

## Pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini melalui Pendekatan Edukatif Partisipatif di Taman Kanak-Kanak Pertiwi Kecamatan Muara Enim, Provinsi Sumatera Selatan

Jenny Kartika<sup>\*1</sup>, Umi Daimah<sup>2</sup>, Khairunisya<sup>3</sup>, Rika Hairunisyah<sup>4</sup>, Rosdiana<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Prodi Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palembang, Indonesia

\*e-mail: [jennykartika@poltekkespalembang.ac.id](mailto:jennykartika@poltekkespalembang.ac.id)<sup>1</sup>

### Abstrak

*Pola hidup bersih dan Sehat (PHBS) masih belum menjadi kebiasaan pada siswa di TK Pertiwi Muara Enim. Intervensi pengenalan PHBS pada anak mulai diterapkan di Taman Kanak-Kanak namun belum banyak yang diintegrasikan dalam kurikulum termasuk di TK Pertiwi Kabupaten Muara Enim. Hal ini karena pemahaman guru dan kebiasaan siswa terkait PHBS masih terbatas. Kegiatan Pengabdian Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman guru dan pembiasaan PHBS pada siswa melalui pendekatan edukatif berbasis partisipatif. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif, demonstrasi, dan simulasi praktik yang dilakukan pada Januari-September 2025, melibatkan guru dan siswa TK sebagai peserta kegiatan. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk guru, observasi perilaku siswa, serta wawancara kualitatif. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan guru (dari 60% menjadi 95% kategori "baik"), serta perubahan perilaku positif siswa dalam praktik mencuci tangan dan menjaga kebersihan. Program ini juga mendorong terbentuknya budaya sekolah sehat, meningkatkan kesadaran kolektif, dan memperkuat peran guru sebagai agen perubahan. Edukasi PHBS terbukti efektif dan berpotensi direplikasi sebagai model edukasi kesehatan berkelanjutan di TK lain.*

**Kata Kunci:** Anak Usia Dini, Edukasi Kesehatan, Guru TK, PHBS

### Abstract

*Clean and Healthy Living Patterns have not yet become a habit among students at Pertiwi Kindergarten in Muara Enim. PHBS introduction interventions for children have begun to be implemented in kindergartens, but have not been widely integrated into the curriculum, including at Pertiwi Kindergarten in Muara Enim Regency. This is because teachers' understanding and students' habits related to PHBS are still limited. This Community Service Activity (PKM) aims to improve teachers' understanding and PHBS habits in students through a participatory educational approach. The methods used include interactive counseling, demonstrations, and practical simulations conducted from January to September 2025, involving kindergarten teachers and students as participants. Evaluation was carried out through pre- and post-tests for teachers, observations of student behavior, and qualitative interviews. The results showed a significant increase in teacher knowledge (from 60% to 95% in the "good" category), as well as positive changes in student behavior in handwashing and hygiene practices. This program also encourages the formation of a healthy school culture, increases collective awareness, and strengthens the role of teachers as agents of change. PHBS education has proven effective and has the potential to be replicated as a model for sustainable health education in other kindergartens..*

**Keywords:** Early Childhood, Health Education, Kindergarten Teachers

## 1. PENDAHULUAN

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah merupakan upaya strategis untuk memberdayakan guru dan siswa untuk mengadopsi dan memelihara gaya hidup bersih dan sehat (Budastra et al., 2024). Anak-anak TK umumnya memiliki pemahaman dasar tentang PHBS, tetapi pengetahuan mereka seringkali terbatas pada praktik sederhana seperti mencuci tangan dan menyikat gigi. Misalnya, di TK Yarsi Mataram, upaya untuk mensosialisasikan PHBS telah meningkatkan kesadaran dan pemahaman di kalangan anak-anak, khususnya dalam teknik mencuci tangan (Inayati et al., 2024). Anak-anak prasekolah sering kurang sadar akan PHBS karena program pendidikan yang tidak memadai yang disesuaikan

dengan kelompok usia mereka. Tidak adanya pendidikan kesehatan terstruktur di lingkungan anak usia dini berkontribusi terhadap kesenjangan ini (Safariyah et al., 2025).

