

SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT MURID SDN 01 KASUI PASAR KECAMATAN KASUI KABUPATEN WAY KANAN

Helma Maraliza^{1*}, Bagas Septiady¹, Nurdin Andy Saputra¹, Salsabilla Atika Putri¹, Maria Ulfa¹

¹UIN Raden Intan Lampung

e-mail: *uswatun@radenintan.ac.id

Abstrak: Kegiatan pengabdian masyarakat ini berfokus pada sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) kepada siswa-siswi kelas 5 dan 6 SD N 01 Kasui Pasar, Kecamatan Kasui, Way Kanan. Inisiatif ini didorong oleh pemahaman bahwa anak usia sekolah rentan terhadap masalah kesehatan dan pentingnya menanamkan kesadaran PHBS sejak dini untuk optimalisasi potensi belajar dan aktivitas sosial. Metode pelaksanaan melibatkan pendekatan komprehensif dan interaktif, termasuk pemaparan materi menggunakan slide dan video, ice breaking, serta praktik langsung seperti mencuci tangan. Hasil kegiatan menunjukkan respons positif dari peserta, ditandai dengan antusiasme, perilaku kooperatif, dan penerapan kebiasaan bersih seperti membuang sampah pada tempatnya serta mencuci tangan setelah sosialisasi. Temuan ini konsisten dengan studi terdahulu yang menekankan efektivitas metode partisipatif dan penggunaan media audiovisual dalam pendidikan kesehatan anak. Program ini berhasil tidak hanya mentransfer pengetahuan, tetapi juga mendorong pembentukan perilaku dan peningkatan kepedulian terhadap kebersihan diri dan lingkungan. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan pemahaman dan penerapan PHBS secara berkelanjutan oleh siswa, masyarakat, dan dukungan aktif dari guru serta orang tua.

Kata Kunci: Anak usia sekolah, Kebersihan, Kesehatan, PHBS, Sosialisasi

Abstract: This community service activity focuses on socializing healthy and clean living behaviors (PHBS) to 5th and 6th-grade students of SD N 01 Kasui Pasar, Kasui District, Way Kanan. This initiative is driven by the understanding that school-aged children are vulnerable to health problems and the importance of instilling PHBS awareness from an early age to optimize learning potential and social activities. The implementation method involves a comprehensive and interactive approach, including material presentation using slides and videos, ice-breaking, and direct practices such as handwashing. The results of the activity show a positive response from participants, marked by enthusiasm, cooperative behavior, and the application of clean habits such as disposing of waste in its place and washing hands after the socialization. These findings are consistent with previous studies that emphasize the effectiveness of participatory methods and the use of

audiovisual media in child health education. This program successfully not only transferred knowledge but also encouraged behavior formation and increased awareness of personal and environmental hygiene. It is hoped that this activity can sustainably improve the understanding and implementation of PHBS by students, the community, and active support from teachers and parents.

Keywords: *Children's health, Cleanliness, Health, PHBS, Socialization.*

PENDAHULUAN

Di jantung Kelurahan Kasui Pasar, Kecamatan Kasui, Way Kanan, berdirilah kokoh SD N 01 Kasui Pasar, sebuah institusi pendidikan yang menjadi pilar penting bagi tumbuh kembang generasi muda di wilayah tersebut. Sekolah ini bukan hanya tempat menimba ilmu pengetahuan formal, tetapi juga menjadi arena pembentukan karakter dan kebiasaan baik pada anak-anak. Menyadari peran krusial ini, tim mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) dari UIN Raden Intan Lampung tergerak untuk mengimplementasikan program pengabdian masyarakat di SD N 01 Kasui Pasar, dengan fokus utama pada sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Inisiatif ini didasari oleh pemahaman mendalam bahwa kesehatan adalah fondasi utama bagi optimalisasi potensi anak usia sekolah, dan penanaman kesadaran akan pentingnya kesehatan harus dimulai sejak dini (Hukubun et al., 2023).

