



## Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS); Studi SDN 013 Tanjungpinang Barat. Kota Tanjungpinang

Desy Yunasti<sup>1</sup>, Asparyana Asparyana<sup>2</sup>

Kader Pos Pelayanan Terpadu Ananda (POSYANDU) Ananda Tanjungpinang Barat<sup>1</sup>  
Divisi Hubungan Masyarakat. Austronesia Akademika<sup>2</sup>

Email Korespondensi: [riyanaaspa@gmail.com](mailto:riyanaaspa@gmail.com)<sup>1</sup>

### Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mensosialisasikan PHBS kepada siswa di Sekolah Dasar Negeri 013 Tanjungpinang Barat, Kota Tanjungpinang, untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran tentang pentingnya menjaga kebersihan diri, lingkungan, dan kesehatan. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah, diskusi interaktif, dan praktek langsung, seperti cara mencuci tangan yang benar, menjaga kebersihan lingkungan, serta penyuluhan tentang pola makan sehat dan pembuangan sampah yang tepat. Kegiatan ini berlangsung selama enam bulan dari bulan April hingga November 2023, melibatkan siswa, guru, dan masyarakat setempat. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran di kalangan siswa dan masyarakat mengenai pentingnya PHBS. Siswa mulai lebih memperhatikan kebersihan pribadi dan lingkungan sekitar, seperti membuang sampah pada tempatnya dan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan. Selain itu, siswa juga menunjukkan peningkatan dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah dan keluarga mereka. Kegiatan ini juga berdampak positif pada peningkatan kesehatan siswa dan keluarga, mengurangi risiko penyebaran penyakit yang dapat ditularkan melalui kebersihan yang kurang terjaga. Kesimpulannya, sosialisasi PHBS di SDN 013 Tanjungpinang Barat berhasil meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat serta mendorong perubahan perilaku menuju hidup sehat. Untuk kelanjutan program ini, direkomendasikan agar pihak sekolah terus memberikan pembinaan dan menyediakan fasilitas yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat, seperti tempat cuci tangan yang memadai dan program kebersihan lingkungan yang berkelanjutan.

### Catatan Artikel

Dikirim: 15 Desember 2024  
Dirivisi: 29 Desember 2024  
Diterima: 31 Desember 2024

### Kata Kunci

Sosialisasi; PHBS; Sekolah Dasar

 <https://doi.org/10.69812/jpn.v1i1.84>

Artikel akses terbuka di bawah [CC-BY-SA License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



### Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Indonesia merupakan bagian penting dari upaya meningkatkan kualitas hidup masyarakat. PHBS tidak hanya berkaitan dengan kebersihan fisik, tetapi juga mencakup pola makan sehat, kegiatan fisik yang teratur, serta kebiasaan menjaga kesehatan mental (Mustar et al., 2018; Nurhidayah et al., 2021). Salah satu aspek utama dalam PHBS adalah kebersihan diri dan lingkungan. Kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan rumah dan tempat umum, serta membuang sampah pada tempatnya menjadi landasan dari gerakan PHBS (Aminah et al., 2021; Candrawati & Widiani, 2015). Masyarakat yang menerapkan perilaku ini berperan aktif dalam pencegahan berbagai penyakit yang dapat disebabkan oleh bakteri, virus, atau lingkungan yang kotor.

Selain itu, pentingnya konsumsi makanan bergizi menjadi perhatian dalam PHBS. Masyarakat di Indonesia diajak untuk mengurangi konsumsi makanan yang mengandung banyak lemak, gula, dan garam, serta lebih memilih makanan yang sehat dan bergizi (Chandra et al., 2017; Luthfia, 2021).

Pemerintah melalui berbagai kampanye kesehatan berusaha untuk mengedukasi masyarakat mengenai pola makan yang seimbang, serta pentingnya hidrasi dengan minum air putih yang cukup setiap hari. Selain itu, olahraga atau aktivitas fisik juga menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari PHBS. Dengan rutin berolahraga, masyarakat dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mengurangi risiko penyakit jantung, diabetes, dan obesitas, serta menjaga keseimbangan mental (Aminah et al., 2021; Anhusadar & Islamiyah, 2020).