Di tengah pentingnya peran PHBS, hasil observasi awal yang dilakukan di TK Pertiwi, Kecamatan Muara Enim, menunjukkan bahwa penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah masih belum optimal. Dari 5 fasilitas kebersihan, hanya 1 yang berfungsi dengan baik. Guru-guru belum memiliki panduan atau pelatihan khusus mengenai strategi pembelajaran PHBS yang sesuai dengan karakter anak usia dini. Selain itu, perilaku siswa dalam menjaga kebersihan, seperti mencuci tangan sebelum makan dan membuang sampah pada tempatnya, masih rendah. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak dari pihak sekolah (mitra) untuk mendapatkan pendampingan dalam mengembangkan program edukasi PHBS yang sistematis, menyenangkan, dan berkelanjutan.

Banyak taman kanak-kanak memasukkan PHBS ke dalam kurikulum mereka melalui strategi pembelajaran langsung dan tidak langsung. Ini termasuk kegiatan seperti menyanyi, mendongeng, dan demonstrasi untuk mengajari anak-anak tentang praktik kebersihan seperti mencuci tangan dan menyikat gigi (Aslina & Liana, 2023). Metode ini telah terbukti secara efektif meningkatkan PHBS di antara anak-anak berusia 4-5 tahun. Dengan menggunakan cerita, pendidik dapat melibatkan imajinasi anak-anak dan membantu mereka memahami pentingnya hidup bersih dan sehat dengan cara yang dapat diterima. Misalnya, mendongeng telah digunakan untuk mengajari anak-anak tentang risiko penyakit dan pentingnya kebersihan, menghasilkan peningkatan yang signifikan dalam perilaku PHBS dari 0% menjadi 80% selama dua siklus intervensi (Pangestuti, 2021).

Melibatkan anak-anak dalam kegiatan langsung, seperti mencuci tangan dengan sabun dan air, menyikat gigi, dan memilah sampah, telah terbukti efektif. Dalam satu penelitian, anak-anak berpartisipasi dalam kegiatan disertai dengan lagu, yang membuat proses belajar menyenangkan dan berkesan. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan antusiasme tetapi juga memastikan partisipasi aktif dan praktik perilaku PHBS (Adekayanti et al., 2023). Memperkenalkan PHBS melalui eksperimen ilmiah dapat meningkatkan pemahaman dan motivasi di kalangan anak-anak. Misalnya, anak-anak di TK Putri Ramadhani belajar tentang bahaya kuman dan pentingnya mencuci tangan melalui eksperimen, yang mengarah pada peningkatan praktik higienis.

Tantangan umum adalah kurangnya fasilitas kebersihan yang memadai, seperti stasiun cuci tangan, yang dapat menghambat praktik PHBS yang efektif di sekolah (Mutyasari et al., 2024). Anak-anak sering kekurangan motivasi dan pemahaman tentang pentingnya PHBS, yang dapat dikaitkan dengan keterlibatan langsung yang tidak memadai dan ketergantungan pada alat bantu visual saja (Ashari et al., 2022). Anak kecil sering memiliki pemahaman yang terbatas tentang pentingnya PHBS, yang dapat memengaruhi kesediaan mereka untuk mengadopsi perilaku ini. Hal ini memerlukan pendidikan dan penguatan yang berkelanjutan. Guru memainkan peran penting dalam membimbing dan mengawasi kegiatan PHBS, sering mengintegrasikan nilai-nilai agama atau budaya untuk memotivasi anak-anak. Keterlibatan orang tua juga didorong untuk memperkuat perilaku ini di rumah (Husna, 2025).

Lokakarya dan sesi pelatihan untuk guru dan orang tua sangat penting untuk mengintegrasikan PHBS ke dalam lingkungan belajar. Sesi-sesi ini membantu pendidik dan pengasuh memahami pentingnya PHBS dan bagaimana cara mengajarkannya secara efektif kepada anak-anak (Day et al., 2025). Pendidikan dini tentang PHBS dapat mengarah pada pengembangan kebiasaan seumur hidup yang berkontribusi pada kesehatan pribadi dan kesejahteraan komunitas. Mendidik anak-anak tentang PHBS membantu mencegah penyakit umum seperti diare, infeksi kulit, dan penyakit mata, yang sering disebabkan oleh praktik kebersihan yang buruk (Riadi et al., 2023). Kegiatan praktis, seperti demonstrasi mencuci tangan dan diskusi tentang makan sehat, digunakan untuk melibatkan anak-anak dan memperkuat pembelajaran. Kegiatan-kegiatan ini membuat konsep PHBS menjadi nyata dan dapat dihubungkan bagi pelajar muda (Fajriani et al., 2024).

