

## Implementation of Clean and Healthy Lifestyle Behavior in Elementary School Students

Rizqy Aiddha Yuniawati<sup>1\*</sup>, Inggil Wirya Pranata<sup>2</sup>, Nala Auna Robbika<sup>3</sup>, Galih Haryo Permadi<sup>4</sup>, Mochamad Nuril Anwar<sup>5</sup>, Rachel Ariela Davy Eka Putri<sup>6</sup>, Hikma Urwatil Wusqo<sup>7</sup>, Sausan Syahira Arsyie<sup>8</sup>, Nisrin Novel<sup>9</sup>, Sylvi Maria Fransisca<sup>10</sup>

Universitas Airlangga

**Corresponding Author:** Rizqy Aiddha Yuniawati

[rizqyaiddhayuniawati@gmail.com](mailto:rizqyaiddhayuniawati@gmail.com)

---

### ARTICLE INFO

*Keywords:* Clean and Healthy Lifestyle Behavior, Community Service, Elementary School, Socialization

*Received :* 10, March

*Revised :* 19, April

*Accepted:* 24, May

©2023 Yuniawati, Pranata, Robbika, Permadi, Anwar, Putri, Wusqo, Arsyie, Novel, Fransisca: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



### ABSTRACT

On July 20 2022, Community Service was held in the village of Kemuningsari Kidul, Jenggawah, Jember. To prevent various diseases, this community service aims to provide knowledge, understanding, and skills on how to live a clean and healthy life, especially for children in elementary schools. In this activity, students were given material on washing hands with running water and soap. This activity was continued with the best poster competition, where students were given masks and sanitizers. In this community service, site surveys, problem finding, outreach, provision of facilities, and evaluations are carried out. After evaluation, it can be interpreted that this activity can improve the understanding and skills of Kemuningsari Kidul 01 Elementary School students regarding Clean and Healthy Behavior.

---

## Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar

Rizqy Aiddha Yuniawati<sup>1\*</sup>, Inggil Wirya Pranata<sup>2</sup>, Nala Auna Robbika<sup>3</sup>, Galih Haryo Permadi<sup>4</sup>, Mochamad Nuril Anwar<sup>5</sup>, Rachel Ariela Davy Eka Putri<sup>6</sup>, Hikma Urwatil Wusqo<sup>7</sup>, Sausan Syahira Arsyie<sup>8</sup>, Nisrin Novel<sup>9</sup>, Sylvi Maria Fransisca<sup>10</sup>

Universitas Airlangga

**Corresponding Author:** Rizqy Aiddha Yuniawati

[rizqyaiddhayuniawati@gmail.com](mailto:rizqyaiddhayuniawati@gmail.com)

---

### ARTICLE INFO

*Kata Kunci:* Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Pengabdian Masyarakat, Sekolah Dasar, Sosialisasi

*Received :* 10, March

*Revised :* 19, April

*Accepted:* 24, May

©2023 Yuniawati, Pranata, Robbika, Permadi, Anwar, Putri, Wusqo, Arsyie, Novel, Fransisca: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



### ABSTRAK

Pada tanggal 20 Juli 2022, Pengabdian Masyarakat diadakan di desa Kemuningsari Kidul, Jenggawah, Jember. Untuk mencegah berbagai penyakit, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan tentang cara melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terutama pada anak-anak di sekolah dasar. Dalam kegiatan ini, siswa diberi materi tentang mencuci tangan dengan air yang mengalir dan sabun. Kegiatan ini dilanjutkan dengan kompetisi poster terbaik, di mana siswa diberi masker dan sanitizer. Dalam pengabdian kepada masyarakat ini, survei lokasi, penemuan masalah, sosialisasi, penyediaan sarana, dan evaluasi dilakukan. Setelah evaluasi, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa Sekolah Dasar Kemuningsari Kidul 01 tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