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat juga sangat bergantung pada kesadaran dan edukasi masyarakat itu sendiri (Nurhajati, 2015). Pemerintah Indonesia melalui berbagai program, seperti program kesehatan di sekolah-sekolah dan kampanye media, berusaha menyadarkan masyarakat akan pentingnya PHBS. Meski demikian, tantangan dalam penerapannya masih cukup besar, terutama di daerah pedesaan yang memiliki akses terbatas terhadap fasilitas kesehatan dan informasi (Aulina & Astutik, 2019; Rofiki & Famuji, 2020). Oleh karena itu, keterlibatan masyarakat, dukungan dari sektor swasta, dan kolaborasi antara pemerintah dan lembaga swadaya masyarakat sangat penting untuk mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat, agar Indonesia dapat menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan produktif (Khaldun, 2020; Yunika et al., 2022).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu pilar utama dalam menjaga kesehatan masyarakat. Sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi beban penyakit, PHBS menjadi bagian yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, khususnya bagi anak-anak di lingkungan sekolah dasar (Julianti et al., 2018; Nurmahmudah et al., 2018). Hal ini sejalan dengan kebijakan nasional di Indonesia yang menekankan pentingnya pendidikan kesehatan di sekolah-sekolah, sebagai salah satu sarana untuk membangun budaya hidup sehat pada generasi muda. Pada tingkat Sekolah Dasar Negeri (SDN) 013 Tanjungpinang Barat, Kota Tanjungpinang, masih ditemukan kesenjangan pemahaman tentang PHBS, baik di kalangan siswa maupun guru, yang mengarah pada kurangnya implementasi kebiasaan sehat dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Urgensi pengabdian kepada masyarakat ini didasarkan pada kebutuhan mendesak untuk mengubah perilaku hidup anak-anak di lingkungan sekolah yang dapat berdampak langsung pada kualitas kesehatan mereka. Sebagaimana diketahui, PHBS mencakup berbagai tindakan sederhana namun vital, seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan, mengonsumsi makanan sehat, serta memastikan lingkungan sekolah yang bebas dari sampah dan kuman. Tanpa pengenalan dan pembiasaan terhadap PHBS sejak dini, anak-anak cenderung berkembang dalam lingkungan yang tidak mendukung kesehatan mereka secara maksimal. Oleh karena itu, diperlukan upaya sosialisasi dan pelatihan yang dapat meningkatkan pemahaman serta kesadaran akan pentingnya menerapkan PHBS di sekolah dan di rumah.

Permasalahan yang dihadapi oleh mitra pengabdian ini terletak pada kurangnya pengetahuan dan pemahaman terkait PHBS di kalangan siswa dan masyarakat sekolah. Berdasarkan hasil observasi, ditemukan bahwa siswa masih belum terbiasa menerapkan kebiasaan-kebiasaan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Banyak di antara mereka yang tidak mencuci tangan dengan benar, membuang sampah sembarangan, atau tidak menjaga kebersihan diri setelah melakukan aktivitas tertentu. Selain itu, pihak sekolah juga belum memiliki program atau kebijakan yang secara terstruktur mengedukasi siswa tentang pentingnya PHBS. Kondisi ini memperburuk kualitas hidup mereka dan meningkatkan risiko penyebaran penyakit di lingkungan sekolah.

Namun, SDN 013 Tanjungpinang Barat memiliki potensi besar untuk mengembangkan budaya PHBS dengan melibatkan seluruh komponen yang ada di sekolah, mulai dari siswa, guru, hingga orang tua. Sekolah ini memiliki akses yang cukup baik terhadap berbagai fasilitas dasar, seperti ruang kelas yang memadai, dan dukungan dari Pemerintah Kota Tanjungpinang. Selain itu, guru-guru di SDN 013 Tanjungpinang Barat memiliki komitmen yang tinggi terhadap perkembangan siswa, meskipun mereka masih membutuhkan bimbingan lebih lanjut tentang bagaimana mengintegrasikan PHBS ke dalam kegiatan belajar mengajar secara efektif. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini

diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam mengatasi permasalahan yang ada sekaligus memanfaatkan potensi yang dimiliki oleh sekolah.

Tujuan utama dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat, terutama siswa dan guru di SDN 013 Tanjungpinang Barat, mengenai pentingnya PHBS. Melalui serangkaian sosialisasi, pelatihan, dan praktek langsung, siswa akan diberikan wawasan mengenai cara-cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan yang benar. Di samping itu, guru juga akan dilibatkan dalam pelatihan agar dapat memberikan contoh yang baik dan menjadi agen perubahan dalam mengajarkan PHBS kepada siswa. Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan siswa dapat mengaplikasikan perilaku hidup bersih dan sehat di kehidupan sehari-hari mereka, baik di sekolah maupun di rumah.

