
Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa PAUD Bina Kasih Pamarayan

Mahpudoh¹, Diana Romdhoningsih², Nova Yulianti Permata³, Rahma Maulidasani⁴, Salsabila Kaila Hujimaki⁵, Raka Kusuma Maulana⁶

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa, Banten^{1,2,5}

Fakultas Kesehatan, Universitas Bina Bangsa, Banten³

Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bina Bangsa, Banten^{4,6}

✉ Email udohmahfudoh751@gmail.com¹, nhadiana51@gmail.com^{2*}, permatanovva@gmail.com³, rahmamaulida051@gmail.com⁴, salsabilaa.hujimaki@gmail.com⁵, rekakusuma60@gmail.com⁶

INFO ARTIKEL

Histori Artikel:

Diterima 20-08-2025

Disetujui 29-08-2025

Diterbitkan 31-08-2025

Katakunci:

PAUD,

PHBS,

Pamayaran,

Kesehatan

ABSTRAK

Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa Paud Bina Kasih Desa Pamayaran Kecamatan Pamayaran Kabupaten Serang Provinsi Banten dilaksanakan dalam kegiatan program kerja mahasiswa KKM kelompok 75 Universitas Bina Bangsa Tahun 2025. Melalui kegiatan edukasi ini, para siswa belajar praktik bagaimana menggosok gigi dengan benar serta mencuci tangan yang bersih agar terhindar dari kuman. Edukasi ini juga meningkatkan keterampilan siswa dalam menggosok gigi dengan benar dan manfaat dari mencuci tangan sebelum makan dan Minum. Dengan adanya edukasi ini para siswa dapat membiasakan diri mereka agar selalu tetap menjaga Kesehatan dan juga kebersihan di lingkungan sekitar. Tujuan dari edukasi yang dilakukan oleh tim KKM kelompok 75 adalah untuk memberdayakan siswa agar senantiasa bertanggung jawab terhadap Kesehatan dan kebersihan lingkungan sekitar. Hasil dari pengabdian dalam pelaksanaan edukasi PHBS ini adalah para siswa paud mulai bertanggungjawab akan Kesehatan dan kebersihan diri serta lingkungan masing masing tanpa adanya paksaan dan tanggungjawab para siswa telah dimulai sejak dini.

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Mahpudoh, Diana Romdhoningsih, Nova Yulianti Permata, Rahma Maulidasani, Salsabila Kaila Hujimaki, & Raka Kusuma Maulana. (2025). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa PAUD Bina Kasih Pamarayan. Aksi Kita: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(4), 1016-1025. <https://doi.org/10.63822/pr4rky32>

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan fondasi penting dalam meningkatkan kualitas hidup, khususnya bagi anak-anak yang berada pada masa pertumbuhan. Pada usia dini, anak-anak sangat rentan terhadap berbagai penyakit yang sebenarnya dapat dicegah melalui penerapan prinsip-prinsip kebersihan dan kesehatan yang tepat. Oleh karena itu, pendidikan mengenai PHBS di lingkungan sekolah paud, seperti yang diterapkan di Paud Bina Kasih di Desa Pamayaran, Kecamatan Pamayaran, Kabupaten Serang, sangat penting untuk fondasi Pendidikan Kesehatan sejak dini. Edukasi ini bertujuan untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat sejak dini, yang nantinya akan menjadi pola hidup yang berkelanjutan hingga dewasa. Aspek-aspek yang diajarkan meliputi kebersihan diri, pola makan sehat, serta rutinitas mencuci tangan yang teratur, yang secara keseluruhan berkontribusi pada peningkatan kesehatan jangka panjang anak-anak. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2016), penerapan PHBS sejak usia dini dapat menurunkan risiko penyakit menular dan meningkatkan kualitas hidup secara signifikan. Dengan demikian, integrasi pendidikan PHBS di sekolah Paud menjadi langkah strategis dalam membentuk generasi yang sehat dan produktif di masa depan. (Nurlaela, 2024).

