



Penguatan Peran Guru dan Siswa dalam Mewujudkan Sekolah Sehat melalui Penyuluhan PHBS di TK-PAUD Gemilang

Della Dwi Ayu^{*1}

¹Fakultas Kedokteran – Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

*E-mail Korespondensi: della.dwi.ayu@upnvj.ac.id

Digital Object Identifier (DOI) Article :

<https://doi.org/10.33533/segara.v3i2.12356>

Riwayat Artikel :

Diterima pada 26 September 2025

Revisi 1 pada 2 Oktober 2025

Disetujui pada 30 Oktober 2025

Kata Kunci :

PHBS;
sekolah;
TK PAUD

Keywords :

PHBS;
school;
kindergarten

Abstrak

Sekolah tidak hanya menjadi tempat pembelajaran terkait ilmu pengetahuan saja tetapi juga sebagai tempat membentuk karakter dan perilaku anak, salah satunya adalah perilaku sehat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PBHS) adalah kebiasaan atau perilaku yang dilakukan oleh setiap siswa, guru, dan lain-lain dengan kesadarannya untuk mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan serta aktif dalam menjaga lingkungan sehat di sekolah secara mandiri. PBHS juga tercantum dalam penilaian akreditasi PAUD dan berdasarkan hasil wawancara belum pernah dilakukan penyuluhan PBHS di TK PAUD Gemilang. Oleh karena itu pengabdian masyarakat kali ini mengambil tema “Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PBHS) untuk Siswa dan Guru di TK PAUD Gemilang.” Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jumat, 29 Agustus 2025 di Ruang Kelas B TK PAUD Gemilang, Tangerang Selatan. Jumlah peserta sebanyak 16 orang siswa dan 10 orang guru. Sebelum diberikan penyuluhan materi, para guru diberikan kuesioner pre test untuk melihat pengetahuan awal terhadap PBHS di Sekolah. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan dan pemutaran video PBHS di Sekolah. Setelah itu, para guru kembali diberikan kuesioner post test untuk melihat pemahaman para guru setelah penyuluhan PBHS di Sekolah. Berdasarkan hasil kuesioner pre test dan post test, terdapat peningkatan nilai rata-rata pengetahuan para guru sebelum penyuluhan sebesar 64 dan sesudah dilakukannya penyuluhan, menjadi 90.

Abstract

Schools are not only a place of learning related to science but also as a place to shape children's character and behavior, one of which is healthy behavior. Clean and Healthy Living Behavior (PBHS) is a habit or behavior carried out by every student, teacher, and others with awareness to prevent disease, improve health and actively maintain a healthy environment at school independently. PBHS is also listed in the PAUD accreditation assessment and based on the results of the interview, PBHS counseling has never been conducted at Gemilang PAUD Kindergarten. Therefore, this community service took the theme “Clean and Healthy Living Behavior (PBHS) Counseling for Students and Teachers at Gemilang PAUD Kindergarten.” This activity was held on Friday, August 29, 2025 in Classroom B of Gemilang PAUD Kindergarten, South Tangerang. The number of participants was 16 students and 10 teachers. Before being given counseling material, the teachers were given a pre-test questionnaire to see their initial knowledge of PBHS in Schools. The activities carried out were counseling and showing PBHS videos at Schools. Afterward, the teachers were given another post-test questionnaire to assess their understanding following the PBHS outreach at school. Based on the results of the pre- and post-test questionnaires, there was an increase in the teachers' knowledge levels before and after the outreach.

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku atas kesadaran sendiri sebagai hasil dari sebuah pembelajaran yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri serta berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Permenkes RI No. 2269 Tahun 2011). Manusia hidup dalam berbagai tatanan sehingga dalam mengimplementasikan PBHS perlu penyesuaian, tatanan PBHS dibagi menjadi lima, salahsatunya pada tatanan instutusi pendidikan, seperti sekolah. Sasaran utamanya adalah dengan mempraktikan 8 indikator perilaku yaitu mencuci tangan dengan air bersih dan mengalir dan memakai sabun, jajan dikantin atau warung sekolah yang sehat, membuang sampah pada tempatnya, mengikuti kegiatan olahraga di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, bebaskan dirimu dari asap rokok, memberantas jentik nyamuk dan buang air kecil dan air besar di jamban sekolah.