Melalui pengabdian ini, diharapkan dapat tercipta lingkungan sekolah yang lebih sehat, dengan siswa yang lebih peduli terhadap kebersihan diri dan lingkungannya. Proses pembelajaran yang melibatkan elemen praktis seperti mencuci tangan dengan benar dan pengelolaan sampah yang baik, akan memberikan dampak positif tidak hanya pada kesehatan fisik siswa, tetapi juga pada penguatan karakter mereka. Kegiatan ini diharapkan mampu memberikan dampak jangka panjang, dengan terwujudnya kebiasaan PHBS yang diterapkan oleh siswa secara mandiri di kehidupan mereka, baik di sekolah maupun di rumah.

Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk mengedukasi orang tua mengenai pentingnya mendukung kebiasaan PHBS anak-anak mereka di rumah. Oleh karena itu, sosialisasi yang melibatkan orang tua dalam bentuk pertemuan dan kegiatan bersama akan menjadi bagian integral dari program ini. Dengan melibatkan orang tua, diharapkan dapat tercipta sinergi antara sekolah dan rumah dalam membentuk karakter anak yang sehat dan bertanggung jawab terhadap kebersihan dan kesehatan diri serta lingkungan mereka. Secara umum kegiatan pengabdian ini memiliki tujuan untuk memberikan edukasi yang komprehensif mengenai PHBS, dengan pendekatan yang tidak hanya terbatas pada teori, tetapi juga dilengkapi dengan praktik yang relevan. Melalui pendekatan ini, diharapkan PHBS akan menjadi bagian dari budaya sekolah yang terus berkembang, memberikan manfaat kesehatan yang berkelanjutan bagi siswa dan masyarakat di SDN 013 Tanjungpinang Barat. Dengan begitu, sekolah ini dapat menjadi contoh bagi sekolah lain dalam menerapkan kebijakan PHBS yang efektif dan berkelanjutan.

### **Metode Pengabdian**

Metode Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang diterapkan dalam kegiatan ini melibatkan beberapa tahap penting untuk memastikan keberhasilan implementasi program (Haryono et al., 2024). Pada tahap awal, dilakukan observasi lapangan untuk mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi masyarakat, dalam hal ini terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kalangan siswa SDN 013 Tanjungpinang. Kegiatan ini dilanjutkan dengan penyuluhan yang mencakup ceramah, diskusi (brainstorming), serta praktik langsung oleh siswa (Rickards, 1999). Penyuluhan dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, terutama siswa, tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan, serta memberikan keterampilan praktis yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Metode pengabdian juga melibatkan kegiatan langsung seperti praktek mencuci tangan dan sikat gigi yang benar, yang diikuti oleh siswa. Dengan cara ini, siswa tidak hanya mendapatkan teori tentang PHBS, tetapi juga pengalaman langsung dalam melaksanakan perilaku tersebut.

Pendekatan praktis ini dimaksudkan untuk memastikan bahwa materi yang disampaikan tidak hanya dipahami, tetapi juga dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Metode ini juga melibatkan pemanfaatan alat peraga seperti proyektor dan buku saku modul PHBS untuk mempermudah pemahaman siswa terhadap materi yang diajarkan. Selain kegiatan penyuluhan, juga dilakukan pembentukan kelompok-kelompok kecil di kalangan siswa untuk meningkatkan partisipasi mereka dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Hal ini juga bertujuan untuk mengembangkan budaya hidup bersih dan sehat di kalangan siswa yang dapat terus diterapkan baik di sekolah maupun

di rumah. Evaluasi dilakukan setelah kegiatan pengabdian untuk mengukur sejauh mana dampak yang dihasilkan, dengan fokus pada perubahan perilaku siswa dan tingkat penerapan PHBS dalam kehidupan mereka .

## **Hasil dan Pembahasan**

### **1. Evaluasi Tingkat Pemahaman Siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan terhadap siswa mengenai pemahaman mereka tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), terdapat beberapa temuan yang mencerminkan sejauh mana siswa telah memahami pentingnya menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Secara umum, hasil evaluasi menunjukkan bahwa mayoritas siswa memahami konsep dasar PHBS, seperti mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, serta pentingnya menjaga kebersihan tubuh. Namun, masih ada beberapa siswa yang belum sepenuhnya memahami penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari mereka, terutama dalam aspek seperti pengelolaan sampah rumah tangga dan pentingnya pola makan sehat yang seimbang.

