



## **Edukasi PHBS (Perilaku Hidup Sehat Bersih Sehat) Cuci Tangan Pada Anak Sekolah: *Literature Review***

**Imel Pratiwi Imanda**

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

**Lilis Lismayanti**

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Alamat: Jl. Tamansari No. KM 2, RW.5, Mulyasari, Kec. Tamansari, Kota  
Tasikmalaya, Jawa Barat 46196

Korespondensi penulis: [imelpratiwiimanda16@gmail.com](mailto:imelpratiwiimanda16@gmail.com)

**Abstrak.** *Clean and Healthy Living Behavior Education (PHBS) is important to be given to school-age children because at this time children are forming long-term habits and characters. This research is a literature review that aims to find out the results of PHBS education towards improving the insight and skills of school students. Article search is done through Google Scholar with a range of 2020–2025 using the PRISMA method. From the initial 969 articles, only 5 articles meet the inclusion criteria, namely research with quasi-experimental design, involving school students, and focusing on PHBS education. The results of the review show that PHBS education is proven to be effective in increasing the knowledge and practice of hand washing and other healthy habits in schoolchildren. Educational media such as animated videos, posters, demonstrations, and hands-on practice are proven to help students better understand the material and form clean and healthy habits. Thus, PHBS education can be a strategic effort in improving the health of school-age children.*

**Keywords:** *PHBS Education: Hand Washing: School Children*

**Abstrak.** Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) penting diberikan pada anak usia sekolah karena pada masa ini anak sedang membentuk kebiasaan dan karakter jangka panjang. Penelitian ini adalah literature review yang bertujuan untuk mengetahui hasil edukasi PHBS terhadap peningkatan wawasan dan keterampilan siswa sekolah. Pencarian artikel dilakukan melalui Google Scholar dengan rentang tahun 2020–2025 menggunakan metode PRISMA. Dari 969 artikel awal, hanya 5 artikel yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu penelitian dengan desain kuasi-eksperimental, melibatkan siswa sekolah, serta berfokus pada edukasi PHBS. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa edukasi PHBS terbukti efektif meningkatkan pengetahuan serta praktik cuci tangan dan kebiasaan sehat lainnya pada anak sekolah. Media edukasi seperti video animasi, poster, demonstrasi, dan praktik langsung terbukti membantu siswa lebih memahami materi dan membentuk kebiasaan bersih serta sehat. Dengan demikian, edukasi PHBS dapat menjadi upaya strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan anak usia sekolah.

**Kata Kunci:** Edukasi PHBS: cuci tangan: Anak Sekolah:

### **LATAR BELAKANG**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah rangkaian tindakan preventif atau pencegahan untuk mendukung kesehatan dan kebersihan yang dilakukan oleh dasar kesadaran diri itu sendiri, kelompok dan masyarakat dalam upaya peningkatan derajat kesehatan (Siregar et al., 2024). Tujuan PHBS adalah mendorong masyarakat untuk sadar, mau, dan mampu menerapkan perilaku yang mendukung upaya menjaga serta meningkatkan kesehatan diri dan lingkungan sekitar (Muhani et al., 2022). Menjaga dan meningkatkan kesehatan dapat dilakukan dengan membiasakan perilaku hidup sehat juga

menjaga kebersihan lingkungan sekitar. Hal ini sangat penting agar kita terhindar dari berbagai macam penyakit. Karena itu, setiap individu memiliki tanggung jawab untuk melakukan pola hidup bersih dan sehat dalam kesehariannya (Nilam Resmini et al., 2021).

PHBS merupakan langkah penting dalam mendorong masyarakat untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya fisik, mental, spiritual, dan sosial (Adella Eka Savitri et al., 2023).