Kurangnya kebiasaan mencuci tangan pada anak dan konsumsi jajanan sembarangan dapat menyebabkan anak-anak lebih rentan terhadap diare. Menurut data (Kementerian Kesehatan RI, 2023) angka prevalensi diare pada Balita di Indonesia sebanyak 86.364. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Tangerang Selatan jumlah penderita diare sepanjang tahun 2023 sebanyak 14.912 dimana Puskesmas dengan pelayanan tertinggi kasus diare Balita yaitu Puskesmas Ciputat sebanyak 917 penderita. Proporsi yang paling rendah

yaitu hanya 2% perilaku individu yang rutin mengonsumsi buah-sayur 5 porsi setiap hari. (Kemenkes, 2021). Apabila kasus ini tidak ditangani secara cepat dan tepat makan akan menyebabkan dehidrasi, malnutrisi dan bahkan kematian (Ruth & Situmeang, 2024).

Upaya penanaman PHBS sejak usia dini menjadi penting, karena masa TK dan PAUD, merupakan periode emas (golden age) dalam pembentukan perilaku. Perilaku yang ditanamkan pada tahap ini cenderung terbawa hingga dewasa dan menjadi kebiasaan jangka panjang. Sekolah merupakan tempat untuk melakukan proses pembelajaran baik dari segi ilmu pengetahuan, seni budaya dan nilai kehidupan (Maryamah et al., 2016) namun tidak hanya sebatas itu, sekolah juga memiliki peranan penting untuk membentuk karakter dan perilaku anak, salah satunya perilaku hidup bersih dan sehat (Nurhidayah et al., 2021). Perilaku hidup bersih dan sehat diharapkan menjadi sebuah kebiasaan yang untuk membangun lingkungan yang sehat. Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 2269/MENKES/PER/XI/2011 dimana salahsatunya adalah peningkatan PBHS di Sekolah. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PBHS) adalah kebiasaan atau perilaku yang dilakukan oleh setiap siswa, guru, penjaga sekolah, petugas kantin, orang tua siswa dan lain-lain dengan kesadarannya untuk mencegah penyakit, meningkatkan Kesehatan serta aktif dalam menjaga lingkungan sehat di sekolah secara mandiri. Namun, pada kenyataannya

masih banyak lembaga pendidikan yang belum secara optimal menerapkan kegiatan edukasi PBHS. Oleh karena itu, edukasi PBHS bagi siswa dan guru di TK menjadi langkah strategis dalam upaya pencegahan penyakit serta pembentukan perilaku sehat yang dapat terbawa hingga dewasa.

Karena pentingnya PBHS di Sekolah, Pemerintah mencantumkan butir PBHS didalam persyaratan Akreditasi PAUD. Kegiatan Akreditasi yang dilakukan di PAUD merupakan kegiatan yang sangat penting karena dapat meningkatkan dan penjaminan mutu layanan pendidikan, peningkatan akuntabilitas serta kepatuhan terhadap Standar Nasional Pendidikan (SNP), terdapat 26 butir standar yang harus terpenuhi, salahsatunya pada butir ke 6 menjelaskan bahwa pendidik harus menstimulasi anak untuk mengenal dan membiasakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala Sekolah TK PAUD Gemilang, masalah utama adalah minimnya pengetahuan dan praktik PHBS di kalangan siswa maupun guru karena belum pernah dilakukan kegiatan penyuluhan atau edukasi khusus mengenai PHBS di TK-PAUD Gemilang, hal ini disebabkan oleh beberapa factor seperti keterbatasan akses informasi kesehatan, kurangnya tenaga pendidik yang memiliki latar belakang di bidang kesehatan, serta belum adanya kerja sama dengan instansi kesehatan atau perguruan tinggi untuk melakukan kegiatan edukasi Kesehatan, hal tersebut juga menjadi masukan dari asesor saat akreditasi.

