

Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Tengklík

Nova Riza Nuraini^{1*}, Fitriana Noor Khayati², Chori Elsera³, Ratna Agustiningrum⁴

^{1,2,3,4} Fakultas Kesehatan Dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

Email: novarizanuraini@gmail.com^{1*}, fnoorkhayati@gmail.com², chorielsera@gmail.com³, ratnaagustheen16@gmail.com⁴

ARTICLE HISTORY:

Submitted:
16 September 2025
Revised:
6 March 2026
Accepted:
2 April 2026
Published:
30 June 2026

KEYWORDS:

Clean and Healthy Living Behavior, Students, Elementary Schools

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a series of actions aimed at maintaining health. The spread of enteric germs, along with habits such as not washing hands before meals and after defecation, can allow bacteria to enter the body through food, leading to diseases such as diarrhea and worm infections among school-age children. This study aimed to describe the implementation of PHBS among students at Tengklík Public Elementary School. A descriptive quantitative cross-sectional method was employed. The sample consisted of 63 students from grades IV, V, and VI, selected through simple random sampling. The research instrument was a questionnaire with 28 statements, and data were analyzed using mean, minimum, maximum, and frequency distribution. The findings showed that 61.9% of students demonstrated good clean and healthy living behavior. Specifically, students reported high compliance in washing hands with soap before and after meals (90.5%), proper use of clean and healthy latrines (68.3%), exercising regularly (63.5%), not smoking at school (49.2%), disposing of waste properly (93.7%), and participating in community service activities (92.1%). However, some behaviors were only moderate, including consuming healthy food (65.1%) and eradicating mosquito larvae (58.7%). It can be concluded that the general characteristics of respondents were ages 10–13 years, with the majority being female (40 students) and most coming from grade VI (22 students). Overall, most students at Tengklík Public Elementary School had implemented Clean and Healthy Living Behavior with a prevalence of 61.9%.

RIWAYAT ARTIKEL:

Diajukan:
16 September 2025
Direvisi:
6 Maret 2026
Diterima:
2 April 2026
Dipublikasikan:
30 Juni 2026

KATA KUNCI:

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Siswa, Sekolah Dasar

ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan serangkaian tindakan yang dilakukan untuk menjaga kesehatan. Penyebaran kuman enterik, kebiasaan tidak mencuci tangan sebelum makan dan setelah buang air besar dapat menyebabkan bakteri masuk ke dalam tubuh melalui makanan, sehingga memicu penyakit seperti diare dan cacingan pada anak usia sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa Sekolah Dasar Negeri Tengklík. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif cross sectional. Sampel penelitian ini dipilih menggunakan metode simple random sampling, adapun responden sebanyak 63 siswa dari kelas IV, V, dan VI. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dengan 28 pernyataan. Analisa data yang digunakan yaitu mean, min, max, dan distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki perilaku hidup bersih dan sehat yang baik (61,9%), yang meliputi mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan baik (90,5%), menggunakan jamban bersih dan sehat baik (68,3%), berolahraga secara teratur baik (63,5%), tidak merokok di sekolah baik (49,2%), membuang sampah pada tempatnya baik (93,7%), dan melakukan kerja bakti bersama warga sekolah baik (92,1%). Adapun untuk perilaku makan yang makanan sehat masih ada yang berperilaku cukup (65,1%), dan menghilangkan jentik nyamuk juga masih ada yang berperilaku cukup (58,7%). Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Karakteristik umum responden di Sekolah

*Corresponding author: novarizanuraini@gmail.com

Dasar Negeri Tengkluk adalah usia 10-13 tahun, dengan mayoritas responden Perempuan yaitu sebanyak 40 orang, dan terbanyak dari kelas VI yaitu sebanyak 22 orang. Mayoritas siswa SDN Tengkluk telah menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan persentase 61,9%.

1. Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah adalah tindakan semua siswa agar tetap bersih dan juga sehat selain itu, mengurangi risiko penyakit dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan, terutama di sekolah [1]. Pendidik pada dasarnya memberikan pembelajaran pada murid agar mengurangi risiko penyakit, dan hidup sehat secara mandiri, aktif dalam membuat lingkungan menjadi lebih sehat [2]. Terdapat 8 indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang harus dilaksanakn oleh siswa, diantaranya : mencuci tangan dengan sabun, dan sesudah, mengonsumsi makanan bergizi, memakai toilet yang bersih, serta berolahraga. Selain itu, membuang sampah pada tempatnya dan melakukan kerja bakti, serta menghindari kebiasaan buruk seperti merokok [3]. Umur 6-12 tahun merupakan umur lebih berisiko menderita sakit diare, cacangan, dan demam berdarah lainnya.

Selain itu, itu juga menjadi tempat di mana orang-orang mulai mengembangkan perilaku sehat, yang kemudian menjadi sasaran rencana pendidikan kesehatan Indonesia [4]. Berdasarkan data dari WHO pada tahun 2019 menunjukkan bahwa ditemukan 10 penyakit dengan mortalitas tertinggi di dunia, dengan diare pada urutan 8. Penyakit ini mengakibatkan 2,5 persen kematian , atau 1,4 juta jiwa, di dunia, dan lebih sering terjadi pada anak-anak [5]. Hasil Risesdas Nasional (2018) menunjukkan bahwa diare pada usia sekolah 5-14 tahun adalah 14,8%, perilaku CTPS dan air mengalir pada usia 10-14 tahun adalah 43,0%, dan merokok. Usia ebih dari 10 tahun, tercatat proporsi sebesar 29,3% dan 33,5%, dan penanganan sampah rumah tangga yang baik masih rendah 36,8% di Indonesia [6]. Sedangkan Jumlah kasus diare di Kota Yogyakarta pada perempuan adalah 2846 kasus 54,44 % dan pada laki-laki adalah 2382 kasus 45,46 % [7].

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Gunungkidul, bahwa persentase sekolah dasar dengan kategori baik yang sudah melakukan PHBS di Kabupaten Gunungkidul, sebanyak 66,30%. Adapun 3 kecamatan dengan persentase terendah yaitu Kecamatan Gedangsari 1 sebesar 38,5%, Kecamatan Gedangsari II sebesar 14,29%, dan Kecamatan Ngawen 1 sebesar 0% [8]. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat termasuk pemahaman siswa terkait PHBS, indikatornya, lingkungan sekolah, dan keuntungan dari PHBS. Selain itu, guru tidak memberikan pengajaran yang cukup tentang penerapan PHBS pada siswa. Sehingga dapat menyebabkan banyak penyakit, misalnya diare, cacangan, sakit kulit, dan kekurangan nutrisi [2]. Kurangnya PHBS di sekolah dapat menyebabkan lingkungan belajar yang tidak nyaman, kelas kotor, penurunan prestasi siswa, dan citra buruk sekolah.

Penyakit masih menyebar di kalangan siswa sekolah di Indonesia. Tidak melakukan perilaku hidup bersih dan sehat akan berakibat demam berdarah, diare, infeksi cacing, dan reaksi alergi makanan [9]. Faktor perilaku yang memungkinkan penyebaran kuman *enterik*, seperti tidak mencuci tangan sebelum atau sesudah makan dan membuang air besar, menyebabkan bakteri masuk ke dalam tubuh sehingga berakibat diare dan infeksi cacing. Untuk memastikan bahwa anak-anak memahami dan bisa melakukan setiap hari, maka PHBS harus diterapkan sejak dini [10]. Dari pernyataan salah satu guru SD N Tengkluk, dapat disimpulkan bahwa angka kesakitan disekolah rata-rata siswa pingsan pada saat upacara hari senin, lalu ada siswa yang pernah menjalani perawatan di rumah sakit karena demam berdarah, *appendicitis*, dan diare.