Anak usia sekolah merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan. Sistem kekebalan tubuh mereka masih dalam tahap perkembangan, kebiasaan hidup bersih belum sepenuhnya terbentuk, dan lingkungan sosial mereka seringkali mengekspos mereka pada risiko penularan penyakit (Naheria et al., 2022). Oleh karena itu, investasi dalam pendidikan kesehatan bagi kelompok usia ini bukanlah pilihan, melainkan sebuah keharusan. Ketika anak-anak sakit, kemampuan mereka untuk belajar, berinteraksi sosial, dan berpartisipasi dalam aktivitas sehari-hari akan terganggu secara signifikan. Dampaknya tidak hanya terbatas pada pencapaian akademik yang menurun, tetapi juga pada perkembangan holistik mereka sebagai individu. Mereka mungkin melewatkan pelajaran, kehilangan kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebaya, dan bahkan mengalami kesulitan dalam mengejar ketertinggalan materi. Di sinilah peran penting PHBS masuk. Dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip PHBS, anak-anak dapat membangun benteng pertahanan diri terhadap penyakit, menjaga kebugaran fisik, dan pada akhirnya, mencapai hasil belajar yang optimal serta mampu melakukan aktivitas sosial dengan percaya diri (Riadi et al., 2023).

Konsep kesehatan sendiri telah didefinisikan secara luas oleh berbagai institusi dan undang-undang. Menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO), sebagaimana dikutip oleh Notoatmodjo, kesehatan adalah "keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh, dan bukan sekedar terbebas dari penyakit dan kecacatan" (Aulia & Suparman, 2023). Definisi ini menekankan bahwa kesehatan melampaui sekadar ketiadaan penyakit; ia mencakup dimensi kesejahteraan yang lebih luas, yaitu fisik, mental, dan

sosial. Seseorang dikatakan sehat jika ketiga aspek ini berada dalam kondisi yang harmonis dan optimal. Kesehatan fisik berkaitan dengan fungsi tubuh yang normal, bebas dari rasa sakit dan penyakit. Kesehatan mental mengacu pada kesejahteraan emosional dan psikologis, kemampuan untuk berpikir jernih, mengelola stres, dan berinteraksi secara sehat dengan lingkungan. Sementara itu, kesehatan sosial mencerminkan kemampuan seseorang untuk membangun dan memelihara hubungan interpersonal yang positif, serta berpartisipasi aktif dalam masyarakat.

Senada dengan definisi WHO, Undang-Undang Kesehatan Republik Indonesia No. 36 Tahun 2009 juga memberikan landasan hukum yang kuat mengenai pentingnya kesehatan. Undang-Undang tersebut menyatakan bahwa "Kesehatan adalah keadaan sehat, baik jasmani, rohani, dan sosial, yang memungkinkan setiap orang dapat hidup produktif secara sosial dan ekonomi" (Kasmawati et al., 2023). Definisi ini semakin mempertegas bahwa kesehatan bukan hanya hak asasi manusia, tetapi juga prasyarat bagi individu untuk dapat berkontribusi secara produktif bagi masyarakat dan perekonomian. Ketika seseorang sehat secara jasmani, rohani, dan sosial, mereka akan memiliki energi, motivasi, dan kapasitas untuk terlibat dalam pekerjaan, pendidikan, dan aktivitas sosial lainnya. Ini berarti bahwa kesehatan bukan hanya tentang keberadaan individu, tetapi juga tentang kapasitas mereka untuk berkarya, berinterinovasi, dan pada akhirnya, meningkatkan kualitas hidup mereka sendiri dan komunitas di sekitar mereka.

Pentingnya definisi-definisi ini dalam konteks pengabdian masyarakat di SD N 01 Kasui Pasar sangat jelas. Program sosialisasi PHBS yang digagas oleh mahasiswa KKN UIN Raden Intan Lampung tidak hanya bertujuan untuk mengajarkan anak-anak bagaimana cara mencuci tangan yang benar atau menjaga kebersihan lingkungan. Lebih dari itu, program ini berupaya menanamkan pemahaman holistik tentang kesehatan, yang mencakup aspek fisik, mental, dan sosial. Dengan demikian, diharapkan anak-anak tidak hanya menjadi individu yang bebas dari penyakit, tetapi juga menjadi individu yang sejahtera secara menyeluruh, mampu beradaptasi dengan berbagai tantangan, dan menjadi anggota masyarakat yang produktif (Irianty et al., 2020). Penanaman nilai-nilai kesehatan sejak dini ini diharapkan dapat membentuk kebiasaan positif yang berkelanjutan hingga mereka dewasa, menciptakan generasi yang lebih sehat dan berdaya saing. Melalui pendekatan yang komprehensif ini, program pengabdian masyarakat ini bertekad untuk memberikan kontribusi nyata bagi peningkatan kualitas hidup anak-anak di SD N 01 Kasui Pasar, dan pada akhirnya, bagi kemajuan Kelurahan Kasui Pasar secara keseluruhan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SD N 01 Kasui Pasar dengan melibatkan partisipasi aktif anak-anak sekolah dasar. Metode yang diterapkan berbentuk sosialisasi, meliputi pemaparan materi dan praktik langsung mengenai pentingnya menjaga kebersihan. Pelaksanaan kegiatan ini terbagi menjadi lima tahapan utama (Crystandy & Sapriadi, 2023). Tahap pertama adalah pengenalan tentang