Perilaku kesehatan yang buruk meningkatkan risiko seseorang terserang penyakit. Sebaliknya, dengan menjalankan perilaku kesehatan yang baik, risiko terkena penyakit dapat diminimalkan sehingga kualitas hidup pun meningkat (Cahyadi, 2022). Risiko terjadinya penyakit dapat cepat meningkat apabila perilaku hidup bersih dan sehat tidak diterapkan, khususnya di kelompok anak-anak. Anak-anak termasuk populasi dengan kerentanan tinggi terhadap terserangnya penyakit (Andri & Nurfadilah, 2023). Hal ini sesuai dengan temuan bahwa masa sekolah dasar merupakan fase ideal untuk menanamkan perilaku PHBS agar tertanam menjadi kebiasaan jangka panjang (Yustyamy & Sri Wahjuni, 2021).

Pembentukan perilaku sebaiknya dimulai dari usia dini, utamanya untuk anak-anak sekolah berada dalam masa pembentukan karakter dan kebiasaan jangka panjang. Dengan demikian, akan tercipta generasi yang tangguh, memiliki tingkat kesehatan yang optimal, serta kecerdasan yang baik. Usia sekolah dasar dikenal sebagai masa keemasan di mana anak-anak berperan perubahan, sehingga sebagai penting agen untuk memberikan edukasi PHBS secara menyeluruh sejak dini (Yustyamy & Sri Wahjuni, 2021).

Anak sekolah adalah kelompok yang paling rentan memiliki penyakit yang bersumber dari lingkungan sekitar, di rumah maupun di sekolah. Risiko paparan penyakit akan meningkat apabila anak menunjukkan perilaku yang kurang memperhatikan prinsip-prinsip perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ketika berada di lingkungan tersebut. Meningkatkan penerapan PHBS, upaya harus dilakukan secara konsisten di rumah dan di sekolah (Mughtar et al., 2023). Menurut penelitian (Ishak et al., 2022), sekolah yang aktif dalam program PHBS dapat menjadi tempat ideal untuk membentuk kebiasaan bersih dan sehat karena siswa banyak menghabiskan waktunya di sekolah.

Penerapan PHBS di sekolah sering terlupakan, padahal hal ini berpengaruh terhadap status kesehatan anak. PHBS di lingkungan sekolah ialah sebagai upaya pemberdayaan peserta didik, guru, serta Masyarakat yang ada di sekolah agar memiliki pengetahuan, kemauan, dan kemampuan untuk menerapkan berperilaku hidup bersih dan sehat, sekaligus berpartisipasi aktif untuk menciptakan lingkungan sekolah yang sehat (Harahap et al., 2023).

Dengan demikian, sekolah bukan hanya sebagai lembaga pendidikan akademik, tapi juga sebagai sarana pembentukan kebiasaan positif, khususnya dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Nurhidayah et al., 2021).

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan yaitu pendekatan *Literature Review* dengan tujuan menganalisis pengaruh edukasi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). Pendekatan ini menerapkan metode PRISMA, yang mencakup lima tahapan utama: (1) menentukan

topik kajian, (2) menyeleksi sumber-sumber literatur yang relevan, (3) mengklasifikasikan data dari hasil seleksi, (4) melakukan analisis pada literatur yang telah dipilih, serta (5) menyusun resume hasil penelitian secara sistematis dan terstruktur.

## **SUMBER DATA**

Dalam Perancangan artikel ini memakai metode literature review. Pencarian artikel ini adalah dengan mencari database dari google scholar . Metode yang dipakai untuk pembuatan artikel ini merupakan tinjauan pustaka (literature review). Sumber data diperoleh dari database elektronik seperti Google Scholar , dengan rentang tahun 2020 hingga 2025. Artikel yang digunakan dalam tinjauan ini disediakan dalam bahasa Indonesia, dengan penekanan pada artikel yang tersedia dalam bentuk full texts, untuk memastikan pemilihan studi yang sesuai dengan kriteria yang di tetapkan,tinjauan sistematis dan meta analisis (PRISMA).

