



SOSIALISASI POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SD INPRES 1 DESA LISABATA KECAMATAN TANIWEL KABUPATEN SERAM BAGIAN BARAT

Mike J. Rolobessy^{1*}, Rusmini², Renansia Makdalena Bungyanan³, Fachrozy Basalama⁴,
Selpina Onaola⁵, Salamdin Ramadhan Tuasikal⁶, Dian Ode⁷, Asri Januarti⁸, Frolince
Yolanda Ralalahu⁹, Rusdi¹⁰, Fiona Frenska Sabono¹¹, Alan Noris Lelau¹²

^{1*} Universitas Pattimura, Email : Mikeyurnida@gmail.com

² Universitas Pattimura, Email : Minican28@gmail.com

³ Universitas Pattimura, Email : Renansibungyanannansya@gmail.com

⁴ Universitas Pattimura, Email : Ozhybasalama19@gmail.com

⁵ Universitas Pattimura, Email : Selpinaeppy@gmail.com

⁶ Universitas Pattimura, Email : Dinotuasikal01@gmail.com

⁷ Universitas Pattimura, Email : Dianode2802@gmail.com

⁸ Universitas Pattimura, Email : Asrijanuarti4@gmail.com

⁹ Universitas Pattimura, Email : Rolinceyolanda@gmail.com

¹⁰ Universitas Pattimura, Email : Edirusdi95@gmail.com

¹¹ Universitas Pattimura, Email : Frenkasabono@gmail.com

¹² Universitas Pattimura, Email : alanlelau9@gmail.com

*email koresponden: Mikeyurnida@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.62567/jpi.v2i2.2546>

Abstract

Lack of knowledge about Clean and Healthy Lifestyle (PHBS) among elementary school students is a fundamental health problem that can hinder children's growth and development. This community service activity aims to increase students' awareness and practical skills in implementing PHBS at SD Inpres 1 Lisabata Village, Taniwel District, West Seram Regency, which was held on April 16, 2026. The activity involved 20–40 students aged 7–12 years and was carried out through interactive methods in the form of short lectures, discussions, questions and answers, and direct practice. The material presented included correct handwashing techniques, the habit of disposing of waste in its place, the importance of regular exercise, the dangers of cigarette smoke, and preventing mosquito larvae. The results of the activity showed that students actively participated and experienced an increase in understanding of the PHBS concept and were able to practice handwashing correctly.

Keywords: Clean and Healthy Living (PHBS), Socialization, Elementary School Students, Community Service.

Abstrak

Kurangnya pengetahuan mengenai Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di kalangan siswa sekolah dasar merupakan permasalahan kesehatan mendasar yang dapat menghambat tumbuh kembang anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan kesadaran dan keterampilan praktis siswa dalam menerapkan PHBS di SD Inpres 1 Desa Lisabata, Kecamatan Taniwel, Kabupaten Seram Bagian Barat, yang dilaksanakan pada 16 April 2026. Kegiatan melibatkan 20–40 siswa usia 7–12 tahun dan



dilaksanakan melalui metode interaktif berupa ceramah singkat, diskusi, tanya jawab, dan praktik langsung. Materi yang disampaikan meliputi teknik cuci tangan yang benar, kebiasaan membuang sampah pada tempatnya, pentingnya olahraga rutin, bahaya asap rokok, serta pencegahan jentik nyamuk. Hasil kegiatan menunjukkan siswa aktif berpartisipasi dan mengalami peningkatan pemahaman tentang konsep PHBS serta mampu mempraktikkan cuci tangan dengan benar.

Kata Kunci: Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Sosialisasi, Siswa Sekolah Dasar, Pengabdian Masyarakat.