kebersihan melalui penjelasan definisi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Tahap ini bertujuan memberikan wawasan dasar kepada peserta mengenai konsep PHBS. Tahap kedua berfokus pada penjelasan tata cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan yang benar. Sebelumnya, modul telah didistribusikan kepada mahasiswa yang terlibat sebagai pelatih untuk dipelajari dan dipraktikkan. Dalam pelaksanaannya, tim pengabdian menggunakan media video dan nyanyian yang diiringi gerakan untuk melatih cara menjaga kebersihan. Pendekatan ini bertujuan agar peserta memahami pentingnya menjaga kebersihan, cara penerapannya, dan termotivasi untuk terus melakukannya dalam kehidupan sehari-hari.

Tahap ketiga melibatkan penjelasan metode-metode dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Pada tahap ini, dijelaskan mengenai definisi kebersihan, pengaruh kebersihan pada diri dan lingkungan, serta cara menjaga kebersihan yang dikemas dalam bentuk praktik satu per satu. Tahap keempat adalah pemberian media informasi berupa banner, stiker, dan booklet yang berisi informasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Langkah ini bertujuan agar peserta terus mengingat dan memiliki sumber informasi yang komprehensif mengenai kebersihan dan kesehatan. Terakhir, tahap kelima adalah evaluasi. Evaluasi dilakukan melalui pemberian pre-test dan post-test dalam bentuk interaksi tanya jawab untuk mengukur tingkat pemahaman peserta. Selain itu, tim pelaksana juga menyediakan lembar evaluasi untuk mendapatkan masukan terkait kegiatan psikoedukasi yang telah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di SD N 01 Kasui Pasar menunjukkan efektivitas pendekatan yang komprehensif dan interaktif dalam menanamkan kesadaran serta kebiasaan bersih pada anak usia sekolah. Temuan utama dari kegiatan ini mengindikasikan bahwa keterlibatan aktif peserta menjadi kunci keberhasilan, yang dicapai melalui serangkaian strategi mulai dari persiapan matang, sesi engagement awal, hingga penggunaan ice breaking yang strategis. Hal ini selaras dengan berbagai studi terdahulu yang menekankan pentingnya metode partisipatif dalam pendidikan kesehatan anak. Misalnya, penelitian oleh Haris dan Rasaili (2023) menunjukkan bahwa pembelajaran aktif yang melibatkan indra dan gerakan dapat meningkatkan pemahaman dan retensi informasi secara signifikan. Demikian pula, studi oleh Riadi et al. (2023) yang mengkaji dampak sosialisasi kesehatan pada anak-anak prasekolah, juga menemukan bahwa metode yang menyenangkan dan interaktif lebih efektif dalam menarik perhatian serta memotivasi anak untuk menginternalisasi pesan kesehatan.

