

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dalam Pencegahan Cacingan Pada Siswa SD Negeri Matagara

Retno Wulandari¹, Shella Raudhatul Jannah², Muhammad Raihan Hakiki³, Aminudin⁴, Nita Rusdiana⁵

^{1,2,3,4,5}Fakultas Farmasi, Program Studi Farmasi, Universitas Muhammadiyah A.R Fachruddin, Kabupaten Tangerang, Indonesia

Email: ¹@retnowulandari.unimar@gmail.com, ²raudhatulshella@gmail.com, ³hakikiraihan01@gmail.com, ⁴nudin3397@gmail.com, ⁵nita.rusdiana111@gmail.com

*Corresponding author Email : @retnowulandari.unimar@gmail.com

Abstrak

Penyakit cacingan masih menjadi masalah kesehatan utama pada anak sekolah di Indonesia, yang sering kali disebabkan oleh kurangnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa kelas 4 SD Matagara tentang pentingnya Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam mencegah penyakit cacingan. Metode yang digunakan adalah edukasi interaktif dengan penyuluhan, pemutaran video animasi, dan demonstrasi langsung tentang cara mencuci tangan yang benar. Evaluasi efektivitas kegiatan dilakukan dengan membandingkan hasil *Pre-test* dan *Post-test*. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa yang signifikan, dibuktikan dengan perolehan skor *Post-test* yang lebih tinggi dibandingkan dengan skor *Pre-test*. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi interaktif efektif dalam menanamkan perilaku hidup sehat sejak dini.

Kata Kunci: Kesehatan, Cacingan, Pola Hidup Bersih dan Sehat, Edukasi, Sekolah Dasar

Abstract

Helminthiasis remains a major health issue among school-age children in Indonesia, often caused by a lack of implementation of Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS). This community service activity aimed to increase the knowledge and awareness of 4th-grade students at SD Negeri Matagara regarding the importance of PHBS for preventing worm infections. The method used was interactive education through counseling, animated video screenings, and a direct demonstration of proper handwashing techniques. The program's success was evaluated by comparing pre-test and post-test results. The outcomes showed a significant improvement in student comprehension, evidenced by higher post-test scores compared to the pre-test. This indicates that interactive education is effective in fostering healthy habits from an early age.

Keywords: Health, Helminthiasis, Clean and Healthy Living Behavior, Education, Elementary School

1. PENDAHULUAN

Infeksi yang disebabkan oleh cacing (helminthiasis) tetap menjadi isu besar dalam kesehatan masyarakat, terutama di kalangan anak-anak yang bersekolah. Penyakit ini dipicu oleh parasit usus seperti *Ascaris lumbricoides*, *Trichuris trichiura*, dan *Ancylostoma duodenale*. Anak-anak cenderung lebih rentan terhadap infestasi cacing karena sistem kekebalan tubuh mereka yang belum sepenuhnya matang serta kebiasaan hidup mereka yang belum higienis. Informasi terbaru menunjukkan bahwa angka kecacingan di beberapa daerah di Indonesia masih tergolong tinggi, dengan prevalensi mencapai 15 hingga 30% pada anak-anak usia sekolah (Gunawan et al., 2023).

Kecacingan memiliki efek negatif pada kesehatan, termasuk masalah dalam penyerapan nutrisi, anemia, stunting, serta penurunan kemampuan berpikir dan hasil belajar. Salah satu penyebab utama tingginya angka kecacingan adalah minimnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di antara para siswa. Kebiasaan seperti tidak mencuci tangan setelah menggunakan toilet, tidak menggunakan alas kaki saat bermain di luar, dan sembarangan dalam membeli makanan, sangat meningkatkan kemungkinan terpapar infeksi cacing usus.

Selain itu, keadaan gizi anak sangat terkait dengan infeksi yang disebabkan oleh cacing. Cacing mengambil nutrisi penting dari host-nya, yang berdampak negatif pada pertumbuhan. Oleh karena itu, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat tidak hanya berfungsi untuk mencegah infeksi, tetapi juga berkontribusi pada status gizi anak secara tidak langsung. Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat di tingkat sekolah dasar memerlukan partisipasi dari berbagai pihak: guru, petugas kesehatan, orang tua, serta siswa itu sendiri. Edukasi kesehatan melalui berbagai metode seperti penyuluhan, poster, brosur, serta praktik langsung seperti mencuci tangan dengan sabun telah terbukti memperbaiki pemahaman dan perilaku PHBS di kalangan siswa (Cahyati et al., 2024).

