi lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan edukasi. Program ini efektif karena menggunakan metode ceramah, diskusi, dan praktik langsung yang membuat materi lebih mudah dipahami, menarik, dan relevan dengan kebiasaan siswa sehingga mendorong mereka untuk lebih cepat memahami dan menerapkan PHBS.

Edukasi PHBS terbukti efektif meningkatkan pengetahuan siswa karena proses belajar membantu mengintegrasikan informasi baru tentang perilaku sehat dengan pengetahuan yang telah dimiliki, serta memperkuat memori melalui penggunaan berbagai media seperti demonstrasi, poster, dan video sesuai dual coding theory. Edukasi ini juga meningkatkan persepsi risiko dan manfaat perilaku sehat sebagaimana dijelaskan dalam Health Belief Model. Temuan (Laudasarni et al., 2024)) menunjukkan peningkatan signifikan skor pengetahuan PHBS dari 67,1 menjadi 83,4 ($p = 0,000$), sehingga membuktikan bahwa edukasi PHBS efektif dalam memperbaiki pemahaman dan kesiapan siswa menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa SMP berada pada tahap perkembangan yang dipengaruhi oleh pembentukan identitas diri, lingkungan sebaya, serta ketersediaan sarana kebersihan di sekolah. Meskipun sebagian siswa telah memahami pentingnya kebiasaan seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan diri, dan membuang sampah pada tempatnya, implementasinya sering kali belum konsisten karena rendahnya motivasi internal, kurangnya pengawasan, serta lemahnya kebiasaan kesehatan yang tertanam sejak dini. Hal ini sejalan dengan temuan Nurhidayah et al. (2021) yang menjelaskan bahwa perilaku PHBS pada remaja sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, persepsi risiko, dan faktor lingkungan sekolah.

Perubahan perilaku PHBS pada siswa SMP dapat dicapai melalui intervensi pendidikan kesehatan yang terstruktur. Studi Laudasarni et al. (2024) menunjukkan bahwa program edukasi PHBS yang menggunakan metode ceramah interaktif dan demonstrasi mampu meningkatkan tidak hanya pengetahuan tetapi juga praktik kebersihan dasar siswa. Penelitian tersebut melaporkan adanya peningkatan signifikan nilai post-test siswa setelah intervensi pendidikan kesehatan, menandakan bahwa strategi edukasi yang sistematis berpengaruh langsung terhadap perbaikan perilaku kebersihan remaja sekolah.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Rahmawati et al., 2024) , yang menunjukkan bahwa

edukasi PHBS berbasis penyuluhan dan praktik langsung menyebabkan perubahan positif pada perilaku kebersihan diri siswa SMP, terutama dalam konsistensi mencuci tangan, menjaga kebersihan kuku, dan membuang sampah pada tempatnya. Dalam penelitian tersebut, terjadi peningkatan proporsi siswa yang berada pada kategori perilaku baik setelah diberikan edukasi, disertai nilai signifikansi $p < 0,05$, yang memperkuat bukti bahwa intervensi pendidikan kesehatan efektif dalam memodifikasi perilaku kesehatan remaja.

Efektivitas edukasi dalam mengubah perilaku PHBS siswa dapat dijelaskan melalui mekanisme kognitif dan psikososial. Secara kognitif, edukasi memungkinkan integrasi informasi baru tentang PHBS ke dalam skema pengetahuan yang telah ada, sehingga memperkuat pemahaman dan kesiapan bertindak; penggunaan media multimodal seperti poster, video, demonstrasi, dan praktik langsung juga memperkuat pembentukan memori jangka panjang sesuai prinsip dual coding theory. Dari aspek psikososial, peningkatan persepsi risiko, persepsi manfaat, dan efikasi diri yang dihasilkan dari edukasi sesuai dengan kerangka Health Belief Model menjadikan siswa lebih termotivasi untuk mempraktikkan PHBS secara konsisten (Laudasarni et al., 2024; Rahmawati et al., 2024)

KESIMPULAN

Edukasi PHBS secara konsisten terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa karena intervensi yang diberikan membantu mereka memahami informasi baru, memperkuat ingatan, serta menumbuhkan motivasi untuk menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Peningkatan pengetahuan terlihat dari naiknya kategori pemahaman siswa setelah edukasi, sedangkan perubahan perilaku tampak melalui semakin seringnya siswa melakukan praktik kebersihan seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan diri, dan membuang sampah dengan benar. Secara keseluruhan, edukasi PHBS efektif karena tidak hanya memperluas pengetahuan, tetapi juga membentuk perilaku sehat yang lebih konsisten dan berkelanjutan.

SARAN

Sekolah diharapkan secara rutin menyelenggarakan edukasi PHBS melalui metode interaktif, demonstrasi, dan praktik langsung untuk memperkuat pengetahuan dan perilaku sehat siswa, serta melibatkan guru dan orang tua dalam pengawasan dan motivasi agar kebiasaan hidup bersih dan sehat dapat diterapkan secara konsisten dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis dengan penuh rasa hormat menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam proses penyusunan hingga pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih secara khusus penulis tujukan kepada dosen pembimbing yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan, serta masukan berharga dengan penuh perhatian, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

Inriyana, R. (2025). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Mengenai PHBS Di Lingkungan. 5(3), 509–517.

Jayanty, R. S., Riyanti, A., Firjatullah, R. M., & Fauzi, M. I. (2025). Efektivitas sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap pengetahuan cuci tangan siswa sekolah dasar. 9(September), 3392–3399.

Laudasarni, Y., Dinatha, N. M., Teang, L. L., Dedo, A., Sariyani, M. D., & Tabanan, M. (2024). Pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat siswa smp. 4, 10–19. https://doi.org/10.38048/jor.v4i1.3471

Nurhidayah, I., Asifah, L., & Rosidin, U. (2021). Pengetahuan , Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. 13(1), 61–71. https://doi.org/10.32528/ijhs.v13i1.4864

Poltak, W., Riau, U., & Baru, S. (2023). PEMBIASAAN PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT (PHBS) PADA SISWA KELAS V DI SEKOLAH DASAR NEGERI 188 PEKANBARU DIMASA PANDEMI COVID-19 Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan. Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan, 11, 114–120.

Putri, R. A. (2023). Edukasi dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah. Ndonesian Journal of Community Empowerment (IJCE), 5(2), 173–177.
Rahmawati, F. P., Hidayati, Y. M., Desstya, A., & Hidayat, M. T. (2024). Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat Melalui Pendekatan Literasi Sains bagi Siswa Sekolah Dasar. 6(2), 141–150. https://doi.org/10.23917/bkkndik.v6i2.8001

DOKUMENTASI







