



Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SD Inpres Saramom, Kabupaten Biak Numfor

Hermanu Iriawan^{1*}, Iswahyudi², Edyanto³

¹⁻³Institut Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (IISIP) Yapis Biak, Indonesia.

hermanu.iriawan@gmail.com

Alamat: Jl. Condronogoro, Samofa, Kec. Samofa Kabupaten Biak Numfor, Papua.

Korespondensi penulis : hermanu.iriawan@gmail.com

Article History:

Received: Februari 28, 2025

Revised: Maret 15, 2025

Accepted: Maret 29, 2025

Published: Maret 31, 2025

Keywords: Socialization, Implementation, PHBS.

Abstract: PHBS in Schools is a behavior to empower students, teachers and the community in the school environment to be willing to implement and practice the PHBS pattern in order to create a clean and healthy school environment. PHBS socialization is one of the lecturer's community service programs. This PHBS socialization can be carried out through cooperation between the Institute of Social and Political Sciences (IISIP Yapis Biak) with Pertamina FT, Biak City PUSKESMAS, and the SD INPRES Saramom Teachers Council. This activity was carried out on Wednesday, January 15, 2025 which took place in the SD INPRES Saramom room. The students were very enthusiastic about receiving the socialization given. It is hoped that the PHBS socialization material will be implemented in everyday life.

Abstrak

PHBS di Sekolah merupakan perilaku untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat di lingkungan sekolah agar mau menerapkan dan mempraktekkan pola PHBS guna terciptanya lingkungan sekolah yang bersih dan sehat. Sosialisasi PHBS menjadi salah satu program pengabdian dosen kepada masyarakat. Sosialisasi PHBS ini dapat dilaksanakan atas kerja sama dari pihak Institut Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (IISIP Yapis Biak) dengan Pertamina FT, PUSKESMAS Biak Kota, dan Dewan Guru SD INPRES Saramom. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu 15 Januari 2025 yang bertempat pada ruang SD INPRES Saramom. Para peserta didik sangat antusias menerima sosialisasi yang diberikan. Sangat diharapkan materi sosialisasi PHBS diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: Sosialisasi, Implementasi, PHBS.

1. LATAR BELAKANG

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan upaya dasar yang bisa dilakukan sebagai makhluk hidup untuk menjaga kondisi kesehatan tubuh agar terhindar dari penyakit. Terdapat lima tatanan perilaku hidup bersih dan sehat yang ditetapkan oleh pemerintah, yaitu; PHBS di rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan, dan tempat umum. Permasalahan kesehatan seringkali muncul di masyarakat tanpa disadari dan diketahui

penyebabnya. Hal ini terjadi karena masih rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan.

Kesehatan merupakan hak asasi manusia dan salah satu unsur kesejahteraan yang harus diwujudkan sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia, sebagaimana dimaksud dalam Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Berkaitan dengan hal itu, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan menyatakan bahwa derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dicapai melalui penyelenggaraan pembangunan kesehatan. Sosialisasi kesehatan merupakan metode yang dapat diaplikasikan dalam tindakan preventif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dan menjaga kesehatan individu maupun masyarakat. Melalui sosialisasi maka pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok dan masyarakat luas.

Pendidikan kesehatan bagi anak bertujuan untuk 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 prinsip dasar hidup sehat, menimbulkan sikap dan perilaku hidup sehat dan membentuk kebiasaan hidup sehat. Di Kabupaten Biak Numfor, khususnya di SD Inpres Saramom, masih ditemukan kebiasaan siswa yang belum sepenuhnya menerapkan prinsip PHBS, seperti mencuci tangan sebelum makan, membuang sampah pada tempatnya, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan implementasi PHBS pada siswa SD Inpres Saramom melalui pendekatan edukatif dan partisipatif.