Selain itu, evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengetahui pentingnya mencuci tangan sebelum makan dan setelah buang air besar, yang merupakan salah satu indikator penting dari perilaku hidup bersih. Meski begitu, dalam penerapannya, ada beberapa siswa yang terkadang mengabaikan kebiasaan tersebut di luar lingkungan sekolah. Ini menunjukkan bahwa meskipun pemahaman tentang PHBS cukup baik, kedisiplinan dalam menjalankan perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari masih perlu diperkuat, baik melalui pendidikan lanjutan di sekolah maupun pengawasan dari orang tua di rumah.

Pada aspek penting lainnya, yaitu tentang kebersihan lingkungan, hasil evaluasi mengungkapkan bahwa hampir semua siswa memahami pentingnya menjaga kebersihan di sekitar mereka, seperti membersihkan ruang kelas dan membuang sampah pada tempatnya. Namun, ketika diminta untuk menjelaskan cara-cara lebih lanjut mengenai pengelolaan sampah dan pemilahan sampah berdasarkan jenisnya, sebagian besar siswa terlihat kurang tahu dan cenderung menganggap sampah sebagai hal yang tidak terlalu penting untuk dikelola dengan baik. Hal ini menunjukkan perlunya penambahan materi terkait pengelolaan sampah yang lebih mendalam dalam kurikulum pendidikan kesehatan.

Penting untuk dicatat bahwa meskipun siswa sudah memahami sebagian besar konsep PHBS, pemahaman mereka tentang pola makan sehat dan gizi seimbang masih tergolong rendah. Hanya sebagian kecil siswa yang mampu menjelaskan dengan benar tentang pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan memperhatikan porsi makan yang tepat. Ini mengindikasikan bahwa pendidikan tentang gizi dan pola makan sehat perlu mendapat perhatian lebih dalam evaluasi selanjutnya. Beberapa siswa menganggap bahwa pola makan sehat hanya berkaitan dengan konsumsi sayuran, tanpa memperhatikan keseimbangan antara karbohidrat, protein, lemak, serta konsumsi air yang cukup.

Dalam rangka meningkatkan pemahaman dan penerapan PHBS di kalangan siswa, evaluasi ini menunjukkan bahwa perlu adanya program-program lanjutan yang lebih intensif baik di sekolah maupun di masyarakat. Salah satu langkah yang bisa diambil adalah dengan melibatkan siswa dalam kegiatan yang langsung berkaitan dengan PHBS, seperti program pengelolaan sampah di sekolah atau penyuluhan gizi yang melibatkan praktisi kesehatan. Selain itu, peningkatan kerjasama antara sekolah, orang tua, dan masyarakat dalam memberikan contoh dan mendidik siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat menjadi sangat penting untuk membentuk kebiasaan yang sehat dan berkelanjutan di masa depan.

### **2. Analisis Implementasi PHBS di SDN 013 Tanjungpinang Barat**

Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 013 Tanjungpinang Barat menunjukkan beberapa temuan yang penting dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan di lingkungan sekolah. Salah satu temuan utama adalah rendahnya tingkat pengetahuan dan kesadaran

tentang PHBS di kalangan siswa dan guru. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk lebih intensif dalam memberikan edukasi mengenai pentingnya kebersihan dan kesehatan. Selain itu, banyak siswa yang belum menerapkan kebiasaan dasar seperti mencuci tangan dengan benar atau menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Kegiatan sosialisasi PHBS yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat bertujuan untuk mengatasi masalah ini dengan memberikan pelatihan tentang cara-cara hidup sehat, serta meningkatkan kesadaran mengenai dampak buruk dari perilaku hidup tidak sehat di sekolah ini juga menghadapi tantangan berupa kurangnya sarana dan prasarana yang memadai, seperti fasilitas cuci tangan, toilet yang bersih, dan tempat sampah yang terorganisir. Kurangnya fasilitas ini menghambat siswa untuk secara rutin menerapkan prinsip-prinsip PHBS. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang mengungkapkan bahwa fasilitas sanitasi yang tidak memadai adalah salah satu hambatan utama dalam penerapan PHBS di sekolah-sekolah dasar. Oleh karena itu, kerja sama antara pihak sekolah, pemerintah daerah, dan masyarakat sekitar untuk memperbaiki fasilitas-fasilitas yang ada agar mendukung implementasi PHBS secara efektif.