Sekolah Paud merupakan tempat pertama di mana anak-anak memulai proses pembelajaran, dan usia dini dianggap sebagai masa yang paling efektif untuk memperoleh berbagai pengetahuan dan keterampilan. Oleh karena itu, sangat penting untuk menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung kesehatan dan kebersihan agar anak-anak dapat tumbuh dan belajar dalam kondisi yang optimal. Program penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah Paud tidak hanya bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya kebersihan dan kesehatan, tetapi juga berperan dalam mengajak anak-anak agar aktif terlibat dalam menjaga kebersihan diri serta lingkungan sekitar mereka. Dengan demikian, program ini membantu membentuk kebiasaan positif sejak dini yang akan berdampak pada kesehatan jangka panjang anak-anak (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018). Perilaku dan pelaksanaan hidup bersih dan sehat merupakan hasil dari kesadaran individu yang diperoleh melalui proses pembelajaran. Kesadaran ini mendorong seseorang untuk secara aktif menerapkan prinsip-prinsip kebersihan dan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, perilaku PHBS juga berfungsi sebagai motivasi bagi peserta didik untuk menciptakan dan menjaga lingkungan sekolah yang sehat dan bersih. Dengan demikian, penerapan PHBS tidak hanya berdampak pada kebiasaan pribadi, tetapi juga berkontribusi pada terciptanya suasana belajar yang kondusif dan mendukung kesehatan bersama (Solikin, R. et al., 2022).

Kegiatan edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diharapkan tidak hanya memberikan pengetahuan kepada siswa paud, tetapi juga melibatkan peran aktif orang tua dan komunitas dalam upaya mempromosikan gaya hidup sehat. Keterlibatan orang tua sangat penting karena dapat memperkuat pesan-pesan yang disampaikan di sekolah, sehingga kebiasaan hidup sehat dapat diterapkan secara konsisten di lingkungan rumah. Dengan terjalannya kerja sama yang baik antara sekolah dan orang tua, diharapkan perilaku PHBS menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari anak-anak. Sebaliknya, apabila perilaku PHBS tidak diterapkan dengan baik, hal ini berpotensi meningkatkan risiko munculnya berbagai penyakit yang dapat mengganggu kesehatan dan perkembangan anak (Asikin et al., 2024).

Dengan demikian, edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Paud Bina Kasih tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik siswa, tetapi juga berperan dalam membangun kesadaran serta tanggung jawab sosial sejak dini. Melalui proses pendidikan yang efektif dan partisipasi

aktif dari seluruh pihak terkait, diharapkan akan terbentuk generasi yang tidak hanya lebih sehat secara fisik, tetapi juga lebih peduli terhadap lingkungan di sekitarnya. Hal ini akan mendorong terciptanya budaya hidup bersih dan sehat yang berkelanjutan dalam masyarakat, sehingga memberikan dampak positif jangka panjang bagi kualitas hidup Bersama.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan di PAUD Bina Kasih, metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah dengan menganalisa situasi. Analisa dan situasi dan survey pendahuluan dilaksanakan dengan metode pengamatan langsung. Kegiatan dimulai dengan sesi pengantar untuk memperkenalkan konsep Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tentang menggosok gigi dan mencuci tangan dengan baik dan benar kepada siswa. Kegiatan edukasi ini melibatkan para siswa paud untuk praktek langsung dalam kegiatan PHBS.



