



## Optimalisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Sosialisasi Interaktif bagi Siswa SD N 3 Kalirancang

### *Optimizing Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS) through Interactive Health Education among Elementary School Students at SD N 3 Kalirancang*

Azdien Irfan Hakim <sup>1\*</sup>, Bagus Perdana Budiarto <sup>2</sup>, Svenska Helmi Firdausi <sup>3</sup>, Hani' Rosyidah <sup>4</sup>, Wita Anggraeni <sup>5</sup>, Febrian Resti Andani <sup>6</sup>, Asfyqurniatul Tadqiroh <sup>7</sup>, Tamara Widyasari <sup>8</sup>, Ade Lia Pratiwi <sup>9</sup>, Sitorus Hanna Mutiara <sup>10</sup>, Alyasesa Embun Azzahra <sup>11</sup>, Milatul Farida <sup>12</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Teknik Mesin, Universitas Tidar, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Teknik Sipil, Universitas Tidar, Indonesia

<sup>3</sup> Program Studi Ilmu Administrasi Negara, Universitas Tidar, Indonesia

<sup>4</sup> Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tidar, Indonesia

<sup>5-6</sup> Program Studi Agroteknologi, Universitas Tidar, Indonesia

<sup>7-8</sup> Program Studi Teknologi Pangan, Universitas Tidar, Indonesia

<sup>9-10</sup> Program Studi Akuakultur, Universitas Tidar, Indonesia

<sup>11</sup> Program Studi Agribisnis, Universitas Tidar, Indonesia

<sup>12</sup> Program Studi Teknik Industri, Universitas Tidar, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [kknkalirancanguntidar2026@gmail.com](mailto:kknkalirancanguntidar2026@gmail.com)

#### Article History:

Naskah Diterima: 13 Juni 2026;

Direvisi: 23 Juli 2026;

Diterima: 11 Agustus 2026;

Terbit: 25 Agustus 2026

**Keywords:** Elementary School Students; Handwashing With Soap; Interactive Education; Interactive Outreach; PHBS.

**Abstract:** Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) to be introduced from elementary school age to develop healthy and hygienic habits in daily life. This activity aimed to improve students' knowledge through interactive education at SDN 3 Kalirancang. The activity was conducted on August 1, 2026. A pre-experimental design with a one-group design was used. The activities included a material delivery, discussion, demonstration and practice of proper handwashing with soap, followed by a Data were analyzed descriptively by comparing the mean and scores. A total of 68 students participated in the activity. The result showed that the mean knowledge score increased from 98.8 to 99.6, representing an increase of 5.1 points (6.1%). The proportion of students with a high level of knowledge increased from 88.2% to 100%. These results indicate that interactive education accompanied by hands-on practice can improve students knowledge of PHBS. The active participation of students during discussions and practical sessions contributed to the success of the activity, as the material was not merely received theoretically but also applied directly.

#### Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) perlu ditanamkan sejak usia sekolah dasar untuk membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa melalui sosialisasi interaktif di SDN 3 Kalirancang. Kegiatan dilaksanakan pada 1 Agustus 2026. Metode yang digunakan adalah *pre-experimental design* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Kegiatan meliputi pemberian *pretest*, penyampaian materi, diskusi, demonstrasi dan praktik mencuci tangan menggunakan sabun, serta *posttest*. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan rata-rata skor *pretest* dan *posttest*. Sebanyak 68 siswa mengikuti kegiatan. Hasil menunjukkan rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 93,8 menjadi 99,6 atau sebesar 5,7 poin (6,1%). Persentase siswa dengan pengetahuan tinggi meningkat dari 88,2% menjadi 100%. Hasil ini menunjukkan bahwa sosialisasi interaktif disertai praktik dapat meningkatkan pengetahuan siswa mengenai PHBS. Keterlibatan aktif siswa selama diskusi dan praktik turut mendukung keberhasilan kegiatan karena materi tidak hanya diterima secara teoretis, tetapi juga diterapkan secara langsung.