Berdasarkan hal tersebut menjadi ketertarikan dalam melakukan pengabdian masyarakat yang berjudul “Penguatan Peran Guru dan Siswa

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sesuai tahapan yang sudah ditetapkan dan dapat dijelaskan sebagai berikut:



Gambar 1. Tahapan Kegiatan

Berdasarkan gambar 1. Tahap pertama adalah identifikasi kebutuhan dilakukan dengan cara wawancara dengan kepala sekolah di TK PAUD Gemilang, didapatkan hasil bahwa belum pernah dilakukan penyuluhan kesehatan terkait PBHS di TK PAUD Gemilang, selain itu saat dilakukan penilaian akreditasi PAUD juga ditanyakan oleh asesor akreditasi terkait kegiatan PBHS, tertuang dalam butir ke-6 dalam penilaian akreditasi yaitu “Pendidik menstimulasi anak untuk mengenal dan membiasakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)” sedangkan pada TK PAUD Gemilang belum pernah melakukan kegiatan tersebut.

Tahap kedua adalah perencanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan menyiapkan materi penyuluhan, serta menyiapkan media pendukung berupa video agar penyampaian informasi lebih menarik dan mudah dipahami. Selain itu, disusun pula kuesioner pre-test dan post-test untuk para guru sebagai instrumen evaluasi kegiatan. Selanjutnya, melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk memastikan pelaksanaan

kegiatan seperti penentuan jadwal kegiatan, pemilihan ruangan yang akan digunakan, serta penyiapan siswa yang akan terlibat. Pihak sekolah juga membantu dalam menyediakan sarana dan prasarana pendukung seperti proyektor dan speaker. Berikut materi PBHS di Sekolah yang digunakan pada penyuluhan ini:



Gambar 2. Materi PHBS di Sekolah

Sumber: Pusat Promosi Kesehatan, Departemen Kesehatan RI

Tahap ketiga adalah pelaksanaan merupakan tahap pengabdian masyarakat, acara dimulai pukul 09.00 sampai 12.00 WIB, dengan jumlah peserta sebanyak 16 siswa dan 10 guru dari TK PAUD Gemilang, selanjutnya sambutan dari pihak sekolah, yang diwakili oleh Ibu Rida selaku guru kelas B, setelah kegiatan penyuluhan dan pemutaran video serta memberikan pre-test untuk para guru menggunakan google form. Selanjutnya diakhiri dengan foto Bersama siswa dan para guru.

Tahap keempat adalah evaluasi, evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pengisian kuesioner post-test untuk para guru mengenai materi penyuluhan PHBS di Sekolah menggunakan google form. Kuesioner ini bertujuan untuk mengukur tingkat pemahaman guru sebelum dan sesudah

kegiatan, sehingga efektivitas penyuluhan dapat diketahui secara jelas.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dalam kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya sambutan dari pihak sekolah dan mengarahkan siswa agar dapat kondusif saat kegiatan penyuluhan berlangsung, pengisian kuesioner pre-test oleh para guru mengenai materi PHBS di Sekolah menggunakan google form, penyampaian materi penyuluhan dan menyaksikan bersama video animasi terkait PBHS di Sekolah.



(a) Penyuluhan materi



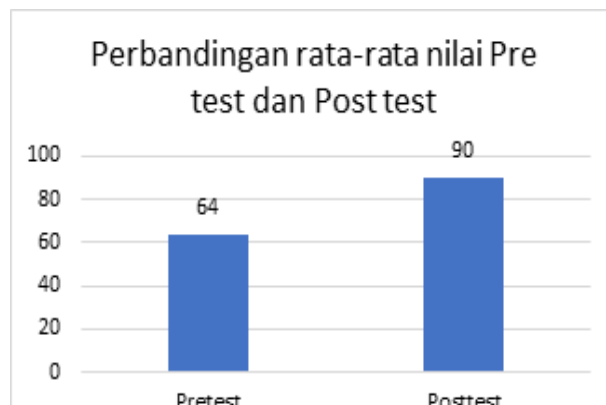
(b) Pemutaran video



(c) Foto bersama

Gambar 2. (a) penyuluhan materi; (b) pemutaran video; (c) foto bersama
Sumber: Data Primer, 2025

Setelah kegiatan penyuluhan telah dilaksanakan, sebagai langkah evaluasi, para guru diminta untuk mengisi kuesioner post test melalui google form. Dengan jumlah 10 pertanyaan pilihan ganda. Tabel berikut menunjukkan hasil Analisa data.



