

**PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)  
DI SEKOLAH DASAR NEGERI KARAKAN  
GODEAN SLEMAN YOGYAKARTA**

CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOR (PHBS)  
IN KARAKAN STATE ELEMENTARY SCHOOL

*Fransiska Tatto Dua Lembang\*, Muryani, Jesmar Lita Ruhlessin, Gisella Dwiputri Sutasoma*

*Prodi Keperawatan dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta  
Jln. Babarsari, Tambak Bayan, Depok, Sleman, Yogyakarta  
Email: [hafransiska@gmail.com](mailto:hafransiska@gmail.com) / 08114034085*

**ABSTRAK**

**Abstrak:** *Anak usia sekolah dasar dan anak juga masih mengabaikan masalah Kesehatan yang sering mereka alami, sehingga dibutuhkan upaya preventif dan promotive. Penyuluhan sebagai bentuk dari Pendidikan Kesehatan bagi anak usia sekolah bertujuan menambah kebiasaan hidup sehat agar dapat bertanggung jawab terhadap Kesehatan diri sendiri dan lingkungannya serta ikut aktif dalam usaha-usaha Kesehatan. Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) Mencuci Tangan dengan Enam langkah ini diarahkan sebagai sasarannya adalah seluruh Siswa dan Siswi Kelas 4 SDN Karakan Godean Sleman. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di SDN Karakan khususnya bagi siswa dan siswi kelas Empat, kegiatan berjalan dengan lancar tanpa adanya kendala. Hasil kegiatan penyuluhan yaitu semua siswa dan siswi sangat antusias dalam mempraktekkan bagaimana cara mencuci tangan pakai sabun dengan enam langkah. Dan juga siswa dan siswi memahami tujuan dari mencuci tangan enam langkah. Saat memberikan pemahaman dikelas siswa dan siswi antusias dalam menjawab setiap pertanyaan yang disampaikan penyuluh. Yang lebih menariknya lagi bahwa setiap siswa dan siswi yang mampu mempraktekkan cara mencuci tangan dengan enam langkah dengan benar maka siswa tersebut berhak memperoleh bingkisan yang sudah disiapkan. Siswa dan siswi berlomba-lomba untuk mengangkat tangan dalam menjawab setiap pertanyaan dari penyuluh.*

**Kata kunci:** *mencuci tangan, perilaku hidup bersih, sehat*

**Abstract:** *Elementary school age children and children also still ignore the health problems that they often experience, so preventive and promotive efforts are needed. Counseling as a form of Health Education for school-age children aims to increase healthy living habits so that they can be responsible for their own health and their environment and actively participate in health efforts. Health counseling activities about clean and healthy living behavior (PHBS) washing hands so that it is important to do counseling from the stikes wira husada campus with the target of SDN class 4. The results of the counseling activities are that all students are very enthusiastic in practicing how to wash hands with soap with six steps. And also students and students understand the purpose of washing hands in six steps. When providing understanding in class, the students were enthusiastic in answering every question that the instructor asked. What is even more interesting is that every student who is able to practice how to wash hands with the six steps correctly then the student is entitled to a gift that has been prepared. Students and students competed to raise their hands in answering every question from the instructor.*

**Keywords:** *clean, healthy living behavior, washing hands*

## PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya-upaya dalam menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam sikap dan perilaku agar dapat menerapkan hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan derajat Kesehatan. Penerapan PHBS di masyarakat merupakan tanggung jawab setiap orang, yang juga menjadi tanggung jawab pemerintah kota beserta jajaran sektor terkait untuk memfasilitasi kegiatan PHBS di masyarakat agar dapat dijalankan secara efektif. Kebiasaan hidup bersih dan sehat merupakan masalah penting dan menjadi fokus dalam pencegahan timbulnya berbagai masalah Kesehatan pada anak. Permasalahan Kesehatan pada anak usia sekolah dasar masih banyak ditemukan, karena rentannya anak terhadap berbagai penyakit, terutama yang berhubungan dengan penceraan anak seperti diare, kecacingan dan gangguan pencernaan lainnya. Permasalahan ini muncul