**Kata Kunci:** Cuci Tangan Pakai Sabun; Edukasi Interaktif; Penyuluhan Interaktif; PHBS; Siswa Sekolah Dasar.

## 1. PENDAHULUAN

Hidup sehat itu penting untuk menunjang kualitas kehidupan sehari-hari manusia. Implementasi kebiasaan hidup sehat harus dilaksanakan secara konsisten, mulai dari diri sendiri hingga lingkungan sekitar kita. Kebiasaan hidup sehat harus dibina sejak dini agar kebiasaan ini dapat memberikan hasil nyata di kehidupan kedepannya. Khususnya pada anak-anak di jenjang Sekolah Dasar (SD). Lingkungan keluarga dan sekolah berperan penting dalam membentuk kebiasaan tersebut dengan memberikan pengetahuan, contoh, serta pembiasaan perilaku hidup sehat. Lingkungan sekolah yang bersih dan sehat akan berpengaruh dalam menjaga kesehatan fisik siswa serta mendukung proses belajar mengajar agar lebih optimal (Nurdin dan Ahmad., 2024). Pemberian sosialisasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk perwujudan dari pemahaman tentang hidup sehat dalam konteks individu, keluarga, dan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik dari segi fisik, mental, spiritual dan sosial (Situmeang *et al.* 2024). Upaya ini dapat dibina mulai dari lingkungan terdekat misalnya lingkungan keluarga hingga lingkungan Sekolah Dasar (SD). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan Sekolah Dasar merupakan hal yang sangat penting untuk diperhatikan. Mengingat tingginya tingkat kerentanan anak usia sekolah terhadap berbagai penyakit menular, khususnya yang berkaitan dengan sanitasi diri dan lingkungan. Berbagai permasalahan, seperti rendahnya kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun, toilet yang kurang higienis, serta pola konsumsi yang tidak sehat masih menjadi permasalahan di sejumlah Sekolah Dasar (Salasanti *et al.*, 2024).

Hal ini menunjukkan bahwa diperlukan upaya untuk membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak usia sekolah dasar. Sekolah menjadi sarana yang tepat untuk menanamkan nilai-nilai PHBS karena pembiasaan yang dilakukan secara konsisten di lingkungan sekolah dapat membentuk kebiasaan positif yang akan terbawa di kehidupan sehari-hari (Rianto, 2023). Namun kenyataannya pada kehidupan sehari-hari masih terlihat perilaku siswa-siswi yang belum mengerti bagaimana penerapan PHBS yang baik dan benar. Padahal penerapan PHBS mudah diterapkan di kehidupan sehari-hari dan memiliki manfaat penting bagi kesehatan tubuh.

Berbagai penelitian dan kegiatan pengabdian mahasiswa telah menunjukkan bahwa edukasi dan praktik secara langsung tentang PHBS di lingkungan sekolah mampu meningkatkan pengetahuan dan pengalaman baik untuk dapat diterapkan di kehidupan sehari-

hari. Sayati (2024) menegaskan bahwa kegiatan sosialisasi tentang PHBS di sekolah efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya hidup bersih dan sehat. Penelitian yang ditulis oleh Adnani dan Amyati (2025) menyatakan bahwa sosialisasi dan edukasi PHBS di sekolah dapat menjadi sarana efektif untuk membentuk kesadaran kolektif siswa terhadap kebersihan diri dan lingkungan.

Berbagai kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Sekolah Dasar dalam beberapa tahun terakhir menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi tentang PHBS (Salsabillah *et al.*, 2026). Banyak metode yang dikembangkan agar edukasi PHBS lebih mudah diterima oleh siswa, salah satunya seperti penggunaan media cetak dan praktik pembuatan sabun cuci tangan secara sederhana (Istiqomah *et al.*, 2026). Edukasi mengenai PHBS perlu dilakukan melalui pendekatan yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar agar siswa dapat memahami materi yang disampaikan dengan mudah dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Sosialisasi dapat dilakukan dengan penyampaian materi disertai diskusi dan praktik secara langsung agar dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih nyata bagi siswa. Kegiatan praktik yang dilakukan secara langsung akan memudahkan siswa dalam memahami langkah-langkah penerapan PHBS yang baik dan benar, sehingga pengetahuan yang diperoleh tidak hanya berhenti pada pemahaman teori, namun dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari (Yunasti dan Aspariyana, 2024).

Walaupun sudah banyak kegiatan sosialisasi tentang PHBS di berbagai sekolah, namun penerapan PHBS di SDN 3 Kalirancang masih belum optimal. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih belum menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Sehingga membutuhkan upaya edukasi untuk meningkatkan pengetahuan serta mendorong perubahan perilaku siswa dan siswi SDN 3 Kalirancang. Kegiatan dilakukan dengan metode sosialisasi interaktif melalui ceramah, diskusi dan praktik secara langsung bagaimana cara mencuci tangan dengan baik menggunakan sabun agar siswa lebih memahami materi yang disampaikan. Keefektifan kegiatan dievaluasi melalui kegiatan *pretest* dan *posttest* untuk membandingkan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan sosialisasi. Oleh karena itu, kegiatan sosialisasi ini bertujuan untuk mengoptimalkan penerapan PHBS, meningkatkan pemahaman siswa melalui sosialisasi interaktif, serta mengukur pemahaman siswa melalui kegiatan *pretest* dan *posttest*.

