

TRANSFORMASI KESEHATAN SEKOLAH: IMPLEMENTASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI MI DARUL HIKMAH MAKASSAR

Chitra Dewi^{1*}, Sri Syatriani¹, Renaldi M¹, Irfan¹, Sulaiman¹, Muhammad Syahrir²,
Andi Tilka Muftiah Ridjal¹, Agustina Melisa¹

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

²Institut Teknologi dan Kesehatan Tri Tunas Nasional

*Alamat Korespondensi: epidemiologi165@gmail.com

ABSTRACT

Latar belakang: Komunitas rentan dalam konteks anak Sekolah Dasar (SD) merujuk pada kelompok yang menghadapi berbagai tantangan, baik dari segi perkembangan fisik, kognitif, sosial maupun emosional. Mereka sering kali belum menyadari pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), sehingga diperlukan upaya edukasi yang sistematis dan berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran dan praktik kebersihan mereka.

Tujuan: Kegiatan ini bertujuan untuk mengajarkan PHBS pada anak SD, untuk menciptakan kebiasaan hidup sehat yang mencegah penyebaran penyakit di MI Darul Hikmah Makassar.

Metode: Penyuluhan dilakukan menggunakan media video edukasi tentang PHBS, mempraktikkan cara Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), dan pemasangan poster di lingkungan sekolah.

Hasil: Terjadi peningkatan pemahaman anak sekolah dasar kelas 1-3 mengenai kebersihan tangan, adopsi perilaku hidup bersih melalui kegiatan interaktif dan informasi visual (poster), serta dukungan pihak sekolah dan keterlibatan aktif siswa menunjukkan keberhasilan pendekatan edukasi berbasis partisipasi aktif.

Kesimpulan: Program penyuluhan PHBS di MI Darul Hikmah sukses meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa kelas 1-3 tentang pentingnya kebersihan tangan. Penyuluhan yang disampaikan secara interaktif, praktek langsung, dan pemasangan poster edukasi, berhasil menciptakan perubahan pemahaman tentang cara pencegahan penyebaran penyakit menular di kalangan anak sekolah dasar. Saran, keterlibatan kontribusi guru, staf sekolah, serta orang tua sangat penting untuk menjaga keberlanjutan program ini.

Keywords: Anak sekolah dasar, Cuci tangan pakai sabun, Penyuluhan, PHBS

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah menjadi kegiatan yang bertujuan menjaga kebersihan dan kesehatan siswa dalam kehidupan sehari-hari, baik di dalam kelas maupun di luar kelas. Beberapa contoh PHBS di sekolah meliputi mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, manajemen kebersihan menstruasi, menyediakan air minum yang aman, dan rutin menyikat gigi (Guspianto, 2024). Pentingnya kebiasaan hidup bersih dan sehat tidak bisa dipandang sebelah mata karena berbagai masalah kesehatan dapat dicegah dengan penerapan PHBS.

Anak-anak usia sekolah dasar seringkali rentan terhadap berbagai penyakit, terutama yang berkaitan dengan sistem pencernaan seperti diare, kecacingan, dan gangguan pencernaan lainnya. Namun banyak anak yang kurang sadar akan pentingnya menjaga kesehatan, sehingga upaya preventif dan promotif sangat diperlukan untuk memberikan mereka pengetahuan, sikap, dan tindakan PHBS yang baik. Tujuan pendidikan kesehatan bagi anak adalah menambah kebiasaan hidup sehat agar

mereka dapat bertanggung jawab atas kesehatan diri sendiri dan lingkungannya serta ikut aktif dalam upaya kesehatan (Sholihah et al., 2023).

Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) adalah tindakan membersihkan kulit tangan dari kuman dan kotoran dengan menggunakan air dan sabun untuk mencegah penularan penyakit melalui tangan. CTPS merupakan kebiasaan penting dalam menjaga kebersihan dan kesehatan, namun, masih banyak siswa yang belum melakukannya dengan rutin, terutama setelah bermain dan sebelum makan atau jajan (Guspianto, 2024). Perilaku mencuci tangan dengan sabun telah mendapatkan perhatian global sebagai salah satu praktik hidup bersih dan sehat (PHBS). Sayangnya, bahkan di negara maju, masih banyak orang yang sering lupa mencuci tangan dengan sabun. Penting bagi semua orang untuk memahami bahwa kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dapat mengurangi atau melemahkan kuman yang ada di tangan (Alisa et al., 2023).

