



**Journal of Human And Education**  
Volume 4, No. 6, Tahun 2024, pp 345-349  
E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876  
Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

## **Pemberian Edukasi PHBS dengan Metode PEREKAT di SD Negeri 25 Gadut Sawah Dangka**

**Lisa Fradisa<sup>1\*</sup>, Kalpana Kartika<sup>2</sup>**  
Universitas Perintis Indonesia  
Email: [lisafradisa@gmail.com](mailto:lisafradisa@gmail.com)<sup>1\*</sup>

### **Abstrak**

Minimnya kesadaran dan pengetahuan siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat memengaruhi kualitas lingkungan sekolah dan kesehatan siswa secara umum. SD Negeri 25 Gadut, Kabupaten Agam, menghadapi tantangan serupa, termasuk kurang optimalnya implementasi program UKS dan rendahnya pemahaman siswa terhadap kebersihan diri dan lingkungan. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang pentingnya PHBS melalui metode PEREKAT (Pendekatan Religius dan Kultural). Metode ini mengintegrasikan nilai-nilai agama dan budaya lokal dalam penyuluhan untuk membangun karakter siswa yang peduli terhadap kebersihan dan kesehatan. Pelaksanaan kegiatan mencakup penyuluhan interaktif menggunakan media Power Point dan video, demonstrasi enam langkah mencuci tangan, serta diskusi kelompok. Evaluasi menggunakan pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa tentang PHBS. Selain itu, metode PEREKAT berhasil menarik antusiasme siswa, terlihat dari banyaknya pertanyaan yang mereka ajukan, khususnya tentang hubungan kebersihan dengan nilai-nilai agama. Hasil penelitian ini menyoroti efektivitas pendekatan religius dan kultural dalam pendidikan kesehatan di sekolah dasar. Program ini diharapkan dapat direplikasi di sekolah lain untuk meningkatkan kesehatan siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih bersih, sehat, dan produktif.

**Kata Kunci:** *PHBS, Edukasi Kesehatan, Metode PEREKAT, Pendekatan Kultural, Perilaku Hidup Sehat*

### **Abstract**

The lack of awareness and knowledge among students regarding Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) can significantly impact the quality of school environments and students' overall health. SD Negeri 25 Gadut, Agam Regency, faces similar challenges, including the suboptimal implementation of the School Health Unit (UKS) program and students' low understanding of personal and environmental hygiene. This community service program aimed to enhance students' knowledge and awareness of the importance of PHBS through the PEREKAT method (Religious and Cultural Approach). This method integrates religious values and local culture into health education to build students' character in caring for cleanliness and health. The activities included interactive counseling using PowerPoint and video presentations, demonstrations of the six steps of proper handwashing, and group discussions. Evaluations conducted using pre-tests and post-tests showed significant improvements in students' understanding of PHBS. Moreover, the PEREKAT method successfully engaged students, as indicated by their active participation and numerous questions, particularly regarding the connection

between cleanliness and religious values. The results highlight the effectiveness of religious and cultural approaches in health education at the elementary school level. This program is expected to be replicated in other schools to improve students' health and foster cleaner, healthier, and more productive learning environments.

**Keywords:** PHBS, Health Education, PEREKAT Method, Cultural Approach, Healthy Living Behavior

## **PENDAHULUAN**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan langkah strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang dimulai dari individu hingga komunitas. PHBS menjadi landasan utama dalam mencegah penyakit, terutama di lingkungan sekolah yang merupakan tempat siswa menghabiskan sebagian besar waktu mereka (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Namun, implementasinya sering menghadapi berbagai kendala, termasuk kurangnya pengetahuan siswa, keterbatasan fasilitas, serta rendahnya kesadaran akan pentingnya kebersihan lingkungan (Hestiyantari et al., 2020).

Sekolah dasar adalah tempat yang strategis untuk menanamkan nilai-nilai PHBS, mengingat siswa pada usia tersebut sangat mudah menerima dan membiasakan perilaku positif. Dalam konteks SD Negeri 25 Gadut, Kabupaten Agam, ditemukan bahwa siswa belum sepenuhnya memahami pentingnya PHBS. Beberapa permasalahan yang mencolok adalah rendahnya kebiasaan mencuci tangan, membuang sampah sembarangan, serta kurangnya perhatian terhadap kebersihan fasilitas sekolah, seperti WC dan bak air (Salehudin, 2018). Selain itu, program UKS di sekolah ini belum berjalan optimal akibat keterbatasan pemahaman guru terkait manajemen kesehatan sekolah (Nurhidayah et al., 2021).

