**AMMA : Jurnal Pengabdian Masyarakat**
Volume 5, No. 10 November (2026)
ISSN 2828-6634 (media online)
Hal 857-862

# Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Infeksi Pada Anak

**Yusuf Sabilu[1], Irma[1*], Harleli[2], Kamrin[3], Tisna[4]**

[1,3,4]Ilmu Kesehatan masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia
[2]Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia
Email: [2*] irmankedtrop!5@uho.ac.id
(* : coressponding author)

**Abstrak** − Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekkan secara sadar sebagai upaya agar dirinya sehat atau terhindar dari penyakit/sakit. PHBS pada usia dini sangat penting untuk mendidik dan menanamkan kesadaran akan pentingnya kebersihan sebagai upaya menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Kegiatan pengabdian ini berupa penyuluhan tentang PHBS yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang PHBS kepada anak usia sekolah. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 15 Juni 2022 dengan sasaran adalah anak usia sekolah di SDN 2 Mawasangka Timur Kabuapten Buton Tengah kelas IV dan V sebanyak 38 orang. Metode yang digunakan adalah metode ceramah dengan alat bantu in focus. Rangkaian kegiatan meliputi perkenalan dan pengisian pre-test, penyampaian materi, tanya jawab dan evaluasi dengan post-test. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa mengenai PHBS dengan nilai rata-rata 50,0 sebelum penyuluhan dan 80,79 setelah penyuluhan. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan mengenai perilaku PHBS untuk mencegah penyakit infeksi ini disarankan untuk dilaksanakan secara terus menerus agar siswa terbiasa hidup bersih dan sehat sehingga terhindar dari berbagai penyakit.

**Kata Kunci:** Penyuluhan, PHBS, Penyakit Infeksi, Anak

***Abstract*** *− Clean and Healthy Living Behavior is a group of behaviors that are practiced consciously as an effort to keep oneself healthy or avoid illness/illness. PHBS at an early age is very important to educate and instill awareness of the importance of cleanliness as an effort to maintain personal and environmental health. This service activity takes the form of counseling about PHBS which aims to provide knowledge and understanding about PHBS to school-age children. This service activity was carried out on June 15 2022 with the target being 38 school age children at SDN 2 Mawasangka Timur, Central Buton Regency, grades IV and V. The method used is the lecture method with in focus tools. The series of activities include introductions and filling in the pre-test, delivery of material, questions and answers and evaluation with a post-test. The evaluation results show an increase in students' knowledge regarding PHBS with an average score of 50.0 before counseling and 80.79 after counseling. Thus, it is recommended that counseling activities regarding PHBS behavior to prevent infectious diseases be carried out continuously so that students get used to living a clean and healthy life so as to avoid various diseases.*

**Keywords**: *Counseling, PHBS, Infection Disease, Children*

## 1. PENDAHULUAN

Perilaku merupakan faktor kedua yang mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat karena sehat atau tidak sehatnya lingkungan kesehatan individu, keluarga dan masyarakat sangat tergantung pada perilaku manusia itu sendiri. Di samping itu, juga dipengaruhi oleh kebiasaan, adat istiadat, kebiasaan, kepercayaan, pendidikan social ekonomi, dan perilaku-perilaku lain yang melekat pada dirinya

Secara umum sebenarnya semua perilaku manusia berpengaruh terhadap kesehatan, apapun bentuknya, mulai dari makan, pola istrahat, mandi, berpakaian, olah raga sampai cara belajar, hanya saja diprioritaskan mana perilaku yang berpotensi menimbulkan penyakit. PHBS atau Perilaku Hidup Bersih dan Sehat memang sepertinya mudah dikatakan tapi penerapannya sangat sulit karena membutuhkan kesadaran dan kesungguhan akan pentingnya menjaga kesehatan. PHBS merupakan salah satu pilar utama dalam Indonesia Sehat dan merupakan salah satu strategi untuk mengurangi beban negara dan masyarakat terhadap pembiayaan kesehatan. Kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat serta menciptakan lingkungan sehat, oleh karena itu kesehatan perlu dijaga, dipelihara dan ditingkatkan oleh setiap anggota rumah tangga serta diperjuangkan oleh semua pihak.