Pendekatan multi-media yang diterapkan dalam sosialisasi ini, seperti penggunaan slide interaktif dan video edukatif, juga memperkuat temuan ini. Pemaparan materi yang dilengkapi dengan visualisasi dinamis membantu anak-anak memahami konsep kebersihan yang abstrak menjadi lebih konkret dan mudah dicerna. Aspek ini konsisten dengan hasil penelitian Naheria et al. (2022) yang menunjukkan bahwa penggunaan media audiovisual dalam penyuluhan kesehatan gigi pada siswa

SD dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap positif terhadap kebersihan gigi. Perbandingan ini menunjukkan bahwa kombinasi antara metode ceramah yang interaktif dengan media visual merupakan strategi yang efektif dalam pendidikan kesehatan di lingkungan sekolah dasar. Selain itu, pemberian mini quiz berhadiah dan praktik langsung mencuci tangan tidak hanya berfungsi sebagai evaluasi pemahaman, tetapi juga sebagai metode penguatan positif. Studi oleh Kasmawati et al. (2023) tentang pengaruh reward terhadap motivasi belajar siswa juga mengindikasikan bahwa pemberian hadiah, meskipun sederhana, dapat meningkatkan antusiasme dan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar. Dalam konteks ini, hadiah menjadi insentif yang mendorong anak-anak untuk aktif terlibat dan menerapkan apa yang telah mereka pelajari.

Lebih lanjut, temuan dari sosialisasi di SD N 01 Kasui Pasar menunjukkan bahwa program ini tidak hanya berfokus pada transfer pengetahuan, tetapi juga pada upaya pembentukan perilaku dan peningkatan kepedulian terhadap kebersihan. Materi yang disampaikan tidak hanya terbatas pada teori, melainkan mencakup praktik nyata seperti cara mencuci tangan yang baik, pentingnya memotong kuku, menyikat gigi, mandi teratur, hingga pengelolaan sampah. Pendekatan holistik ini sejalan dengan rekomendasi dari berbagai organisasi kesehatan dan pendidikan yang menekankan bahwa pendidikan PHBS harus mencakup aspek kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan psikomotorik (keterampilan). Penelitian oleh Riadi et al. (2023) tentang efektivitas program dokter kecil di sekolah dasar juga menunjukkan bahwa pelatihan praktis dan pembiasaan sejak dini merupakan faktor krusial dalam membentuk perilaku hidup sehat pada anak. Mereka menemukan bahwa siswa yang terlibat aktif dalam kegiatan praktis menunjukkan peningkatan signifikan dalam praktik kebersihan sehari-hari dibandingkan dengan yang hanya menerima informasi teoritis.

Harapan yang ingin dicapai dari kegiatan ini, yaitu peningkatan kepedulian, pemahaman cara menjaga kebersihan yang baik dan benar, serta penerapan kebersihan kapan pun dan di mana pun Naheria et al. (2022), menggarisbawahi orientasi jangka panjang program. Ini merefleksikan pemahaman bahwa perubahan perilaku memerlukan waktu dan pembiasaan berkelanjutan. Studi oleh Irianty et al. (2020) mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku PHBS siswa SD juga menyimpulkan bahwa dukungan lingkungan sekolah, peran guru, dan pembiasaan rutin sangat berpengaruh dalam membentuk perilaku kesehatan yang positif. Dengan demikian, kegiatan sosialisasi ini dapat menjadi pemicu awal yang perlu ditindaklanjuti dengan pengawasan dan pembiasaan di lingkungan sekolah dan keluarga. Selain itu, luaran berupa dokumentasi tertulis, foto, dan video menjadi temuan penting yang tidak hanya berfungsi sebagai laporan akuntabilitas, tetapi juga sebagai sumber inspirasi dan model untuk replikasi di lokasi lain. Hal ini sejalan dengan prinsip diseminasi praktik baik dalam pengabdian masyarakat, di mana dokumentasi yang komprehensif memungkinkan program serupa untuk diterapkan secara lebih luas dan berkelanjutan, memperluas dampak positifnya di luar lokasi studi awal. Secara keseluruhan, pelaksanaan kegiatan ini berhasil mengintegrasikan teori

dan praktik dengan baik, serta menunjukkan potensi besar dalam menciptakan perubahan perilaku yang positif di kalangan anak-anak sekolah dasar (Yuliastuti & Khotmah, 2025).

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas, kegiatan pengabdian masyarakat yang ditujukan kepada siswa dan siswi kelas 5 dan 6 SD N 01 Kasui Pasar menunjukkan hasil yang positif dan peningkatan pemahaman mengenai kebersihan diri dan lingkungan. Program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ini membawa banyak dampak positif, antara lain anak-anak menjadi paham dan sadar akan pentingnya menjaga kebersihan, meningkatkan nilai gizi makanan apabila dikonsumsi dengan pola hidup bersih dan sehat, serta menjadikan anak-anak lebih semangat dalam beraktivitas sehari-hari.