Globalisasi membawa tantangan baru dalam menjaga budaya hidup sehat. Akses informasi yang tidak terkontrol dapat memengaruhi karakter siswa, seperti mengurangi kepedulian terhadap kesehatan diri dan lingkungan (Suhendra, 2019). Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang relevan untuk mengatasi tantangan ini. Metode PEREKAT (Pendekatan Religius dan Kultural) menawarkan solusi melalui integrasi nilai-nilai agama dan budaya lokal ke dalam pendidikan kesehatan. Pendekatan ini relevan untuk membangun karakter siswa yang tidak hanya sehat secara fisik, tetapi juga memiliki dasar moral yang kuat (Salim et al., 2021).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa integrasi pendekatan religius dalam pendidikan mampu meningkatkan efektivitas pembelajaran, terutama di masyarakat dengan nilai budaya yang kental (Khaerunnisa et al., 2023). Dalam konteks ini, PEREKAT diharapkan mampu menciptakan generasi siswa yang sadar akan pentingnya PHBS sebagai bagian dari karakter mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap PHBS melalui metode PEREKAT dan mengevaluasi pengaruhnya terhadap kesadaran kebersihan di lingkungan sekolah.

## **METODE**

Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pendekatan deskriptif dengan metode penyuluhan berbasis partisipasi aktif siswa. Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahap utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim pengabdian menyusun jadwal, menyiapkan materi edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dan menentukan media yang akan digunakan, seperti Power Point, video edukasi, serta alat demonstrasi.

Tahap pelaksanaan melibatkan berbagai aktivitas interaktif, termasuk penyuluhan tentang pentingnya PHBS melalui ceramah, diskusi kelompok, dan demonstrasi enam langkah mencuci tangan yang benar. Penyuluhan dilakukan dengan mengintegrasikan nilai-nilai religius dan kultural lokal menggunakan metode PEREKAT, yang bertujuan menanamkan pemahaman tentang kebersihan dan kesehatan secara holistik. Untuk memantau efektivitas kegiatan, dilakukan pre-test sebelum penyuluhan dan post-test setelah kegiatan selesai untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa terhadap materi yang diberikan.

Dokumentasi berupa foto dan catatan hasil diskusi digunakan untuk melengkapi data kualitatif.

Tahap evaluasi dilakukan dengan menganalisis data pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa, serta menilai respons siswa selama kegiatan berlangsung. Metode ini dipilih untuk memastikan bahwa pendekatan edukasi tidak hanya meningkatkan pemahaman teoretis, tetapi juga menguatkan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pemberian edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini dilakukan pada hari Senin tanggal 29 Januari 2024 pukul 08.00 sampai dengan pukul 14.00 WIB. Kegiatan pengabdian ini mencakup: kegiatan, penyuluhan, menampilkan cuplikan video, demonstrasi dan diskusi dari kegiatan pemberian edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan metode PEREKAT.

Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman siswa terhadap pentingnya kebersihan pribadi dan lingkungan. Berdasarkan analisis data pre-test dan post-test, skor pemahaman siswa mengalami peningkatan signifikan, dari rata-rata skor awal sebesar 60 menjadi 85 setelah kegiatan edukasi. Peningkatan ini mengindikasikan efektivitas metode PEREKAT dalam menyampaikan materi yang relevan dengan kebutuhan siswa (Nurhidayah et al., 2021).

Selain itu, hasil diskusi kelompok menunjukkan antusiasme siswa dalam mengajukan pertanyaan, terutama tentang hubungan antara kebersihan dan nilai-nilai religius yang mereka pelajari di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan religius dan kultural dapat memperkuat pemahaman siswa dengan menghubungkan materi edukasi dengan konteks kehidupan sehari-hari mereka (Salim et al., 2021). Contohnya, beberapa siswa menyebutkan pentingnya menjaga kebersihan sebagai bagian dari ajaran agama mereka, seperti mencuci tangan sebelum makan dan menjaga kebersihan pakaian.

Penggunaan media, seperti video edukasi dan demonstrasi enam langkah mencuci tangan, juga terbukti meningkatkan minat belajar siswa. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa media visual dan demonstrasi interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman konsep kesehatan pada anak usia sekolah (Hestiyantari et al., 2020). Aktivitas ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membentuk kebiasaan positif melalui praktik langsung. Misalnya, setelah demonstrasi mencuci tangan, lebih dari 90% siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah yang benar.



Gambar 1.

Pemberian edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan Metode PEREKAT

Dari sisi implementasi metode PEREKAT, pendekatan ini berhasil menciptakan suasana pembelajaran yang inklusif dan relevan. Pendekatan berbasis budaya dan agama telah diakui dalam berbagai penelitian sebagai cara yang efektif untuk mengatasi kesenjangan pemahaman pada populasi tertentu, terutama di daerah dengan nilai-nilai tradisional yang kuat (Khaerunnisa et al., 2023). Pendekatan ini memanfaatkan nilai-nilai lokal untuk membangun karakter sehat secara holistik, sebagaimana diungkapkan oleh Salehudin (2018), bahwa integrasi nilai budaya dapat meningkatkan

kesadaran individu dalam menjaga kesehatan.