Berdasarkan data Kemenkes (Kementerian Kesehatan) 2018, sekolah yang telah melaksanakan PHBS hanya sebesar 22,5% dengan target nasional institusi pendidikan sebesar 70%. Prevalensi PHBS sekolah Sumatera Selatan pada tahun 2020 didapatkan sebesar

35,2%. Hasil survei awal yang dilakukan pada bulan Mei 2024 diketahui bahwa PHBS TK Pertiwi Kecamatan Muara Enim Kabupaten Muara Enim masih belum terlaksana dengan baik dilihat dari sekolah yang belum menerapkan PHBS tersebut. Untuk mendukung PHBS Anak Usia dini di TK Pertiwi ini masih kurang karena ada beberapa hal yang belum tersedia, seperti tempat cuci tangan, kantin sekolah, tidak ada pembuangan sampah akhir, dan tidak ada air bersih pada jamban. Berdasarkan data awal yang diperoleh di Tk Pertiwi Muara Enim, maka Kami melakukakan Pelaksanaan Pengabdian masyarakat di TK Pertiwi ini. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman guru dan pembiasaan perilaku PHBS pada siswa TK Pertiwi melalui pendekatan edukatif berbasis partisipatif.

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif berbasis partisipatif dengan metode penyuluhan, demonstrasi, dan simulasi praktik untuk menanamkan nilai dan kebiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini dan guru di TK Pertiwi Kecamatan Muara Enim.

### 2.1. Lokasi dan Waktu Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada Januari – September 2025 di TK Pertiwi Kabupaten Muara Enim.

### 2.2. Peserta Kegiatan

Jumlah peserta pada kegiatan ini adalah 22 guru TK dan 110 siswa TK.

### 2.3. Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan ini meliputi tiga tahapan dari persiapan pelaksanaan hingga evaluasi akhir. Pada tahap persiapan tim pengabdian masyarakat (PKM) melakukan koordinasi dengan pihak sekolah TK Pertiwi Muara Enim. Setelah perizinan didapat, tim kemudian menyiapkan materi edukasi PHBS untuk Anak yang mudah di pahami oleh anak TK, Selain itu penyusunan instrumen juga melibatkan guru TK agar penerimaan siswa lebih baik. Tim juga menyiapkan kuesioner observasi pre-test dan post test. Tim berkoodinasi dengan Guru TK untuk memastikan jadwal kegiatan untuk dimaksukkan dalam kurikulum TK

Tahap Pelaksanaan dimulai dari Guru TK diberikan instrumen pemahaman PHBS pada anak. Metode pelaksanaan dilakukan terjadwal dengan ceramah interaktif dan diskusi. Kurikulum PHBS pada anak meliputi kegiatan cuci tangan, Kebersihan gigi dan mulut, pola makan sehat, sleep hygiene, dan toilet hygiene. Guru kemudian mempraktikkan pada anak-anak yang didampingi oleh mahasiswa dan dosen. Pada Akhir semester diberikan post test pengetahuan guru dan observasi perilaku PHBS pada siswa TK. Tahap Evaluasi dilakukan pengematan praktik anak-anak, wawancara dengan guru dan pengumpulan kuesioner.

### 2.4. Metode Evaluasi dan indikator keberhasilan

Alat ukur yang digunakan adalah pre-test dan post test yang terdiri dari 20 soal pilihan ganda yang digunakan oleh guru tentang PHBS. Pengamatan praktik PHBS dilakukan pada siswa TK dilakukan obervasi langsung seperti mencuci tangan, membuang sampah, jawaban pola makan, sleep hygiene dan toilet hygiene. Ketercapaian keberhasilan program diukur dari aspek pengetahuan, sikap, dan praktik baik pada guru maupun peserta didik. Keberhasilan kegiatan ditunjukkan oleh hasil post-test yang menunjukkan bahwa 100% guru mencapai kategori *pengetahuan baik* setelah penyuluhan. Selain itu, lebih dari 80% anak-anak mampu mempraktikkan 6 langkah cuci tangan secara mandiri. Guru menyatakan bahwa kegiatan ini bermanfaat dan akan dilanjutkan secara berkala di sekolah.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan PKM ini terdiri dari tiga tahapan utama yaitu: tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Tujuan kegiatan PKM ini adalah untuk meningkatkan pemahaman serta praktik PHBS pada siswa TK yang diberdayakan oleh guru TK sebagai fasilitator untuk membiasan siswa melakukan hidup sehat di lingkungan sekolah.