Gambar 1. Alur Tahapan Kegiatan

Selanjutnya kegiatan persiapan dilakukan dengan melakukan koordinasi dengan sekolahpaud Bina Kasih dan melakukan survey ke lokasi guna persiapan kegaiatan PHBS. Selanjutnya masuk pada tahapan pelaksanaan dengan melakukan pembukaan kegiatan PHBS dan memberikan arahan kepada siswa paud dalam kegiatan edukasi PHBS yang akan dilaksanakan, kegiatan ini dilakukan dengan pembagian kelompok kecil untuk mendiskusikan topik spesifik, seperti kebersihan gigi dengan cara menggosok gigi dengan benar serta mencuci tangan sebelum melakukan kegiatan makan dan minum . Tahap evaluasi adalah praktik langsung para siswa dan siswi paud Bina Kasih dalam tanggungjawab kebersihan gigi dengan cara menggosok gigi dengan baik dan mencuci tangan sebelum melakukan aktivifitas makan dan minum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Koordinasi kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilaksanakan pada hari Rabu, 30 Juli 2025. Pada hari tersebut, mahasiswa melakukan koordinasi langsung dengan pihak sekolah

PAUD Bina Kasih untuk memastikan penyuluhan dapat terlaksana dengan baik. Tim KKM 75 Universitas Bina Bangsa kemudian mengadakan diskusi bersama para guru PAUD mengenai pelaksanaan edukasi PHBS, khususnya tentang pentingnya mencuci tangan dan menggosok gigi. Selanjutnya, koordinasi dilanjutkan melalui aplikasi WhatsApp dengan guru wali murid para siswa PAUD guna memperlancar komunikasi dan persiapan kegiatan. Penyuluhan dimulai pada pukul 09.00 WIB dan diterima langsung oleh Ibu Guru PAUD Bina Kasih. Setelah itu, Tim KKM 75 UNIBA Tahun 2025 mempersiapkan pelaksanaan kegiatan edukasi tersebut secara menyeluruh.



Gambar 2. Sosialisasi PHBS

Setelah pemberian sosialisasi pada siswa paud dan juga wali murid selesai dilakukan tanya jawab kepada siswa mengenai pemahaman akan materi yang telah disampaikan kepada pada siswa paud tentang edukasi PHBS kebersihan gigi dan mencuci tangan.



Gambar 2. Penjelasan teori kebersihan gigi

Selanjutnya tim KKM 75 UNIBA Tahun 2025 melakukan praktik langsung bersama siswa siswi Paud Bina Kasih dalam praktek mencuci tangan. Kegiatan mencuci tangan dilakukan untuk membersihkan tangan dari kuman dan bakteri sebelum makan dan minum serta setelah melakukan kegiatan diluar ruangan. Mencuci tangan yang baik dan benar tentu saja ada cara dan tahapannya serta menggunakan sabun agar bakteri mati dan bersih sempurna.



Gambar 3. Praktik Mencuci Tangan

Antusias para siswa siswi Paud Bina Kasih dalam melakukan kegiatan edukasi ini disambut sangat antusias dan bersemangat. Tanggung jawab dari usia dini tentang kebersihan diri dan lingkungan sangat dibutuhkan agar Ketika dewasa mampu menjadi diri dengan baik dan terhindar dari berbagai macam penyakit yang ditimbulkan oleh kuman dan bakteri. Setelah kegiatan praktek mencuci tangan dengan baik dan benar kegiatan edukasi berlanjut pada kegiatan menggosok gigi. Gigi adalah bagian tubuh manusia yang sangat sensitif, dimana gigi yang berada di dalam rongga mulut merupakan anggota tubuh yang wajib dijaga kebersihannya. Sisa makanan dan minuman yang tertinggal di gigi seringkali menimbulkan masalah dikemudian hari jika tidak dirawat dengan baik.



Gambar 4. Praktik Menggosok Gigi

Peningkatan kebersihan lingkungan sebagai hasil dari program bersih-bersih menunjukkan bahwa siswa tidak hanya diajarkan untuk menjaga kebersihan diri sendiri, tetapi juga mulai memahami pentingnya menjaga kebersihan di lingkungan sekitar mereka. Hal ini merupakan langkah awal yang penting dalam membentuk budaya hidup bersih dan sehat yang lebih luas di masyarakat. Dengan kesadaran tersebut, diharapkan siswa dapat menjadi agen perubahan yang mendorong terciptanya lingkungan yang sehat dan nyaman bagi semua.