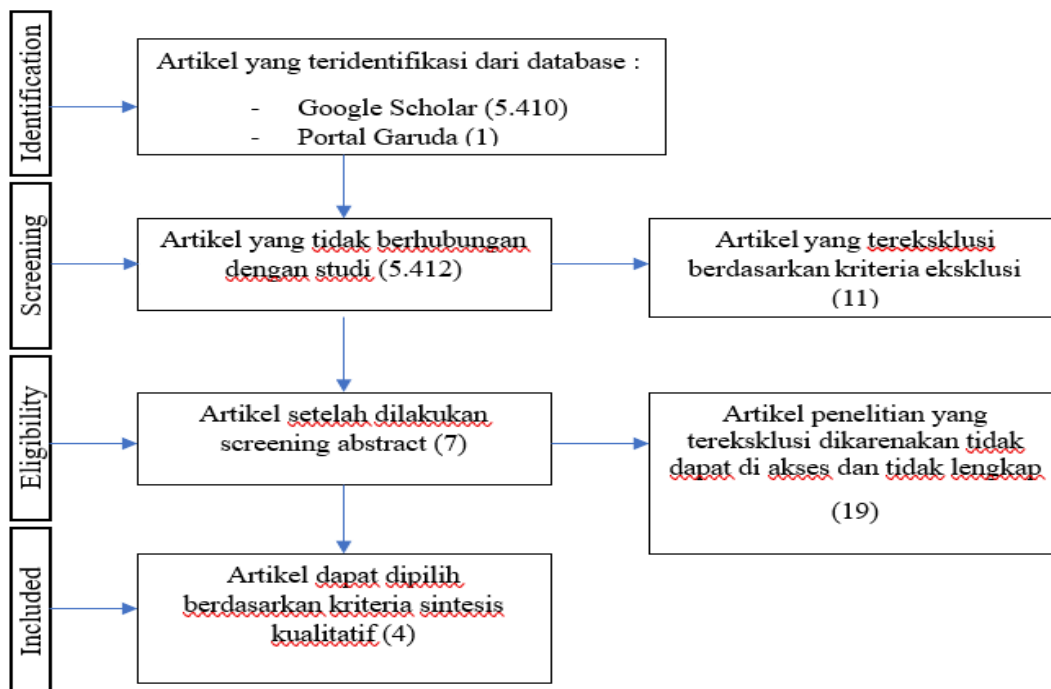
Metode yang dipakai untuk penelitian ini merupakan metode pendekatan Iliterarture Review. Tujuannya adalah untuk mengetahui tentang pengaruh edukasi PHBS. Metode yang dipakai penulis untuk penelitian ini ialah metode PRISMA terdiri dari 5 tahap. Langkah pertama, menentukan topik literature tahap kedua melakukan seleksi pada topik sumber data yang relevan, Langkah ketiga melakukan pemilahan analisis literature yang telah di pilih, Langkah empat menyusun ringkasan hasil penelitian.

## **STRATEGI PENCARIAN**

Langkah awal ialah melakukan pencarian data penelitian *Google Scholar*. Pencarian artikel menggunakan kata kunci “pengaruh” “edukasi PHBS” “anak sekolah” pada *Google Scholar* dan didapatkan 5.410 artikel.

Tahap kedua yaitu melakukan *screening*. Jumlah artikel yang diperoleh setelah *screening* ini adalah 5.412 yang tidak berkaitan dengan studi. Sehingga di *screening* kedua, *screening* dilakukan dengan kriteria eksklusi dengan jumlah total artikel yang tidak kualivi dikemukakan sebanyak 11 artikel yang terekklusi. Selanjutnya di *screening* database is *screening* abstrak, open akses dan setelah merupakan penyaringan akhir terdapat 4 artikel memenuhi kriteria inklusi juga eklusi di studi ini.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini mencakup: (1) penelitian dengan desain kuasi-eksperimental one group pre-test and post-test, (2) artikel yang membahas hasil edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa sekolah, (3) publikasi yang diterbitkan dalam rentang waktu lima tahun terakhir (2020–2025), serta (4) penelitian yang melibatkan sampel siswa sekolah. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup: (1) artikel yang berupa laporan non-penelitian, (2) penelitian dengan pendekatan selain kuasi-eksperimental, dan (3) publikasi yang tidak termasuk dalam kurun waktu lima tahun terakhir



**Gambar 1. Diagram PRISMA**

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini merupakan edukasi perilaku hidup bersih sehat (PHBS) untuk siswa sekolah terbukti efektif dalam peningkatan pengetahuan, Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak sekolah yang menerima pendidikan mampu memahami materi yang disampaikan. Pengaruh pendidikan kesehatan pada pengetahuan dan praktik cuci tangan pada anak sekolah menegaskan bahwa penyuluhan berperan penting dalam membuat kebiasaan yang baru terkait cuci tangan serta meningkatkan pengetahuan mereka.