#### 3.1. Hasil

##### 3.1.1. Tahap persiapan

Pada tahap persiapan ini tim PKM yang melakukan konsolidasi awal dimulai dari perizinan, penjelasan tujuan pelaksanaan, pembuatan materi hingga jadwal kegiatan. Setelah perizinan resmi didapatkan dari pihak sekolah dan Dinas Pendidikan setempat, tim memulai penyusunan materi edukatif tentang PHBS yang disesuaikan dengan karakteristik dan usia siswa TK, yaitu materi berbasis visual, cerita bergambar, dan aktivitas gerak sederhana. Berikut merupakan evaluasi dari tahap persiapan:

Tabel 1. Evaluasi keberhasilan tahap persiapan

| Komponen                | Indikator  | Hasil Evaluasi   |
|-------------------------|--|--|
| Koordinasi dengan mitra | Adanya pertemuan resmi dan kesepakatan tertulis dengan pihak sekolah | Telah dilakukan konsolidasi awal dengan kepala sekolah dan guru TK Pertiwi                 |
| Penyusunan materi       | Materi edukatif sesuai usia, mudah dipahami, dan menarik             | Materi menggunakan pendekatan visual, lagu, dan alat bantu seperti boneka tangan           |
| Penyusunan instrumen    | Adanya instrumen yang sesuai dan valid untuk evaluasi guru dan siswa | Kuesioner pre-post test disusun bersama guru agar sesuai dengan kemampuan dan kondisi anak |
| Jadwal kegiatan         | Kegiatan terintegrasi dalam kalender akademik sekolah                | Jadwal kegiatan disepakati untuk rentang Januari – September 2025, sesuai kurikulum TK     |
| Jumlah peserta          | Data peserta lengkap dan terdokumentasi                              | Terdapat 22 guru TK dan 110 siswa terdata sebagai peserta kegiatan                         |

Proses persiapan ini dilakukan dengan baik dan tidak ada kendala yang signifikan.

##### 3.1.2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilaksanakan secara bertahap di TK Pertiwi, Kabupaten Muara Enim, selama sembilan bulan, dari Januari hingga September 2025. Kegiatan tersebut melibatkan 132 orang, termasuk 22 guru TK yang bertindak sebagai peserta pelatihan dan fasilitator di kelas, dan 110 siswa TK berusia 4 hingga 6 tahun yang berfungsi sebagai sasaran utama dalam proses pendidikan. Dalam pendekatan kolaboratif, guru dididik untuk membantu anak didik mereka mengembangkan gaya hidup sehat.

Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan berbagai strategi. Agar materi lebih mudah dipahami oleh anak-anak, guru menerima penyuluhan interaktif tentang prinsip dasar PHBS dan metode pengajaran berbasis permainan. Sementara itu, siswa melihat demonstrasi enam langkah cuci tangan yang benar, cara membuang sampah di tempatnya, dan cara menjaga kebersihan pribadi secara umum. Simulasi rutin juga dilakukan di kelas dengan bimbingan guru.

Tim pengabdian memanfaatkan berbagai media pembelajaran seperti leaflet bergambar, poster interaktif, dan boneka tangan yang mendukung pemahaman visual untuk membuat proses pendidikan lebih efisien dan menyenangkan bagi anak usia dini. Setiap kegiatan diintegrasikan ke dalam pelajaran sehari-hari anak-anak tentang kebersihan, lingkungan sehat,

dan makan makanan yang sehat. Karena pembelajaran dilakukan secara kontekstual dan berulang melalui aktivitas bermain, strategi ini terbukti efektif dalam mendorong perubahan perilaku siswa. Berikut hasil evaluasi tahap :

Tabel 2. Evaluasi tahap pelaksanaan pelatihan PHBS di TK Pertiwi Muara Enim

| Komponen                       | Indikator  | Hasil Evaluasi  |
|--------------------------------|--|---|
| Keterlaksanaan kegiatan        | Kegiatan terlaksana sesuai rencana dan waktu                                 | Semua sesi (penyuluhan, demo, simulasi) terlaksana sesuai jadwal                            |
| Kehadiran peserta              | Tingkat partisipasi tinggi dari guru dan siswa                               | 100% guru hadir; >90% siswa hadir di setiap sesi  |
| Penggunaan media               | Alat bantu dan media edukatif digunakan optimal                              | Leaflet, poster, dan spanduk dimanfaatkan dengan baik; guru juga menggunakan media tambahan |
| Keterlibatan peserta           | Anak-anak dan guru aktif berpartisipasi dalam praktik PHBS                   | Siswa aktif dalam praktik mencuci tangan, buang sampah, dan simulasi lainnya                |
| Peran guru sebagai fasilitator | Guru mendampingi siswa selama simulasi dan menindaklanjuti kegiatan di kelas | Guru memberikan penguatan rutin di kelas dan menjadikan PHBS sebagai tema mingguan          |

