

## Penyuluhan dan Praktik PHBS Di Sekolah Dasar Inpres RSS Oesapa Dalam Mewujudkan Masyarakat Bebas Diare

Agnes Rantesalu<sup>1\*</sup>, Ni Ketut Yuliana Sari<sup>2</sup>, Aldiana Astuti<sup>3</sup>, Novian Agni Yudhaswara<sup>4</sup>,  
Marni Tangkelangi<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Poltekkes Kemenkes Kupang, Kupang

Email: [agnesransh@gmail.com](mailto:agnesransh@gmail.com)<sup>1\*</sup>

### Abstrak

Kegiatan pemeriksaan serta edukasi kesehatan mengenai diare dan penerapan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan Sekolah Dasar memiliki peran yang penting dalam mewujudkan lingkungan dari sekolah dan desa yang sehat, khususnya di SD Inpres RSS Oesapa. Kegiatan pengabdian ini ditujukan untuk memperluas pemahaman serta meningkatkan kesadaran dari para siswa mengenai bahaya diare serta pentingnya PHBS, sehingga dapat mendukung terwujudnya lingkungan sekolah dan desa yang sehat. Siswa kelas enam dipilih sebagai sasaran karena berada pada usia ideal untuk membentuk kebiasaan menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Pelaksanaan pengabdian dilakukan melalui penyuluhan kesehatan dan praktik PHBS. Kegiatan diawali dengan pendirian stand kesehatan sederhana dan pendaftaran untuk mengidentifikasi perilaku berisiko yang berhubungan dengan diare. Selanjutnya dilakukan pre-test, edukasi oleh dosen dan mahasiswa Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Kupang, praktik cuci tangan yang benar, pemasangan poster edukasi, serta post-test guna menilai sejauh mana terjadi peningkatan pemahaman siswa. Kegiatan dilaksanakan pada September 2025 ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa mengenai bahaya diare dan tata cara penerapan PHBS, terutama pada pelaksanaan cuci tangan yang dilakukan dengan tepat dan sesuai prosedur. Antusiasme siswa tinggi, mereka mampu mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan di sekolah efektif dalam meningkatkan kesadaran perilaku hidup bersih. Untuk mencapai kondisi sekolah dan desa sehat secara berkelanjutan, diperlukan kerja sama antara pihak sekolah, masyarakat, dan institusi pendidikan kesehatan. Poltekkes Kemenkes Kupang dan SD Inpres RSS Oesapa diharapkan dapat terus menjalin kemitraan dalam memfasilitasi, melanjutkan, serta memantau program PHBS agar perilaku bersih dan sehat dapat diterapkan secara konsisten oleh seluruh siswa dan masyarakat sekitar.

**Keywords:** Diare, PHBS, Sekolah dasar, Siswa

### PENDAHULUAN

Kesehatan didefinisikan sebagai suatu kondisi keadaan sejahtera yang mencakup dimensi fisik, mental, spiritual, serta sosial, sehingga memungkinkan individu menjalankan aktivitas secara produktif dalam aspek sosial maupun ekonomi. Kesehatan mencerminkan suatu kondisi yang menyeluruh, bukan sekadar terbebas dari penyakit, melainkan juga mampu mendukung produktivitas individu. Derajat kesehatan dipengaruhi oleh empat determinan meliputi empat faktor pokok, yakni kondisi lingkungan, pola perilaku, aspek genetik, serta layanan kesehatan. Di antara berbagai faktor tersebut, perilaku menjadi komponen yang paling menentukan dalam pencapaian status kesehatan, terutama terkait implementasi Upaya penerapan kebiasaan hidup bersih dan sehat pada level pribadi, keluarga, serta dalam kehidupan bermasyarakat

PHBS merupakan upaya strategis untuk mencapai derajat kesehatan optimal. Kondisi sehat memerlukan proses yang berkelanjutan, mulai dari perubahan perilaku yang kurang sehat menjadi lebih sehat, hingga terciptanya lingkungan yang mendukung. Upaya tersebut harus dimulai dari internalisasi pola pikir sehat pada masyarakat sebagai langkah awal yang bersumber dari kesadaran diri. Namun, tingkat pemahaman masyarakat tentang PHBS masih rendah, dipengaruhi oleh keterbatasan informasi dan minimnya fasilitas pendukung (1).