kebanyakan disebabkan karena kurangnya informasi dan pengetahuan mengenai PHBS pada anak. Anak usia sekolah dasar dan anak juga masih mengabaikan masalah Kesehatan yang sering mereka alami, sehingga dibutuhkan upaya preventif dan promotive agar anak sekolah memiliki pengetahuan, sikap dan Tindakan PHBS yang baik agar mencegah terjadinya beberapa masalah Kesehatan. Penyuluhan sebagai bentuk dari Pendidikan Kesehatan bagi anak usia sekolah bertujuan menambah kebiasaan hidup sehat agar dapat bertanggung jawab terhadap Kesehatan diri sendiri dan lingkungannya serta ikut aktif dalam usaha-usaha Kesehatan. Tujuan Pendidikan Kesehatan adalah memberikan pengetahuan tentang prinsip dasar hidup sehat, menimbulkan sikap dan perilaku hidup sehat dan membentuk kebiasaan hidup sehat. Beberapa indikator PHBS yang sebaiknya dapat dilakukan disekolah maupun dirumah yaitu cuci tangan dengan air bersih dan sabun, sebaiknya

jajan di kantin sekolah atau ditempat yang sudah terjamin hygiene dan pengolahannya tepat, BAB dan BAK di jamban/ toilet, buang sampah ditempatnya. Tujuan diselenggarakan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ini adalah : Meningkatkan pengetahuan siswa dan siswi tentang manfaat melakukan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan mencuci tangan pakai sabun melalui 6 langkah Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) Mencuci Tangan dengan Enam langkah ini diarahkan sebagai sasarannya adalah seluruh Siswa dan Siswi Kelas 4 SDN Karakan Godean Sleman.

## **METODE**

Adapun metode yang digunakan adalah

### **a. Diskusi/Tanya Jawab**

Metode ini digunakan baik pada saat dilangsungkannya penyuluhan atau pada saat

diakhiri penyuluhan yang memungkinkan munculnya pertanyaan

### **Alat dan Bahan**

1. Poster langkah mencuci tangan
2. Sabun Cuci tangan
3. Lap Tangan
4. Air Mengalir

### **b. Tahapan Kegiatan**

Meminta persetujuan dari kepala sekolah SDN Karakan untuk dilakukannya penyuluhan tentang PHBS. Setelah itu penyuluh bersama dengan Guru Kelas 4 SD menentukan jadwal penyuluhan. Penyuluhan kesehatan dilaksanakan pada hari sabtu, tanggal 20 Agustus 2022 jam.08.00 sampai jam. 10.00 di SDN Karakan Godean, Sleman

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di SDN Karakan khususnya bagi siswa dan siswi kelas Empat, kegiatan berjalan dengan lancar tanpa adanya kendala. Adapun tema yang diambil dalam penyuluhan tersebut adalah Perilaku Hidup Bersih

dan Sehat (PHBS) dengan mencuci tangan pakai sabun melalui 6 langkah. Penyuluhan kesehatan dilaksanakan pada hari sabtu, tanggal 20 Agustus 2022 jam.08.00 sampai jam. 10.00 di SDN Karakan Godean, Sleman. Hasil kegiatan penyuluhan yaitu semua siswa dan siswi sangat antusias dalam mempraktekkan bagaimana cara mencuci tangan pakai sabun dengan enam langkah. Dan juga siswa dan siswi memahami tujuan dari mencuci tangan enam langkah. Saat memberikan pemahaman dikelas siswa dan siswi antusias dalam menjawab setiap pertanyaan yang disampaikan penyuluh. Yang lebih menariknya lagi bahwa setiap siswa dan siswi yang mampu mempraktekkan cara mencuci tangan dengan enam langkah dengan benar maka siswa tersebut berhak memperoleh bingkisan yang sudah disiapkan. Siswa dan siswiberlomba lomba untuk mengangkat tangan dalam menjawab setiap pertanyaan dari penyuluh. Pemateri utama khusus tentang PHBS ini yaitu : Fransiska Tatto Dua Lembang., S.Kep.,Ns.M.Kes. Materi disampaikan oleh ketua tim pengabdian masyarakat