Gambar 5. Para Siswa dan Siswi Paud Bina Kasih Mendapatkan Hadiah atas Partisipasi PHBS

Secara keseluruhan, program penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Paud Bina Kasih Pamayaran menunjukkan bahwa dengan pendekatan yang tepat, pendidikan kesehatan dapat mengubah pengetahuan, perilaku, serta kondisi lingkungan siswa secara signifikan. Program ini diharapkan dapat terus berlanjut dan berkembang, sehingga dampak positifnya dapat dirasakan secara lebih luas di komunitas sekitar, mendukung terciptanya masyarakat yang lebih sehat dan sadar akan pentingnya kebersihan serta kesehatan.



Gambar 6. Tim KKM 75 dan Guru serta Siswa Siswi Peserta Kegiatan PHBS

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Paud Bina Kasih telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa terkait kebersihan, nutrisi, serta kesehatan gigi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa mengenai pentingnya kebersihan pribadi dan perawatan gigi. Dengan demikian, pendidikan tentang PHBS sangat penting untuk diterapkan secara berkelanjutan dalam proses belajar mengajar guna memastikan terbentuknya kebiasaan hidup sehat sejak dini. Selain itu, keterlibatan aktif orang tua dan guru dalam mendukung penerapan PHBS di rumah dan sekolah menjadi faktor kunci keberhasilan program ini.

SARAN

Disarankan agar program penyuluhan PHBS dilaksanakan secara rutin untuk menjaga konsistensi serta keberlanjutan pengetahuan dan kebiasaan sehat di kalangan siswa. Kegiatan edukasi ini dapat dilakukan dengan mengadakan sesi lanjutan setiap semester. Untuk memperluas jangkauan dampak program, penting melibatkan komunitas secara lebih aktif, termasuk lembaga kesehatan setempat, dalam pelaksanaan edukasi lanjutan. Kerja sama tersebut dapat menyediakan sumber daya tambahan sekaligus memperkaya materi yang disampaikan. Sekolah juga sebaiknya menyediakan fasilitas pendukung penerapan PHBS, seperti tempat cuci tangan yang memadai, area olahraga, serta kebun sekolah untuk menanam sayuran, sehingga memudahkan siswa dalam menerapkan kebiasaan hidup sehat. Selain itu, mengadakan program edukasi khusus bagi orang tua mengenai PHBS dapat meningkatkan dukungan mereka di rumah. Kegiatan ini dapat dilakukan melalui pertemuan rutin atau seminar yang melibatkan para

ahli kesehatan. Penting pula untuk melakukan monitoring dan evaluasi secara berkala guna mengukur dampak program serta mengidentifikasi aspek yang perlu diperbaiki. Dengan demikian, program dapat terus disempurnakan dan disesuaikan dengan kebutuhan siswa PAUD dan sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah kontribusi dalam kegiatan edukasi PHBS di Paud Bina Kasih Pamayaran, Kecamatan Pamayaran. Kami ucapkan terimakasih kepada kepala sekolah Paud dan juga staff serta Guru Paud tidak lupa kepada siswa siswa yang telah terlibat dalam kegiatan edukasi PHBS ini. Kepada LPPM Universitas Bina Bangsa atas semua dukungan dan support kepada tim KKM kelompok 75 Tahun 2025 dan kepada semua masyarakat yang terlibat. Akhir kata kami berharap program ini dapat memberikan dampak positif yang berkelanjutan dan membentuk kebiasaan sehat bagi siswa, keluarga dan masyarakat. Terima kasih.