Berdasarkan hasil tinjauan dari lima artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi, ditemukan bahwa edukasi PHBS memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap peningkatan pengetahuan serta keterampilan siswa sekolah dasar. Hampir seluruh penelitian menunjukkan adanya peningkatan dari nilai

post-test dibandingkan pre-test, terutama dalam hal praktik cuci tangan pakai sabun (CTPS) dan kebiasaan hidup sehat lainnya.

Metode edukasi yang digunakan dalam studi-studi tersebut cukup bervariasi, seperti video animasi, poster, leaflet, ceramah, demonstrasi, serta praktik langsung. Media audio visual dan metode demonstrasi terbukti paling efektif karena mampu menarik minat siswa dan membuat proses belajar lebih interaktif. Pada beberapa penelitian, peningkatan kemampuan siswa terlihat jelas, misalnya dari sebelumnya berada pada kategori “tidak mampu”, berubah menjadi mayoritas masuk kategori “mampu” setelah mendapat edukasi.

Namun, ada beberapa penelitian yang menemukan bahwa metode ceramah saja kurang efektif karena pembelajaran bersifat satu arah. Oleh karena itu, keterlibatan siswa melalui praktik langsung sangat penting untuk memastikan materi tidak hanya dipahami tetapi juga diterapkan.

**Tabel 1. Hasil Ekstraksi Data**

<b>No</b>	<b>Penulis tahun</b>	<b>Tempat</b>	<b>Desain penelitian</b>	<b>Tujuan</b>	<b>Sam pel</b>	<b>Instrum ent penelitian</b>	<b>Hasil</b>
1.	Andra Saferi Wijaya, dkk (2025)	SD Negeri 19 Kota Bengkulu	Kuasi-eksperimental	Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa SD Negeri 19 Kota Bengkulu melalui kegiatan edukasi PHBS yang difokuskan pada praktik cuci tangan pakai sabun dan menyikat gigi yang benar.	60	<i>One group pre-test and post-test.</i>	Peningkatan signifikan untuk Tingkat pengetahuan siswa setelah mengikuti kegiatan, dari sebelumnya 72% berada pada kategori kurang menjadi 62% pada kategori baik.
2.	Rizky Amelia Astuti, dkk (2025)	SD Negeri 003 Sungai Pinang Samarinda	Kuasi-eksperimental	Menganalisis dampak pendidikan kesehatan menggunakan video animasi terhadap keterampilan	40	<i>Pre-post test control group</i>	Adanya pengaruh signifikan (p- value = 0,000) pendidikan kesehatan berupa video animasi terhadap

				an CTPS pada anak usia sekolah.			keterampilan CTPS siswa, hasil analisis statistika juga menunjukkan perbedaan signifikan secara statistik (p value= 0,000) keterampilan CPTS siswa pada kelompok eksperimen dan kontrol setelah diberikan edukasi PHBS.
3.	Ni Ketut Vera Parasyanti, dkk (2020)	SD Negeri 1 Berangbang Jembrana	<i>Pre-eksperimental design</i>	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak pendidikan kesehatan mengenai Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) berbasis media video terhadap meningkatkan kemampuan siswa kelas III	27	Standar operasional prosedur (SOP)	Sebelum diberikan intervensi berupa edukasi tentang Cuci Tangan memakai Sabun (CTPS), sebanyak 24 anak (88,9%) tergolong belum mampu melakukan tahapan CTPS secara benar, sedangkan hanya 3 anak (11,1%) yang sudah mampu.