Gambar 1. Peragaan PHBS di tunjukan kepada Siswa  
Sumber: Tim PKM, 2023

Salah satu upaya yang telah dilakukan adalah memberikan pelatihan kepada siswa tentang cara mencuci tangan yang benar dan menjaga kebersihan diri. Selain itu, kegiatan ini juga menekankan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan sekolah, seperti dengan membuang sampah pada tempatnya dan menjaga kebersihan toilet. Melalui pelatihan ini, diharapkan siswa tidak hanya mendapatkan pengetahuan tetapi juga dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Penanaman kebiasaan sehat ini sangat penting, mengingat bahwa kebiasaan yang diterapkan sejak dini akan berpengaruh besar pada kesehatan mereka di masa depan.

Dalam pembahasan ini, terlihat bahwa ada peningkatan kesadaran dan pemahaman mengenai PHBS di kalangan siswa dan orang tua. Mereka mulai menerapkan kebiasaan mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan pribadi, serta membuang sampah pada tempatnya. Hal ini menunjukkan bahwa sosialisasi yang dilakukan berhasil menciptakan perubahan perilaku yang positif di tingkat individu dan lingkungan sekolah. Namun, perubahan ini harus terus dipelihara ogram-program lanjutan dan evaluasi berkala untuk memastikan bahwa kebiasaan hidup sehat terus diterapkan dengan baik. Akhirnya, untuk memastikan keberlanjutan program PHBS di SDN 013 Tanjungpinang Barat, sangat penting untuk melibatkan lebih banyak pihak dalam implementasinya, termasuk orang tua siswa dan masyarakat sekitar. Kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat dapat menciptakan lingkungan yang lebih mendukung penerapan PHBS.

### **3. Perubahan Perilaku Siswa dalam Penerapan PHBS**

Penerapan program PHBS di SDN 013 Tanjungpinang menunjukkan perubahan yang signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran siswa terkait pentingnya kebersihan dan kesehatan. Sebelum

program dilaksanakan, banyak siswa dan orang tua yang kurang memahami prinsip dasar PHBS, seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan diri, dan menjaga kebersihan lingkungan. Setelah mengikuti sosialisasi dan pelatihan, terdapat peningkatan kesadaran yang cukup tinggi. Siswa mulai memahami pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di rumah.

Keterampilan siswa dalam melaksanakan PHBS juga mengalami peningkatan setelah kegiatan sosialisasi dan pelatihan. Siswa diajarkan cara mencuci tangan yang benar, cara menjaga kebersihan lingkungan, serta cara menjaga kebersihan diri. Hal ini diimplementasikan dalam kegiatan sehari-hari di sekolah, seperti mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, membuang sampah pada tempatnya, serta menjaga kebersihan toilet dan area sekitar. Peningkatan keterampilan ini memberikan dampak langsung terhadap kebersihan lingkungan sekolah yang lebih terjaga. Positif terhadap Kesehatan. Implementasi PHBS yang lebih baik di SDN 013 Tanjungpinang juga berpengaruh pada peningkatan kualitas kesehatan siswa dan keluarga mereka. Dengan mengadopsi kebiasaan seperti mencuci tangan dengan benar dan menjaga kebersihan lingkungan, siswa menjadi lebih tahan terhadap berbagai penyakit menular. Selain itu, keluarga mereka juga mulai lebih memperhatikan pola hidup sehat, yang tercermin dalam cara mereka menjaga kebersihan rumah dan memilih makanan sehat. Program ini membantu menurunkan angka penyakit yang disebabkan oleh bakteri dan kuman, baik di sekolah maupun di rumah.



Gambar 1. TIM PKM Memberikan Famplet Edukasi PHBS  
Sumber: Tim PKM, 2023

Salah satu dampak yang paling mencolok adalah peningkatan kemandirian siswa dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Sebelumnya, siswa lebih bergantung pada guru dan staf sekolah untuk menjaga kebersihan. Namun, setelah mendapatkan edukasi tentang PHBS, siswa menjadi lebih proaktif dalam membersihkan lingkungan mereka sendiri, seperti membersihkan kelas, halaman, dan toilet. Mereka juga mulai mengingatkan teman-temannya untuk membuang sampah pada tempatnya. Hal ini menunjukkan adanya perubahan perilaku yang sangat positif dalam hal menjaga kebersihan sekolah. Perubahan perilaku siswa dalam menerapkan PHBS tidak hanya terjadi di sekolah, tetapi juga di rumah. Sosialisasi yang dilakukan kepada orang tua turut meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di rumah. Orang tua yang sebelumnya kurang mendalami pentingnya PHBS, kini mulai mengajarkan anak-anak mereka untuk menjaga kebersihan tubuh dan lingkungan.