REFERENSI

- Asikin, S. B., & Lestari, I. M. T. (2024). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Siswa Upt Sd Negeri 91 Soreyang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gunung Sari*, 2(1), 23-28.
- Azizah, A. N. I., Fadhila, N., Citra, T. Y., Awalia, W., Meilani, R. D., Rahmadanissa, L. C., & Agusta, S. (2024). Edukasi Gosok Gigi untuk Meningkatkan Pengenalan Pola Hidup Bersih Sehat (PHBS) pada Anak Taman Kanak-Kanak Aisyiah Ranting 1 Kartasura Sukoharjo Jawa Tengah. *Seulanga: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 106-113.
- Eriyani, T., & Komariah, M. (2023). Edukasi Stunting dan PBHS dalam Upaya Pengenalan dan Pencegahan Dini Stunting di SMP 1 Darul Falah Cihampelas Kabupaten Bandung Barat. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 1106-1113.
- Gandara, G. S., Khaerudin, D., Dewi, I. N., Noviani, S., & Handayani, A. (2024). Pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan kesehatan mulut dan menjaga gigi yang baik dan benar di Desa Kronjo, Kabupaten Tangerang Provinsi Banten. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Waradin*, 4(3), 01-08.
- Hasibuan, E. G., Wahyuni, R., Sari, R. A., Daulay, A. D. P., & Apriansyah, P. (2025). Penyuluhan PHBS dengan Metode ABCD dalam Meningkatkan Pemahaman Siswa SD di Tuntungan II, Kecamatan Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang. *JHR: Journal of Health and Religion*, 2(1), 43-53.
- Jurnal, A. (2021). PENYULUHAN POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PBHS) DAN PELATIHAN PEMBUATAN HAND SANITIZER UNTUK PENCEGAHAN PENYEBARAN COVID-19 DI GMT SAMARIA NOELBAKI KABUPATEN KUPANG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Desa*, 1(2).
- Jurnal, A. (2021). PENYULUHAN POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PBHS) DAN PELATIHAN PEMBUATAN HAND SANITIZER UNTUK PENCEGAHAN PENYEBARAN COVID-19 DI GMT SAMARIA NOELBAKI KABUPATEN KUPANG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Desa*, 1(2).

- Krisna, K. A. W., Hadiana, O., Manan, N. A., Nur, H. A., & Heriyana, T. (2024). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Sanggar Bimbingan Sungai Buloh Selangor Malaysia. *Jurnal Pengabdian Tri Bhakti*, 6(2), 86-93.
- Larasati, O. S., Saraswati, A. A., Pitaloka, Y., Mahestri, W., Desi, N., Priskianto, A., & Sartika, I. (2020). Penyuluhan Pola Hidup Bersih dan Pengolahan Sampah Masyarakat di Kampung Sangkrah Solo. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 339-344.
- Mappe, U. U., Idrus, I. I., Amsal, B., Syam, A., & Hafid, U. Q. (2025). PENINGKATAN PHBS MELALUI KETERAMPILAN MEMILAH DAN MENGELOLA SAMPAH RUMAH TANGGA DI PULAU LAE-LAE KOTA MAKASSAR. *Paramacitra Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(02), 306-312.
- Nurlaela, B., Hafiz, J., Sautiana, S., Fipdayati, T., & Fikni, Z. (2024). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA ANAK SEKOLAH DASAR. *PabMa: Jurnal Pengabdian Masyarakat Madani*, 1(2), 44-47.
- Rifqoh, R., Insana, A., & Rizani, K. (2022). Penyuluhan Kebersihan Diri Dan Pendampingan Pembiasaan Pola Hidup Bersih Sehat (Pbhs) Serta Penanggulangan Skabies Pada Santri Pondok Pesantren Darul Hijrah Putra Martapura. *Jurnal Rakat Sehat: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 58-65.
- Safirza, S., Elmiyati, E., Fadhil, I., Atika, R. A., & Aziza, R. (2024). Edukasi Peranan PHBS Dalam Keluarga Untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat. *Surya Abdimas*, 8(1), 57-63.
- Sufriadi, D., & Zakaria, Z. (2024). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SD Sarah Raya, Kabupaten Aceh Jaya. *Jurnal Ragam Pengabdian*, 1(1), 20-25. <https://doi.org/10.62710/ajvrj720>
- Utomo, B., Tanjung, K., & Siregar, S. M. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta Pemberian