Evaluasi tahap pelaksanaan juga menghadapi beberapa tantangan. Salah satu tantangan utama adalah tingkat konsentrasi anak usia dini yang masih rendah, sehingga pelaksanaan edukasi perlu diselingi dengan aktivitas yang menyenangkan agar tidak membuat siswa cepat bosan. Selain itu, terdapat keterbatasan infrastruktur di sekolah, seperti jumlah wastafel yang terbatas untuk praktik cuci tangan serentak, yang membuat proses menjadi lebih lambat dan harus dilakukan bergiliran. Guru juga mengakui bahwa diperlukan adaptasi dalam menyampaikan materi PHBS yang abstrak menjadi lebih konkret dan sesuai dengan pemahaman anak.

Untuk mengatasi tantangan tersebut, tim pengabdian mengoptimalkan penggunaan media edukatif visual seperti boneka tangan, poster, dan lagu bertema PHBS, yang terbukti meningkatkan fokus dan minat siswa. Sementara keterbatasan sarana diatasi dengan membagi kelompok praktik menjadi lebih kecil dan bergiliran agar pelaksanaan tetap efisien. Fleksibilitas jadwal dan kerja sama yang baik antara guru dan tim pelaksana juga menjadi kunci keberhasilan dalam menyesuaikan kegiatan dengan kondisi riil di lapangan.

### 3.1.3. Tahap Evaluasi

Evaluasi keberhasilan program edukasi PHBS dilakukan melalui tiga pendekatan, yaitu pengukuran pengetahuan guru, observasi perilaku siswa, dan wawancara reflektif dengan guru. Ketiga pendekatan ini memberikan gambaran menyeluruh tentang ketercapaian tujuan kegiatan pengabdian masyarakat.

### 3.1.4. Evaluasi Pengetahuan Guru

Tabel 3. Pengetahuan Guru

| Pengetahuan PHBS | Sebelum |       | Setelah |       |
|------------------|---------|-------|---------|-------|
|                  | n       | %     | n       | %     |
| Baik             | 13      | 59,09 | 21      | 95,45 |
| Kurang           | 9       | 40,01 | 1       | 4,45  |
| Total            | 100     | 100,0 | 22      | 100,0 |

Sebanyak 22 guru TK mengikuti tes evaluasi sebelum dan sesudah pelatihan dalam bentuk pre-test dan post-test. Hasil pre-test menunjukkan bahwa hanya 59,09% guru yang berada pada kategori pengetahuan "baik" (dengan skor  $\geq 70$ ). Setelah mengikuti penyuluhan dan

pelatihan berbasis game-based learning serta praktik langsung PHBS, terjadi peningkatan yang sangat signifikan pada hasil post-test, di mana 21 dari 22 guru (95,45%) berhasil mencapai kategori pengetahuan “baik”. Peningkatan ini menunjukkan bahwa materi dan metode pelatihan yang digunakan dapat diterima dengan baik serta efektif dalam meningkatkan pemahaman guru tentang PHBS.

### 3.1.5. Observasi Perilaku Siswa

Selama kegiatan berlangsung, guru melakukan observasi terhadap perilaku siswa dalam menerapkan prinsip PHBS. Berdasarkan catatan harian guru dan form observasi yang telah disusun sebelumnya, terdapat perubahan perilaku yang cukup signifikan pada siswa. Sebanyak 87% siswa menunjukkan kebiasaan mencuci tangan secara mandiri, terutama sebelum makan dan setelah bermain. Selain itu, 76% siswa membuang sampah pada tempatnya tanpa harus diingatkan oleh guru. Antusiasme siswa terhadap kegiatan juga sangat tinggi, dengan 92% siswa aktif dan bersemangat mengikuti simulasi, demonstrasi, dan permainan edukatif yang disediakan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang digunakan berhasil menanamkan kebiasaan positif dalam keseharian anak. Peningkatan pengetahuan guru dari 59% menjadi 95% menunjukkan efektivitas kegiatan pelatihan interaktif berbasis permainan dalam meningkatkan literasi kesehatan