---

## PENDAHULUAN

COVID-19, atau virus corona, sudah menimbulkan kebingungan di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Kota Wuhan, Cina, adalah tempat virus pertama kali muncul pada akhir Desember 2019. Pada 2 Maret 2020, kasus ini pertama kali diumumkan secara resmi di Indonesia. COVID-19, atau virus corona, disebabkan oleh virus yang menyerang sistem pernapasan. Menurut Wati & Ridlo (2020), COVID-19 menyebar ke semua orang. Virus COVID-19 dapat menyebar melalui kontak langsung dengan penderita, droplet yang dikeluarkan saat batuk atau bersin, dan menyentuh benda yang terkontaminasi oleh virus dengan tangan (Indriawati & Darmawati, 2021). Pemerintah meminta masyarakat Indonesia untuk beradaptasi dengan pandemi COVID-19 dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yang mencakup menjaga kesehatan dan kekebalan tubuh, etika batuk, dan mencuci tangan dengan benar dan benar (Rahmatul Huda dan Zakiyah, 2018).

Jumlah penyakit di Indonesia cukup tinggi. Salah satu faktornya adalah kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga Kesehatan (Rahmat Kanro, Yasnani, 2017). Menurut penelitian *Frontiers of Health* tahun 2021 di Jawa Barat, tidak ada peningkatan yang signifikan atas peningkatan kesadaran masyarakat untuk menjaga kesehatan. Promosi kesehatan dianggap dapat meningkatkan perilaku hidup sehat (Khasanah, 2019).

Untuk merubah kebiasaan dan perilaku hidup sehat, siswa adalah sasaran yang sangat baik. Selain itu, siswa atau anak usia sekolah adalah usia yang rentan terhadap masalah kesehatan, yang dapat memengaruhi perkembangan dan proses pertumbuhan serta prestasi belajar mereka (Adriyansyah, 2017). Seharusnya, anak-anak dilatih untuk menjalani gaya hidup sehat. Pada kenyataannya, banyak anak usia sekolah tidak memahami pentingnya hidup sehat (Aswadi et al., 2017). Salah satu contohnya adalah membiasakan diri mencuci tangan dengan benar dan benar dengan menggunakan sabun dan air mengalir, menggunakan sanitizer, melakukan desinfeksi di rumah, dan memakai masker saat keluar rumah (Sugianto & Vasantan, 2020).

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan di Sekolah Dasar Kemuningsari Kidul yang berada di kecamatan Jenggawah kota Jember, Jawa Timur. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran anak-anak dan generasi penerus bangsa tentang pentingnya hidup bersih dan sehat; meningkatkan kesadaran anak-anak sekolah tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat; dan mengubah anak-anak menjadi lebih baik. Dalam kegiatan ini, siswa diberi materi tentang mencuci tangan dengan air yang mengalir dan sabun. Kegiatan ini dilanjutkan dengan kompetisi poster terbaik, di mana siswa diberi masker dan sanitizer. Anak-anak yang memiliki kesehatan yang baik akan tumbuh dengan optimum, sesuai dengan standar kesehatan anak, yang mencakup pertumbuhan fisik dan mental secara keseluruhan dan perkembangan yang sesuai dengan usia mereka (Andriansyah & Rahmantari, 2013). Anak-anak dengan kesehatan yang baik juga akan tampak ceria, semangat, dan aktif (Candrawati & Widiani, 2015).

Diharapkan anak-anak SD akan lebih memahami bahaya COVID-19 dan metodologi pencegahan dalam kegiatan sehari-hari. Poster yang menarik digunakan untuk mengajarkan perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan pemahaman tentang bahaya COVID-19 dan cara mencegahnya (Ningsih et al., 2019).