## 2. METODE

### Jenis Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang menggunakan pendekatan deskriptif dengan metode *pre-experimental design* melalui rancangan *one group pretest-posttest*. Desain tersebut digunakan untuk mengukur perubahan pengetahuan siswa tentang PHBS sebelum dan sesudah sosialisasi dilaksanakan.

### Waktu dan Tempat

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan pada hari Sabtu, 1 Agustus 2026 di SDN 3 Kalirancang. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam satu rangkaian yang terdiri atas tahap persiapan, pemberian *pretest*, penyampaian materi PHBS melalui kegiatan sosialisasi, dan pemberian *posttest*. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan sesuai dengan waktu yang telah disepakati bersama pihak sekolah.

### Sasaran kegiatan

Kelompok sasaran pada kegiatan ini yaitu siswa-siswi SDN 3 Kalirancang yang penentuannya didasarkan pada kesediaan dari pihak sekolah untuk berpartisipasi serta kesesuaian jenjang kelas dalam menerima materi PHBS. Kegiatan ini ditujukan kepada siswa kelas 4, 5, dan 6, dengan pertimbangan bahwa pada jenjang tersebut siswa dinilai sudah mampu memahami dan menerima materi PHBS dengan baik.

#### 1. Tahap Persiapan

Tahap awal yang dilakukan adalah survey dan berkoordinasi dengan pihak sekolah untuk meminta izin pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya penyampaian program yang akan dilaksanakan dan target penyampaian yang akan diambil, serta perencanaan waktu pelaksanaan kegiatan.

#### 2. Analisis

Kemudian menganalisis hasil survey dan hasil koordinasi dengan pihak sekolah terkait program yang sesuai dan cocok untuk anak-anak kelas 4,5, dan 6. Lalu, penyusunan materi sosialisasi yang disesuaikan dengan karakteristik siswa serta penyusunan instrumen berupa soal *pretest* dan *posttest* untuk mengukur kemampuan siswa mengenai PHBS.

#### 3. Pretest

Sebelum kegiatan sosialisasi dimulai, siswa mengerjakan soal *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai PHBS, Data yang diperoleh digunakan sebagai dasar untuk melihat perubahan pengetahuan siswa sebelum diberikan sosialisasi.

#### 4. Pelaksanaan Sosialisasi

Pelaksanaan sosialisasi mencakup pemaparan materi, sesi tanya jawab, serta demonstrasi praktik secara langsung yaitu praktik cara mencuci tangan menggunakan sabun dengan benar. Dalam kegiatan ini, dilakukan demonstrasi praktik mencuci tangan dengan gerakan dan nyanyian agar lebih mudah diingat oleh siswa. Setelah demonstrasi dilakukan, setiap siswa diberikan kesempatan untuk mempraktikkan cara mencuci tangan menggunakan sabun sesuai dengan contoh yang sudah diberikan sebelumnya. Metode yang melibatkan peran aktif siswa ini diterapkan agar siswa tidak sekadar sebagai pendengar pasif, tetapi turut aktif terlibat dalam proses pembelajaran.

#### 5. *Posttest*

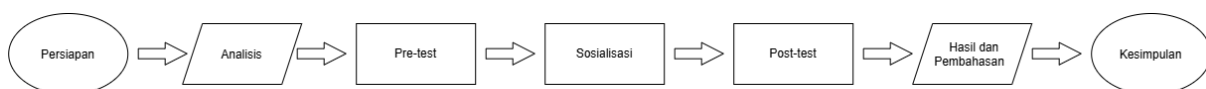
*Posttest* diberikan setelah kegiatan sosialisasi selesai dengan menggunakan butir pertanyaan yang sama seperti pada *pretest*. Pelaksanaan *posttest* bertujuan untuk mengetahui perubahan dan peningkatan pengetahuan siswa mengenai PHBS setelah memperoleh materi sosialisasi.

#### 6. Hasil dan Pembahasan

Data yang diperoleh dari *pretest* dan *posttest* selanjutnya diolah dan dianalisis. Hasil analisis disajikan dalam bentuk data atau tabel yang kemudian dibahas untuk mengetahui perubahan, hubungan, maupun pengaruh yang terjadi berdasarkan tujuan penelitian.

#### 7. Kesimpulan

Tahap terakhir adalah pembuatan kesimpulan berdasarkan hasil dan pembahasan. Kesimpulan berisi tentang capaian-capaian dari program yang telah dilaksanakan serta evaluasi maupun saran dengan tujuan agar dapat dikembangkan lagi pada penelitian-penelitian kedepannya.