#### **4. Dampak Sosialisasi PHBS terhadap Lingkungan Sekolah dan Keluarga Siswa**

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian yang dilakukan di SDN 013 Tanjungpinang, dampak sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap lingkungan sekolah dan keluarga siswa

terlihat signifikan. Secara umum, kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan siswa dan orang tua mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Sebelum kegiatan sosialisasi, masih banyak siswa dan orang tua yang tidak sepenuhnya memahami pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Namun, setelah adanya program ini, mereka mulai menyadari betapa pentingnya kebiasaan-kebiasaan sehat seperti mencuci tangan dengan sabun sebelum makan, menjaga kebersihan diri, serta membuang sampah pada tempatnya itu, perubahan dalam perilaku siswa sangat terlihat. Siswa mulai lebih aktif dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Mereka tidak hanya menjaga kebersihan kelas, tetapi juga memperhatikan kebersihan halaman sekolah dan fasilitas umum lainnya, seperti toilet. Mereka juga mulai terlibat dalam kegiatan pembersihan lingkungan secara rutin. Kemandirian siswa dalam menerapkan PHBS di lingkungan sekolah menunjukkan bahwa mereka sudah mulai menginternalisasi nilai-nilai kebersihan yang diajarkan selama sosialisasi.

Dalam sosialisasi PHBS juga memberikan dampak positif. Orang tua yang sebelumnya kurang teredukasi tentang cara menjaga kebersihan dan kesehatan di rumah, mulai menerapkan pola hidup bersih dan sehat di lingkungan keluarga. Mereka mulai memperhatikan kebersihan rumah dan memastikan anak-anak mereka menerapkan kebiasaan sehat yang sudah diajarkan di sekolah. Selain itu, keluarga juga ikut berperan dalam menjaga kebersihan lingkungan sekitar mereka, menciptakan suasana yang lebih sehat untuk anak-anak mereka tumbuh dan berkembang. Namun, meskipun ada dampak, terdapat beberapa tantangan yang masih perlu dihadapi, seperti kurangnya fasilitas sanitasi yang memadai di beberapa sekolah dan ketidaksiapan beberapa siswa dan orang tua dalam menerapkan PHBS secara konsisten.

Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan sudah meningkat, kebiasaan sehat tersebut perlu terus didorong melalui program-program yang terstruktur dan berkelanjutan. Oleh karena itu, pengawasan yang ketat dan peningkatan fasilitas sanitasi di lingkungan sekolah sangat diperlukan untuk mendukung keberhasilan program PHBS jangka panjang. Secara keseluruhan, dampak sosialisasi PHBS di lingkungan sekolah dan keluarga siswa memberikan kontribusi yang besar terhadap peningkatan kualitas kesehatan dan kebersihan. Namun, upaya ini harus terus dilanjutkan dengan melibatkan semua pihak, baik sekolah, keluarga, maupun masyarakat, untuk memastikan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari mereka.

## **5. Tantangan dan Solusi dalam Pelaksanaan PHBS di Sekolah Dasar**

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian yang dilakukan di SDN 013 Tanjungpinang, dampak sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap lingkungan sekolah dan keluarga siswa terlihat signifikan. Secara umum, kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan siswa dan orang tua mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Sebelum kegiatan sosialisasi, masih banyak siswa dan orang tua yang tidak sepenuhnya memahami pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Namun, setelah adanya program ini, mereka mulai menyadari betapa pentingnya kebiasaan-kebiasaan sehat seperti mencuci tangan dengan sabun sebelum makan, menjaga kebersihan diri, serta membuang sampah pada tempatnya itu, perubahan dalam perilaku siswa sangat terlihat. Siswa mulai lebih aktif dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Mereka tidak hanya menjaga kebersihan kelas, tetapi juga memperhatikan kebersihan halaman sekolah dan fasilitas umum lainnya, seperti toilet. Mereka juga mulai terlibat dalam kegiatan pembersihan lingkungan secara rutin. Kemandirian siswa dalam menerapkan PHBS di lingkungan sekolah menunjukkan bahwa mereka sudah mulai menginternalisasi nilai-nilai kebersihan yang diajarkan selama sosialisasi.