## **PELAKSANAAN DAN METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Sekolah Dasar Kemuningsari Kidul 01 Jenggawah, di kabupaten Jember, Jawa Timur pada tanggal 20 Juli 2022. Sasaran peserta dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa-siswi kelas kelas 3 dan 4 Sekolah Dasar dengan jumlah peserta sebanyak 75 siswa. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk meningkatkan kesadaran anak-anak tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu:

- a. Survey lokasi dan identifikasi masalah: kegiatan ini dilakukan sebelum tim pengabdian melakukan pengabdian kepada masyarakat.
- b. *Pretest*: untuk menguji pengetahuan yang sudah dimiliki oleh para siswa sebelum tim pengabdian kepada masyarakat melakukan sosialisasi.
- c. Sosialisasi materi: pemaparan materi kepada siswa di sesuaikan dengan gaya bahasa yang menyenangkan dan mudah dipahami sehingga materi dapat ditangkap dengan baik.
- d. *Posttest*: untuk menguji pengetahuan yang dimiliki oleh para siswa setelah mendapatkan pemaparan dari tim pengabdian kepada masyarakat.
- e. Praktek cuci tangan: mempraktekkan mencuci tangan yang baik dan benar untuk mencegah bakteri dan kuman yang terdapat di tangan.
- f. Lomba poster PHBS: para siswa-siswi diminta untuk menggambar Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sesuai pengetahuan mereka, kemudian poster terbaik akan mendapatkan hadiah dari tim pengabdian kepada masyarakat berupa satu lusin buku tulis.
- g. Pemberian prasarana: untuk mendukung pengimplementasikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat berupa pemberian masker dan hand sanitizer.
- h. Evaluasi: hal ini bertujuan untuk mengetahui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini apakah masih memiliki kekurangan dalam pelaksanaannya, diharapkan dengan adanya evaluasi ini kegiatan pengabdian kepada masyarakat ke depannya akan jauh lebih baik dalam segala hal.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sekolah Dasar Kemuningsari Kidul 01 Jenggawah di Kabupaten Jember memiliki 75 siswa yang mengikuti program edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilakukan pada tanggal 20 Juli 2022. Dalam pengabdian masyarakat ini, materi yang diberikan seperti mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun. Selama sesi ini, anak-anak dididik tentang cara mencuci tangan dengan baik dan benar, dan mereka kemudian mempraktikkannya. Sesi selanjutnya adalah lomba membuat poster

terbaik yang berisi Perilaku Hidup Bersih and Sehat. Sesi selanjutnya adalah pemberian prasarana oleh tim pengabdian masyarakat sebagai sarana untuk mendukung implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, yaitu pemberian masker dan sabun tangan.

Hasil yang dicapai dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar, Jember adalah sebagai berikut:

#### *Distribusi Peserta Berdasarkan Usia*

Table 1. Distribusi Usia Peserta

Usia	Jumlah	Presentase
10 tahun	25	34%
11 tahun	50	66%
Total	75	100%

Berdasarkan Tabel 1 diatas diperoleh informasi bahwa peserta kegiatan pengabdian masyarakat Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar, Jember mayoritas berusia 11 tahun (66%). Sedangkan sisanya berusia 10 tahun (34%).

#### *Distribusi Peserta Berdasarkan Jenis Kelamin*

Table 2. Distribusi Jenis Kelamin Peserta

Usia	Jumlah	Presentase
Laki-laki	30	40%
Perempuan	45	60%
Total	75	100%

Berdasarkan Tabel 2 diatas diperoleh informasi bahwa peserta kegiatan pengabdian masyarakat Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar, Jember mayoritas berjenis kelamin Perempuan (60%).

#### *Evaluasi Perubahan Penilaian Tingkat Pengetahuan*

Table 3. Evaluasi Perubahan Penilaian Tingkat Pengetahuan

No	Perubahan Penilaian	Jumlah	Presentase
1	Pengetahuan Turun	0	0,00
2	Pengetahuan Tetap	5	6,67
3	Pengetahuan Naik	70	93,33
<b>Total</b>		<b>75</b>	<b>100,00</b>

Berdasarkan Tabel 3. diatas, diperoleh informasi bahwa hasil evaluasi penilaian pengetahuan para peserta pengabdian masyarakat menurut hasil evaluasi penilaian *pretest* dan *posttest* diketahui hampir sebagian besar para peserta mengalami peningkatan pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (93,33%). Sedangkan para peserta yang memiliki hasil akhir *posttest* dan *pretest* dengan pengetahuan tetap adalah sebanyak 5 orang (6,67%). Ini menunjukkan bahwa semula para peserta telah mendapatkan nilai 100 dan setelah selesai pemaparan materi juga mendapatkan nilai 100. Hal ini menandakan telah terjadi peningkatan pengetahuan yang lebih baik setelah adanya pemaparan materi dari tim pengabdian masyarakat.