Adapun kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan yaitu setiap satu minggu sekali, setiap hari Jumat melakukan jalan sehat keliling desa. PHBS disekolah tersebut sudah dilakukan namun masih didapatkan siswa yang tidak mencuci tangan dengan sabun, konsumsi makanan ringan,

*Corresponding author: novarizanuraini@gmail.com

dan membuang sampah sembarangan. Meskipun persentase sekolah dasar dengan kategori baik dalam pelaksanaan PHBS di Kabupaten Gunungkidul telah mencapai 66,30%, masih terdapat kecamatan dengan capaian yang sangat rendah, termasuk Kecamatan Ngawen yang memiliki salah satu persentase terendah yaitu 0% [8]. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara target program PHBS dan realisasi di wilayah tertentu. SD Negeri Tengkluk yang berada dalam wilayah tersebut belum pernah dilaporkan secara spesifik dalam evaluasi PHBS sebelumnya, sehingga kondisi pelaksanaan PHBS di sekolah ini belum terdokumentasi dengan baik.

Program PHBS di sekolah telah menjadi bagian dari kebijakan nasional melalui UKS dan Gerakan Sekolah Sehat. Namun, berbagai studi menunjukkan bahwa implementasi PHBS di tingkat sekolah dasar masih menghadapi tantangan pada aspek fasilitas, pengawasan, dan pembiasaan perilaku. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada tingkat pengetahuan siswa, sementara kajian yang mengintegrasikan aspek perilaku actual dan ketersediaan sarana di tingkat sekolah dasar pedesaan masih terbatas. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan dikelas VI dengan 6 siswa, menyatakan bahwa pelaksanaan perilaku PHBS di SD N Tengkluk belum dilaksanakan dengan baik, seperti yang ditunjukkan bahwa terdapat anak-anak tidak mencuci tangan dengan air mengalir atau sabun, baik sebelum maupun sesudah makan, dikarenakan tidak disediakan sabun cuci tangan.

Selain itu anak-anak juga tidak menyiram kamar mandi setelah BAK maupun BAB dan masih membuang sampah sembarangan sehingga lingkungan sekitar Sekolah Dasar Negeri Tengkluk kurang terjaga kebersihannya. Disekolah tersebut juga terdapat 1 kantin dan 5 pedagang diluar sekolah yang menjual makanan, seperti seblak, es teh, cilok, dan makanan ringan. Kesimpulan dari observasi yang telah dilakukan terhadap anak-anak menunjukkan bahwa masih terdapat anak-anak yang belum memahami Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Berdasarkan kondisi tersebut, muncul kebutuhan akan penelitian yang secara khusus mengkaji pelaksanaan PHBS di SD Negeri Tengkluk. Belum adanya data yang menggambarkan situasi PHBS di sekolah ini, ditambah rendahnya capaian PHBS di wilayah kecamatan, menunjukkan bahwa sekolah ini merupakan lokasi yang relevan untuk diteliti lebih lanjut guna memberikan dasar bagi upaya perbaikan kesehatan sekolah di daerah dengan capaian terendah.

2. Metode

Desain penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada 09 Mei 2025 di Sekolah Dasar Negeri Tengkluk. Penelitian ini melibatkan 168 siswa dari kelas IV-VI. Adapun 63 siswa dari kelas IV-VI yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi diambil sebagai sampel, penelitian menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner dengan 28 pernyataan. Peneliti mengadopsi dari (Rita,2020) [11], kemudian melakukan uji validitas dan reliabilitas yang dilakukan pada tanggal, 24 April 2025, yang dilaksanakan di SD Negeri Candi yang melibatkan 20 siswa kelas 5. Setelah mendapatkan data uji coba kuesioner, dilakukan perhitungan uji validitas dan uji reliabilitas menggunakan *Microsoft Excell* dan *IBM SPSS Statistic 25*.

Berdasarkan hasil perhitungan uji validitas instrument dari rumus *Pearson Correlation* dengan r tabel sebesar 0,444. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa 28 pernyataan memiliki nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel yaitu rentang nilai 0,610 sampai dengan 0,877. Dengan demikian instrument dinyatakan valid. Sedangkan uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan taraf signifikan 0,6 dan perhitungan korelasi *Alpha Cronbach* didapatkan hasil sebesar (0,760). Dengan demikian instrument dinyatakan reliabel.

