



Edukasi Phbs Melalui Pengelolaan Sampah Untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Pada Anak Sekolah Dasar Di UPT SDN 02 Gadingrejo Utara

Andi Mulyono¹, Cahya Ningrum Irmawati², Zahrohtun Haniah³, Avelia Lolitasari⁴, Dina Anggraini⁵, Juvita Sari⁶, Putri Amalia Rossy⁷, Jesika Abel Enggel Lia⁸, M. Fillyal Alfarizi⁹

Program Studi S1 Akuntansi, Fakultas Sosial Dan Bisnis, Universitas Aisyah Pringsewu^{1,3,4,5}, Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu^{2,9}, Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu^{6,7,8}, Indonesia

Email Korespondensi: andimulyono@aisyahuniversity.ac.id, cahyaningrum911@gmail.com

Article received: 01 Januari 2026, Review process: 12 Januari 2026

Article Accepted: 22 Maret 2026, Article published: 01 Juni 2026

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an important aspect in improving health status from an early age, particularly among elementary school students. Based on an initial survey conducted at UPT SDN 02 Gadingrejo Utara, it was found that the level of PHBS implementation among students was still low, especially in waste management and waste segregation practices. This community service activity aimed to improve students' knowledge and clean and healthy living behaviors through PHBS education based on waste management. The methods used included lectures, animated video screenings, material presentations using PowerPoint media, and the distribution of colorful posters as supporting educational media. In addition, practical activities such as waste sorting and proper handwashing with soap were also conducted. The results showed an improvement in students' understanding and awareness of the importance of disposing of waste according to its type and maintaining a clean school environment. PHBS education using attractive visual media proved effective in instilling clean and healthy living habits among elementary school students.

Keywords: Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), waste management, health education, elementary school students, school environment.

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan aspek penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan sejak usia dini, khususnya pada anak sekolah dasar. Berdasarkan survei awal di UPT SDN 02 Gadingrejo Utara, ditemukan bahwa tingkat penerapan PHBS siswa masih rendah, terutama dalam pengelolaan dan pemilahan sampah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa melalui edukasi PHBS berbasis pengelolaan sampah. Metode yang digunakan meliputi ceramah, pemutaran video animasi, penyampaian materi menggunakan media PowerPoint, serta pemberian poster berwarna sebagai media pendukung. Selain itu, dilakukan praktik pemilahan sampah dan cuci tangan pakai sabun. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap pentingnya membuang sampah sesuai jenisnya serta menjaga kebersihan lingkungan

sekolah. Edukasi PHBS dengan media visual yang menarik terbukti efektif dalam menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat pada anak sekolah dasar.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), pengelolaan sampah, edukasi kesehatan, anak sekolah dasar, lingkungan sekolah.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hak dasar manusia dan komponen utama kesejahteraan, yang harus direalisasikan selaras dengan visi bangsa Indonesia seperti dalam Pancasila serta Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Sehubungan dengan hal tersebut, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan menyatakan bahwa tingkat kesehatan masyarakat secara menyeluruh dapat dicapai melalui integrasi pembangunan sektor kesehatan (Kemenkes, 2011).

Peningkatan kesehatan menjadi salah satu pilar pembangunan nasional guna membentuk kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi seluruh penduduk, sehingga tercapai derajat kesehatan optimal sebagai bagian dari kesejahteraan umum menuju tujuan nasional. Sasaran utama pembangunan kesehatan adalah kemampuan masyarakat untuk menjalani hidup sehat secara mandiri, yang memerlukan upaya memperluas akses terhadap pelayanan kesehatan berkualitas dengan biaya terjangkau bagi masyarakat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan hasil perpaduan antara kebiasaan yang diterapkan secara sadar dan pemahaman yang diperoleh melalui proses pembelajaran. Penerapan PHBS juga mampu mendorong peserta didik untuk berperan aktif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat. Pengenalan perilaku hidup bersih sejak usia dini memberikan manfaat jangka panjang, karena anak akan terbiasa menerapkan PHBS kapan pun dan di mana pun berada. Sebaliknya, jika kebiasaan hidup tidak sehat terus dilakukan, hal tersebut dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, salah satunya meningkatnya risiko munculnya berbagai penyakit.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah kumpulan sikap sadar yang muncul dari proses pembelajaran, sehingga individu atau keluarga mampu mandiri dalam menjaga kesehatan serta berperan aktif mewujudkan masyarakat yang sehat. Kondisi sehat bisa dicapai melalui perubahan perilaku dari yang tidak sehat menjadi sehat, disertai penciptaan lingkungan rumah tangga yang mendukung kesehatan. Oleh karena itu, setiap anggota keluarga wajib menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan, sambil mendorong partisipasi semua pihak. Pemerintah Indonesia meluncurkan program PHBS untuk mendorong pola hidup sehat di masyarakat (Liana, 2021).