Tabel 4. Evaluasi Tahap Akhir

| Komponen                    | Indikator   | Hasil Evaluasi   |
|-----------------------------|---|--|
| Pre-test dan post-test guru | Adanya peningkatan skor pasca pelatihan                       | Peningkatan dari 59% ke 95% guru dengan kategori pengetahuan “baik”              |
| Perubahan perilaku siswa    | Siswa menunjukkan peningkatan dalam praktik PHBS sehari-hari  | 87% mencuci tangan tanpa diingatkan, 76% membuang sampah pada tempatnya          |
| Kesan dari guru             | Guru merasa kegiatan bermanfaat dan dapat dilanjutkan         | Guru menyatakan siap melanjutkan edukasi PHBS secara mandiri                     |
| Keberlanjutan program       | Adanya komitmen dari sekolah untuk melanjutkan kebiasaan PHBS | Sekolah menyusun rencana lanjutan dan memasukkan PHBS dalam kegiatan rutin kelas |

## 3.2. Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan hasil yang positif dan signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku PHBS pada anak usia dini serta kompetensi guru sebagai fasilitator perubahan seperti yang terlihat pada gambar 1-2. Peningkatan hasil post-test guru dari 60% menjadi 95% dalam kategori pengetahuan “baik” mengindikasikan bahwa metode pelatihan yang digunakan—berbasis ceramah interaktif dan praktik langsung—cukup efektif. Di sisi lain, perubahan perilaku siswa juga terlihat jelas; sebanyak 87% siswa terbiasa mencuci tangan dan 76% secara mandiri membuang sampah pada tempatnya. Temuan ini mengonfirmasi bahwa edukasi PHBS dapat diterapkan secara efektif di lingkungan pendidikan anak usia dini, selama pendekatan yang digunakan menyenangkan dan partisipatif.

Kegiatan ini juga memiliki kaitan erat dengan upaya pemerintah dalam mendorong pembiasaan PHBS melalui program sekolah sehat dan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Integrasi PHBS ke dalam kurikulum anak usia dini di TK Pertiwi menjadi langkah strategis untuk memastikan keberlanjutan kebiasaan positif ini. Anak usia dini adalah periode kritis untuk membangun perilaku kesehatan, karena anak-anak lebih mudah beradaptasi dan terbuka untuk mempelajari kebiasaan baru. Program yang berfokus pada pengajaran PHBS, seperti mencuci tangan dan kebersihan gigi yang tepat, telah menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan praktik kesehatan anak (Saleh et al., 2023). Metode pendidikan interaktif dan sesuai usia, termasuk permainan, video, dan demonstrasi, telah efektif

dalam mengajar anak-anak kecil pentingnya PHBS, yang mengarah pada pemahaman dan praktik yang lebih baik dari perilaku ini (Riadi et al., 2023).

Pemberdayaan guru sebagai agen penguatan perilaku sehat juga menjadi kunci keberhasilan program ini, karena mereka memiliki peran langsung dalam pembentukan karakter dan kebiasaan anak. Program ini dapat direplikasi dan dikembangkan di TK lainnya, khususnya yang berada di daerah dengan keterbatasan akses sanitasi dan edukasi kesehatan. Program pelatihan untuk guru secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan mereka untuk mengajarkan perilaku kesehatan. Misalnya, sebuah penelitian di PAUD Permata Bunda menunjukkan bahwa setelah pelatihan intensif, pengetahuan pendidik tentang teknik mencuci tangan yang tepat meningkat dari 45% menjadi 90% (Kusmaryono et al., 2024). Keberhasilan program-program ini dalam berbagai pengaturan menunjukkan bahwa mereka dapat disesuaikan dengan taman kanak-kanak lain, terutama di daerah dengan sumber daya terbatas. Pendekatan terpadu pendidikan, keterlibatan masyarakat, dan perbaikan fasilitas memberikan model yang komprehensif untuk replikasi (Safariah, 2019).