Gambar 3. Perbandingan rata-rata nilai pretest dan posttest
Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan hasil evaluasi yang ditunjukkan pada Gambar 3, terlihat adanya peningkatan yang signifikan antara nilai rata-rata pretest dan posttest peserta setelah dilaksanakan kegiatan penyuluhan, nilai rata-rata pretest sebesar 64 menunjukkan bahwa sebelum pelaksanaan kegiatan, sebagian besar guru masih memiliki pengetahuan yang terbatas tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Setelah mendapatkan penyuluhan dan edukasi interaktif, rata-rata nilai posttest meningkat menjadi 90, yang mencerminkan peningkatan pemahaman peserta terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri, lingkungan, serta membiasakan hidup sehat dalam aktivitas sehari-hari di sekolah. Kenaikan nilai sebesar 26 poin ini membuktikan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan mampu memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai penerapan PHBS. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa program edukasi ini efektif dalam membentuk perilaku dan kebiasaan hidup sehat di lingkungan sekolah, terutama bagi anak-anak usia dini dan para pendidik di TK-PAUD Gemilang.

Tabel 1. Hasil Analisa data			
Kategori	n	Nilai Signifikansi	Keterangan
Posttest < Pretest	0	0.002 < 0.05	Signifikan/terdapat perubahan
Posttest > Pretest	9		
Posttest = Pretest	1		

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 1. Menunjukkan adanya perubahan yang terjadi sebelum dan setelah diberikan penyuluhan kepada guru TK PAUD Gemilang dengan nilai $p=0.002<0.05$. Hasil ini membuktikan keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan karena tercapainya indikator yakni terdapat peningkatan pengetahuan pada guru terkait PBHS di Sekolah.

Anak usia Taman Kanak-Kanak (TK) atau Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan anak-anak yang berada pada rentang usia 3 sampai 6 tahun (Affrida, 2017). Pada masa ini, anak sedang berada dalam periode emas (golden age) pertumbuhan dan perkembangan, di mana setiap stimulasi yang diberikan akan berpengaruh besar terhadap aspek kognitif, afektif, maupun psikomotoriknya. Anak pada usia ini juga sedang aktif dalam meniru perilaku orang dewasa di sekitarnya, baik secara sadar maupun tidak sadar. Oleh karena itu, lingkungan yang mendukung, baik di rumah maupun di sekolah, menjadi faktor penting dalam pembentukan karakter, kecerdasan, dan keterampilan dasar anak. Dalam konteks pendidikan, guru memiliki peran krusial sebagai fasilitator yang menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, memotivasi, serta memberikan stimulasi yang sesuai dengan tahap perkembangan anak (Aliyanti & Sumanto, 2023). Dukungan yang diberikan guru tidak hanya terbatas pada penguasaan materi pembelajaran, tetapi juga meliputi pembiasaan