Pada kuesioner tersebut peneliti menggunakan skala *likert*. Adapun perskoran item pada pertanyaan *favorable*, jika menjawab “selalu” mendapat skor 5, menjawab “sering” mendapat skor 4, menjawab “kadang-kadang” mendapat skor 3, menjawab “jarang” mendapat skor 2, dan menjawab “tidak pernah” mendapat skor 1. Sedangkan pada pertanyaan *unfavorable*, jika

*Corresponding author: novarizanuraini@gmail.com

menjawab “selalu” mendapat skor 1, menjawab “sering” mendapat skor 2, menjawab “kadang-kadang” mendapat skor 3, menjawab “jarang” mendapat skor 4, dan menjawab “tidak pernah” mendapat skor 5. kemudian dikategorikan menjadi 3. Berdasarkan hasil penilaian, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat dikategorikan sebagai berikut: skor 104-140 menunjukkan perilaku “baik” , skor 66-103 menunjukkan perilaku “cukup”, dan skor 28-65 menunjukkan perilaku “kurang”.

Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis univariat. Dalam penelitian ini, peneliti memberikan informed consent kepada wali kelas terlebih dahulu, kemudian peneliti menjelaskan manfaat penelitian, peneliti memperlakukan responden dengan adil dan setara selama proses penelitian, selain itu orang tua atau wali memiliki hak untuk menentukan apakah anak dapat mengikuti penelitian atau tidak, peneliti juga merahasiakan data penelitian, serta melakukan *Ethical Clearance* yang telah dinyatakan lolos etik dengan nomor 020/KET/I.3.AU/F.IV/2025.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Berdasarkan pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini melibatkan 63 responden dari siswa kelas IV-VI, terdiri dari 20 siswa kelas IV, 21 siswa kelas V, dan 22 siswa kelas VI, yang didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Rerata Usia Responden siswa SD Negeri Tengklík (n=63)

Variabel	n	Min	Max	Mean	SD
Usia	63	10	13	11,19	0,981

Berdasarkan tabel 1 rerata usia responden, dari 63 responden menunjukkan bahwa rerata responden siswa SD Negeri Tengklík adalah 11.19, minimum 10, maksimum 13 dan standar deviasi 0,981.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi karakteristik responden siswa SD Negeri Tengklík (n=63)

No	Karakteristik Responden	f	%
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	23	36,5
	Perempuan	40	63,5
	Total	63	100
2.	Kelas		
	Empat (IV)	20	31,7
	Lima (V)	21	33,3
	Enam (VI)	22	34,9
	Total	63	100

Berdasarkan tabel 2 Distribusi Frekuensi, dan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, paling tinggi pada kategori perempuan yaitu sebanyak 40 orang (63,5%). Adapun karakteristik responden berdasarkan kelas bahwa kelas VI memiliki responden paling banyak, yaitu 22 orang (34,9%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi dan persentase Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar Negeri Tengklík (n=63)

No	Penerapan PHBS	f	%
1	Baik	39	61,9
2	Cukup	24	38,1
3	Kurang	0	0%
	Total	63	100

Berdasarkan tabel 3 kategori penerapan PHBS paling tinggi adalah kategori baik, dengan jumlah responden sebanyak 39 orang (61,9%).

*Corresponding author: novarizanuraini@gmail.com

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar Negeri Tengkluk berdasarkan indikator (n=63)

No	Indikator	Persentase						Total
		Baik		Cukup		Kurang		
		f	%	f	%	f	%	
1	Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan	57	90,5	6	9,5	0	0	63
2	Makan makanan yang sehat	17	27,0	41	65,1	5	7,9	63
3	Menggunakan jamban yang bersih dan sehat	43	68,3	16	25,4	4	6,3	63
4	Berolahraga secara teratur	40	63,5	23	36,5	0	0	63
5	Menghilangkan jentik nyamuk	23	36,5	37	58,7	3	4,8	63
6	Respon terhadap perokok disekitar sekolah	31	49,2	23	36,5	9	14,3	63
7	Membuang sampah pada tempatnya	59	93,7	4	6,3	0	0	63
8	Melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah	58	92,1	5	7,9	0	0	63