**Gambar 1.** Diagram Alir Pelaksanaan Kegiatan.

#### Teknik Analisis Data

Data yang dikumpulkan dalam kegiatan ini terdiri atas data karakteristik peserta, meliputi umur, jenis kelamin, dan kelas, serta data tingkat pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS di lingkungan sekolah merupakan upaya pembiasaan perilaku sehat yang dilakukan oleh peserta didik dan warga sekolah untuk menjaga kesehatan diri serta menciptakan lingkungan sekolah yang sehat (Supriyatno *et al.*, 2021). Penerapan

pendekatan sekolah sehat juga menjadi bagian penting dalam mendukung kesehatan dan kesejahteraan peserta didik serta komunitas sekolah (WHO, 2021).

Data pengetahuan diperoleh melalui kuesioner pretest dan posttest dengan menggunakan butir pertanyaan yang sama, sehingga hasil sebelum dan sesudah kegiatan sosialisasi dapat dibandingkan. Kuesioner *pretest* diberikan sebelum pelaksanaan sosialisasi untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa mengenai PHBS. Setelah kegiatan sosialisasi selesai, peserta diberikan kuesioner *posttest* untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan setelah memperoleh materi. Pemberian edukasi kesehatan di lingkungan sekolah merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk kebiasaan perilaku hidup sehat pada peserta didik (Supriyatno *et al.*, 2021).

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif dengan mengelompokkan karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, dan kelas. Selanjutnya, dilakukan perhitungan skor masing-masing peserta pada kuesioner *pretest* dan *posttest*. Nilai rata-rata skor *pretest* dan *posttest* kemudian dibandingkan untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan siswa mengenai PHBS setelah mengikuti kegiatan sosialisasi. Peningkatan pengetahuan dapat diketahui melalui selisih nilai rata-rata *posttest* dengan nilai rata-rata *pretest*. Apabila nilai rata-rata *posttest* lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata *pretest*, maka hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan sosialisasi mengenai.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pada kegiatan KKN kami dilaksanakan melalui sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah pada anak-anak, yang dilaksanakan di SDN 3 Kalirancang pada hari Sabtu, 1 Agustus 2026 mulai dari 08:00 – 11:00 WIB. Kegiatan diikuti oleh siswa kelas 4, 5, dan 6 dengan rentang umur 9-12 tahun. Dari seluruh peserta yang hadir, data *pretest* dan *posttest* yang berhasil direkam secara lengkap dan dapat dianalisis berjumlah 68 siswa. Metode kegiatan yang digunakan yaitu penyampaian materi serta pemberian kuesioner *pretest* dan *posttest* yang masing-masing terdiri atas 10 soal. *Pretest* diisi sebelum pemberian materi untuk mengetahui pemahaman awal siswa mengenai PHBS, dilanjutkan dengan penyampaian materi dan sesi interaktif antara mahasiswa dan siswa agar kegiatan tidak membosankan dan materi lebih mudah diingat, kemudian ditutup dengan pengisian *posttest*.

#### Karakteristik Responden

Karakteristik 68 siswa yang menjadi responden pada kegiatan ini berdasarkan jenis kelamin, kelas, dan usia disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Karakteristik Responden Kegiatan Sosialisasi PHBS di SDN 3 Kalirancang (n = 68).

| Karakteristik | Kategori  | n  | Persentase |
|---------------|-----------|----|------------|
| Jenis Kelamin | Laki-laki | 33 | 48,5%      |
|               | Perempuan | 35 | 51,5%      |
| Kelas         | Kelas 4   | 14 | 20,6%      |
|               | Kelas 5   | 30 | 44,1%      |
|               | Kelas 6   | 24 | 35,3%      |
| Usia          | 9 tahun   | 8  | 11,8%      |
|               | 10 tahun  | 26 | 38,2%      |
|               | 11 tahun  | 26 | 38,2%      |
|               | 12 tahun  | 8  | 11,8%      |

Berdasarkan Tabel 1, responden didominasi oleh siswa perempuan dengan jumlah (51,5%) sedangkan siswa laki-laki (48,5%). Berdasarkan kelas, responden paling banyak berasal dari kelas 5 (44,1%), diikuti kelas 6 (35,3%) dan kelas 4 (20,6%). Sementara itu, berdasarkan usia, sebagian besar responden berusia 10 dan 11 tahun, yang masing-masing berjumlah 26 siswa (38,2%), dengan rentang usia keseluruhan 9–12 tahun.

#### Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Perbandingan rata-rata skor pengetahuan siswa tentang PHBS sebelum dan sesudah sosialisasi disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2.** Rata-Rata Skor *Pretest* dan *Posttest* Pengetahuan Siswa tentang PHBS.

| Kelas   | n  | Rata-Rata <i>Pretest</i> | Rata-Rata <i>Posttest</i> | Selisih |
|---------|----|--------------------------|---------------------------|---------|
| Kelas 4 | 14 | 90,0                     | 99,3                      | +9,3    |
| Kelas 5 | 30 | 94,7                     | 99,7                      | +5,0    |
| Kelas 6 | 24 | 95,0                     | 99,6                      | +4,6    |
| Total   | 68 | 93,8                     | 99,6                      | +5,7    |

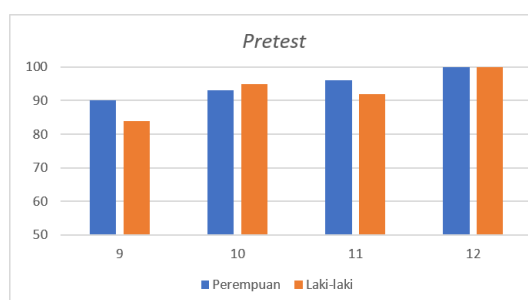
Pada tabel 2, rata-rata skor *pretest* responden adalah 93,8 (skor terendah 40, skor tertinggi 100), kemudian meningkat menjadi 99,6 pada *posttest* (skor terendah 90, skor tertinggi 100), atau naik sebesar 5,7 poin (6,1%). Peningkatan rata-rata skor terjadi pada seluruh kelas, dengan peningkatan tertinggi dicapai oleh kelas 4 (naik 9,3 poin), diikuti kelas 5 (naik 5,0 poin) dan kelas 6 (naik 4,6 poin). Skor *pretest* terendah tercatat 40, diperoleh oleh salah satu siswa kelas 6, namun siswa tersebut berhasil mencapai skor sempurna (100) pada *posttest*, menunjukkan lonjakan pemahaman yang cukup besar setelah mengikuti sosialisasi. Secara individual, sebanyak 24 siswa (35,3%) mengalami peningkatan skor dari *pretest* ke *posttest*, sedangkan 44 siswa (64,7%) mempertahankan skor yang sama, termasuk siswa yang sejak *pretest* sudah memperoleh skor sempurna. Tidak ditemukan satupun siswa yang mengalami penurunan skor setelah sosialisasi. Jumlah siswa yang memperoleh skor sempurna (100) juga meningkat, dari 44 siswa (64,7%) pada *pretest* menjadi 65 siswa (95,6%) pada

posttest.

**Tabel 3.** Distribusi Kategori Tingkat Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Sosialisasi.

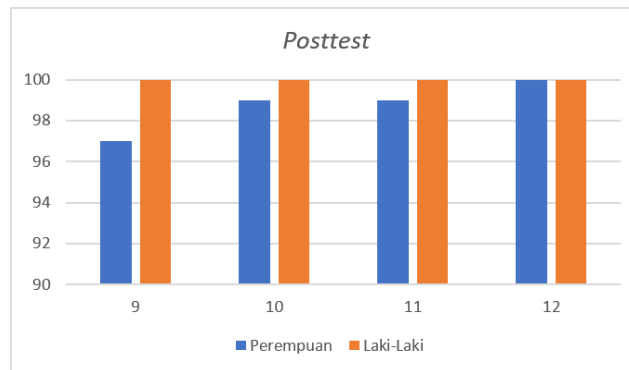
| Kategori        | Pretest, n (%) | Posttest, n (%) |
|-----------------|----------------|-----------------|
| Tinggi (90–100) | 60 (88,2%)     | 68 (100,0%)     |
| Sedang (70–89)  | 5 (7,4%)       | 0 (0,0%)        |
| Rendah (<70)    | 3 (4,4%)       | 0 (0,0%)        |
| <b>Total</b>    | 68 (100,0%)    | 68 (100,0%)     |

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada saat *pretest*, sebanyak (88,2%) siswa berada di kategori pengetahuan tinggi, sementara 7,4% berada pada kategori sedang dan 4,4% pada kategori rendah. Setelah sosialisasi, seluruh siswa (100%) berada pada kategori pengetahuan tinggi, tanpa ada siswa yang tersisa di kategori sedang maupun rendah.