2. KAJIAN TEORITIS

a. Konsep Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu indikator penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal (Zuhra et al., 2025). Perilaku hidup bersih adalah merupakan perilaku yang diterapkan atas dasar kesadaran sebagai pembelajaran yang menjadikan individu, keluarga, kelompok, atau masyarakat mampu secara mandiri menjaga kesehatannya dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Hasibuan et al., 2024). PHBS diharapkan menjadi perilaku yang dapat diterapkan sedini mungkin secara konsisten di manapun dan kapan pun kita berada agar menjadi suatu pola kebiasaan (Hudzaifa et al., 2023)(Lubis & Nasution, 2017).

b. Pengertian Kesehatan

Kesehatan merupakan hak asasi manusia dan salah satu unsur kesejahteraan yang harus diwujudkan sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia, sebagaimana dimaksud dalam Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Berkaitan dengan hal itu, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan menyatakan bahwa derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dicapai melalui penyelenggaraan pembangunan kesehatan (Kemenkes RI, 2011). PHBS di Sekolah merupakan perilaku untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat di lingkungan sekolah agar mau menerapkan dan mempraktekkan pola PHBS guna terciptanya lingkungan sekolah yang bersih dan sehat (Sari et al., 2024) (Mahyudi et al., 2024). Adapun manfaat dari PHBS ini adalah terciptanya lingkungan sekolah yang bersih dan sehat agar proses belajar mengajar siswa, guru, maupun masyarakat lingkungan sekitar sekolah menjadi nyaman dan sehat (Khairunnisa et al., 2022).

3. METODE PENELITIAN

Bagian ini memuat rancangan penelitian meliputi disain penelitian, populasi/ sampel penelitian, teknik dan instrumen pengumpulan data, alat analisis data, dan model penelitian yang digunakan. Metode yang sudah umum tidak perlu dituliskan secara rinci, tetapi cukup merujuk ke referensi acuan (misalnya: rumus uji-F, uji-t, dll). Pengujian validitas dan reliabilitas instrumen penelitian tidak perlu dituliskan secara rinci, tetapi cukup dengan mengungkapkan hasil pengujian dan interpretasinya. Keterangan simbol pada model dituliskan dalam kalimat.

Sosialisasi PHBS menjadi salah satu program pengabdian dosen kepada masyarakat. Sosialisasi PHBS ini dapat dilaksanakan atas kerja sama dari pihak Institut Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (IISIP Yapis Biak) dengan Pertamina FT, PUSKESMAS Biak Kota, dan Dewan Guru SD INPRES Saramom. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu 15 Januari 2025 yang bertempat pada ruang SD INPRES Saramom.

Sasaran dari dilaksanakannya kegiatan ini adalah seluruh komponen dalam lingkup Lingkungan SD INPRES Saramom. Pengabdian ini dilakukan melalui beberapa tahapan;

a) Tahap perencanaan

Pada tahap ini, kami melakukan observasi lokasi kegiatan, meminta kesediaan langsung dari pihak SD INPRES Saramom untuk menjadi tempat kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dalam hal ini sosialisasi implementasi PHBS di Sekolah.

b) Tahap Persiapan

Pada tahap ini, kami mempersiapkan beberapa hal diantaranya;

1. Materi yang akan dipresentasikan melalui media PPT.
2. Membuat X-banner dengan tema PHBS yang akan diberikan kepada pihak sekolah.
3. Menyiapkan konsumsi untuk peserta sosialisasi.

c) Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini program kerja dan atau kegiatan sosialisasi dijalankan dengan tujuan terealisasikannya program prioritas pengabdian masyarakat yang dilakukan pada tanggal 15 Januari 2025 di SD INPRES Saramom dengan partisipan yaitu perwakilan guru dan siswa SD INPRES Saramom yang berjumlah 30 orang. Sosialisasi diberikan dengan penyampaian materi pentingnya implementasi PHBS sesuai dengan implementasi UUD 1945, UU Kesehatan RI, sesi tanya jawab, pemberian doorprize, dan ditutup dengan foto bersama dengan pihak sekolah.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sekolah sebagai instansi pendidikan yang dapat menjadi sasaran dalam penerapan PHBS sangat perlu diperhatikan pelaksanaannya, karena itu tidak menutup kemungkinan jika masalah kesehatan yang terjadi pada siswa disebabkan karena PHBS rendah dan tidak dilaksanakan dengan baik. Perilaku Hidup bersih dan sehat sangat penting dilakukan dan diterapkan serta ditanamkan oleh guru sehingga siswa menjadi terbiasa melaksanakannya dalam kehidupan sehari-hari. PHBS haruslah menjadi perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga setiap orang dapat menolong dirinya sendiri, keluarga, masyarakat, serta berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya, termasuk dapat diterapkan pada usia sekolah.