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan indikator: (1) mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, didapatkan hasil sebanyak 57 orang (90,5%), (2) Makan makanan yang sehat, didapatkan hasil sebanyak 41 orang (6,1%), (3) Menggunakan jamban yang bersih dan sehat, didapatkan hasil sebanyak 43 orang (68,3%), (4) Berolahraga secara teratur, didapatkan hasil sebanyak 40 orang (63,5%), (5) Menghilangkan jentik nyamuk, didapatkan hasil sebanyak 37 orang (58,7%), (6) Respond terhadap perokok disekitar sekolah, didapatkan hasil sebanyak 31 orang (49,2%), (7) Membuang sampah pada tempatnya, didapatkan hasil sebanyak 59 orang (93,7%), (8) Melakukan kerja bakti bersama warga sekolah, didapatkan hasil sebanyak 58 orang (92,1%).

3.2. Pembahasan

Usia : Pada penelitian ini menetapkan responden yang berusia 10 tahun hingga 13 tahun. Selain itu diusia tersebut juga terjadi fase pertumbuhan yang disebut "*growth spurt*", yaitu periode peningkatan kecepatan pertumbuhan yang signifikan. Tubuh menghasilkan hormon pertumbuhan dalam jumlah besar, yang memengaruhi perkembangan fisik. Beberapa faktor, seperti konsumsi makanan bergizi, mempengaruhi durasi *growth spurt*. Setiap orang memiliki puncak pertumbuhan yang berbeda berdasarkan usia, dengan perempuan biasanya mengalami puncak pertumbuhan pada usia 10-12 tahun dan laki-laki pada usia 12-14 tahun [12].

Jenis Kelamin : Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan adalah mayoritas responden, dengan jumlah 40 orang (63,5%). Laki-laki dan perempuan tidak sama secara biologis dan psikologis sehingga mempengaruhi perilaku. Jenis kelamin merupakan faktor predisposisi yang memudahkan seseorang untuk berperilaku tertentu. Perempuan cenderung lebih rajin menjaga kebersihan diri dan lingkungan karena faktor budaya dan tradisi yang mewajibkan Perempuan untuk melakukan hal tersebut. Contohnya, perempuan sering kali dibiasakan untuk melakukan kegiatan seperti menyapu, merawat diri, dan memotong kuku untuk menjaga penampilan. Hal ini membuat perempuan lebih cenderung untuk berperilaku hidup bersih dan sehat [13].

Kelas : Hasil penelitian menunjukkan jumlah responden paling banyak yaitu kelas VI dengan jumlah 22 orang (34,9%). Penelitian yang dilakukan oleh Simbolon (2020), menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kelas dengan PHBS, yaitu siswa yang berada di tingkat kelas lebih tinggi cenderung memiliki Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang lebih baik, karena lebih mudah memahami informasi tentang kesehatan dan kebersihan. Pendidikan yang lebih tinggi dan faktor pribadi sangat berpengaruh dalam membentuk perilaku hidup sehat yang berkelanjutan. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin besar kemungkinan siswa dapat melaksanakan PHBS dengan efektif dalam kehidupan sehari-hari [14].

Penelitian Anggraini pada tahun 2025 menyatakan bahwa dalam perspektif kurikulum, materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara jelas sangat penting, tidak hanya dalam

*Corresponding author: novarizanuraini@gmail.com

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, tetapi juga dalam mata pelajaran lain seperti IPA atau PPKn. Penyajian materi yang menarik dan sesuai usia siswa meningkatkan pemahaman tentang pentingnya perilaku hidup sehat [15]. Berdasarkan penelitian yang ada, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan kurikulum sekolah merupakan peran penting dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak Sekolah Dasar. Masa pertumbuhan yang signifikan, atau "*growth spurt*", juga mempengaruhi perkembangan fisik anak.