Jenjang sekolah dasar merupakan lingkungan strategis untuk pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hal ini menjadi krusial mengingat anak-anak pada rentang usia 6-12 tahun memiliki kerentanan tinggi terhadap berbagai penyakit, yang sering kali disebabkan oleh minimnya praktik PHBS. Keberhasilan penerapan PHBS di lingkungan sekolah sangat bergantung pada kesadaran kolektif yang tumbuh dari edukasi dan keteladanan yang diperlihatkan oleh seluruh warga sekolah—termasuk siswa, guru, dan masyarakat sekolah. Kesadaran ini diperkuat oleh pemahaman bersama mengenai risiko penyakit yang dampaknya dapat diantisipasi (kusuma wardani et al., 2024)

PHBS merupakan serangkaian tindakan yang dilakukan dengan kesadaran sebagai dampak dari proses pembelajaran, yang memungkinkan individu atau kelompok untuk membantu dirinya sendiri dalam aspek kesehatan. PHBS di lingkungan sekolah meliputi kebiasaan seperti mencuci tangan menggunakan sabun, menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekitar, serta membuang sampah pada tempat yang telah disediakan (Dafiq et al., 2022). Penelitian yang dilakukan di SDN Kubu, Bali, mengindikasikan bahwa perilaku kebersihan dan sanitasi siswa berkorelasi secara signifikan dengan insiden infeksi cacing. Siswa yang menerapkan gaya hidup sehat umumnya tidak terjangkit cacing, jika dibandingkan dengan siswa yang tidak memperhatikan kebersihan individu dan lingkungan mereka (Gunawan et al., 2023).

Studi lain di SDN Kalisalam II menunjukkan bahwa metode interaktif dalam pendidikan PHBS, seperti penyaluran modul dan perbincangan kelompok, memberikan efek besar pada peningkatan pemahaman siswa

mengenai kebersihan dan hidup sehat. Dari total 115 siswa, 80 di antaranya memperlihatkan perubahan dalam perilaku setelah dilakukan intervensi (Quatatita & Takarini, 2023).

Berdasarkan kondisi tersebut, implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Matagara sangat krusial dan relevan untuk mengurangi tingkat kecacingan. Selain sebagai langkah pencegahan, kegiatan ini juga memiliki peran dalam membentuk kebiasaan sehat jangka panjang bagi para siswa, yang akan memberikan dampak positif untuk generasi yang akan datang. Dengan memperkenalkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sejak usia dini melalui pendekatan pendidikan yang melibatkan partisipasi, diharapkan siswa SD Matagara dapat menjadi agen perubahan bagi keluarga dan komunitas mereka. Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat tidak hanya berperan dalam pencegahan kecacingan, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup anak dengan mempromosikan gaya hidup sehat dan kesadaran mengenai pentingnya menjaga kebersihan.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan pada pengabdian masyarakat di SD Negeri Matagara kali ini melalui beberapa tahap yaitu tahap perizinan dan persiapan, kemudian tahap pelaksanaan. Berikut tahapan pelaksanaannya :

2.1 Tahap Perizinan dan Persiapan

Melakukan kunjungan dan observasi awal ke SD Negeri Matagara untuk mengidentifikasi kondisi kebersihan lingkungan sekolah (toilet, kantin, area bermain) dan fasilitas sanitasi yang tersedia. Ditentukan beberapa isu PHBS yang paling mendesak dan relevan untuk SD Negeri Matagara, seperti frekuensi cuci tangan yang rendah, kurangnya pemahaman tentang etika batuk, atau kebiasaan membuang sampah sembarangan. Kemudian dilakukan perizinan kepada pihak kepala sekolah dengan menyerahkan surat perizinan. Serta menentukan tanggal pelaksanaan kegiatan pengabdian dan menetapkan siswa kelas yang akan mendapatkan materi pengabdian Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Tahap selanjutnya dilakukan penyusunan materi yang menarik dan mudah dipahami berupa Power Point dan video animasi cara mencuci tangan yang baik dan benar. Juga disiapkan instrumen evaluasi sederhana, seperti lembar *pre-test* dan *post-test*, untuk mengukur pengetahuan dan pemahaman siswa sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi.

