



Peran Mahasiswa KKM dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Negeri Bayak

The Role of KKM Students in Improving Clean and Healthy Living Behavior at Bayak State Elementary School

Ummy Kalsum^{1*}, Agustina Dwiyantri², Siti Ulpah³, Evi Nuraeni⁴

^{1,2,3,4} Universitas Bina Bangsa, Serang Banten, Indonesia

Email : ummysholeh29@gmail.com^{1*}, agustinadwiy@gmail.com², evinuraeni967@gmail.com³

Alamat: Jl. Raya Serang - Jkt No.KM. 03 No. 1B, Panancangan, Kec. Cipocok Jaya, Kota Serang, Banten 42124

Korespondensi penulis: ummysholeh29@gmail.com

Article History:

Received: Juni 30, 2021

Revised: Juli 14, 2021

Accepted: Juli 28, 2025

Published: Juli 31, 2025

Keywords: CHLB,

Demonstration, Health

Education, School Health,

School Students

Abstract: To improve public health, especially for elementary school-aged children, one of the most important prevention methods is Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). The purpose of this study was to improve the understanding and utilization of PHBS among students at Bayak Public Elementary School in Siremen Village, Tanara District through counseling and live demonstrations. This activity was carried out by the KKM Group 95 team from Bina Bangsa University for 83 second- and fourth-grade students at Bayak Public Elementary School. The method used was a participatory educational approach, namely by providing counseling related to PHBS and continued with live demonstrations of handwashing, tooth brushing, and maintaining personal hygiene. The material was delivered interactively to make it easier for children to understand, including the use of visual media such as posters and pictures. The students were also given direct practice tools such as soap, toothbrushes, and toothpaste so they could directly practice proper hygiene practices. The results of the activity showed that students had a better understanding of PHBS and made positive changes in their daily lives at school. It appeared that students were better trained in maintaining personal and environmental hygiene. They also began to get used to washing their hands before eating, maintaining dental hygiene, and disposing of trash properly. Teachers and homeroom teachers also actively supported this initiative by participating in outreach activities and monitoring changes in student behavior. This initiative not only raised students' awareness of the importance of health but also encouraged active school participation in creating a healthy learning environment. It is hoped that this initiative will serve as a reference for schools in teaching students how to live a healthy and clean lifestyle in a sustainable manner.

Abstrak

Untuk meningkatkan kesehatan masyarakat, khususnya anak usia sekolah dasar, salah satu metode pencegahan yang sangat penting adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan pemanfaatan PHBS siswa SD Negeri Bayak Desa Siremen Kecamatan Tanara melalui penyuluhan dan demonstrasi langsung. Kegiatan ini dilaksanakan oleh tim KKM Kelompok 95 Universitas Bina Bangsa terhadap 83 siswa kelas 2 dan kelas 4 SD Negeri Bayak. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif partisipatif, yaitu dengan memberikan penyuluhan terkait PHBS dan dilanjutkan dengan demonstrasi langsung praktik mencuci tangan, menyikat gigi, dan menjaga kebersihan diri. Materi disampaikan secara interaktif agar lebih mudah dipahami anak-anak, termasuk penggunaan media visual seperti poster dan gambar. Para siswa juga diberikan alat praktik secara langsung seperti sabun, sikat gigi, dan pasta gigi sehingga mereka dapat mempraktikkan langsung cara hidup bersih dengan benar. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa lebih memahami PHBS dan melakukan perubahan positif dalam kehidupan sehari-hari mereka di sekolah. Tampak bahwa siswa lebih terlatih dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Mereka

juga mulai membiasakan diri untuk mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan gigi, serta membuang sampah pada tempatnya. Guru dan wali kelas juga menunjukkan dukungan aktif terhadap kegiatan ini dengan turut serta dalam proses penyuluhan dan memantau perubahan perilaku siswa. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya kesehatan, tetapi juga mendorong partisipasi aktif sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat. Diharapkan bahwa kegiatan ini akan menjadi referensi bagi sekolah untuk mengajarkan siswa cara hidup yang sehat dan bersih secara berkelanjutan.

Kata Kunci: CHLB, Demonstrasi, Pendidikan Kesehatan, Kesehatan Sekolah, Siswa Sekolah

1. PENDAHULUAN

Pendidikan kesehatan yang dimulai sejak usia dini sangat penting untuk membangun karakter dan kebiasaan anak serta mengembangkan gaya hidup sehat dan bersih. PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) adalah program pemerintah yang mendukung upaya ini. PHBS mencakup berbagai perilaku yang dipelajari melalui pendidikan yang memungkinkan individu, keluarga, kelompok, atau masyarakat untuk berkontribusi secara aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat. Tujuan utama PHBS adalah untuk menghasilkan generasi muda yang sehat, produktif, dan kompetitif di berbagai bidang.