Perempuan cenderung memiliki perilaku hidup bersih dan sehat yang lebih baik karena faktor budaya dan tradisi. Pendidikan yang lebih tinggi dan kesadaran pribadi juga sangat penting dalam membentuk perilaku sehat yang baik. Oleh karena itu, materi PHBS dalam kurikulum sekolah secara jelas dan menarik sangat penting untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya hidup sehat. Dengan demikian, siswa dapat menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah orientasi hidup sehat yang diterapkan dalam budaya individu, keluarga, dan masyarakat dengan tujuan meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatan fisik, mental, spiritual, dan sosial [16]. Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah adalah upaya yang dilakukan oleh seluruh warga sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat dan mencegah penyakit sehingga dapat hidup sehat secara mandiri, aktif dalam membuat lingkungan menjadi lebih sehat [17]. Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa gambaran PHBS pada siswa SD Negeri Tengkluk yang paling tinggi adalah kategori baik dengan jumlah 39 orang (61,9%).

Hal ini dikarenakan Sebagian besar siswa SD Negeri Tengkluk telah melakukan upaya hidup bersih dan sehat di sekolah yang mencakup mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, konsumsi makanan sehat, penggunaan jamban yang bersih, olahraga teratur, serta kegiatan pemberantasan jentik nyamuk dan pengelolaan sampah yang baik. Sekolah juga memiliki fasilitas yang memadai dan siswa aktif dalam berbagai kegiatan dalam kegiatan olahraga dan piket kelas, serta melakukan kerja bakti setiap hari jumat. Kerja sama dengan Puskesmas juga berperan penting dalam pemantauan kesehatan dan sosialisasi PHBS. Oleh karena itu, fasilitas yang memadai, peran guru, dan kerja sama dengan Puskesmas sangat diperlukan untuk mencapai perilaku hidup bersih dan sehat yang optimal bagi siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siggalingging et al., (2024), dapat disimpulkan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar Negeri 104219 Tanjung Anom dalam kategori baik sebanyak 55 orang (55,6%). Hal ini didapatkan dari jawaban responden yang telah menerapkan perilaku hidup sehat, selain itu sekolah juga mempunyai fasilitas seperti wastafel, kantin sehat, dan tempat sampah, serta kegiatan seperti olahraga teratur dan bekerjasama dengan Puskesmas untuk pemantauan kesehatan siswa [11]. Penelitian lain yang juga sejalan yaitu dari Fadhillah, (2023), yang menunjukkan mayoritas siswa Sekolah Dasar Negeri 3 Kemiri telah menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sesuai dengan indikator yang ditetapkan yaitu sebanyak (58,3%) [18].

Adapun Perilaku Hidup Bersih dan Sehat berdasarkan Indikator: Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan. Hasil penelitian dari PHBS di SDN Tengkluk menunjukkan bahwa 57 orang (90,5%) mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan. Perilaku mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan termasuk dalam kategori baik. Karena memiliki beberapa tempat cuci tangan tetapi tidak memiliki sabun cuci tangan, tersedia juga poster tentang 6 langkah cuci tangan tetapi sudah robek. Hasil yang sama ditemukan dalam penelitian yang dilakukan Syarifuddin [19], bahwa siswa SD Tamamaung 1 termasuk dalam kategori baik dalam mencuci tangan pakai sabun di air mengalir (88,5%). Ini karena siswa

sekolah dasar selalu memiliki air dan sabun untuk mencuci tangan, buang air besar dan kecil, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, dan mencuci tangan setelah bermain [19].

Makan makanan yang sehat: Hasil penelitian dari PHBS di SDN Tengkluk menunjukkan bahwa sebanyak 41 orang (65,1%) belum melakukan makan makanan yang sehat. Hasil ini didapatkan jadi jawaban responden bahwa sebagian besar responden sering membeli jajan/ makanan ringan di kantin sekolah seperti chiki membeli makanan yang terbuka dikantin sekolah seperti cilok, seblak, dan gorengan, responden juga sering makan hanya dengan mie instan. Pada penelitian ini makan makanan yang sehat di SD Negeri Tengkluk masih berada pada kategori cukup (65,1%).