**Gambar 2.** Diagram Hasil *Pretest*.

Berdasarkan Gambar 2. hasil *pretest* menunjukkan variasi skor pengetahuan tentang PHBS diantara kelompok umur dan gender sebelum dilakukan sosialisasi. Pada kelompok umur 9 dan 11 tahun, siswa perempuan memiliki rata-rata skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa laki-laki, sedangkan pada kelompok umur 10 tahun terjadi kondisi sebaliknya. Sementara itu, pada kelompok usia 12 tahun baik perempuan dan laki-laki sama-sama mencapai skor rata-rata maksimal yaitu 100. Keberagaman ini menandakan bahwa pengetahuan awal siswa mengenai PHBS dipengaruhi oleh faktor-faktor individual seperti kebiasaan keluarga dan pengalaman informasi kesehatan sebelumnya, bukan hanya umur dan jenis kelamin. Kondisi ini sejalan dengan pernyataan Anisa dan Ramadhan (2021) bahwa perkembangan perilaku siswa tidak hanya terbentuk di lingkungan sekolah, tetapi yang paling berpengaruh adalah latar belakang keluarga, sebelum siswa berinteraksi dengan masyarakat luas. Perilaku hidup sehat dan bersih tidak terjadi secara tiba-tiba, tetapi merupakan hasil dari proses belajar yang meliputi penguatan dan pengulangan yang berkelanjutan. Faktor-faktor seperti pengetahuan, sikap, lingkungan fisik sekolah, keterlibatan guru, peran orang tua, serta dukungan dari tenaga kesehatan menjadi faktor kunci dalam keberhasilan program PHBS (Anggraini, 2025).



**Gambar 3.** Diagram Hasil *Posttest*.

Setelah pelaksanaan kegiatan sosialisasi PHBS, Gambar 3. menunjukkan adanya peningkatan skor *posttest* yang konsisten di seluruh kelompok umur, di mana sebagian besar kelompok berhasil mencapai skor rata-rata yang hampir atau tepat 100. Penyempitan rentan skor *posttest* dibandingkan dengan *pretest* mengindikasikan bahwa kesenjangan pengetahuan antara siswa berkurang setelah mendapatkan materi. Peningkatan paling signifikan terlihat pada kelompok umur dengan skor *pretest* terendah, khususnya pada siswa laki-laki berusia 9 tahun yang mengalami kenaikan signifikan hingga mencapai skor sempurna. Temuan ini sejalan dengan Wulandari *et al.*, (2025) menyatakan bahwa keberhasilan implementasi PHBS di lingkungan sekolah sangat dipengaruhi oleh kesadaran bersama yang berkembang dari pendidikan serta teladan yang diberikan oleh seluruh anggota sekolah, termasuk siswa, guru, dan masyarakat.



**Gambar 4.** Pemaparan Materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).



**Gambar 5.** Praktik Mencuci Tangan Menggunakan Sabun dengan Benar.

## Pembahasan

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa sosialisasi PHBS bersama dengan penerapan langsung cuci tangan dengan sabun cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SDN 3 Kalirancang, sesuai dengan hasil penelitian Sayati (2024) dan Adnani dan Amyati (2025) yang menyatakan bahwa sosialisasi dan pendidikan PHBS di sekolah akan meningkatkan kesadaran kolektif siswa terhadap kebersihan pribadi dan kebersihan lingkungan. Temuan ini sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian Putri *et al.* (2026) di sekolah dasar yang menggabungkan penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung mencuci tangan pakai sabun, di mana perpaduan berbagai metode ini terbukti berhasil meningkatkan pengetahuan siswa, dan siswa mampu melakukan gerakan mencuci tangan menggunakan sabun dengan cara yang baik dan benar. Selain itu pendekatan demonstratif dan partisipatif yang diterapkan dalam kegiatan ini mendukung hasil bahwa anak-anak lebih mudah memahami dan mengingat setiap langkah mencuci tangan saat mereka terlibat secara aktif melalui metode tersebut, karena pendekatan ini menggabungkan pembelajaran motorik dan visual secara bersamaan, dibandingkan dengan pembelajaran yang hanya bersifat teoritis. Hal ini menegaskan mengapa metode penyampaian materi, diskusi, dan praktik langsung dalam kegiatan sosialisasi PHBS di SD N 3 Kalirancang mampu menghasilkan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada semua kelompok siswa.

Metode cuci tangan yang digunakan dalam kegiatan ini melalui demonstrasi, gerakan dan lagu juga sesuai dengan hasil penelitian Toar *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa penggunaan media video dengan lagu cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang cuci tangan dengan sabun karena metode ini dapat menarik perhatian anak-anak. Penyampaian materi yang melibatkan unsur visual seperti gerakan dan lagu akan menarik perhatian siswa sehingga siswa lebih mudah dalam memahami dan mengingat materi yang disampaikan. Hal tersebut didukung oleh pernyataan Hasibuan *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa penayangan video dalam kegiatan sosialisasi PHBS dapat membantu siswa dalam memahami materi karena video yang ditampilkan akan menarik perhatian anak-anak sekolah dasar.