1. PENDAHULUAN

Pembentukan kebiasaan hidup sehat sejak usia dini merupakan investasi jangka panjang bagi kualitas generasi bangsa. Siswa-siswi sekolah dasar berada ditahap pertumbuhan yang sangat kritis, di mana pola hidup yang terbentuk akan terbawa dan bertahan sampai mereka menginjak usia dewasa (Depkes RI, 2019). Oleh karena itu, pembiasaan Hidup Bersih di lingkungan sekolah menjadi sangat strategis sebagai bagian dari pendidikan karakter dan kesehatan. Program PHBS merupakan upaya pemerintah untuk mendorong individu, keluarga, dan kelompok masyarakat agar sadar, mau, dan mampu menjalankan perilaku hidup bersih dan sehat secara mandiri. Di lingkungan sekolah, implementasi PHBS meliputi sejumlah faktor seperti kebersihan diri, konsumsi makanan sehat, aktivitas fisik, serta sanitasi lingkungan. Penelitian mengunjukkan bahwa penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak sekolah berperan dalam meningkatkan perilaku kesehatan serta mencegah terjadinya penyakit, seperti diare. Upaya pencegahan penyakit ini berkontribusi pada penurunan angka kesakitan siswa, sehingga kondisi kesehatan yang baik dapat mendukung konsentrasi dan kemampuan belajar (Putri Permana et al., 2025). Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Pattimura merupakan program yang dibentuk oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) sebagai wahana bagi mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan secara langsung kepada masyarakat melalui pengalaman belajar di lapangan. Kegiatan ini bertujuan membentuk sikap mandiri dan tanggung jawab mahasiswa, sekaligus mendorong mereka untuk mengidentifikasi permasalahan nyata dan memberikan solusi bagi masyarakat sekitar, selaras dengan penerapan tri dharma perguruan tinggi, terutama pengabdian kepada masyarakat (Suhendy et al., 2023).

Selama pelaksanaan KKN di Desa Lisabata, Kecamatan Taniwel, Kabupaten Seram Bagian Barat, tim mahasiswa melakukan observasi awal pada 15 April 2026 sekaligus membuat perizinan kepada pihak sekolah untuk melakukan program kegiatan edukasi. Dari hasil observasi tersebut, ditemukan fakta bahwa sebagian besar siswa SD Inpres 1 Desa Lisabata belum memahami dan menerapkan PHBS dengan baik, termasuk dalam hal cara mencuci tangan yang benar. Kondisi ini berpotensi memperbesar peluang penularan penyakit di lingkungan sekolah, seperti diare, penyakit kulit, dan infeksi saluran pernapasan yang erat kaitannya dengan kebiasaan kebersihan yang buruk (Banun, 2016).

Berdasarkan permasalahan tersebut, kelompok KKN Universitas Pattimura berinisiatif melaksanakan kegiatan sosialisasi PHBS di SD Inpres 1 Desa Lisabata pada tanggal 16 April 2026. Kegiatan ini bertujuan mengedukasi siswa mengenai pentingnya PHBS agar diterapkan dalam aktivitas sehari-hari, baik di rumah maupun di sekolah.

A. Analisis Situasi

1. Rendahnya pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pola hidup sehat.
2. Terbatasnya pemahaman siswa tentang cara mencuci tangan yang benar dan tepat.

B. Tujuan Kegiatan:

1. Membimbing dan meningkatkan potensi siswa dalam menerapkan gaya hidup sehat.
2. Mengajarkan siswa cara mencuci tangan dengan benar sesuai prosedur yang berlaku.

2. METODE PENGABDIAN

Kegiatan sosialisasi PHBS ini dilaksanakan di SD Inpres 1 Desa Lisabata, Kecamatan Taniwel, Kabupaten Seram Bagian Barat pada tanggal 16 April 2026, pukul 10.00 WIT hingga selesai. Sasaran



kegiatan adalah siswa-siswi berusia 7-12 tahun sebanyak 20-40 orang, mengingat usia tersebut merupakan periode kritis pembentukan kebiasaan yang akan menetap seumur hidup (BEck, 2024). Kegiatan berlangsung dalam satu sesi utama dengan durasi $\pm 60-90$ menit di ruang terbuka sekolah. Pendekatan yang digunakan adalah metode interaktif partisipatif, yakni metode yang mendorong keterlibatan aktif siswa selama proses kegiatan berlangsung. Metode ini dipilih karena terbukti lebih efektif dalam menanamkan pemahaman dan perubahan perilaku dibandingkan metode ceramah satu arah (Rikawati & Sitinjak, 2020). Berikut adalah prosedur pelaksanaan kegiatan:

A. Tahap Persiapan

Sehari sebelum pelaksanaan, tim KKN melakukan survei lokasi ke SD Inpres 1 Desa Lisabata sekaligus meminta izin resmi kepada pihak sekolah. Pada tahap ini juga dilakukan identifikasi awal kondisi kebersihan sekolah dan tingkat pengetahuan siswa tentang PHBS melalui pengamatan langsung. Tim menyiapkan materi sosialisasi, alat peraga (poster dan demonstrasi langsung), serta bahan praktik cuci tangan berupa sabun dan air bersih.

B. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan melalui beberapa metode yang disesuaikan dengan usia dan kemampuan pemahaman siswa sekolah dasar, yaitu:

1. Ceramah singkat dan diskusi interaktif mengenai materi PHBS.
2. Tanya jawab untuk mengukur pemahaman awal dan akhir siswa.
3. Demonstrasi dan praktik langsung cuci tangan menggunakan sabun.
4. Pemutaran lagu cuci tangan untuk mempermudah hafalan langkah-langkahnya.

Materi yang disampaikan dalam sosialisasi mencakup tujuh aspek utama PHBS, yaitu:

1. Teknik sanitasi tangan dengan sabun,
2. Konsumsi makanan dan minuman yang bergizi dan higienis
3. Penggunaan jamban yang bersih dan sehat
4. Pembuangan sampah pada tempatnya
5. Bahaya asap rokok bagi kesehatan
6. Pentingnya olahraga rutin bagi kebugaran tubuh
7. Pencegahan penyakit melalui pemberantasan jentik nyamuk

C. Tahap Observasi dan Evaluasi

Selama kegiatan berlangsung, tim KKN melakukan observasi langsung terhadap antusiasme, keaktifan, dan kemampuan siswa dalam mempraktikkan materi yang disampaikan. Evaluasi dilakukan secara informal melalui pengamatan dan tanya jawab lisan untuk menilai sejauh mana siswa memahami dan mampu mempraktikkan PHBS, khususnya teknik cuci tangan yang benar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi PHBS di SD Inpres 1 Desa Lisabata Berlangsung sukses dan mendapat sambutan baik dari siswa maupun pihak sekolah. Sebanyak 20–40 siswa hadir dan berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan. Antusiasme siswa Tercermin dari partisipasi aktif mereka dalam sesi tanya jawab dan praktik langsung cuci tangan. Sebelum kegiatan dimulai, sebagian besar siswa belum mengetahui tahapan dalam mencuci tangan yang benar sesuai anjuran kesehatan. Namun setelah mendapatkan demonstrasi dan praktik langsung, siswa mampu mengikuti dan mengulangi gerakan cuci tangan enam langkah dengan benar. Hal ini sejalan dengan temuan Dewi (2022) yang menyatakan bahwa siswa sekolah dasar dapat berhasil mempraktikkan cuci tangan yang benar apabila diajarkan melalui pendekatan yang tepat dan interaktif. Selain cuci tangan, siswa juga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya membuang sampah pada tempatnya, menjaga kebersihan lingkungan kelas, dan menghindari jajan sembarangan. Beberapa siswa secara sukarela menjawab pertanyaan yang diberikan oleh tim sosialisasi dengan antusias, menandakan adanya penyerapan materi yang cukup baik meski kegiatan berlangsung dalam satu sesi.

Dari sisi pelaksanaan, metode interaktif yang digunakan terbukti efektif dalam menarik perhatian dan meningkatkan pemahaman siswa. Penggunaan lagu cuci tangan membantu siswa menghafal urutan langkah-langkah dengan cara yang menyenangkan. Hal ini mendukung pendapat Gonsal (2022) bahwa



penerapan PHBS memerlukan pendekatan yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga menyentuh aspek sikap dan perilaku siswa secara langsung.



Gambar 1. Pelaksanaan Sosialisasi PHBS di SD Inpres 1 Desa Lisabata

Namun demikian, terdapat beberapa tantangan yang ditemukan selama kegiatan, antara lain keterbatasan fasilitas sanitasi di sekolah, seperti minimnya tempat cuci tangan yang tersedia. Selain itu, kebiasaan lama siswa yang sulit diubah dalam waktu singkat juga menjadi catatan penting. Oleh karena itu, kegiatan sosialisasi seperti ini perlu dilakukan secara berkesinambungan dan melibatkan Sinergi Tri Sentra Pendidikan (Sekolah, Keluarga, Masyarakat) agar dampaknya dapat dirasakan secara berkelanjutan. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa SD Inpres 1 Desa Lisabata mengenai pentingnya PHBS. Pemaparan dini terhadap nilai-nilai hidup bersih dan sehat sangat penting tidak hanya untuk pencegahan penyakit, tetapi juga untuk mendukung pertumbuhan dan prestasi akademik siswa di masa mendatang (Suprobo et.al 2022).

4. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Inpres 1 Desa Lisabata, Kecamatan Taniwel, Kabupaten Seram Bagian Barat. Kegiatan ini berjalan sesuai rencana dan menghasilkan manfaat yang signifikan bagi peserta didik. Menggunakan pendekatan aktif yang mencakup ceramah, diskusi, tanya jawab, dan praktik langsung, siswa memperlihatkan peningkatan pemahaman mengenai konsep PHBS serta kemampuan mempraktikkan cuci tangan yang benar sesuai standar kesehatan. Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan bahwa pengenalan PHBS sejak usia sekolah dasar melalui metode yang menyenangkan dan partisipatif merupakan strategi yang efektif dalam membentuk kebiasaan hidup sehat. Namun, keberlanjutan perubahan perilaku siswa memerlukan dukungan Seluruh Pihak Terkait agar pembiasaan PHBS dapat diterapkan secara konsisten di sekolah maupun di rumah. Ke depan, disarankan agar pihak sekolah mengintegrasikan materi PHBS ke dalam kegiatan pembelajaran rutin dan menyediakan fasilitas kebersihan yang memadai. Kegiatan serupa juga perlu dilakukan secara berkala dan diperluas ke sekolah-sekolah lain di wilayah sekitar yang memiliki keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan.



5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Pattimura atas bantuan dan dukungan dalam pelaksanaan program KKN ini, serta kepada Dr. Mike J. Rolobessy, MT. selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) atas bimbingan dan arahnya yang sangat berharga selama kegiatan berlangsung. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Kepala Sekolah, dewan guru, dan seluruh siswa SD Inpres 1 Desa Lisabata atas partisipasi aktif dan sambutan hangatnya, serta kepada seluruh pihak yang telah membantu kelancaran program pengabdian masyarakat ini hingga selesai.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, P. M. S., Astriani, N. M. D. Y., & Pratama, A. A. (2022). Perilaku cuci tangan enam langkah pada anak sekolah dasar sebagai salah satu upaya perilaku hidup bersih dan sehat. *Selaparang*, 6(2), 1026. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i2.8772>
- Gonsal, G. D. S. (2022). Analisis faktor yang berhubungan dengan penerapan phbs siswa sdi wairklau di kabupaten sikka. *HOSPITAL MAJAPAHIT*, 14(2), 219–230. <https://doi.org/10.55316/hm.v14i2.826>
- Putri Permana, R. M., Pamela Sari, N., Studi, P. S., Keperawatan, I., Kesehatan, F., Muhammadiyah Tasikmalaya Jl Tamansari NoKM, U., Tamansari, K., Tasikmalaya, K., & Barat, J. (2025). EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN DIARE PADA ANAK SEKOLAH DASAR: LITERATURE REVIEW. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2(6), 1129–1036. <https://doi.org/10.61722/jmia.v2i6.7508>
- Rikawati, K., & Sitinjak, D. (2020). Peningkatan Keaktifan Belajar Siswa dengan Penggunaan Metode Ceramah Interaktif. *Journal of Educational Chemistry (JEC)*, 2(2), 40. <https://doi.org/10.21580/jec.2020.2.2.6059>
- Suhendy, H., Iskandar, L. N., Putri, D., Putri, L. D., Ameliya, L., Sabrina, N. K., & Yuniar, P. (2023). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan Sekolah Dasar Negeri 01 Bantar. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 90–94. <https://doi.org/10.29303/indra.v4i2.265>
- Suprobo, N. R., Novembriani, R. P., Kurniawati, E. D., & Hasanah, W. K. (2022). *Edukasi Kebersihan Diri (Personal Hygiene) pada Anak untuk Meningkatkan Kebersihan Diri Anak*. <https://doi.org/10.29407/dimastara.v2i1.19288>