

EFEKTIVITAS PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN SISWA SDN 025 SINAMBEK KECAMATAN KUANTAN TENGAH KABUPATEN KUANTAN SINGINGI

Meiyofilani^{1*}, Jufenti Ade Fitri¹, Rifa Yanti¹ & Riski Novera Yenita¹

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah □

*Corresponding author: meiyofilani48@gmail.com

Info Artikel: Diterima ; Mei 2026; Disetujui ; Mei 2026 ; Publikasi Juni 2026

ABSTRAK

Latar belakang: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan strategi penting untuk meningkatkan derajat kesehatan anak usia sekolah dan mencegah penyakit berbasis lingkungan. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas penyuluhan PHBS terhadap pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa.

Metode: Penelitian menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan one group pretest–posttest pada 76 siswa sekolah dasar. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi data, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata pengetahuan (28,34 menjadi 31,14), sikap (29,34 menjadi 31,21), dan tindakan (6,75 menjadi 7,55), serta perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$). Penyuluhan PHBS terbukti efektif meningkatkan perilaku kesehatan siswa.

Kata kunci: Penyuluhan kesehatan; PHBS; Pengetahuan; Sikap; Tindakan.

ABSTRACT

Title: *Effectiveness of Clean And Healthy Living Behavior (PHBS) Education on Students' Knowledge, Attitude, and Practice.*

Background: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an important strategy to improve the health status of school-aged children and prevent environment-related diseases. This study aimed to analyze the effectiveness of PHBS education on students' knowledge, attitudes, and practices.*

Method: *A quasi-experimental study with a one-group pretest–posttest design was conducted among 76 elementary school students. Data were collected using structured questionnaires and observation sheets. Univariate analysis was used to describe the distribution of variables, while the Wilcoxon Signed Rank Test was applied for bivariate analysis.*

Result: *The results showed an increase in the mean scores of knowledge (28.34 to 31.14), attitudes (29.34 to 31.21), and practices (6.75 to 7.55). Statistical analysis indicated significant differences before and after the intervention ($p < 0.05$). These findings demonstrate that PHBS education significantly improves students' knowledge, attitudes, and healthy practices continuous school-based health education is recommended to sustain behavioral improvements.*

Keywords: *Health education; PHBS; Knowledge; Attitude; Practice; Elementary students.*

PENDAHULUAN

PHBS merupakan program prioritas dalam pembangunan kesehatan nasional yang berfokus pada upaya promotif dan preventif. Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok strategis dalam pembentukan perilaku hidup sehat sejak dini. Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan melalui penyuluhan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, dan mendorong perubahan perilaku (Wijaya & Putri, 2022). Pengetahuan yang baik akan membentuk sikap positif dan selanjutnya mendorong praktik perilaku sehat. Namun demikian, berbagai masalah kesehatan seperti diare dan demam berdarah masih sering ditemukan akibat rendahnya penerapan PHBS di sekolah. Hasil survei awal di SDN 025 Sinambek menunjukkan masih adanya siswa yang tidak mencuci tangan sebelum makan, mengonsumsi jajanan sembarangan, serta keterbatasan sarana sanitasi sekolah. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi berupa penyuluhan kesehatan sebagai upaya peningkatan perilaku hidup bersih

dan sehat siswa. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi efektivitas penyuluhan PHBS terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa

MATERI DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian quasi experiment dengan desain one group pretest–posttest (Sugiyono, 2024). Penelitian dilaksanakan di SDN 025 Sinambek Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi pada bulan Juli–Desember 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SDN 025 Sinambek, dengan sampel siswa kelas III, IV, dan V yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling (Turner, 2020). Instrumen penelitian berupa kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan sikap serta lembar observasi untuk menilai tindakan siswa. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh dari pengukuran pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) diberikan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Analisis dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test karena data tidak berdistribusi normal.

Tabel 1. Perbedaan Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

| No | Variabel | N | Z | p Value |
|----|---|----|--------|---------|
| 1 | Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah | 76 | -5,394 | 0,000 |

Berdasarkan Tabel 1, hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan PHBS.

Tabel 2. Perbedaan Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan PHBS

| No | Variabel | N | Z | p Value |
|----|-------------------------------------|----|--------|---------|
| 1 | Perbedaan Sikap Sebelum dan Sesudah | 76 | -5,515 | 0,000 |

Hasil uji Wilcoxon pada Tabel 2 menunjukkan adanya perbedaan sikap siswa yang signifikan setelah diberikan penyuluhan PHBS ($p < 0,05$).