				dalam menerapkan praktik CTPS dengan benar.			Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan melalui media video, terjadi peningkatan signifikan: 25 anak (92,6%) mampu melakukan CTPS dengan benar, sementara hanya 2 anak (7,4%) yang masih belum mampu. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Sign Rank Test yang menunjukkan nilai $p = 0,000$ ( $\alpha < 0,05$ ), disimpulkan bahwa edukasi kesehatan berbasis video mempunyai pengaruh yang signifikan pada peningkatan kemampuan mencuci tangan siswa kelas III di SDN 1 Berangbang,
--	--	--	--	---	--	--	---

							Jembrana.
4.	Dewi Mardiwati, dkk: (2020)	Sekolah TK Sabbihisma 2	Sosialisasi dan demonstrasi	Peningkatan kualitas kesehatan dapat dicapai dengan meningkatkan pengetahuan individu, karena pemahaman yang baik ialah dasar penting untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara konsisten.	20	Media audio visual	Data menunjukkan bahwa 75% peserta mampu melakukan praktik cuci tangan berdasarkan hasil observasi langsung oleh tim, yang mengindikasikan bahwa mereka telah berhasil memahami informasi dasar yang diberikan, terutama melalui dukungan media audiovisual dan kegiatan praktik secara langsung.

## PEMBAHASAN

Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa edukasi PHBS mempunyai pengaruh yang signifikan pada peningkatan pengetahuan maupun praktik kesehatan pada anak usia sekolah. Hal ini sejalan pada teori bahwa anak usia sekolah adalah kelompok yang mudah diarahkan untuk membentuk kebiasaan baru, terutama kebiasaan yang terkait dengan kesehatan. Pada tahap perkembangan ini, anak berada pada fase imitasi dan mencoba hal-hal baru, sehingga metode edukasi yang menarik akan membantu mereka memahami dan mempraktikkan perilaku bersih dan sehat.

Berdasarkan lima artikel yang ditinjau, sebagian besar penelitian memakai metode kuasi-eksperimental, khususnya desain *one group pre-test and post-test*, yang memungkinkan peneliti membandingkan kemampuan anak sebelum dan setelah diberikan edukasi. Hasilnya menunjukkan bahwa setelah mengikuti edukasi PHBS,

mayoritas siswa mengalami peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan. Misalnya, pada penelitian di SD Negeri 19 Bengkulu, tingkat pengetahuan siswa meningkat dari kategori kurang menjadi kategori baik. Ini menunjukkan bahwa edukasi yang terstruktur memberikan dampak positif terhadap pemahaman siswa.

Media edukasi yang digunakan juga berpengaruh besar dalam keberhasilan pembelajaran PHBS. Media seperti video animasi, audio visual, demonstrasi langsung, dan simulasi terbukti lebih efektif karena mampu menarik perhatian siswa dan memberikan gambaran konkret mengenai langkah-langkah PHBS, terutama praktik cuci tangan pakai sabun (CTPS). Video animasi terbukti meningkatkan keterampilan CTPS secara signifikan dibandingkan metode ceramah yang bersifat satu arah. Hal ini menunjukkan bahwa metode interaktif lebih cocok diterapkan pada anak usia sekolah

Beberapa penelitian juga menekankan bahwa praktik langsung sangat penting dalam pembentukan kebiasaan. Ketika siswa tidak hanya menerima materi, tetapi juga diajak mempraktikkan cara mencuci tangan atau menyikat gigi yang benar, mereka menjadi lebih mudah memahami dan mengingat langkah-langkahnya. Peningkatan keterampilan praktis seperti ini akan sangat bermanfaat dalam mencegah penyakit yang sering menyerang anak sekolah.

Namun, ada juga penelitian yang menunjukkan bahwa metode ceramah kurang efektif dikarenakan siswa cepat merasa bosan dan pembelajaran menjadi pasif. Oleh karena itu, pemilihan metode edukasi yang tepat sangat penting agar kegiatan PHBS berjalan optimal dan memberikan hasil yang maksimal.