Tujuan pokok Gerakan PHBS adalah meningkatkan derajat kesehatan melalui proses penyadaran yang memicu kontribusi individu dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sehari-hari. Manfaat utamanya adalah membentuk masyarakat sadar kesehatan, dengan bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjaga kebersihan serta memenuhi standar kesehatan. Tatanan PHBS rumah tangga menjadi fondasi paling krusial dalam gerakan ini. Dengan rumah tangga sehat terwujud melalui PHBS, setiap anggota keluarga diharapkan mau dan mampu

berperan aktif mempraktikkan perilaku bersih sehat hingga ke tingkat masyarakat (Susanti, 2021).

Adapun beberapa Tatanan PHBS yang melibatkan beberapa elemen yang merupakan bagian dari tempat beraktivitas dalam kehidupan sehari – hari guna memulai proses penyadartahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat yaitu meliputi, PHBS di Rumah tangga, PHBS di Sekolah, PHBS di Tempat kerja, PHBS di Sarana Kesehatan, dan PHBS di Tempat umum (Kemenkes, 2011). Dari beberapa elemen yang mendukung Pada penelitian ini kami melibatkan yaitu PHBS di Sekolah.

Berdasarkan survei yang dilakukan di UPT SDN 02 Gadingrejo Utara, tingkat PHBS pada anak Sekolah Dasar masih tergolong rendah. Masalah utama teridentifikasi pada kurangnya kesadaran siswa dalam memilah sampah sesuai jenisnya (organik, anorganik,). Kegiatan ini dilakukan guna menambah wawasan pada siswa terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat guna meningkatkan kualitas hidup dan kebersihan pada tingkat Sekolah Dasar.

Berbagai faktor memengaruhi penerapan PHBS, seperti kebiasaan di rumah, lingkungan sekolah dan masyarakat, serta teladan guru yang kurang baik terhadap siswa. Di lingkungan sekolah, PHBS menjadi target utama yang perlu ditekankan melalui pelaksanaan perilaku secara konsisten kepada peserta didik (Julianti & Nasirun, 2018). Banyak penyakit yang sering dialami anak usia sekolah dasar (7-10 tahun) ternyata berkaitan erat dengan perilaku hidup bersih dan sehat yang kurang baik. PHBS di sekolah bertujuan mendorong siswa, guru, dan komunitas sekolah untuk mau menerapkan serta berperan aktif dalam mempraktikkan perilaku bersih sehat di lingkungan sekolah (Taryatman, 2016).

METODE

Metode kegiatan Edukasi ini yaitu ceramah dan pemutaran Vidio animasi tentang: Pengertian PHBS, Hubungan pengelolaan sampah dengan PHBS, Jenis – jenis sampah, Pengelolaan sampah.

Penggunaan metode ini dapat memberikan materi relatif banyak secara padat, cepat, dan mudah dipahami. Selain hanya pemaparan materi dan pemutaran vidio edukasi dilakukan juga pencontohan pemilahan sampah sesuai dengan jenisnya dan pratik cuci tangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi PHBS dengan tema “Edukasi PHBS melalui pengelolaan sampah untuk meningkatkan perilaku hidup bersih pada anak sekolah dasar” merupakan salah satu upaya penting dalam menanamkan kebiasaan hidup sehat sejak usia dini, khususnya pada anak sekolah dasar. Pada usia ini, anak berada dalam fase pembentukan karakter dan kebiasaan, sehingga edukasi yang diberikan akan lebih mudah diterima dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu bentuk penerapan PHBS di lingkungan sekolah adalah melalui pengelolaan sampah yang baik dan benar. Pengelolaan sampah yang efektif tidak hanya bertujuan menjaga kebersihan lingkungan sekolah, tetapi juga menjadi sarana pembelajaran bagi anak

untuk memahami pentingnya kebersihan, kesehatan, dan tanggung jawab terhadap lingkungan sekitar.

Melalui edukasi PHBS yang terintegrasi dengan pengelolaan sampah, anak-anak diajak untuk mengenal jenis-jenis sampah, cara membuang sampah pada tempatnya, serta dampak buruk sampah yang tidak dikelola dengan baik. Edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran anak akan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan sekolah sebagai bagian dari perilaku hidup bersih dan sehat. Dengan lingkungan yang bersih, risiko penyebaran penyakit dapat diminimalkan, sehingga mendukung terciptanya suasana belajar yang nyaman dan sehat bagi peserta didik.