Tabel 3. Perbedaan Tindakan Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan PHBS

| No | Variabel | N | Z | p Value |
|----|--|----|--------|---------|
| 1 | Perbedaan Tindakan Sebelum dan Sesudah | 76 | -5,445 | 0,000 |

Berdasarkan Tabel 3, terdapat perbedaan tindakan siswa yang signifikan antara sebelum dan sesudah penyuluhan PHBS.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penyuluhan PHBS memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa. Peningkatan pengetahuan terjadi karena penyuluhan berfungsi sebagai sarana transfer informasi yang sistematis dan mudah dipahami oleh siswa sekolah dasar. Pengetahuan yang meningkat menjadi dasar terbentuknya sikap positif terhadap perilaku hidup bersih dan sehat.

Peningkatan sikap siswa setelah penyuluhan menunjukkan bahwa informasi yang diterima tidak hanya dipahami, tetapi juga diterima secara emosional dan evaluatif. Hal ini sejalan dengan teori Lawrence Green yang menyatakan bahwa pengetahuan dan sikap merupakan faktor predisposisi yang berperan penting dalam pembentukan perilaku kesehatan (Kholid, 2004).

Selanjutnya, peningkatan tindakan siswa mencerminkan bahwa perubahan pengetahuan dan sikap telah diwujudkan dalam perilaku nyata. Penyuluhan PHBS mendorong siswa untuk mempraktikkan kebiasaan mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Hasil ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa intervensi edukatif efektif dalam meningkatkan praktik PHBS pada anak usia sekolah (Sari et al., 2023; Nuraini et al., 2024; Nuraeni et al., 2024). Temuan ini juga didukung oleh penelitian Rahmawati dan Lestari (2023) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan berbasis sekolah mampu meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Selain itu, menurut WHO (2021), pendidikan kesehatan di sekolah merupakan strategi efektif dalam membentuk perilaku hidup sehat sejak usia dini.

SIMPULAN

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa SDN 025 Sinambek. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi penyuluhan kesehatan sehingga kegiatan edukasi PHBS perlu dilakukan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah.

SARAN

Diharapkan kepada pihak sekolah dapat Menyediakan dan memelihara sarana pendukung PHBS seperti tempat cuci tangan, toilet yang bersih, tempat sampah terpilah, serta edukasi jajanan sehat mengingat sekolah belum memiliki kantin. Serta memperkuat Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sebagai sarana pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat secara berkelanjutan. Diharapkan petugas kesehatan dan puskesmas melaksanakan kegiatan promosi kesehatan dan monitoring perilaku PHBS siswa. Dan melakukan penimbangan berat badan dan tinggi badan secara berkala.

Bagi peneliti selanjutnya sebagai bahan masukan yang dapat digunakan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian pada bidang yang sama, disarankan untuk memperluas desain penelitian dan menambah variabel agar hasil penelitian semakin komprehensif Sehat (PHBS) terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa SDN 025 Sinambek.

DAFTAR PUSTAKA

- Kholid, A. (2004). Promosi kesehatan dengan pendekatan teori perilaku, media, dan aplikasinya. Rajawali Pers.
- Nuraini, D., Astuti, R., & Putra, A. (2024). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 10(1), 45–53.
- Nuraeni, T., Fitriyah, S., & Purbaningrum, D. N. (2024). Pengaruh metode handwashing dance terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku cuci tangan pada siswa SD Negeri Tunas Harapan Desa Losarang Tahun 2023. *Jurnal Wiyata*, 11(1).
- Sari, M. R., Handayani, S., & Yusuf, A. (2023). Efektivitas penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 5(2), 123–130.
- Sugiyono. (2024). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Turner, D.P. (2020). Sampling techniques research.
- Wijaya, I. G. A., & Putri, N. K. (2022). Hubungan penyuluhan kesehatan dengan tingkat pengetahuan PHBS pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(3), 67–76.
- Azwar, S. (2019). Sikap manusia: Teori dan pengukurannya. Pustaka Pelajar.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. Kemenkes RI.

Notoatmodjo, S. (2018). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Rineka Cipta.

Rahmawati, E., & Lestari, D. (2023). Edukasi kesehatan sekolah dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat siswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 88–97.

WHO. (2021). School health and hygiene promotion guidelines. World Health Organization.