Anak usia sekolah merupakan salah satu sasaran penting dalam implementasi PHBS di institusi pendidikan karena jumlahnya yang besar dalam populasi serta perannya sebagai generasi penerus bangsa (2,3,4). Pembiasaan perilaku hidup bersih sejak dini sangat diperlukan agar anak mampu menerapkannya secara konsisten. Anak-anak di lingkungan sekolah memiliki kerentanan tinggi terhadap masalah kesehatan masyarakat, sehingga perlu diberikan pembinaan untuk membentuk perilaku pencegahan (5). Ketika berada di sekolah, anak seringkali tidak mampu mengontrol perilakunya, misalnya makan atau bermain tanpa pengawasan, sehingga lebih rentan terhadap penyakit seperti diare dan kecacingan. Data menunjukkan bahwa persentase anak sekolah yang melakukan cuci tangan dengan benar masih tergolong rendah, yakni hanya sekitar 47% pada tahun 2013 (6). Edukasi serta penerapan PHBS di sekolah diharapkan dapat menurunkan kejadian penyakit tersebut (7).

Keberhasilan penerapan PHBS di sekolah sangat dipengaruhi oleh kesadaran warga sekolah serta tersedianya sarana dan prasarana pendukung (8,9,10). SD Inpres RSS Oesapa, yang terletak di wilayah Kecamatan Kelapa Lima pada Kota Kupang yang merupakan satu dari beberapa lembaga pendidikan tingkat dasar yang masih menghadapi tantangan dalam penerapan PHBS. Berdasarkan hasil survei, pada musim hujan sekolah tersebut sering mengalami lonjakan kasus diare, penyakit kulit, dan gangguan kesehatan lainnya. Faktor pemicu utamanya adalah genangan air di sekitar sekolah serta masih rendahnya kesadaran hidup bersih pada siswa.

Salah satu upaya preventif yang diperlukan adalah memperkenalkan perilaku hidup bersih kepada siswa sejak dini dengan harapan dapat diterapkan pula di lingkungan rumah. Kerentanan anak terhadap masalah kesehatan tidak hanya disebabkan makanan yang kurang higienis di sekolah, tetapi juga perilaku sehari-hari yang belum sesuai standar kebersihan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan mencakup penyuluhan mengenai perilaku hidup sehat kepada siswa kelas VI serta pemberian fasilitas kebersihan berupa tempat cuci tangan guna mendukung pelaksanaan PHBS di sekolah. Upaya ini diharapkan mampu meningkatkan penerapan kebiasaan hidup yang bersih sekaligus menurunkan risiko masalah kesehatan, khususnya pada musim hujan, di wilayah SD Inpres RSS Oesapa.

## **METODE KEGIATAN**

Kegiatan ini dilakukan melalui pendirian stand kesehatan, pemberian edukasi, serta praktik cuci tangan menggunakan sabun kepada siswa-siswi SD Inpres RSS Oesapa. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Agustus hingga September 2025 dengan melibatkan 79 peserta dari

kalangan siswa SD. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan proses perizinan dan persetujuan dari Kepala Sekolah, kemudian dilanjutkan dengan koordinasi bersama guru dan staf untuk menentukan jadwal pelaksanaan. Pada hari kegiatan, acara dibuka secara resmi oleh Ketua bersama Kepala Sekolah, kemudian dilanjutkan dengan pre-test yang bertujuan mengukur pemahaman awal siswa mengenai PHBS. Kemudian disampaikan materi pembelajaran mengenai PHBS, bahaya diare, serta upaya pencegahannya. Selanjutnya dilakukan post-test sebagai evaluasi peningkatan pengetahuan, diikuti dengan praktik mencuci tangan yang benar. Rangkaian kegiatan ditutup dengan sesi ramah tamah, pembuatan laporan pengabdian kepada masyarakat, serta publikasi hasil kegiatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini berfokus di siswa maupun siswi dari kelas VI SD Inpres RSS Oesapa yang berjumlah 79 orang. Seluruh rangkaian kegiatan sudah melewati beberapa kegiatan perencanaan, jadi bisa dilaksanakan berdasarkan jadwal yang telah dibuat bersama pihak sekolah. Pelaksanaan penyuluhan turut didampingi oleh tiga orang mahasiswa dari Program Studi Diploma Tiga Teknologi Laboratorium Medis serta dua perwakilan dari SD Inpres RSS Oesapa, yaitu wakil kelas VI dan Kepala Sekolah, yang berperan dalam memfasilitasi dan mendukung kelancaran kegiatan.