Hasil penelitian yang serupa dengan kegiatan tersebut memiliki hasil yang sedikit berbeda dibandingkan penelitian sebelumnya. Penelitian Apriella *et al.* (2025) di SDN 14 Koto Panjang, yang menunjukkan rata-rata pengetahuan siswa sebelum edukasi CTPS tergolong rendah yakni 5,2 dari 10 kemudian meningkat menjadi 7,14 setelah edukasi. Sementara itu, pada kegiatan ini rata-rata skor *pretest* siswa SDN 3 Kalirancang sudah cukup tinggi yakni 93,8 dari 100 sebelum sosialisasi diberikan, sehingga peningkatan yang terjadi relatif kecil secara

persentase meskipun hampir seluruh siswa akhirnya mencapai skor sempurna pada *posttest*. Kondisi ini menggambarkan bahwa siswa di SD N 3 Kalirancang sudah memiliki pengetahuan dasar tentang PHBS sebelum kegiatan berlangsung. Hal ini bisa saja terjadi karena kebiasaan di lingkungan keluarga maupun materi kesehatan sudah diajarkan sekolah sebelumnya. Tingginya skor *pretest* ini turut menimbulkan efek batas atas (*ceiling effect*), yaitu kondisi ketika ruang untuk peningkatan skor secara numerik menjadi terbatas karena sebagian besar siswa sudah mendekati skor maksimal sejak awal. Kondisi serupa ditemukan oleh Dewi *et al.* (2026) pada siswa sekolah dasar, di mana rata-rata skor *pretest* telah mencapai 89,06 dan hanya meningkat menjadi 91,25 pada *posttest* dengan nilai N-gain sebesar 0,20 yang termasuk kategori rendah. Peneliti menjelaskan bahwa rendahnya peningkatan tersebut disebabkan oleh *ceiling effect* karena skor awal siswa sudah sangat tinggi sehingga ruang untuk peningkatan skor menjadi terbatas. Temuan tersebut memperkuat hasil kegiatan di SDN 3 Kalirancang, karena skor *pretest* sebesar 93,8 dari 100 menunjukkan bahwa pengetahuan awal siswa sudah berada pada tingkat yang tinggi sehingga peningkatan skor setelah sosialisasi secara numerik menjadi relatif kecil.

Banyaknya siswa yang mendapat nilai tinggi, tidak menutup kemungkinan terdapat juga siswa yang mendapat nilai rendah. Pada kegiatan kami, terdapat siswa yang mendapat skor *pretest* 40 kemudian naik menjadi 100 saat *posttest*. Kondisi ini menunjukkan bahwa sosialisasi ini tetap memberikan manfaat nyata bagi siswa yang pengetahuan awalnya masih kurang. Hal ini memperkuat pandangan Rianto (2023) bahwa pembiasaan PHBS yang dilakukan secara konsisten di lingkungan sekolah dapat membentuk kebiasaan positif siswa. Beberapa hal masih menjadi catatan penting seperti pengukuran peningkatan yang terbatas pada aspek kognitif, sedangkan penerapan PHBS dalam keseharian juga bergantung pada sikap dan praktik siswa yang tidak terukur melalui instrumen *pretest-posttest* berbasis pengetahuan. Oleh karena itu, tingginya skor pengetahuan siswa belum tentu selaras dengan praktik cuci tangan pakai sabun yang konsisten dalam kehidupan sehari-hari di sekolah. Selain itu, kegiatan ini menggunakan desain deskriptif *one group pretest-posttest* tanpa kelompok pembandingan dan tanpa pengamatan lanjutan (*follow-up*), sehingga hasil peningkatan pengetahuan yang diperoleh belum dapat dipastikan bertahan dalam jangka panjang. Novika *et al.* (2024) mengungkapkan bahwa penerapan PHBS pada siswa tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh sikap dan peran lingkungan sekitar, sehingga peningkatan skor belum menjamin perubahan perilaku yang konsisten.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 3 Kalirancang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi dan praktik secara langsung. Berdasarkan hasil pretest dan posttest terhadap 68 siswa kelas 4, 5, dan 6, rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 93,8 menjadi 99,6 atau sebesar 5,7 poin (6,1%). Setelah sosialisasi, seluruh siswa (100%) berada dalam kategori pengetahuan tinggi, dibandingkan dengan 88,2% sebelum sosialisasi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa metode sosialisasi interaktif yang disertai demonstrasi praktik mencuci tangan menggunakan sabun dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai PHBS.

Meskipun peningkatan pengetahuan menunjukkan hasil yang positif, penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari belum dapat dipastikan hanya melalui hasil pretest dan posttest. Pengukuran dalam kegiatan ini masih terbatas pada aspek pengetahuan dan tidak disertai kelompok pembandingan maupun pengamatan lanjutan. Oleh karena itu, diperlukan pembiasaan, edukasi berkelanjutan, dan pemantauan di lingkungan sekolah agar pengetahuan siswa dapat diterapkan menjadi perilaku hidup bersih dan sehat secara konsisten.