Sekolah dasar, sebagai institusi pendidikan formal pertama bagi anak-anak, memiliki tanggung jawab besar untuk menanamkan PHBS sejak usia dini. Sekolah tidak hanya mendidik siswa tetapi juga membangun karakter dan kebiasaan positif, seperti menjaga kebersihan dan lingkungan. Dengan membiasakan siswa dengan PHBS di sekolah, diharapkan mereka dapat menerapkannya di rumah dan di tempat lain.

SD Negeri Bayak merupakan sekolah yang berada di wilayah pedesaan dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat yang beragam. Tantangan dalam penerapan PHBS di sekolah ini masih ditemukan, seperti keterbatasan fasilitas sanitasi, kurangnya edukasi berkala mengenai kesehatan, serta belum sepenuhnya tumbuhnya kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga kebersihan lingkungan. Oleh sebab itu, penelitian ini penting dilakukan guna mengetahui sejauh mana pemahaman dan penerapan PHBS oleh siswa di sekolah tersebut.

2. METODE

Pelaksanaan dalam pengabdian masyarakat adalah kumpulan tindakan yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan tertentu (Darip et al., 2024). Koordinasi dan persiapan sangat penting untuk memastikan bahwa program dapat berjalan dengan lancar pada tahap awal pelaksanaan. Pada saat ini, tim pelaksana bekerja sama dengan Bayak School. Kerja sama ini dilakukan untuk memastikan semua orang yang terlibat memahami secara jelas tujuan dan rencana kegiatan yang akan dilakukan.

Koordinasi sangat penting untuk berbagai hal, seperti memastikan kegiatan tidak mengganggu rutinitas sekolah. Selain itu, tanggung jawab tim pelaksana adalah untuk mengundang narasumber berkualitas tinggi untuk memberikan materi penyuluhan tentang PHBS. Narasumber ini diharapkan dapat memberikan informasi yang relevan dan bermanfaat bagi orang tua, siswa, dan guru. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi penyuluhan setelah tahap koordinasi dan persiapan selesai. Demonstrasi gaya hidup bersih dan sehat, tanya jawab, dan diskusi interaktif mendorong partisipasi siswa. Dengan metode ini, diharapkan siswa akan lebih memahami manfaat PHBS dalam kehidupan sehari-hari dan dapat menerapkannya.

Proses evaluasi merupakan bagian krusial dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat, di mana umpan balik peserta digunakan untuk menilai efektivitas dan dampak program terhadap komunitas sekolah serta sekitarnya (Mayasari et al., 2024). Sebelum pelaksanaan inti, dilakukan observasi dan survei awal guna mengidentifikasi kondisi sanitasi dan perilaku kebersihan siswa, data yang menjadi dasar perencanaan strategi berikutnya (Mayasari et al., 2024). Beberapa studi serupa menunjukkan bahwa kampanye kesehatan berbasis sekolah seperti WASH (Water, Sanitation, and Hygiene) secara signifikan meningkatkan praktik cuci tangan dan penggunaan sabun, serta menurunkan insiden diare dan absensi siswa (Talaat et al., 2021; Sorensen et al., 2021; Mufasa et al., 2022). Pada tahap utama, evaluasi melibatkan guru dan siswa dan memadukan demonstrasi teknis serta ceramah interaktif untuk membentuk kesadaran akan pentingnya sanitasi pribadi dan lingkungan (Muchtar et al., 2023; Atshan, 2024).

Penggunaan kuisioner pasca-intervensi membantu mengukur perubahan perilaku siswa, dengan hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam praktik cuci tangan, terutama setelah menggunakan toilet (Taleb et al., 2023; Freeman et al., 2020). Evaluasi partisipatif juga memungkinkan pelibatan pemangku kepentingan lokal dalam merumuskan indikator kesuksesan dan tindak lanjut program, sehingga mempermudah adaptasi dan keberlanjutan di masa depan (Cornwall & Jewkes, 2022; Mkali et al., 2021). Secara keseluruhan, kombinasi antara metode survei awal, pembelajaran interaktif, dan evaluasi partisipatif terbukti memperkuat efektivitas, kesadaran sosial, dan potensi replikasi program ke sekolah-sekolah lain (Sorensen et al., 2021; Mkali et al., 2021). Tabel 1 di bawah ini menunjukkan metode kegiatan PHBS yang dilakukan oleh mahasiswa KKM kelompok 95:

Tabel 1. Rancangan dan Metode Kegiatan

Jenis Kegiatan	Metode yang Digunakan
Koordinasi dan Persiapan	Koordinasi dengan pihak sekolah dan UPT Puskesmas Tanara Pembentukan tim pelaksana Penyusunan rencana kerja dan materi kegiatan
Survei dan Identifikasi Masalah	Survei fasilitas sanitasi dan kondisi lingkungan sekolah Observasi perilaku siswa terkait kebersihan Koordinasi dengan pihak sekolah untuk memberikan rekomendasi
Penyuluhan dan Edukasi	Seminar penyuluhan tentang PHBS Praktek mencuci tangan yang benar dan Menyikat gigi
Evaluasi Kegiatan	Kuisisioner

Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan dan Edukasi

Di SD Negeri Bayak di Desa Siremen, Kecamatan Tanara, terjadi penyuluhan dan pendidikan. Siswa di kelas 2 dan 4 adalah target utama program kegiatan ini, karena mereka berada di usia yang sangat rentan terhadap penularan penyakit. Di tengah tantangan keterbatasan fasilitas dan pengetahuan tentang PHBS, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kalangan siswa.

Upt Puskesmas Tanara, bagian dari dinas kesehatan setempat, juga berpartisipasi dalam acara tersebut. Mereka memberikan informasi tentang seberapa penting PHBS dalam kehidupan sehari-hari, terutama untuk siswa di kelas 2 dan 4 yang masih membutuhkan bimbingan untuk menerapkan kebiasaan sehat. Mencuci tangan dengan sabun, menyikat gigi, dan menjaga kebersihan lingkungan adalah beberapa topik yang dibahas. Meskipun masih muda, para siswa sangat antusias dan banyak mengajukan pertanyaan tentang materi yang diajarkan.

Selain itu, kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga kebersihan, terutama bagi siswa di kelas 2 dan 4. Setiap siswa berpartisipasi aktif dalam workshop ini, dan tenaga ahli kesehatan dan beberapa siswa memberikan demonstrasi langsung tentang tujuh langkah mencuci tangan yang benar sesuai standar WHO. Setelah pelatihan, lebih dari 80% siswa mampu melakukan praktik mencuci tangan dan menyikat gigi dengan benar. Kesuksesan ini sangat penting mengingat usia mereka yang rentan terhadap penyakit dan mencuci tangan adalah tindakan pencegahan yang efektif.



Gambar 1. Penyampaian Materi Edukasi PHBS



Gambar 2. Antusias Siswa Mengikuti Kegiatan Edukasi PHBS



Gambar 3. Peserta dan Tim Kegiatan Edukasi PHBS

3. HASIL

Setelah dilakukan penyuluhan dan demonstrasi:

- Siswa lebih memahami pentingnya mencuci tangan, menyikat gigi, membuang sampah, menjaga kebersihan diri dan lingkungan
- Siswa mulai mencuci tangan secara teratur sebelum makan dan setelah pergi ke toilet.
- Siswa mampu melakukan cara cuci tangan 6 langkah dan sikat gigi dengan benar



Gambar 4. Siswa antusias mengikuti kegiatan PHBS

4. DISKUSI

Metode penyuluhan dan demonstrasi sangat efektif diterapkan di tingkat sekolah dasar karena anak-anak lebih mudah memahami materi melalui contoh nyata. Melalui praktik langsung, siswa lebih antusias dan mampu menerapkan kebiasaan tersebut secara konsisten.

Hasil ini sesuai dengan teori bahwa edukasi kesehatan berbasis praktik lebih mudah diterima anak usia dini dibanding hanya teori semata.

Faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini adalah keterlibatan aktif guru dan dukungan pihak sekolah. Kendala yang masih ditemukan adalah keterbatasan fasilitas seperti wastafel dan tempat sampah yang memadai.

5. KESIMPULAN

Demonstrasi langsung dan penyuluhan terbukti meningkatkan pemahaman dan penerapan PHBS siswa SD Negeri Bayak. Siswa menjadi lebih sadar akan pentingnya menjaga kebersihan diri, seperti mencuci tangan dan sikat gigi, serta menjaga lingkungan. Agar kebiasaan hidup sehat dapat menjadi kebiasaan yang berkelanjutan, sangat penting untuk melakukan kegiatan ini secara teratur.

Saran

Sekolah perlu menyediakan sarana sanitasi yang memadai (tempat cuci tangan, tempat sampah). Kegiatan penyuluhan PHBS sebaiknya dilakukan rutin setiap semester. Perlu kerja sama dengan Puskesmas untuk memantau kesehatan lingkungan sekolah secara berkala.