2.2 Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada bulan Mei 2025 pada siswa kelas 4 SD Negeri Matagara. Siswa terlebih dahulu diberikan *pre-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal. Kemudian melaksanakan sesi penyuluhan PHBS dengan metode yang variatif dan interaktif. Metode yang digunakan meliputi pemaparan materi, demonstrasi langsung cara cuci tangan yang baik dan benar, kuis interaktif untuk memastikan siswa memahami dan tertarik dengan materi yang disampaikan. Kemudian siswa kembali diberikan *post-test* untuk mengukur tingkat pemahaman siswa dari materi yang telah disampaikan.

3. HASIL PEMBAHASAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah kumpulan tindakan yang dilakukan dengan kesadaran sebagai hasil dari pembelajaran, sehingga individu, keluarga, dan masyarakat bisa membantu diri mereka sendiri dalam aspek kesehatan serta berkontribusi secara aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat. Sekolah Dasar Negeri Matagara merupakan salah satu lembaga pendidikan yang mendukung program PHBS sebagai bagian dari upaya untuk membangun lingkungan belajar yang sehat, aman, dan produktif.

Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN Matagara bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa tentang nilai dari perilaku yang sehat, mengajak siswa untuk mulai menjalani gaya hidup bersih dan sehat sejak usia dini, membangun suasana sekolah yang bersih, sehat, dan mendukung kegiatan pembelajaran, mengurangi jumlah kasus penyakit yang disebabkan oleh lingkungan seperti cacingan, diare, demam berdarah dan lain-lain.

3.1 Penilaian Awal (*Pre-test*)

Tahap pertama dari program pendidikan PHBS dimulai dengan melakukan *Pre-test* kepada seluruh peserta didik untuk mengukur tingkat pengetahuan mereka sebelum mendapatkan materi. *Pre-test* tersebut berisikan contoh gambar dari perilaku hidup bersih yang baik maupun yang buruk, sehingga siswa dapat memilih mana dari perilaku diantaranya yang benar. Hasil dari *Pre-test* menunjukkan bahwa dari beberapa siswa kelas 4 di SD Negeri Matagara tersebut memiliki pemahaman yang kurang baik, bahkan ada yang buruk, mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Beberapa kesalahan yang sering dijumpai dari hasil *Pre-test* antara lain:

- Kurangnya pengetahuan mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar.
- Kurangnya pengetahuan mengenai makanan sehat dan tidak sehat.

Temuan ini menjadi petunjuk awal yang sangat penting untuk merancang metode penyuluhan yang efektif dan menarik bagi para siswa.

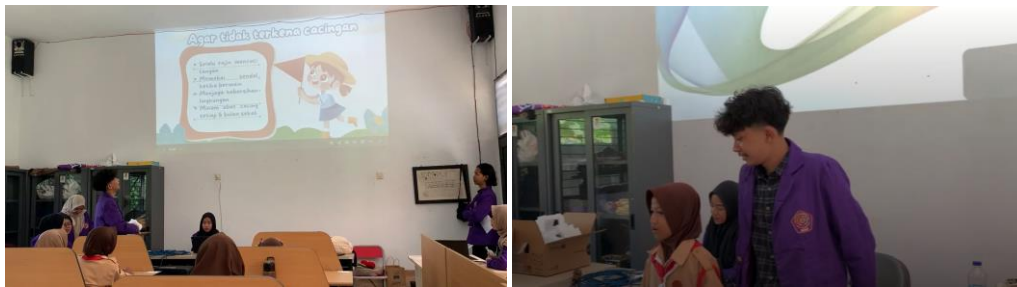


Gambar 1. Kegiatan *Pre-test*

3.2 Sesi penyuluhan

Pelaksanaan sesi penyuluhan dilakukan dengan pemaparan materi diawal berupa power point dan video animasi singkat dengan pendekatan yang interaktif dan bervariasi, yang terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan aktif siswa. Beberapa metode yang diterapkan pada saat sesi penyuluhan antara lain:

- **Pemaparan Materi Sederhana dan Visual :** Materi disajikan dengan dukungan gambar dan video singkat yang sesuai dengan pemahaman siswa di tingkat dasar. Ini membantu mereka lebih cepat memahami konsep penting terkait perilaku hidup bersih dan sehat.
- **Demonstrasi Langsung :** Fasilitator memperagakan langsung cara mencuci tangan yang baik dan sesuai dengan standar WHO (6 langkah), kemudian siswa dapat melakukan praktik sendiri. Metode ini sangat digemari dan dapat meningkatkan kemampuan motorik pemahaman siswa tentang prosedur cuci tangan yang benar.
- **Kuis Interaktif :** Digunakan untuk mengukur pemahaman sementara siswa, disertai hadiah kecil sebagai motivasi. Kuis ini juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan bersaing secara sehat.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan

3.3 Evaluasi Akhir (*Post-test*)

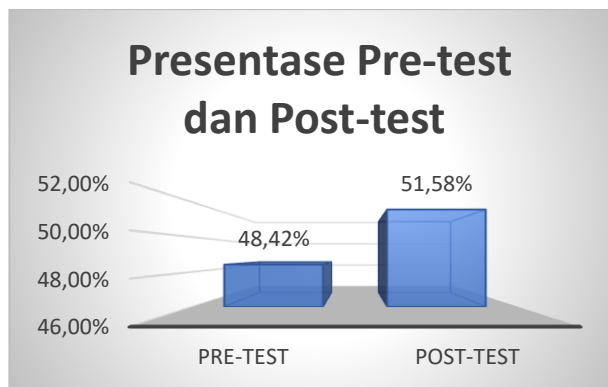
Setelah seluruh rangkaian penyuluhan selesai, siswa kembali mengikuti *post-test* dengan pertanyaan yang mirip dengan *pre-test* untuk menilai perkembangan pemahaman mereka. Hasil dari evaluasi menunjukkan adanya kemajuan yang signifikan dalam skor rata-rata siswa. Kemajuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan yang diterapkan dalam penyuluhan berhasil :

- Meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan.
- Memperbaiki pemahaman praktis siswa, terutama dalam hal mencuci tangan, merawat kebersihan pribadi, dan mengelola sampah.
- Meningkatkan minat serta partisipasi siswa dalam aktivitas pembelajaran kesehatan.



Gambar 3. Kegiatan *post-test*

3.4 Analisis Hasil



Gambar 4. Presentase hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Dari data tersebut terdapat peningkatan nilai pada hasil *post-test* yang artinya diikuti pula tingkat pemahaman siswa setelah sesi penyuluhan dilakukan terkait Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang telah dipaparkan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang menggunakan metode aktif dan menyenangkan lebih berhasil dibandingkan dengan hanya memberikan ceramah konvensional, terutama pada siswa di sekolah dasar.

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang diadakan di SDN Matagara dapat dikatakan sebagai program yang sukses dalam mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa akan pentingnya hidup sehat dari usia dini. Hal ini dilihat dari peningkatan hasil *post-test* yang lebih tinggi dari hasil *pre-test*. Namun dari media edukasi yang masih terbatas, sehingga belum semua siswa bisa mengakses materi visual secara merata.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada pihak SD Negeri Matagara, karna telah memberikan izin serta memfasilitasi penulis dalam melakukan kegiatan pengabdian kali ini. Serta rekan rekan yang telah bekerjasama dengan baik memberikan dukungan baik moril dan materil, sehingga dapat terciptanya kegiatan pengabdian masyarakat yang menarik dan edukatif bagi siswa kelas 4 di SD Negeri Matagara, kabupaten tangerang.

6. REFERENSI

- Cahyati, W. H., Putriningtyas, N. D., & Siswanto, Y. (2024). *Pendamping Kebiasaan Bersih Dan Sehat Bagi Anak Sekolah Di Semarang Jawa Tengah*. 09(2), 466–477.
- Dafiq, N., Jakri, Y., & Sudin, Y. M. (2022). Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SMAN 1 Wae Ri'i Kabupaten Manggarai. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(10), 3567–3572. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.6484>

-
- Gunawan, S. P. A. K., Dwipayanti, N. M. U., & Sujaya, I. N. (2023). Hubungan Perilaku Higiene Dan Sanitasi Perorangan Serta Prevalensi Kecacingan Terhadap Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Kubu. *Archive of Community Health*, 10(2), 373. <https://doi.org/10.24843/ach.2023.v10.i02.p16>
- kusuma wardani, N., Yudha Trisnahunata, R., Willy Andika, A., Awang Irawan, F., & Sudibyo, A. (2024). SOSIALISASI PHBS MELALUI VIDEO EDUKASI PADA SISWA SEKOLAH DASAR DI DESA KEMETUL. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Mandiri Indonesia (Indonesian Journal of Independent Community Empowerment)*, 7(2), 2621–1254.
- Quatatita, A. L., & Takarini, N. (2023). Dampak Penyuluhan Dalam Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Tentang Makanan Sehat Dan Phbs Pada Siswa Sdn Kalisalam Ii Di Probolinggo. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, 6(1), 115. <https://doi.org/10.24198/focus.v6i1.47730>