Secara keseluruhan, edukasi PHBS terbukti memberikan dampak positif pada meningkatkan perilaku bersih dan sehat pada anak sekolah. Implementasi PHBS di sekolah perlu didukung oleh peran guru, tenaga kesehatan, serta lingkungan sekolah yang mendukung agar terbentuk kebiasaan sehat yang bisa bertahan dalam jangka Panjang

Edukasi PHBS juga membantu siswa memahami pentingnya cuci tangan pakai sabun, menjaga kebersihan tubuh, dan kesehatan lingkungan. Kebiasaan yang terbentuk sejak usia sekolah diharapkan dapat berlangsung dalam jangka panjang sehingga mampu meningkatkan derajat kesehatan siswa maupun lingkungan sekolah.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil literature review, disimpulkan bahwa edukasi PHBS berpengaruh signifikan terhadap meningkatnya pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan siswa sekolah dalam mengaplikasikan perilaku hidup bersih dan sehat. Pemberian edukasi dengan media yang menarik, interaktif, serta disertai demonstrasi terbukti lebih efektif dibandingkan metode ceramah saja.

## **SARAN**

Penelitian berikutnya diharapkan memakai jumlah sampel lebih besar dan metode penelitian yang beragam agar hasilnya lebih komprehensif. Studi juga bisa memperluas topik pada aspek PHBS lainnya seperti pola makan sehat dan aktivitas fisik.

## DAFTAR REFERENSI

- Adella Eka Savitri, Budhi Setianto, & Aviana Gita Lara. (2023). Gambaran PHBS di Institusi Pendidikan Wilayah Kerja Puskesmas Jagir Surabaya. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 570–577. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i3.1909>
- Astuti, RA, Mardiana, N., & Bernadetha, B. (2025). Pendidikan Kesehatan melalui Animasi: Upaya Meningkatkan Keterampilan Cuci Tangan Cegah Diare pada Anak Sekolah Dasar. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4 (3), 547-555.
- Andri, M., & Nurfadilah, H. (2023). Perbedaan Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas IV Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan Menggunakan Metode Penyuluhan Kesehatan di SD Negeri 2 Petobo Kecamatan Palu Selatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Cahyadi, A. T. (2022). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Anak Sekolah Dasar Di Sdn 13 Kolo Bima. *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*. <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JUPE/index>
- Fadhilah, MK, Kasih, RA, & Wijaya, AS (2025). Penerapan Edukasi Phbs Bagi Siswa Sekolah Dasar Melalui Pendekatan Keperawatan Komunitas Untuk Membangun Generasi Sehat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Pusat Unggulan Iptek Penanggulangan Stunting Berbasis Kesehatan Ibu dan Anak*, 4 (2), 15-23.
- Harahap, Y. W., Ahmad, H., Aritonang, S., & Antoni, A. (2023). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sekolah di SD Negeri Ujung Gurap Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan*, 18(1), 18–23.
- Parasyanti, NKV, Yanti, NLGP, & Mastini, IGAAP (2020). Pendidikan kesehatan cuci tangan pakai sabun dengan video terhadap kemampuan cuci tangan pada siswa SD. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9 (1), 122-130
- Ishak, S. N., La Patilaiya, H., Miranda, O., Malik, A. A., & Kudo, W. (2022). Permainan Edukatif sebagai Sarana Peningkatan Pengetahuan, Sikap serta PHBS Siswa SDN 26 Kelurahan Gambesi Kota Ternate. *Jurnal Anugerah*, 4(1), 35–42. <https://doi.org/10.31629/anugerah.v4i1.4258>
- Muchtar, F., Zainuddin, A., & Eka Sakti Octaviani Kohali, R. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa SD Negeri 9 Moramo, Desa Ranooha Raya Village, Moramo District, South Konawe Regency. *Jurnal GEMBIRA (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(4).
- Nilam Resmini, R., Fachrul Rozzi, F., Yasminsa Futri, A., & Srisantyorini, T. (2021). Edukasi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Masa Pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Yustyamy, R., & Sri Wahjuni, E. (2021). Knowledge level of clean and healthy life behavior (chlb) about personal hygiene for class vi students. *Bima Loka : Journal of Physical Education*, 2.