Dalam program pengabdian masyarakat, Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bertujuan untuk memberikan pemahaman, pengetahuan, dan ilmu tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta pentingnya menerapkannya sejak awal.



Gambar 1. Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat



Gambar 2. Lomba Poster

## KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar, adalah sebagai berikut:

1. Peserta pengabdian kepada masyarakat mayoritas berusia 11 tahun (66%).
2. Peserta pengabdian kepada masyarakat mayoritas berjenis kelamin perempuan (60%).
3. Hasil penilaian pretest dan posttest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta meningkatkan pengetahuan mereka tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (93,33%). Namun, ada lima peserta (6,67%) yang memiliki pengetahuan tetap setelah dan setelah tes. Ini menunjukkan bahwa semula para peserta telah mendapatkan nilai 100 dan setelah selesai pemaparan materi juga mendapatkan nilai 100.

Berdasarkan hasil kegiatan, maka rekomendasi bagi para siswa-siswi harus belajar mengimplemetasikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah dan menjadi panutan bagi siswa lain, terutama siswa kelas satu dan dua. Mereka juga harus tahu bagaimana menggunakan pengetahuan mereka di luar sekolah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa karena artikel ini dapat diselesaikan dengan izin dan rahmat-Nya. Artikel yang berjudul Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar Kemuningsari Kidul, Jember ditulis sebagai bagian dari pengabdian masyarakat yang sudah dilakukan. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang berkontribusi pada pelaksanaan acara pengabdian masyarakat. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah dan guru-guru di Sekolah Dasar Kemuningsari Kidul di Jenggawah, Jember, yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk mengambil bagian dalam kegiatan yang berkaitan dengan pengabdian masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriyansyah, A. A. (2017). Implementasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Di Sekolah Dasar Negeri. *Implementasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Di Sekolah Dasar Negeri*, 1(2), 87-95.
- Andriansyah, Y., & Rahmantari, D. N. (2013). Penyuluhan Dan Praktik Phbs ( Perilaku Hidup Bersih. *Inovasi Dan Kewirausahaan*, 2(1), 45-50.
- Aswadi, Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati. (2017). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Siswi SDK Rita Pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-Sihah : Public Health Science Journal*, 9(2), 187-196.
- Candrawati, E., & Widiani, E. (2015). Pelaksanaan Program UKS dengan

- Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 3(1), 15-23.
- Indriawati, R., & Darmawati, I. (2021). Peningkatan Pengetahuan PHBS di Era Covid19. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 5(2), 458-465.
- Ningsih, E., Purwaningsih, D. Y., Udyani, K., Budianto, A., & Zuchrilah, D. R. (2019). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sejak Dini dan Pemberian Fasilitas Kebersihan di SD Negeri 1 Bangeran. *JPP IPTEK (Jurnal Pengabdian Dan Penerapan IPTEK)*, 3(1), 7-14. <https://doi.org/10.31284/j.jpp-iptek.2019.v3i1.488>
- Rahmat Kanro, Yasnani, S. kamiluddin S. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar Negeri 08 Moramo Utara Desa Wawatu Kecamatan Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1-14.
- Rahmatul Huda dan Zakiyah. (2018). Prosiding Hasil-Hasil Pengabdian kepada Masyarakat Tahun 2018 Dosen-Dosen Universitas Islam Kalimantan. *Sosialisasi Tentang Etika Jual Beli Secara Online (Perspektif Hukum Ekonomi Syariah)*, 181-187.
- Sugianto, H. A. T., & Vasantan, P. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Peningkatan Kapital Spiritual. *SHARE "SHaring - Action - REflection,"* 6(1), 13-17. <https://doi.org/10.9744/share.6.1.13-17>
- Wati, P. D. C. A., & Ridlo, I. A. (2020). Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 47. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.47-58>