perilaku sehari-hari yang mendukung tumbuh kembang anak, termasuk dalam membentuk sikap disiplin, kemandirian, dan kebiasaan hidup sehat. Namun demikian, keberhasilan stimulasi perkembangan anak tidak hanya ditentukan oleh guru di sekolah, melainkan juga memerlukan sinergi dengan orang tua di rumah. Peranan orang tua biasanya dijadikan sebagai contoh kuat yang bagi anak sehingga akan berpotensi untuk ditiru oleh anaknya dimasa depan (Multazam et al., 2022). Peran orang tua dalam memperkuat pembelajaran yang sudah diberikan di sekolah, misalnya dengan mengulang materi atau kegiatan yang telah dipelajari anak, akan berdampak positif terhadap perkembangan kecerdasan dan daya ingat anak (Rizcha et al., 2020). Selain itu, keterlibatan orang tua yang aktif dalam mendampingi anak juga berkontribusi dalam meningkatkan keaktifan anak ketika berada di sekolah (Hasibuan et al., 2022). Dengan demikian, kolaborasi antara guru dan orang tua menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang konsisten dan berkesinambungan. Salah satu aspek penting yang perlu ditanamkan sejak usia dini adalah perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Pembiasaan PHBS, seperti mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan diri, serta membuang sampah pada tempatnya, akan membentuk perilaku positif yang dapat melekat hingga dewasa. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa sekolah, khususnya TK dan PAUD, memiliki peran besar dalam memberikan pemahaman dan pembiasaan PHBS sebagai bagian dari pendidikan karakter

(Rozi et al., 2021). Guru TK/PAUD tidak hanya berfungsi menyampaikan materi akademik, tetapi juga harus memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang PHBS agar dapat menanamkan kebiasaan tersebut kepada anak sejak dini.

4. KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat tentang Penyuluhan PHBS di Sekolah telah dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat yakni para guru di TK PAUD Gemilang. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat telah memberikan dampak signifikan dilihat dari meningkatnya nilai pre test dan post test. Selain itu dari segi sarana dan prasarana di TK PAUD Gemilang sudah bersih dan memadai untuk terlaksananya PHBS di Sekolah. Keterbatasan dalam pengabdian masyarakat ini adalah jumlah sampel kecil, waktu kegiatan singkat yang hanya dilakukan satu hari saja sehingga tidak dapat untuk menilai perilaku siswa. Rekomendasi yang diberikan untuk TK PAUD Gemilang dengan mengadakan edukasi kesehatan rutin minimal satu bulan sekali dan bisa juga untuk menjalin kerjasama dengan kampus atau puskesmas setempat.

DAFTAR PUSTAKA

- Affrida, E. N. (2017). Strategi Ibu dengan Peran Ganda dalam Membentuk Kemandirian Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 114. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v1i2.24>

- Aliyanti, A. & Sumanto, R. P. A. (2023). Implementasi Layanan Asah, Asih, Asuh sebagai Komitmen Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 6818–6830. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.5729>
- Hasibuan, S. E., Harahap, A., Hrp, M. F., Tarbiyah, F., Keguruan, I. & Padangsidempuan, I. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Materi Kegiatan Ekonomi Di Sekolah Dasar (Vol. 2, Issue 1).
- Kementerian Kesehatan RI, B. K. P. K. (BKPK). (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI).
- Maryamah, E., Jurusan, M., Pendiidkan, M., Ftk, I. & Smh Banten, I. (2016). Pengembangan Budaya Sekolah. 2(02).
- Multazam, M., Setyowati, H. & Sugiratu, A. (2022). Peran orang tua dalam meningkatkan minat belajar siswa di SDN 1 Air Bakoman kabupaten Tanggamus. *Borobudur Educational Review*, 2(2), 58–67. <https://doi.org/10.31603/bedr.6519>
- Nurhidayah, I., Asifah, L. & Rosidin, U. (2021). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *The Indonesian Journal of Health Science*, 13(1), 61–71. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v13i1.4864>
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011. (2011). Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PBHS).
- Rizcha, Y., Lya, U., Hanief, M., Dewi, M. S., Islam, P. A. & Islam, A. (n.d.). Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Di Rumah Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Sd Negeri 1 Sidorenggo Ampelgading. <http://riset.unisma.ac.id/index.php/fai/index>
- Rozi, F., Zubaidi, A., Nurul Jadid Paiton Probolinggo Jl Nurul Jadid, U. P., Tanjung Lor Karanganyar Kec Paiton Probolinggo, D. & Timur, J. (2021). Strategi Kepala Sekolah dalam Menerapkan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini. *ARTICLE INFO ABSTRACT. Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 59–68.
- Ruth, I. & Situmeang, V. O. (2024). Diare Pada Anak. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i2>