yaitu Fransiska Tatto Dua Lembang., S.Kep.,Ns.M.Kes sedangkan tugas anggota tim yang terlibat antara lain : 1) Penyuluhan cara mencuci tangan dengan enam langkah adalah Ibu Muryani S.Kep.,Ns.M.Kes., 2) Sebagai pendamping dan membagi bingkisan adalah Jesmar 3) Sebagai dokumentator adalah Gisella Materi penyuluhan berupa poster mencuci tangan dengan Enam Langkah sebanyak delapan (8) poster ditempelkan pada delapan wastafel di masing masing kelas.

Kegiatan pengabdian masyarakat yaitu penyuluhan kesehatan tentang PHBS di SDN Karakan telah dilaksanakan dan evaluasinya, antara lain:

1. Data Subyektif, yang didapat seperti : Siswa dan siswi mampu mempraktekkan enam langkah dalam mencuci tangan dengan sabun di air mengalir.
2. Data obyektif, yang didapat : Jumlah peserta penyuluhan 36 orang, ini menunjukkan bahwa SDN Karakan begitu antusias terhadap kegiatan yang dilakukan.
3. Ada 2 Orang peserta penyuluhan yang memberikan kesan dan

pesannya setelah dilaksanakan kegiatan penyuluhan ini. Salah satu diantaranya menyatakan bahwa baiknya kegiatan ini dilakukan setiap bulannya sehingga siswa dan siswi memperoleh banyak ilmu lagi

4. Analisa: Tujuan kegiatan yaitu meningkatkan pengetahuan siswa dan siswi tentang contoh, manfaat, alat dan bahan untuk melakukan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan Enam langkah mencuci tangan pakai sabun sudah tercapai.

5. Rencana lanjutan (Planning) : Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang PHBS mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir dengan menggunakan enam langkah perlu disampaikan lagi di kelas yang lainnya sehingga semua siswa dan siswi SDN Karakan faham dengan PHBS yang sudah disampaikan di kelas empat (4).

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan tentang PHBS yakni dengan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dengan metode enam langkah

mencuci tangan dapat disimpulkan antara lain: Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan siswa dan siswi kelas empat (4) tentang contoh, manfaat, alat dan bahan untuk melakukan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah dan di rumah. Adapun yang menjadi saran dalam kegiatan penyuluhan kesehatan tentang PHBS kepada masyarakat di SDN Karakan yakni perlu disampaikan lagi penyuluhan PHBS di kelas yang lainnya sehingga semua siswa dan siswi SDN Karakan faham dengan PHBS yang sudah disampaikan di kelas empat (4)

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terima Kasih kepada Stikes Wira Husada yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan pengabdian masyarakat

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Departemen Kesehatan RI., Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Bakti Husada, 2011
- Departemen Kesehatan RI., Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di

Berbagai Tatanan. Pusat Promosi  
Kesehatan, 2011

Depkes RI, Buku Saku Pelaksanaan  
PHBS Bagi Masyarakat Di  
Wilayah Kecamatan. Jakarta  
:Kemenkes. 200

Konsep Dasar Keperawatan Komunitas.  
Jakarta : EGC

Karuniawati B, Putrianti B. Gambaran  
Perilaku Hidup Bersih dan Sehat  
dalam Pencegahan Penularan  
Covid19. J Kesehat Karya Husada.  
2020;8(2):112–31.

Notoatmojo., 2012. Promosi  
Kesehatan dan Perilaku  
Kesehatan. Jakarta: PT  
Rineka Cipta

Sugiritama. et al., 2021. Pengembangan  
Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)  
pada Anak Sekolah melalui Metode  
Penyuluhan. Buletin Udayana  
Mengabdi. Vol 20 (1). 64- 70

Soemirat, Juli. 2004. Kesehatan  
Lingkungan. Yogyakarta : Gajah  
Mada University Press Sumijatun, et  
al. 2005.