Cuci tangan pakai sabun (CTPS) menggunakan air mengalir diakui secara global sebagai salah satu tindakan kebersihan paling mendasar dengan dampak kesehatan yang signifikan. Oleh karena itu, promosi perilaku CTPS dengan air mengalir terutama pada saat-saat krisis, seperti saat wabah, masih menjadi pendekatan utama dalam pencegahan penyakit berbasis lingkungan seperti diare, kecacingan, tipus dan ISPA. Di Indonesia, kebiasaan CTPS telah menjadi bagian penting dalam Usaha Kesehatan Sekolah dan Madrasah (UKS/M) di berbagai jenjang pendidikan. Sekolah Perlu mendorong seluruh warganya untuk melaksanakan kebiasaan CTPS guna mencegah penyakit. Khususnya dalam situasi wabah, perilaku CTPS perlu ditingkatkan sebagai langkah utama dalam pencegahan dan penyebaran penyakit (Khamim et al., 2020).

Mencuci tangan dengan sabun adalah cara efektif dalam menjaga kebersihan tangan dan jari serta menghilangkan kuman menggunakan air sabun. Proses ini juga berfungsi sebagai langkah pencegahan penyakit karena tangan sering menjadi perantara penyebaran kuman dan patogen. Kuman dapat berpindah dari satu orang ke orang lain melalui kontak langsung atau tidak langsung, seperti permukaan benda lain seperti handuk atau gelas (Kemenkes, 2014).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui implementasi program Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di lingkungan sekolah Madrasah Ibtidaiyah Darul Hikmah Makassar sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan yang dapat mendukung peningkatan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Dalam konteks komunitas rentan, seperti anak sekolah dasar, upaya ini menjadi lebih penting karena mereka rentan terhadap berbagai penyakit yang dapat dicegah dengan kebersihan tangan yang baik. Melalui pendekatan edukasi partisipatif, diharapkan program ini dapat memberikan pemahaman yang mendalam dan menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah penyuluhan yang disertai dengan demonstrasi menggunakan media gambar dan poster/leaflet. Kegiatan ini

dirancang untuk memberikan edukasi kesehatan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang dilaksanakan pada hari Jumat, 13 Desember 2024 di Madrasah Ibtidaiyah Darul Hikmah Makassar dengan mencakup tiga komponen utama:

1. Penyuluhan: Pemaparan materi terkait pentingnya kebiasaan PHBS dalam kehidupan sehari-hari, pemutaran video edukasi, dan sesi diskusi.
2. Praktik Langsung: Demonstrasi dan praktik CTPS yang benar oleh siswa.
3. Pemasangan Poster: Penempatan poster edukasi di lokasi strategis di sekolah untuk mendukung penyebaran informasi tentang PHBS dan CTPS.

Sasaran dalam kegiatan adalah siswa kelas 1-3 yang berjumlah 42 anak. Pemilihan sasaran ini didasarkan pada beberapa pertimbangan utama. Pertama, anak-anak dalam rentang usia ini termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap penyakit menular, sehingga penting untuk meningkatkan kesadaran dan kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini. Kedua, kemudahan akses dan keterlibatan pihak sekolah dalam kegiatan ini memungkinkan implementasi program edukasi yang lebih efektif dan berkelanjutan. Dukungan dari guru dan staf sekolah sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi penanaman kebiasaan hidup sehat.

Bahan dan Alat yang Digunakan

1. Bahan:
 - a. Materi penyuluhan dalam bentuk slide dan video edukasi.
 - b. Poster edukasi mengenai langkah-langkah mencuci tangan dan pentingnya kebersihan.
2. Alat:
 - a. Sabun cair dan air bersih.
 - b. Wastafel portabel atau wadah untuk praktik mencuci tangan.
 - c. Laptop atau proyektor untuk pemutaran video.

Beberapa hal yang perlu dipertimbangkan dalam pelaksanaan penyuluhan kesehatan diantaranya adalah pertimbangan kelompok umur sasaran, anak sekolah dasar menjadi salah satu kelompok yang memiliki tantangan tersendiri untuk menarik perhatian mereka saat penyuluhan akan dilakukan. Sehingga materi penyuluhan yang didukung dengan kemampuan Visual, Auditory, Kinestetik (VAK) menjadi solusi yang bisa diimplementasikan ketika menghadapi kelompok anak sekolah dasar (Dewi et al., 2018). Hal ini yang menjadi dasar kami merancang penyuluhan ini dengan menggunakan metode yang mendukung hal tersebut. Poster edukasi dirancang dengan visual yang menarik, menggunakan gambar langkah-langkah mencuci tangan dan pesan kesehatan sederhana. Poster ini bertujuan untuk menarik perhatian siswa dan mempermudah pemahaman tentang kebiasaan mencuci tangan.

Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan menggunakan beberapa metode berikut:

1. Observasi Langsung Mencatat partisipasi dan pemahaman siswa selama penyuluhan dan praktik CTPS.
2. Dokumentasi: Foto kegiatan sebagai bukti pelaksanaan dan pengamatan perubahan perilaku.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memiliki peran penting dalam meningkatkan derajat kesehatan siswa. Salah satu elemen penting dalam PHBS adalah kebiasaan mencuci tangan yang benar, terutama di kalangan anak-anak sekolah dasar. Anak-anak pada usia ini sangat rentan terhadap penyakit karena mereka sering berinteraksi dengan lingkungan, teman sebaya, dan menyentuh berbagai benda tanpa memperhatikan kebersihan (Hudzaifa et al., 2023).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Madrasah Ibtidaiyah Darul Hikmah bertujuan untuk menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui program Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Sasaran utama dari kegiatan ini adalah anak-anak sekolah dasar yang merupakan bagian dari komunitas rentan, khususnya 42 orang siswa kelas 1-3. Penyuluhan ini dirancang untuk memberdayakan anak-anak agar mereka memiliki pengetahuan, sikap, dan tindakan PHBS yang baik sehingga dapat mencegah berbagai masalah kesehatan.

Hasil dari penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa mengenai pentingnya kebersihan tangan. Evaluasi dilakukan melalui pertanyaan yang diberikan setelah penyuluhan serta pelaksanaan praktik cuci tangan. Dalam praktik ini, siswa diarahkan untuk mempraktikkan cuci tangan pakai sabun pada wadah yang telah disediakan oleh sekolah. Setiap siswa diminta untuk melakukan praktik cuci tangan secara individu guna mengukur tingkat pengetahuan mereka terhadap materi yang telah diberikan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Siregar, 2023) di SD Negeri 200101 Padangsidimpuan bahwa penyuluhan dan edukasi tentang PHBS di sekolah menunjukkan peningkatan pemahaman dan adopsi perilaku sehat di kalangan siswa. Selain itu, berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh (Priliana & Herlina, 2025) didapatkan bahwa penyuluhan yang dilakukan dengan menggunakan metode praktik langsung yang disertai pembelajaran yang menyenangkan tentang PHBS dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta perubahan perilaku siswa.

Penelitian serupa oleh (Wikurendra, 2018) menunjukkan bahwa penyuluhan cuci tangan pakai sabun mempengaruhi sikap mencuci tangan pada siswa SD kelas IV di SDN. Sukomoro I dan III Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk. Karena penyuluhan kesehatan yang melibatkan praktik langsung dapat meningkatkan pemahaman dan adopsi perilaku sehat di kalangan siswa sekolah dasar (Sholihah et al., 2023).

Pada dasarnya, dalam upaya mendukung penerapan PHBS, sekolah perlu memastikan adanya fasilitas cuci tangan yang memadai. Fasilitas seperti wastafel yang cukup, sabun, dan air bersih sangat penting agar anak-anak bisa mencuci tangan dengan mudah. Sekolah juga dapat mengadakan kegiatan penyuluhan atau kampanye PHBS yang mengedukasi siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan, termasuk mencuci tangan. Salah satu contoh pada SD Negeri di Kecamatan Kerambitan, Bali memiliki mayoritas fasilitas mencuci tangan yang berada dalam kondisi baik sebanyak 26 sekolah (92,9%) (Paramita, 2021). Artinya, di beberapa sekolah sudah menyediakan fasilitas mencuci tangan yang bisa digunakan oleh para siswa yang dapat meningkatkan frekuensi mencuci tangan di kalangan siswa (Lawolo & Ramadhani, 2024).

Sekolah perlu memastikan bahwa cuci tangan menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari. Anak-anak harus didorong untuk mencuci tangan sebelum makan siang, setelah menggunakan toilet, atau setelah beraktivitas fisik. Dengan membiasakan anak-anak melakukan cuci tangan dengan benar, mereka akan lebih terampil dalam menjaga kebersihan diri, yang tidak hanya bermanfaat bagi mereka sendiri tetapi juga untuk teman-teman dan orang lain di sekitar mereka (Lawolo & Ramadhani, 2024). Penelitian oleh (Alisa et al., 2023) menunjukkan bahwa penerapan rutinitas cuci tangan yang terstruktur di sekolah dapat meningkatkan kesadaran dan kebiasaan hidup sehat di kalangan siswa.

Dukungan dari guru dan orang tua sangat penting untuk kesuksesan program PHBS di sekolah. Guru perlu dilatih untuk menyampaikan materi PHBS dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh anak-anak. Selain itu, orang tua juga perlu diberdayakan untuk mendukung kebiasaan hidup bersih dan sehat di rumah. Kolaborasi antara sekolah dan keluarga dapat meningkatkan efektivitas program kesehatan di sekolah. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Kushartanti, 2012) yang menunjukkan bahwa perilaku CTPS anak sekolah dasar dipengaruhi oleh pola asuh orang tua yang baik, pemahaman yang baik tentang kesadaran media pendidikan/informasi di sekolah, peran guru yang baik di sekolah, dan pemahaman yang baik tentang adanya peraturan sekolah.