Dalam sosialisasi PHBS juga memberikan dampak positif. Orang tua yang sebelumnya kurang teredukasi tentang cara menjaga kebersihan dan kesehatan di rumah, mulai menerapkan pola hidup bersih dan sehat di lingkungan keluarga. Mereka mulai memperhatikan kebersihan rumah dan memastikan anak-anak mereka menerapkan kebiasaan sehat yang sudah diajarkan di sekolah. Selain itu, keluarga juga ikut berperan dalam menjaga kebersihan lingkungan sekitar mereka, menciptakan suasana yang lebih sehat untuk anak-anak mereka tumbuh dan berkembang. Namun, meskipun ada dampak, terdapat beberapa tantangan yang masih perlu dihadapi, seperti kurangnya fasilitas sanitasi yang

memadai di beberapa sekolah dan ketidakbiasaan beberapa siswa dan orang tua dalam menerapkan PHBS secara konsisten. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan sudah meningkat, kebiasaan sehat tersebut perlu terus didorong melalui program-program yang terstruktur dan berkelanjutan. Oleh karena itu, pengawasan yang dan peningkatan fasilitas sanitasi di lingkungan sekolah sangat diperlukan untuk mendukung keberhasilan program PHBS jangka panjang. Secara keseluruhan, dampak sosialisasi PHBS di lingkungan sekolah dan keluarga siswa memberikan kontribusi yang besar terhadap peningkatan kualitas kesehatan dan kebersihan. Namun, upaya ini harus terus dilanjutkan dengan melibatkan semua pihak, baik sekolah, keluarga, maupun masyarakat, untuk memastikan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari mereka.

### **Kesimpulan**

Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 013 Tanjungpinang Barat menunjukkan bahwa meskipun telah terjadi peningkatan pemahaman siswa mengenai pentingnya kebersihan dan kesehatan, terdapat beberapa aspek yang perlu diperkuat lebih lanjut. Mayoritas siswa sudah memahami konsep dasar PHBS seperti mencuci tangan dan menjaga kebersihan lingkungan, namun implementasi kebiasaan tersebut di luar sekolah masih belum sepenuhnya konsisten. Kurangnya pengetahuan mendalam mengenai pengelolaan sampah dan pola makan sehat menunjukkan bahwa ada ruang yang cukup besar untuk memperluas materi pembelajaran di sekolah dan memperkuat pengawasan serta kerjasama antara sekolah, orang tua, dan masyarakat dalam membentuk kebiasaan sehat yang berkelanjutan.

Tantangan yang dihadapi dalam penerapan PHBS di sekolah juga tidak dapat diabaikan. Faktor utama yang menghambat implementasi adalah keterbatasan fasilitas sanitasi yang memadai, seperti tempat cuci tangan dan toilet yang bersih. Tanpa dukungan fasilitas yang memadai, siswa kesulitan untuk menerapkan perilaku hidup bersih dengan baik. Oleh karena itu, perlu adanya kerjasama yang lebih intensif antara sekolah, pemerintah, dan masyarakat dalam menyediakan fasilitas yang mendukung penerapan PHBS secara efektif. Selain itu, meskipun pengetahuan mengenai PHBS sudah meningkat, keberlanjutan program ini harus tetap didorong melalui program-program yang terstruktur dan evaluasi berkala untuk memastikan kebiasaan sehat tersebut menjadi bagian integral dalam kehidupan sehari-hari siswa, keluarga, dan masyarakat.

Dampak positif dari sosialisasi PHBS terhadap lingkungan sekolah dan keluarga siswa terlihat signifikan, dengan adanya perubahan perilaku siswa dalam menjaga kebersihan dan kesehatan. Program ini tidak hanya meningkatkan kebersihan di lingkungan sekolah, tetapi juga berdampak pada perilaku keluarga yang lebih peduli terhadap kebersihan rumah dan pola makan sehat. Keterlibatan orang tua dalam mendukung kebiasaan sehat di rumah memberikan kontribusi besar terhadap keberhasilan program ini. Namun, untuk memastikan keberlanjutan program PHBS, pengawasan yang lebih intensif dan peningkatan fasilitas sanitasi di lingkungan sekolah sangat diperlukan.