Penerapan PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak seiring munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (6-12 tahun), yang ternyata umumnya rentan dan berkaitan dengan PHBS. PHBS di sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikan peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar keasadaran sebagai hasil pelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak usia sekolah dasar dalam menerapkan PHBS.

## 2. METODE PELAKSANAAN

### 2.1 Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan merupakan langkah awal dalam kegiatan program pengabdian ini. Adapun kegiatan yang dilakukan pada tahap ini antara lain :

a. Pengajuan proposal dan pengurusan izin dari FKM dan LPPM Universitas Halu Oleo

b. Persuratan dan perizinan ke SDN 2 Mawasangka Timur Kabuapten Buton Tengah

c. Sosialisasi program penyuluhan PHBS di SDN 2 Mawasangka Timur Kabupaten Buton Tengah yang melibatkan siswa, guru dan tim pelaksana

d. Penyusunan program dan materi penyuluhan/edukasi

### 2.2 Tahap Pelaksanaan

Tahap ini merupakan tahap utama/acara pokok dari kegiatan pengabdian ini. Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2022 bertempat Ruang Kelas VI SDN 2 Mawasangka Timur. Tim pelaksana kegiatan penyuluhan tentang PHBS ini adalah dosen dan mahasiswa yang tergabung dalam program KKN Membangun Desa Merdeka Belajar Kampus Merdeka (KKN MD MBKM. Secara rinci kegiatan yang dilaksnakan adalah sebagaai berikut :

a. Kegiatan pendahuluan yaitu berupa perkenalan dan penjelasan pelaksanaan PHBS serta kata sambuatan yang disampaikan oleh kepala sekolah dan dosen Pembimbing Lapangan (DPL) mashiswa yang sedang melaksanakan KKN MD MBKM (gambar 1).

b. Kegiatan inti yaitu penyampaian materi. tanya jawab, dan praktek langsung atau demonstrasi tentang PHBS. Topik materi penyuluhan adalah bentuk – bentuk PHBS untuk mencegah penyakit infeksi. Praktek penyuluhan disampaikan dengan alat bantu media edukasi seperti LCD dan Power Point (PPT). Penyuluhan tentang PHBS ini disampaikan oleh mahasiswa KKN MD MBKM yang didampingi lansung oleh DPL (gambar 2).

c. Kegiatan penutup yaitu penarikan kesimpulan tentang PHBS.

### 2.3 Tahpa Evaluasi

Untuk menilai keberhasilan program pengabdian ini, tim melakukan pre test dan pos test serta melihat antusias dari peserta. Sebelum penyuluhan dan diskusi dimulai terlebih dahulu peserta diberikan kuesioner (pre-test) dan setelah penyuluhan atau diskusi dan demonstrasi peserta kembali diberi kuesioner (post-test). Sesi pengisian pre-test dan post-test pada peserta ini didampingi oleh tim pengabdian (gambar 3).

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2022 dengan bentuk kegiatannya adalah penyuluhan dan demonstrasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penyuluhan tentang PHBS ini disampaikan oleh mahasiswa KKN MD MBKM yang didampingi lansung oleh tim dosen. Topik materi penyuluhan adalah bentuk – bentuk PHBS untuk mencegah penyakit infeksi. Praktek penyuluhan disampaikan dengan alat bantu media edukasi seperti LCD dan Power Point (PPT) seperti yang tampak pada gambar 2.