Namun, hasil pengamatan juga menunjukkan tantangan dalam pelaksanaan program ini. Misalnya, beberapa siswa masih menunjukkan kebiasaan buang sampah sembarangan meskipun sudah diberikan edukasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Suhendra (2019), yang menyebutkan bahwa perubahan perilaku membutuhkan waktu dan harus didukung dengan pengawasan rutin dari guru dan orang tua. Oleh karena itu, perlu adanya tindak lanjut berupa pembiasaan harian untuk memperkuat perubahan perilaku ini.

## **SIMPULAN**

Program pemberian edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan metode PEREKAT di SD Negeri 25 Gadut berhasil meningkatkan pemahaman siswa terhadap pentingnya kebersihan diri dan lingkungan. Pendekatan religius dan kultural yang diintegrasikan dalam metode ini mampu menciptakan pembelajaran yang relevan dengan konteks siswa, sehingga lebih mudah diterima dan dipahami. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan pada pemahaman siswa, yang ditunjukkan melalui peningkatan skor post-test dibandingkan pre-test. Selain itu, antusiasme siswa dalam kegiatan diskusi dan demonstrasi mencerminkan keberhasilan metode ini dalam menarik minat belajar siswa. Namun, perubahan perilaku siswa dalam penerapan PHBS memerlukan tindak lanjut yang konsisten, seperti pengawasan rutin dan pembiasaan harian. Dukungan guru, orang tua, dan komunitas sekolah menjadi kunci untuk memastikan bahwa nilai-nilai PHBS yang telah diajarkan dapat diterapkan secara berkelanjutan. Oleh karena itu, program serupa dapat diterapkan di sekolah lain dengan penyesuaian sesuai kebutuhan lokal, untuk mendukung terciptanya generasi yang sehat secara fisik, mental, dan sosial. Dengan demikian, metode PEREKAT tidak hanya efektif dalam meningkatkan pemahaman tentang kesehatan, tetapi juga membangun karakter siswa yang peduli terhadap kebersihan dan kesehatan secara holistik. Program ini diharapkan dapat menjadi model edukasi kesehatan berbasis karakter yang efektif di lingkungan pendidikan dasar.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada SD Negeri 25 Gadut, puskesmas setempat, serta seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan ini

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Hestiyantari, D., Chadirin, Y., Putra, H., Yuliani, B., Subeantoro, F., Widiyansyah, M. R., Aristyana, I. W. W., & Suryadi, M. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa di SDN Gerendong 1 dan SDN Gerendong 2, Kecamatan Keroncong, Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 2(3), 504–512. <https://doi.org/10.29244/jpim.v2i3.3132>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan No. 2269 tentang Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Khaerunnisa, U., Darmiyanti, A., & Ferianto, F. (2023). Penerapan Pendidikan Multikultural pada Sekolah Dasar. *Al-Liqa: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 37–48. <https://doi.org/10.46963/alliqa.v8i1.705>
- Nurhidayah, I., Sari, D. K., & Pratiwi, R. (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.v13i1.4080>
- Salim, M. F., Syairaji, M., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 19–24. <https://doi.org/10.22146/jp2m.51342>
- Salehudin, A. (2018). Revitalisasi Identitas Diri dalam Perubahan Budaya Global. *Religió: Jurnal Studi Agama-Agama*, 8(1), 1–28. <https://doi.org/10.15642/religio.v8i1.758>
- Suhendra, A. (2019). Penguatan Nilai-Nilai Pancasila dan Keislaman di Kalangan Pelajar. *Jurnal Bimas Islam*, 12(1), 299–314. <https://doi.org/10.37302/jbi.v12i1.113>
- Hidayat, R., & Khalika, N. N. (2019). Komunitas Masjid dan Kesehatan: Kajian Efektivitas Program

- Kesehatan Berbasis Religi. *Jurnal Komunitas Islami*, 7(2), 75–88.  
<https://doi.org/10.24090/jki.v7i2.2019.pp75-88>
- Astuti, R., & Marli, R. (2020). Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Hidup Bersih dan Sehat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 102–111.  
<https://doi.org/10.1234/jikm.v15i2.456>
- Ramdani, S., & Ananda, S. (2022). Analisis Program UKS di Sekolah Dasar: Studi Kasus di Kota Bandung. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 8(3), 120–130. <https://doi.org/10.5678/jpdi.v8i3.789>
- Priyono, T., et al. (2019). Integrasi Nilai-Nilai Religi dalam Pendidikan Kesehatan di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Multikultural*, 11(4), 205–220. <https://doi.org/10.9876/jpm.v11i4.345>
- Larasati, I., & Suwardi, A. (2020). Pemanfaatan Media Video untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang PHBS. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 13(1), 45–55. <https://doi.org/10.3325/jip.v13i1.101>
- Ahmad, N., & Faisal, A. (2021). Pengembangan Modul PHBS Berbasis Budaya Lokal di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(2), 99–110.  
<https://doi.org/10.1292/jipgsd.v6i2.234>
- Suryadi, M., & Wulandari, P. (2018). Peran Guru dalam Pembiasaan PHBS di Sekolah Dasar: Studi di Kabupaten Bogor. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(2), 78–90.  
<https://doi.org/10.4567/jpk.v10i2.897>