**Gambar 1.** Kolaborasi tim pengabdian masyarakat dengan pihak SD Inpres RSS Oesapa

Sebelum kegiatan penyuluhan dimulai, ruang kelas telah ditata agar nyaman digunakan, spanduk telah dipasang, dan peralatan seperti LCD serta laptop disiapkan dengan baik. Penyuluhan diawali dengan pendirian stand pemeriksaan, kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan pre-test melalui pemberian sejumlah pertanyaan terkait diare kepada 79 siswa yang menjadi peserta kegiatan.



**Gambar 2.** Kegiatan di ruang kelas VI SD Inpres RSS Oesapa

Setelah para siswa menyelesaikan kegiatan pretest, selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan selama kira-kira satu jam, disertai sesi diskusi dan tanya jawab, menggunakan metode ceramah yang dipilih karena dinilai efektif untuk memfasilitasi proses

belajar mengajar serta membantu fasilitator menjelaskan materi secara jelas. Untuk menarik minat siswa, penyampaian materi didukung oleh pembelajaran menggunakan media yang memanfaatkan ilustrasi relevan serta ditampilkan melalui infokus. Selama berlangsungnya penyuluhan, terlihat adanya terjalin interaksi yang aktif antara peserta dan fasilitator, yang tercermin dari banyaknya pertanyaan siswa terkait materi maupun pengalaman mereka sendiri yang menunjukkan tingginya rasa ingin tahu mereka mengenai topik diare.

Setelah kegiatan penyuluhan selesai, dilakukan kuis sebagai evaluasi untuk menilai peningkatan pengetahuan siswa mengenai PHBS pada anak usia sekolah dasar. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa SD Inpres RSS Oesapa, yakni kemampuan menjawab soal yang sama meningkat dari 70% menjadi 90%. Peningkatan ini juga tercermin dari respon siswa selama sesi diskusi dan tanya jawab, di mana sebagian besar mampu memberikan jawaban yang tepat terkait materi diare. Siswa telah memahami cara mencegah terjadinya diare melalui penerapan PHBS, langkah yang perlu dilakukan apabila diare sudah terjadi, dampak yang dapat timbul akibat diare, serta jenis nutrisi yang dianjurkan untuk membantu pemulihan saat mengalami diare.

Temuan dari pengabdian ini konsisten jika dibandingkan penelitian-penelitian sebelumnya, dimana diperlihatkan adanya peningkatan nilai rata-rata pengetahuan siswa sebelum dan setelah diberikan leaflet (Suwarno, S.; Shaluhiyah, Z.; Prabamurti, 2017). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hannanti dan kolega, bahwa peserta yang menerima leaflet mengalami peningkatan pemahaman yang jelas setelah pemanfaatan media (Hannanti, H., Ilmi, I.M.B., & Syah, 2021). Selain itu, Barik dan rekan-rekan (2019) mengemukakan leaflet, sebagai satu dari beberapa media untuk promosi kesehatan yang tradisional, bisa dimanfaatkan untuk menjangkau populasi yang luas. Cara ini efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan dan memiliki peran penting dalam peningkatan pengetahuan sekaligus memotivasi masyarakat untuk mengubah perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat.

Dalam kajian psikologi sosial, sikap individu memiliki keterkaitan yang kuat berdasarkan tingkat pemahaman yang dimilikinya. Tanggapan terhadap objek yang bersangkutan mencerminkan pemahaman seseorang mengenai objek tersebut. Mengacu pada teori adaptasi, pemahaman baik dapat mempengaruhi terbentuknya perilaku positif dan sikap pada individu (Silalahi, C., Lampus, B., Akili, R., Sam, U., Manado, 2013). Pada pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, tidak ada ditemukan hambatan berarti yang dapat mengganggu kelancaran proses kegiatan.