#### PENGAKUAN

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Tidar yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Sekolah, guru, serta seluruh siswa SD N 3 Kalirancang yang telah memberikan izin, dukungan, dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan sosialisasi interaktif mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga kegiatan pengabdian dan penyusunan artikel ini dapat terlaksana dengan baik.

#### DAFTAR REFERENSI

- Adnani, H., & Amyati, A. (2025). Sosialisasi dan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah. *Jurnal ABDIMAS Indonesia*, 3(2), 101-110.
- Anggraini, H. (2025). Determinasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah dasar. *Unisan Jurnal*, 4(4), 28-36.
- Anisa, N., & Ramadan, Z. H. (2021). Peran kepala sekolah dan guru dalam menumbuhkan perilaku hidup sehat pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 2263-2269.
- Apriella, S., Fadrianti, Y., Astuti, V. W., & Yanti, N. (2025). Edukasi Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Dengan Menggunakan Media Poster Dan Video Animasi Terhadap Perubahan

- Perilaku Ctps Siswa Di Sdn 14 Koto Panjang. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 8(1), 146-153.
- Dewi, N. N. S. K., Arnyana, I. B. P., & Margunayasa, I. G. (2023). Project based learning berbasis STEM: Meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan hasil belajar siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 6(1), 133–143.
- Hasibuan, K., Siregar, H. R. N., & Rangkuti, N. A. (2023). Penyuluhan dan praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan cuci tangan 6 langkah di SDN 200120 Padang Sidempunan tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan (Abdigermas)*, 1(1), 7–11.
- Istiqomah, R. 'A., Ainia, S., Yasmin, S., & Tauhidah, D. (2026). Pelatihan pembuatan sabun cair sederhana sebagai upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa kelas 5 Sekolah Dasar Negeri Ngaliyan 3. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 7(3), 766–775. <https://doi.org/10.63447/jpni.v7i3.1879>.
- Novika, N., Sayati, D., & Murni, N. S. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan PHBS. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, 7(2), 70–76.
- Nurdin, S. S. I., & Ahmad, Z. F. (2024). Peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan sosialisasi. *Mohuyula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 27–31.
- Putri, H. A., Naba, Q. M. A., Adrian, R., Salsabila, T. R., & Sudrazat, A. (2026). Penguatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Pendidikan Jasmani Di Sd Negeri Cilengkrang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Multi Disiplin*, 3(3), 20-25.
- Rianto, A. A. (2023). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah menengah pertama. *Jurnal Anestesi*, 1(4), 356-362.
- Salasanti, C. D., Hidayat, T., Aprilia, A. Y., & Nurviana, V. (2024, December). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat dalam mencegah penyakit menular pada siswa sekolah dasar. In *Bakti Tunas Husada Conference Series* (Vol. 2, pp. 42-46).
- Salsabillah, J., Triani, E., Herlina, W. O., Arsina, A., & Sinta, W. (2026). Optimalisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui edukasi kesehatan pada siswa sekolah. *Jurnal Akademik Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 569–578. <https://doi.org/10.61722/japm.v4i3.10291>.
- Sayati, D. S. (2024). Sosialisasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah. *Khidmah*, 6(2), 224-232.
- Situmeang, I. R., Tobing, J., Simanjuntak, M., Tobing, P., & Hutagalung, M. B. (2024). Penyuluhan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Jurnal IKRAITH-ABDIMAS*, 8(2), 240-243.

- Supriyatno, Tafiati, H., Syaifuddin, M. A., Sandi, F. A., Pratiwi, R., Laela, S., Tuasikal, S., Munajat, R., Diah P., A., Afifa, S., Tjandra, L., & Pramono, I. (2021). *Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah untuk penyelenggaraan pembelajaran pada masa pandemi COVID-19*.
- Toar, J., Jamil, J., Usuh, E. J., Lengkong, J. S. J., & Rotty, V. N. J. (2023). Peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang cuci tangan pakai sabun menggunakan media video dan gerak lagu. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(2), 673–680.
- World Health Organization. (2021). *Making every school a health-promoting school: Implementation guidance*. Geneva: World Health Organization.
- Wulandari, R., Jannah, S. R., Hakiki, M. R., Aminudin, & Rusdianan, N. (2025). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Cacingan Pada Siswa SD Negeri Matagara. *Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat (JURIBMAS)*, 4(1), 59-65.
- Yunasti, D., & Aspariyana, A. (2024). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS); studi SDN 013 Tanjungpinang Barat, Kota Tanjungpinang. *Jurnal Pengabdian Negeri*, 1(1), 28–36.