Perilaku sehat pada anak harus dimulai pembentukan sejak berada pada usia dini, karena usia dini adalah masa usia keemasan (Golden Age). Masa keemasan adalah waktu dimana otak pada anak usia dini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% dalam tahap perkembangan otak. Pada masa usia dini merupakan tingkat maksimal kemampuan memori otak anak. Kesehatan merupakan hak asasi manusia dan salah satu unsur kesejahteraan yang harus diwujudkan sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia, sebagaimana dimaksud dalam Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Berkaitan dengan hal itu, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan menyatakan bahwa derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dicapai melalui penyelenggaraan pembangunan kesehatan (Kemenkes RI, 2011).

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada penduduk Indonesia masih perlu ditingkatkan. Dari hasil data hanya 1,7% anak menyikat gigi dengan benar. Selain itu, 0,5% anak mengonsumsi tembakau aktif setiap hari dan 0,9% lainnya merokok dengan intensitas kadang-kadang. Hasil Riskesdas (2018). Data lainnya mengenai PHBS penduduk secara umum, yang di dalamnya terdapat penduduk usia anak, tercatat sebanyak 82,6% penduduk telah melakukan BAB dengan benar, yaitu di jamban. Hanya 47% penduduk Indonesia yang telah dapat melakukan cuci tangan menggunakan sabun dengan benar. Sebanyak 26,1% penduduk di Indonesia masuk dalam kategori kurang aktif dalam beraktivitas. Perilaku penduduk di Indonesia dalam mengonsumsi penyedap mencapai 77,3 %. PHBS adalah keadaan dimana individu dalam rumah tangga, keluarga, dan masyarakat telah melakukan PHBS dalam rangka; mencegah timbulnya penyakit dan masalah kesehatan lainnya, menanggulangi penyakit dalam meningkatkan derajat kesehatan, memanfaatkan pelayanan kesehatan, mengembangkan dan menyelenggarakan upaya kesehatan bersumber daya masyarakat.



Gambar 1. Penyampaian materi Implementasi PHBS.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan implementasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dapat disimpulkan bahwa; kegiatan sosialisasi PHBS sangat perlu dilakukan di lingkungan sekolah, di samping itu kegiatan PHBS haruslah rutin dilakukan sehingga para siswa dapat memahami

dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di khususnya lingkungan sekolah dan secara umum dalam kehidupan sehari-hari di tengah lingkungan masyarakat agar terciptanya masyarakat yang bersih dan sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih banyak kami ucapkan kepada pihak Pertamina FT dan Dewan Guru SD INPRES Saramom atas kerja sama dan bantuannya atas terselenggaranya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- Hasibuan, A. R., Pasaribu, A. F., Alfiah, S., Utami, N., Rahma, N., & Harahap, Y. (2024). Peran pendidikan kesehatan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pola hidup sehat di era digital. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(001), 305–318.
- Hudzaifa, T. N., Putri, S. A., & Mirajiani, M. (2023). Penerapan program penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat dalam meningkatkan derajat kesehatan siswa di Sekolah Dasar Negeri Kadumaneuh Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Pengabdian Dinamika*, 10(2), 1. <https://doi.org/10.62870/dinamika.v10i2.23087>
- Khairunnisa, A., Maryanah, A., Nabila, S. P., & Luli, M. K. (2022). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa-siswi MI Muhammadiyah 01 Depok. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 2(1), 141–147. <https://doi.org/10.53801/jpmsk.v2i1.91>
- Lubis, R. R., & Nasution, M. H. (2017). Implementasi pendidikan karakter di madrasah ibtidaiyah. *JIP: Jurnal Ilmiah PGMI*, 3(1), 15–32. <https://doi.org/10.19109/jip.v3i1.1375>
- Mahyudi, Y. V., Widyawan, D., Tya, D., & Ningrum, M. (2024). Sosialisasi pentingnya pola hidup sehat melalui olahraga bagi siswa sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 9–17.
- Sari, Y., Nailurrahmah, Q., Dzakiyyah, A., & ... (2024). Edukasi dan implementasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan stunting di SDN 1 & 2 Plosorejo. *Smart Student Empowerment Journal*, 4(1), 1–8. <https://jurnal.uns.ac.id/sse/article/view/78300>
- Zuhra, H. H., Muallifatul, L., & Filasofa, K. (2025). Implementasi perilaku hidup bersih dan sehat dalam program sekolah ramah anak PAUD. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(1), 70–81. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i1.903>