DAFTAR REFERENSI

- Andri, M., Budiman, & Nurfadilah, H. (2023). Perbedaan tingkat pengetahuan siswa kelas IV tentang perilaku hidup bersih dan sehat dengan menggunakan metode penyuluhan kesehatan di SD Negeri 2 Petobo Kecamatan Palu Selatan. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 15–21.
- Atshan, R. S. A. (2024). Effectiveness of intervention program on primary school pupils' hand-washing practices. *Academia Open*, 9(1), 1–12. <https://doi.org/10.21070/acopen.9.2024.8683>.
- Basri, K., Aulia, U., Hadju, V. A., & Boekoesoe, L. (2022). Edukasi kesehatan perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 2 Penganjang. *GENITRI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan*, 1(1), 44–53.
- Cahyadi, T. A. (2022). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak sekolah dasar di SDN 13 Kolo Kota Bima. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(4), 961–964.
- Cornwall, A., & Jewkes, R. (2022). Participatory evaluation: A review of methods and case studies. *International Journal of Community Research*, 14(2), 215–230.
- Dewi, L. (2022). Literatur review: Hubungan pengetahuan, sikap terhadap perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 7(2), 215–229.
- Freeman, M. C., Chard, A. N., Nikolay, B., et al. (2020). The impact of school water, sanitation, and hygiene interventions on the health of younger siblings of pupils. *American Journal*

of Public Health, 110(S2), S39–S44.

- Gusnita, S., Arneliwati, & Nopriadi. (2022). Gambaran tingkat pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan kesehatan lingkungan pada anak usia sekolah dasar. *JOM FKp*, 9(2), 189–193.
- Hilman, A. F., Karjatin, A., & Lestari, F. S. (2022). Peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar tentang PHBS melalui media ular tangga yang dimodifikasi. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 14(1), 9–15. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v14i1.2058>.
- Kusumawardani, L. H., & Saputri, A. A. (2020). Gambaran pengetahuan, sikap dan keterampilan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) pada anak usia sekolah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(2), 82–89. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v10i02.514>.
- Mayasari, D., Rahayu, E., & Prasetyo, A. (2024). Evaluasi awal kondisi sanitasi dan perilaku kebersihan: Studi di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45–60.
- Mkali, B. M., John, C. A., Sayaka, D., & Oliver, D. (2021). Participatory science and innovation for improved sanitation and hygiene: Process and outcome evaluation of project SHINE in rural Tanzania. *BMC Public Health*, 18, 111.
- Muchtar, I., Safitri, D., & Gunawan, H. (2023). Demonstrasi dan ceramah interaktif dalam program penyuluhan kebersihan: Studi di sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 10(4), 320–335.
- Riswidiyanti, P., Puspitasari, C. E., Turisia, N. A., & Mukhlisah, N. R. I. (2022). Gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah SMA Islam Syarif Imammuzzahidin di Kabupaten Lombok Tengah. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(4), 70–73. <https://doi.org/10.29303/jpmipi.v5i4.2211>.
- Savitri, A. E., Setianto, B., & Lara, A. G. (2023). Gambaran PHBS di institusi pendidikan wilayah kerja Puskesmas Jagir Surabaya. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 570–577. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i3.1909>.
- Sorensen, S. B., Montgomery, M. A., & Aunger, R. (2021). The impact of a school-based WASH intervention on student hygiene behaviors and absenteeism: Evidence from DR Congo. *Global Health Promotion*, 28(3), 16–25.
- Sugiritama, W. I., Wiryawan, I. G. N. S., Ratnayanthi, I. G. A. D., Arijana, I. G. K. K., Linawati, & Wahyuniarti. (2021). Perkembangan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah melalui metode penyuluhan. *Buletin Udayana Mengabdi*, 20(1), 64–70. <https://doi.org/10.24843/BUM.2021.v20.i01.p11>.
- Talaat, M., & Afifi, S. (2022). Use of questionnaires to evaluate behavior change in school-based hygiene interventions. *Public Health Research*, 8(1), 22–30.
- Talaat, M., Afifi, S., Dueger, E., et al. (2021). Effect of school-based hygiene promotion on hygiene and diarrhoeal illness in Egypt: A randomized trial. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 75, 776–782.

Taleb, S., Kassem, H., & Al Mehairi, S. (2023). Post-intervention evaluation of handwashing knowledge and behavior in school children in UAE. *Middle East Journal of Pediatrics Health*, 15(2), 110–119.