**AMMA : Jurnal Pengabdian Masyarakat**
Volume 5, No. 10 November (2026)
ISSN 2828-6634 (media online)
Hal 857-862

Program penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta dalam hal ini anak sekolah dasar yang ada di SDN 2 Mawasangka tentang PHBS untuk mencegah terjadinya penyakit infeksi seperti kecacingan, diare ataupun ISPA. Sebelum dilakukan penyuluhan tentang PHBS terlebih dahulu dilakukan pre-test yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan awal dari peserta tentang PHBS. Setelah dilakukan penyuluhan, tim kembali memberikan kuesioner (post-test) dengan item pertanyaan yang sama. Post-test ini bertujuan untuk mengukur pengetahuan pesrta setelah penyuluhan, apakah ada perubaha/peningkatan pengetahuan tentang PHBS atau tidak. Hasil analisis statistik nilai pre-test dan post-test peserta ini dapat dilihat pada tabel 1 berikut :

**Tabel 1** Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Tentang PHBS pada Anak SDN 2 Mawasangka Timur Kabupaten Buton Tengah Tahun 2022

| | | Pretest | Posttest |
|---|---|---|---|
| N | Valid | 38 | 38 |
| | Missing | 0 | 0 |
| Mean | | 50,00 | 80,79 |
| Median | | 50,00 | 80,00 |
| Minimum | | 40,00 | 70,00 |
| Maximum | | 60,00 | 90,00 |

Dari tabel 1. dapat diketahui bahwa rata – rata pengetahuan responden (siswa dan siswi kelas 4,5 dan 6 SDN 2 Mawasangka Timur tentang PHBS untuk mencegah penyakit infeksi sebelum sosialisasi adalah 50,0 dan setelah sosialisasi/penyuluhan rata – rata pengetahuan responden meningkat/naik menjadi 80,79. Tabel 1 juga menunjukkan bahwa nilai paling rendah responden sebelum sosialisasiadalah 40 dan meningkat/naik menjadi 70 setelah sosialisasi. Demikian pula dengan nilai maksimal responden sebelum sosialisasi/penyuluhan hanya sebesar 60,00 dan setelah /penyuluhan meningkat/naik menjadi 90.

Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan tentang PHBS sebelum dan sesudah dilaksanakan penyuluhan. Keberhasilan program pengabdian ini dievaluasi atau dinilai berdasarkan hasil pre test dan post test responden. Secara umum berdasarkan hasil analisis statistik nilai pre test dan post test responden yang disajikan dalam bentuk tabel (tabel 1, 2 dan 3) serta dalam bentuk grafik (grafik 1 dan grafik 2) dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian ini berhasil.

Hasil ini tentu sesuai dengan teori yang ada bahwa salah satu cara untuk merubah pengetahun seseorang adalah dengan melakukakn penyuluhan. Notoadmojo dalam teorinya menyatakan bahwa salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan dan perilaku hidup sehat adalah dengan penyuluhan(Notoatmodjo, 2007). Demikian juga beberapa teori lain yang menyatakan bahwa promosi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan derajatkan kesehatan masyarakat. Dan salah satu cara untuk meningkatkan derajat kesehatan adalah dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang berbagai hal agar hidup sehat (Nurmala, I. Rahman. F. Nugroho. A, Erlyani .N, 2018).

Penyuluhan kesehatan seperti tentang pengenalan cara pencegahan penyakit dan cara pengolahan makanan yang baik, merupakan salah satu upaya untuk merubah pemahan setiap orang (peserta) penyuluhan. Penyuluhan kesehatan juga dapat dilakukan secara berkelompok (Turmurang, 2018).