### **Ucapan Terima Kasih**

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Terutama kepada SDN 013 Tanjungpinang Barat yang telah membuka pintu untuk kami dalam melakukan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta kepada semua guru dan siswa yang telah aktif berpartisipasi dan menunjukkan antusiasme yang luar biasa. Kami juga sangat berterima kasih kepada Universitas Maritim Raja Ali Haji dan LPPM UMRAH yang telah memberikan dana hibah serta dukungan logistik untuk kelancaran kegiatan ini. Tanpa kerjasama yang solid antara pihak sekolah, masyarakat, dan tim pengabdian, program ini tidak akan dapat terlaksana dengan baik. Semoga hasil dari kegiatan ini dapat memberikan manfaat yang besar bagi peningkatan kesehatan dan kebersihan di lingkungan sekolah dan sekitar, serta menjadi langkah awal yang positif untuk budaya hidup sehat di masa depan.

**Daftar Pustaka**

- Aminah, S., Huliaturisa, Y., & Magdalena, I. (2021). Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal JKFT*, 6(1), 18–28. <https://doi.org/10.31000/JKFT.V6I1.5214>
- Anhusadar, L., & Islamiyah, I. (2020). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat Anak Usia Dini di tengah pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 463–475. <https://doi.org/10.31004/OBSESI.V5I1.555>
- Aulina, C., & Astutik, Y. (2019). Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TK Kecamatan Candi Sidoarjo. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 50–58. <https://doi.org/10.30651/AKS.V3I1.1480>
- Candrawati, E., & Widiani, E. (2015). Pelaksanaan Program UKS Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa Sekolah Dasar Di Kecamatan Kedung Kandang Kota Malang. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 3(1), 15–23. <https://doi.org/10.33366/JC.V3I1.299>
- Chandra, C., Fauzan, A., & Aquarista, M. F. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar (SD) Di Kecamatan Cerbon Tahun 2016. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 4(3), 201–205. <https://doi.org/10.29406/JKMK.V4I3.849>
- Haryono, E., Murtaqi, Moch. R. Al, Izzah, A. N. L., Septian, D., & Sariman, S. (2024). Metode-Metode Pelaksanaan PkM (Pengabdian Kepada Masyarakat) Untuk Perguruan Tinggi. *Al Fattah Ejournal Sma Al Muhammad Cepu*, 5(02), 1–21. <https://doi.org/10.1989/B4EJQB56>
- Julianti, R., Nasirun, M., & Wembrayarli, W. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 76–82. <https://doi.org/10.33369/JIP.3.2.76-82>
- Khaldun, U. (2020). Edukasi PHBS di Tatanan Rumah Tangga Untuk Meningkatkan Perilaku Sehat. *Jurnal Abdidas*, 1(2), 28–32. <https://doi.org/10.31004/ABDIDAS.V1I2.9>
- Luthfia, Y. (2021). Evaluasi Pelaksanaan Program Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah Pada Siswa Sekolah Dasar Kabupaten Lampung Timur Tahun 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Indonesia (JIKMI)*, 2(1), 1–11. <http://www.jurnal.umitra.ac.id/index.php/jikmi/article/view/599>
- Mustar, Y. S., Susanto, I. H., & Bakti, A. P. (2018). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 2(2). <https://doi.org/10.58258/JISIP.V2I2.359>
- Nurhajati, N. (2015). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat. *Publiciana*, 8(1), 107–126. <https://doi.org/10.36563/PUBLICIANA.V8I1.43>
- Nurhidayah, I., Asifah, L., & Rosidin, U. (2021). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *The Indonesian Journal of Health Science*, 13(1), 61–71. <https://doi.org/10.32528/IJHS.V13I1.4864>
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 46–52. <https://doi.org/10.35568/ABDIMAS.V1I2.327>
- Rickards, T. (1999). Brainstorming Revisited: A Question of Context. *International Journal of Management Reviews*, 1(1), 91–110. <https://doi.org/10.1111/1468-2370.00006>
- Rofiki, I., & Famuji, S. R. R. (2020). Kegiatan Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan untuk Membiasakan PHBS bagi Warga Desa Kemantren. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 628–634. <https://doi.org/10.31849/DINAMISIA.V4I4.3992>
- Yunika, R. P., Fariqi, M. Z., Cahyadi, I., Yunita, L., & Rahmiati, B. F. (2022). Pengaruh Edukasi PHBS Terhadap Tingkat Pengetahuan pada Yayasan Jage Kestare. *Karya Kesehatan Siwalima*, 1(1), 28–32. <https://doi.org/10.54639/KKS.V1I1.735>