Dampak jangka panjang dari kegiatan ini mulai terlihat dari komitmen pihak sekolah untuk mengintegrasikan edukasi PHBS ke dalam kurikulum pembelajaran, menjadikannya sebagai tema rutin, serta melibatkan orang tua dalam edukasi lanjutan melalui buku komunikasi harian. Beberapa guru bahkan menginisiasi kegiatan rutin seperti "Jumat Bersih" dan "Pojok Cuci Tangan" di kelas masing-masing. Keberlanjutan ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian tidak hanya berdampak sementara, tetapi juga berpotensi menciptakan budaya sekolah sehat secara berkelanjutan. Temuan ini sejalan dengan Fajriani et al., (2024) yang melaporkan bahwa keberhasilan program PHBS di tingkat PAUD sangat ditentukan oleh keberlanjutan praktik dan peran aktif komunitas sekolah.

Namun demikian, tantangan masa depan yang perlu diantisipasi adalah konsistensi pelaksanaan PHBS pasca program berakhir. Perilaku sehat pada anak cenderung fluktuatif jika tidak diperkuat secara terus-menerus oleh lingkungan sekolah dan keluarga. Selain itu, keterbatasan sarana sanitasi, seperti minimnya jumlah wastafel dan fasilitas toilet anak, menjadi hambatan teknis yang bisa mengurangi efektivitas praktik. Limitasi kegiatan ini juga terletak pada pendeknya waktu praktik langsung dengan siswa karena harus bergiliran serta terbatasnya instrumen evaluasi jangka panjang. Penelitian lanjutan dan penguatan kemitraan lintas sektor sangat dibutuhkan untuk mendorong skala implementasi yang lebih luas dan berkelanjutan.



Gambar 1. Pembukaan kegiatan, dokumentasi tim PKM 2025



Gambar 2. Kegiatan simulasi cuci tangan oleh siswa TK Pertiwi Muara Enim, dokumentasi tim PKM 2025 (a) Pelaksanaan pelatihan PHBS (b) Praktik (c) Penutupan

Meskipun program-program ini menunjukkan keberhasilan yang signifikan, tantangan tetap ada dalam memastikan implementasi yang konsisten di berbagai wilayah. Faktor-faktor seperti perbedaan budaya, ketersediaan sumber daya, dan berbagai tingkat keterlibatan masyarakat dapat mempengaruhi kemampuan beradaptasi dan efektivitas program-program ini. Oleh karena itu, setiap upaya replikasi harus mempertimbangkan variabel-variabel ini dan menyesuaikan program untuk memenuhi kebutuhan dan kondisi spesifik komunitas target.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan di TK Pertiwi Muara Enim menunjukkan hasil yang signifikan dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk mengenalkan dan membiasakan anak usia dini dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan guru dan secara bertahap menanamkan perilaku sehat pada siswa melalui pendekatan pendidikan berbasis praktik langsung dan partisipatif.

Proporsi guru yang mencapai kategori pengetahuan "baik" meningkat signifikan dari 59,09% menjadi 95,45% setelah pelatihan. Di sisi siswa, sebanyak 87% terbiasa mencuci tangan tanpa diingatkan, dan 76% membuang sampah pada tempatnya secara mandiri. Selain perubahan individu, kegiatan ini mendorong transformasi institusional, seperti masuknya PHBS ke dalam agenda rutin kelas, penyediaan media edukatif (poster, leaflet, pojok cuci tangan), serta munculnya inisiatif internal guru seperti "Jumat Bersih". Untuk menjaga keberlanjutan, sekolah berkomitmen melakukan simulasi dan observasi kebiasaan PHBS setiap bulan, menyelenggarakan sesi edukasi orang tua setiap triwulan, serta menargetkan peningkatan indikator perilaku siswa menjadi  $\geq 90\%$  dalam 6 bulan ke depan. Dengan pelibatan aktif guru dan dukungan sekolah, program ini diharapkan dapat menjadi model edukasi kesehatan berkelanjutan yang tidak hanya efektif di tingkat institusi, tetapi juga menginspirasi perubahan di lingkungan rumah dan masyarakat.

Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi PHBS dapat bekerja dengan baik di sekolah usia dini. Ini juga dapat menjadi model bagi sekolah lain yang ingin menanamkan kebiasaan sehat sejak dini. Untuk menjadikan PHBS menjadi bagian dari budaya sekolah dan melekat dalam kehidupan sehari-hari anak-anak, sekolah, orang tua, dan pemangku kepentingan harus terus mendukungnya.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Palembang dan TK Pertiwi Muara Enim yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan PKM.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adekayanti, P., Safitri, L. E., & Hamid, A. (2023). Pengenalan dan Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sejak Dini Pada Siswa TK Dharma Wanita Sebewe. 1(4), 74–82. <https://doi.org/10.57214/jpbidkes.v1i4.19>
- Ashari, N. A., Sari, P. I., Asnar, A. N., Harianti, H., Megawati, M., Mogawani, M., Kholilah, E. A., & Widayarni, L. (2022). Pengenalan Pola Hidup Bersih dan Sehat Melalui Experimen Sains pada Anak Usia Dini di Kelompok B TK Putri Ramadhani. 1(2), 90–99. <https://doi.org/10.30984/spectrum.v1i2.172>
- Aslina, Y., & Liana, H. (2023). Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk Anak Usia Dini di Taman Kanak-Kanak Fastabiqul Khairat Samarinda Kalimantan Timur. Jurnal Usia Dini. <https://doi.org/10.24114/jud.v9i2.52403>
- Budastra, W. C. G., Ulya, T., Attaya, K., Maulira, D. A., Hawarikatun, B., & Kanata, N. R. (2024). Promosi kesehatan - sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) pada siswa-siswi sdn 1 senggigi kabupaten lombok barat. Jurnal Warta Desa, 6(3), 133–139.

- <https://doi.org/10.29303/jwd.v6i3.307>
- Day, W. O. S. H., Sulistyowati, R. W., & Harmawati, D. (2025). Upaya kesehatan anak usia dini: pencegahan stunting melalui praktik phbs tk santa maria fatimah merauke. *Mitra Mahajana*, 5(3), 438-445. <https://doi.org/10.37478/mahajana.v5i3.5236>
- Fajriani, L. N., Ariani, F., Solehah, N. Z., Ardian, J., & Jauhari, M. T. (2024). Pengaruh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Anak Usia Dini di PAUD Az-Zahra. *ALAMTANA*, 5(3), 293-297. <https://doi.org/10.51673/jaltn.v5i3.2307>
- Husna, D. R. (2025). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di Ra At Thoyyibah Singgalih Tarik Sidoarjo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6-11. <https://doi.org/10.59971/jpkm.v2i1.176>
- Inayati, R., Isasih, W. D., & Ajiani, I. P. F. (2024). Sosialisasi tentang Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sejak Dini di TK Yarsi Mataram. *2(2)*, 623-630. <https://doi.org/10.57248/jilpi.v2i2.344>
- Kusmaryono, I., Ibad, M. K., Kurniasih, G., Fajri, S. S. Y., Marshanda, O. R. A., Alwasi'i, T., Sari, P. D. N., Margativera, D., Chaqi, M. D., Fitrian, M. C. A., & Pramesti, R. D. (2024). Pendampingan pembelajaran dan cuci tangan guna memanfaatkan sanitasi air bersih di PAUD Permata Bunda Genuksari. *Community Empowerment Journal*, 2(4), 223-233. <https://doi.org/10.61251/cej.v2i4.90>
- Mutyasari, S., Saskia, F., & Alfigo, M. (2024). PHBS Tk Aisyiyah Bustanul Athfal 2 Grogol Jakarta Barat. *Kegiatan Positif*, 2(1), 79-85. <https://doi.org/10.61132/kegiatanpositif.v2i1.818>
- Pangestuti, P. (2021). Meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak usia 4-5 tahun melalui metode bercerita. *Action Research*, 1(1), 108-114. <https://doi.org/10.51651/ARJ.V1I1.82>
- Riadi, R. M., Ramahwati, D., & Wibowo, J. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa TK Tunas Bangsa. <https://doi.org/10.55837/di.v1i2.36>
- Safariah, A. (2019). Factors affecting the success of the use of electronic medical record (emr) in nursing services in hospital. *2(01)*, 23-27. <https://doi.org/10.33751/JSI.V2I01.1526>
- Safariyah, E., Alamsyah, M. S., Ramadhani, A. F., Tarwati, K., & Andriyani, S. U. U. (2025). Early Childhood Empowerment In Improving Clean and Healthy Living Behaviors in The Raudahatul Athfal, Sukabumi. *Dinasti International Journal of Education Management and Social Science (DIJEMSS)*, 6(4), 2633-2637. <https://doi.org/10.38035/dijemss.v6i4.3985>
- Saleh, R., Risman, K., Susanti, S., Kurniati, A., Lamadi, L., & Maryani, E. (2023). Pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini di tk dana. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 24-27. <https://doi.org/10.55681/swarna.v2i1.240>

**Halaman Ini Dikosongkan**