Hasil kegiatan pengabdian ini yang menemukan bahwa ada peningkatan pengetahuan siswa/siswi SDN 2 Mawasangka Timur Kabupaten Buton Tengah tentang PHBS untuk mencegah penyakit infeksi didukung oleh beberapa hasil penelitian dan pengabdian sebelumnya yang juga menemukan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan. Seperti penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ada pengahruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan dan

kesadaran masyarakat tentang pencegahan penyebaran Covid-19(Irma, Sabilu Y, Tina L, 2020; Irma and Swaidatul Masluhiya AF, 2021). Demikian pulan dengan penelitian sebelumnya tentang pengaruh penyuluhan dengan media slide power poit dan ceramah terhadap pengetahunan anak usia sekolah dasar tentang jajanan sehat (Khusna et al., 2014). Penelitian dan pengabdian lain juga menunjukkan ada pengaruh penyuluhan kesehatan tentang jajanan sehat di Sekolah Dasar Negeri Jati III Tarogong Kaler Garut dengan nialai p=0,00. Dari kegiatan pengabdian di Kaler Garut ini diperoleh hasil bahwa ada peningkatan rata-rata nilai pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan(Sumarni et al., 2020). Penelitian lain yang mendukung hasil pengabdian ini adalah hasil penelitian dari Santi dan Candra yang menemukan bahwa penyuluhan jajanan sehat dapat meningkatkan pengetahuan dan melatih kemampuan anak dalam memilih jajanan yang dijual lingkungan sekolah(Santi & Candra, 2022) . Demikian juga dengan pengabdian yang dilakukan sebelumnya yang menemukan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan anak sekolah dasar(Majid, 2024).



**Gambar 1**. Sambutan oleh Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) dan Kepala Sekolah




**Gambar 2.** Situasi Saat Pre-Test




**Gambar 3**. Situasi Saat Penuluhan




**Gambar 4**. Situasi Saat Post-Test

## 4. KESIMPULAN

Kegiatan PKM dengan topik Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk mencegah penyakit infeksi pada anak sekolah yang dilaksanakan di SDN 2 Mawasangka Timur berjalan dengan lancar. Semua siswa antusias mengikuti kegiatan ini sehingga kegiatan PKM ini telah mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa agar dapat mempraktekan perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam kehidupan sehari-harinya. Berhubungan dengan perilaku maka untuk kegiatan penyuluhan PHBS ini disarankan untuk dilakukan secara continue agar siswa terbiasa hidup bersih dan sehat.

## REFERENCES

Irma, Sabilu Y, Tina L, M. F. (2020). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Dalam Upaya Pencegahan Demam Berdarah Dengue di Kelurahan Punggolaka Kecamatan Puuwatu Kota Kendari. *Preventif Journal*, *5*(1), 44–48. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.37887/epj.v6i2

Irma and Swaidatul Masluhiya AF. (2021). Pengaruh edukasi perorangan terhadap kesadaran masyarakat dalam pencegahan dan penanggulangan penyebaran covid - 19 di kota kendari. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, *9*(3), 580–587.

Khusna, N., Setiaji, H. B., & Sahli, Z. (2014). Pengaruh Penyuluhan Tentang Jajanan Sehat Terhadap

Pengetahuan Dan Sikap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, *5*(1), 44–49.

Majid, R. et all. (2024). *Sosialisasi Pendidikan Gizi Tentang Pemilihan Jajanan Sehat Dan Bergizi Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 106 Kendari*. *2*(2), 339–345.

Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. PT Rineka Cipta.

Nurmala, I. Rahman. F. Nugroho. A, Erlyani .N, & A. V. (2018). *Promosi Kesehatan*. Airlangga University Press. https://repository.unair.ac.id/87974/2/Buku Promosi Kesehatan.pdf

Santi, T. D., & Candra, A. (2022). Penyuluhan Jajanan Sehat Untuk Anak Indonesia Sehat. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, *1*(2), 9–11. https://doi.org/10.26714/jipmi.v1i2.4

Sumarni, N., Rosidin, U., & Sumarna, U. (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang Jajanan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Jati III Tarogong Kaler Garut. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *3*(2), 289–297.

Turmurang, M. (2018). *Buku Promosi Kesehatan-Marjes Tumurang.pdf* (pp. 1–165).