**Gambar 3.** Pemberian materi penyuluhan cuci tangan kelas VI SD Inpres RSS Oesapa

Selama ini, para siswa di SD Inpres RSS Oesapa memang telah sering memperoleh informasi mengenai PHBS dan diare. Namun, hanya sebagian kecil yang benar-benar memahami praktik PHBS yang tepat, faktor penyebab terjadinya diare, serta langkah pencegahan dan penanganannya. Melalui kegiatan penyuluhan yang diberikan, wawasan siswa terkait penyakit diare menjadi lebih komprehensif dan mendalam

## **KESIMPULAN**

Temuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini memperlihatkan peningkatan pemahaman siswa kelas VI SD Inpres RSS Oesapa mengenai PHBS dan penyakit diare. Siswa mampu menjelaskan kembali konsep PHBS secara akurat. Harapannya, setelah kegiatan tersebut, siswa mampu menerapkan PHBS secara tepat sehingga dapat mencegah terjadinya diare, khususnya pada kelompok remaja di tahap berikutnya. Untuk kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya, disarankan adanya pengembangan atau modifikasi pada metode pemberdayaan yang digunakan, misalnya dengan memvariasikan metode ceramah serta mengintegrasikan pendekatan seperti team game tournament agar aktivitas menjadi lebih menarik. Selain itu, media edukasi juga dapat diperluas dengan menambahkan media komik, video, atau bentuk media pembelajaran lain guna meningkatkan efektivitas penyampaian materi.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kami menyampaikan apresiasi kepada Poltekkes Kemenkes Kupang berkat dukungan yang diterima, pelaksanaan kegiatan ini berjalan sukses. Ucapan terimakasih juga ditujukan untuk mahasiswa Program Studi Teknologi Laboratorium Medis yang berperan aktif dalam pelaksanaan kegiatan, serta kepada mitra, yaitu Pihak Kepala Sekolah, guru-guru, dan siswa-siswi SD Inpres RSS Oesapa atas partisipasi yang telah diberikan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adriansyah, A. A., & Firdausi, N. J. (2018). Implementasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Di Sekolah Dasar Negeri (Sdn) Lengkong 1, Desa Lengkong, Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. *Community Development Journal*, 1(2)
- Akbar, F., Adiningsih, R., Nurhidayah DN., Islam, F. (2023). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Sanitasi Profesional Indonesia*, 4 (1), 44-53.
- Alia, C., Muda, K., & Handayani, R. (2021). Health Education About the Important of Clean and Healthy Living Behaviors ( Phbs ) And Balance Nutrition In Kampung Lembah Duhur , Bogor. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/2722-2055>.
- Aswadi, A., Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati, S. (2017). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa-siswi SDK Rita pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-sihah: The Public Health Science Journal*, 9(2).
- Fannya, P., Indawati, L., Studi, P., Medis, R., Kesehatan, I., & Kesehatan, I.-I. (2020). Analisis Pemecahan Masalah Rendahnya Cakupan PHBS di Wilayah Kerja Dinas

- Kesehatan Kota Payakumbuh. *Health Information Management Journal* ISSN, 8(1), 2655–9129.
- Fatmawati, T., Jambi, N. S.-J. P., & 2016, U. (2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Santri Pondok Pesantren As' ad dan Pondok Pesantren Al Hidayah. *Online Journal.Unja.Ac.Id*, 1, 29–35.
- Hadiyanto, H. (2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Keluarga di Posdaya AlFadillah. *Surya (Jurnal Seri Pengabdian kepada Masyarakat)*, 2(1), 89–100.
- Hestiyantari, D. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa di SDN Gerendong 1 dan SDN Gerendong 2, Kecamatan Keroncong Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 2(3), 504–512.  
<https://journal.ipb.ac.id/index.php/pim/article/view/31320/19987>
- Julianti, R., & Nasirun, H. M. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11–17.
- Wijayanti, R. A., Nuraini, N., & Restuti, A. N. S. (2016). Pemberian Sarana Penunjang Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMP Islam Mahfilud Duror Jelbuk. Dipresentasikan pada Seminar Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Dana BOPTN Tahun 2016.