Monitoring dan evaluasi secara berkala sangat penting untuk mengetahui keberhasilan program dan memahami area mana yang perlu ditingkatkan. Hal ini bisa dilakukan melalui survei atau observasi langsung di kelas. Evaluasi ini dapat memberikan umpan balik yang berharga untuk perbaikan program di masa depan. Penelitian oleh (Sholihah et al., 2023) menunjukkan bahwa evaluasi yang berkelanjutan dapat meningkatkan efektivitas program penyuluhan kesehatan.



Gambar 1. Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun



Gambar 2. Pemasangan Poster PHBS



Gambar 3. Penyuluhan PHBS



Gambar 4. Foto Bersama Tim

KESIMPULAN

Program penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan fokus pada Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di Madrasah Ibtidaiyah Darul Hikmah telah berhasil meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa tentang pentingnya menjaga kebersihan tangan sebagai langkah utama dalam mencegah penyebaran penyakit menular. Metode edukasi yang interaktif, seperti pemutaran video, praktik langsung, dan pemasangan poster edukatif, terbukti efektif dalam menciptakan perubahan perilaku positif di kalangan siswa kelas 1-3. Keberhasilan program ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis partisipasi aktif dapat meningkatkan kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak usia dini.

Saran, untuk menjaga keberlanjutan program PHBS, diperlukan keterlibatan aktif guru dan orang tua dalam menanamkan kebiasaan hidup bersih di sekolah dan rumah. Sekolah perlu menyediakan fasilitas cuci tangan yang memadai serta melakukan evaluasi berkala guna memastikan efektivitas program. Penggunaan media edukasi inovatif, seperti permainan atau aplikasi digital, dapat meningkatkan daya tarik dan pemahaman siswa terhadap PHBS.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru, dan siswa Madrasah Ibtidaiyah Darul Hikmah atas dukungan dan partisipasinya dalam kegiatan ini. Semoga kegiatan ini bermanfaat dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alisa, F., Nilakesuma, N. F., Minropa, A., Afrida, L., Alma, F. L., & Al-Furqon, M. R. (2023). Simulasi Phbs Dengan Metode Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Pada Anak Balita. *Jurnal Abdi Mercusuar*, 3(1), 027-032.
- Dewi, C., Wahyuni, A., & Sahida, M. (2018). Modus Intervensi Metode Quantum Teaching Dengan Konsep “TANDUR” Dalam Meningkatkan Hygiene Personal Pada Siswa Sekolah Dasar Kota Makassar. *Jurnal Mitrasehat*, 8(2).
- Guspianto, G. (2024). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dan Praktik Mencuci Tangan Pakai Sabun Di Sd 23/VII Desa Tuo Ilir Kabupaten Tebo. *Medical Dedication (medic): Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 7(1), 62-67.

- Hudzaifa, T., Putri, S., & Mirajiani, M. (2023). Penerapan Program Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Meningkatkan Derajat Kesehatan Siswa Di Sekolah Dasar Negeri Kadumaneuh Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Pengabdian Dinamika*, 10(2), 1-12.
- Kemenkes, R. (2014). Infodatin: Pusat data dan informasi Kemenkes RI. *Jakarta, DepKes RI*.
- Khamim, K., Wahyuningsih, S., Tafiati, H., Hadinata, O., Masdiyanto, A., Sumanta, S., Zainuddin, A., Sandi, F. A., Fitri, N. F., & Azrul, A. (2020). Panduan opsi sarana CTPS.
- Kushartanti, R. (2012). *Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS)(studi di Sekolah Dasar Negeri Brebes 3) Program Pascasarjana Undip*].
- Lawolo, N. D. S., & Ramadhani, R. (2024). Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-Molo Kecamatan Somolo-Molo Kabupaten Nias. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(4), 01-21.
- Paramita, I. D. A. A. Y. (2021). Gambaran Fasilitas Mencuci Tangan Di Sekolah Dasar Negeri Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Kerambitan.
- Priliana, W. K., & Herlina, T. (2025). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Dasar:“Meningkatkan Kesadaran Dan Penerapan Phbs Untuk Kesehatan Siswa”: Clean And Healthy Lifestyle (Chl) Behavior In Elementary Schools:“Enhancing Awareness And Implementation Of Chl For Student Health”. *Jurnal Abdimas Pamenang*, 3(1), 61-64.
- Sholihah, N. A., Maliga, I., Handayani, A. R., & Hasifah, H. (2023). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bagi Siswa-Siswi SD 16 Kabupaten Sumbawa. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 3(2), 131-137.
- Siregar, G. A. N. (2023). Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Di Sd Negeri 200101 Padangsidimpuan Tahun 2023.
- Wikurendra, E. A. (2018). Pengaruh Penyuluhan cuci tangan pakai sabun terhadap sikap mencuci tangan siswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 7(2), 64-69.