Hal ini terlihat dari antusiasme peserta selama pelaksanaan kegiatan, yang ditunjukkan oleh perilaku peserta yang kooperatif dan aktif. Selain itu, setelah kegiatan selesai, peserta menunjukkan beberapa perilaku kebersihan yang diterapkan, seperti membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan, dan membersihkan lingkungan kelas. Untuk dapat meningkatkan pelaksanaan kegiatan berikutnya, perlu dilakukan beberapa perbaikan, yaitu peningkatan sarana dan prasarana saat pelaksanaan, tim pelaksana terus menggali kebutuhan masyarakat yang lebih luas dan mengemasnya dalam kegiatan yang menarik, serta perlu adanya kegiatan lanjutan yang memberikan hasil nyata bagi masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan di SD N 01 Kasui Pasar, Kecamatan Kasui, ini diharapkan selanjutnya dapat diterapkan oleh siswa-siswi SD N 01 Kasui Pasar, masyarakat sekitar, terutama orang tua dalam memberikan perhatian dan dukungan kepada putra-putri mereka, serta melakukan kegiatan bersama anak-anak dalam meningkatkan kesehatan yang dimulai dari diri sendiri. Pemantauan guru juga perlu berjalan aktif dan rutin melakukan kegiatan yang berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, S., & Suparman, A. (2023). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini di SPS Teratai Kelurahan Soklat Kecamatan Subang Kabupaten Subang.. *Abdimas Galuh*, 5(1), 259–267. <https://doi.org/10.25157/ag.v5i1.9357>
- Haris, R. A., & Rasaili, W. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Serta Kesadaran Protokol Kesehatan di SDIT Al Wathoniyah Sumenep. *Abhakte Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/10.24929/abhakte.v1i1.2419>
- Kasmawati, H., Asida, N., Fitrawan, L. O. M., Ruslin, & Aswani. (2023). Peningkatan kualitas kesehatan siswa SDN 100 Kendari melalui edukasi perilaku hidup bersih dan sehat. *Mosiraha: Jurnal Pengabdian Farmasi*, 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.33772/mosiraha.v1i2.28>
- Irianty, H., Hayati, R., & Suryanto, D. (2020). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di SDS Islam “Plus” Al Manshur Banjarbaru. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(3), 223–226. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i3.136>

- Muhammad Crystandy, & Sapriadi. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Dampak Penggunaan Gadget pada Anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 2(2), 139–145. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v2i2.229>
- Naheria Naheria, Nurjamal Nurjamal, Didik Cahyono, Muhammad Sukron Fauzi, & Gyta Naheria, N., Nurjamal, N., Cahyono, D., Fauzi, M. S., & Krisdiana, G. (2022). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan sistem tiga jempol pada siswa SDN 016 Antasari Kota Samarinda. *Nusantara : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 21–27. <https://doi.org/10.55606/nusantara.v2i2.231>
- Riadi, R., Sipahutar, A. L., Pratama, B. F., Situmorang, D. A., Ramahwati, D., Sari, D. P., Fathia Arifah Suri, Tungkup, H. P. L., Wibowo, J. Y., Rahma, Y. I., & Rahmat, Z. Z. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa TK Tunas Bangsa. *Dirkantara Indonesia*, 1(2), 65–70. <https://doi.org/10.55837/di.v1i2.36>
- Ronald Darlly Hukubun, Juan Marchel Paulus, Jembris Nustelu, Vivin Ayuasthika, Yansen Jagatri Kufla, Laury Marcia Chara Huwae, & Laura Bianca Sylvia Huwae. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di Sekolah Dasar Negeri Naku. *ALKHIDMAH: Jurnal Pengabdian Dan Kemitraan Masyarakat*, 2(1), 08–17. <https://doi.org/10.59246/alkhidmah.v2i1.658>
- Yuliasuti, & Khotmah, K. (2025). Program sharing session setiap hari Jumat untuk meningkatkan rasa peduli siswa SMKN 1 Kwanyar. *EduImpact: Jurnal Pengabdian Dan Inovasi Masyarakat*, 2(1), 17–22. <https://doi.org/10.63324/4rbvv593>