Gambar 1: Media Edukasi Dalam Bentuk Power Point



Gambar 2: Media Edukasi Menggunakan Vidio Animasi



Gambar 2: Media Edukasi Menggunakan Poster

Pada pelaksanaan edukasi ini penyampaian materi dilakukan dengan berbagai cara yaitu dengan penyampaian secara lisan, pemutaran video animasi, dan pemberian poster guna memberikan edukasi pada siswa/i. Pemilihan media ini dilakukan karena menurut (Achmad et al., 2021; Parlindungan et al., 2020) Beragam media dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pengetahuan PHBS, dengan sarana utama berupa penyampaian materi lisan di kelas melalui video pembelajaran dan animasi kartun. Video menawarkan visualisasi menarik yang efektif memikat perhatian anak-anak. Pembelajaran berbasis video terbukti efektif bagi siswa SD karena memudahkan pemahaman materi, terutama saat pembelajaran jarak jauh. Konten video bersifat terstruktur dan dapat diputar ulang sesuai kebutuhan pemahaman siswa. Video pembelajaran menjadi lebih menarik dengan animasi, yaitu objek bergerak yang berubah ukuran, bentuk, dan warna. Elemen visual ini merangsang perhatian siswa serta meningkatkan pemahaman terhadap materi PHBS yang disampaikan (Sunami & Aslam, 2021).

poster efektif memvisualisasikan informasi melalui kombinasi gambar menarik, warna cerah, dan teks ringkas, mirip karakteristik poster konvensional. Keunggulannya meliputi ketahanan lama tanpa kerusakan serta akses mudah via internet atau media elektronik, sehingga meningkatkan minat pembaca dan pemahaman siswa terhadap materi PHBS (Harsono et al., 2019; Nursalam, 2017).



Gambar 2: Penyerahan Kotak Sampah Pada Kepala Sekolah UPT SDN 02 Gadingrejo Utara

Pemberian kotak sampah kepada pihak sekolah yaitu agar menarik minat siswa/i untuk membuah sampah pada tempatnya dan sesuai jenisnya. Hal ini juga dikakukan sebagai tanda terimakasih kami pada pihak sekolah karna sudah menyambut hangat dan memperbolehkan kami untuk melakukan edukasi tentang PHBS yang berkaitan dengan Pengelolaan jenis sampah sesuai dengan jenisnya gyna meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa/i agar dapat meningkatkan derajat kesehatan di lingkungan sekolah. Penyediaan kotak sampah kepada pihak sekolah bertujuan menarik minat siswa untuk membuang sampah pada tempatnya sesuai jenis, sekaligus sebagai ucapan terima kasih atas sambutan hangat dan izin edukasi PHBS tentang pengelolaan sampah. Kegiatan ini mendukung peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa untuk derajat kesehatan lingkungan sekolah yang optimal.

SIMPULAN

Kesimpulan dari Kegiatan Pola Hidup Bersih dan Sehat dengan Tema “ Edukasi PHBS melalui pengelolaan sampah untuk meningkatkan perilaku hidup bersih pada anak Sekolah Dasar” yang dilaksanakan pada UPT SDN 02 Gadingrejo Utara telah berjalan dengan baik dan memebrikan dampak positif yang berguna bagi siswa/i.

DAFTAR RUJUKAN

- Achmad, Z. A., Fanani, M. I. D., Wali, G. Z., dan Nadhifah, R. (2021). Video Animasi sebagai Media Pembelajaran Efektif bagi Siswa Sekolah Dasar di Masa Pandemi COVID-19. *JCommsci-Journal of Media and Communication Science*, 4(2), 54-67.
- Harsono, Rosanti, S. Y., dan Seman, N. A. A. (2019). The effectiveness of posters as a learning media to improve student learning quality. *The Journal of Social Sciences Research*, 97- 103.
- Julianti, R., & Nasirun, H. M. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11-17.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011). Jakarta: Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan RI. ISBN 978-602-9364-45-3.
- Liana, O., Aulia, I. D., & Sari, R. S. (2021). Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Ibu Rumah Tangga Di Wilayah Kota Tangerang. *Syntax Idea*, 3(4), 848-856.
- Nursalam, M. (2017). Pengembangan Media Pembelajaran E-Poster Berbasis Website Untuk Meningkatkan Hasil Belajar IPA Materi Sumber Energi Dan Kegunaannya Siswa Kelas III SD Islam Al Madina Semarang. Skripsi, Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. <http://lib.unnes.ac.id/30090/1/1401413002.pdf>
- Parlindungan, D. P., Mahardika, G. P., dan Yulinar, D. (2020). Efektivitas Media Pembelajaran Berbasis Video Pembelajaran dalam Pembelajaran Jarak Jauh

- (PJJ) di SD Islam AnNuriyah. In Prosiding Seminar Nasional Penelitian LPPM UMJ, 2020.
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaslit/article/view/8793>
- Susianti, S., Windarti, I., & Zuraida, R. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Rumah Tangga di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. JPM (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Ruwa Jurai, 6(1), 1-5
- Sunami, M. A., dan Aslam, A. (2021). Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Video Animasi Berbasis Zoom Meeting terhadap Minat dan Hasil Belajar IPA Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Basicedu, 5(4), 1940-1945.
- Taryatman. (2016). Budaya Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Untuk Membangun Generasi Muda Yang Berkarakter. Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An, 3(1).