Hal ini dikarenakan sekolah belum memiliki kantin sehat, dan terlihat penjual di kantin sekolah masih menjual makanan ringan, atau yang mengandung MSG, seperti seblak, dan minuman perasa. Banyak pedagang diluar sekolah sehingga siswa cenderung membeli jajan diluar sekolah, seperti membeli cilok, tempura, dan papeda yang menarik minat siswa. Hasil yang sama ditemukan pada penelitian Rumagit s[20], bahwa siswa SD Muhammadiyah 1 Limboto dengan indikator makan makanan yang sehat termasuk dalam kategori cukup (55,0%) . Disebabkan karena di kantin menjual makanan *junkfood* yang menarik minat siswa untuk dikonsumsi [20].

Menggunakan jamban yang bersih dan sehat : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SDN Tengkluk (68,3%) telah menggunakan jamban yang bersih dan sehat, sehingga perilaku ini termasuk dalam kategori baik. Sebagian besar siswa SD Negeri Tengkluk telah menggunakan jamban dengan benar, yaitu dengan menggunakan jamban saat BAB dan BAK, serta menyiram jamban setelah digunakan, meskipun masih ada beberapa perilaku kurang baik, dikarenakan dengan jumlah siswa 168 sekolah hanya menyediakan 4 kamar mandi, yaitu 2 kamar mandi siswa putra dan 2 kamar mandi siswa putri. Disekitar kamar mandi juga tampak kotor, tampak bekas alas sepatu dan berbau. Penelitian Saputri [21] juga menunjukkan hasil yang serupa, yaitu siswa SD 2 Sidoharjo Pringsewu memiliki perilaku yang baik dalam menggunakan jamban yang bersih dan sehat (63,8%) [21].

Berolahraga secara teratur : Berdasarkan penelitian yang dilakukan, PHBS di SDN Tengkluk, menunjukkan bahwa sebagian besar, yaitu 40 orang (63,5%), telah melakukan berolahraga secara teratur. Dikarenakan siswa melakukan olahraga pada jam olahraga. Pada setiap hari jumat sekolah juga mengadakan jalan-jalan keliling desa. Terdapat beberapa siswa yang melakukan olahraga dirumah seperti bersepeda. Terdapat perilaku cukup dikarenakan masih ada siswa yang malas dengan kegiatan olahraga disekolah, seperti siswa mengikuti olahraga karena disuruh oleh guru. Penelitian Syarifuddin [19] juga menemukan hasil yang sama, yaitu indikator berolahraga secara teratur sebanyak 51 orang siswa (83,6%) berperilaku baik dalam melakukan olahraga yang teratur dan terukur [19].

Menghilangkan jentik nyamuk : PHBS di SDN Tengkluk bahwa sebanyak 37 responden (58,7%) belum melakukan pemberantasan jentik nyamuk. Temuan ini didasarkan pada jawaban responden yang mayoritas menyatakan tidak terlibat dalam kegiatan membersihkan genangan air di lingkungan sekolah. Secara keseluruhan, perilaku PHBS terkait pemberantasan jentik nyamuk masih tergolong cukup (58,7%). Dikarenakan kegiatan pemberantasan jentik belum diajarkan secara optimal di sekolah, seperti kebiasaan menutup rapat tempat penampungan air di toilet setelah digunakan. Selain itu, masih ditemukan ember berisi air yang dibiarkan tergenang dan tidak dibersihkan. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Rumagit [20], yang menemukan bahwa di SD Muhammadiyah 1 Limboto, sebanyak 30 siswa (50,0%) masih kurang dalam praktik pemberantasan jentik nyamuk [20].

Respon terhadap perokok disekitar sekolah : Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) siswa di SDN Tengkluk dalam merespon keberadaan perokok di

sekitar lingkungan sekolah cukup positif, di mana sebanyak 31 responden (49,2%) telah menerapkan perilaku tidak merokok di area sekolah. Hal ini dikarenakan seluruh siswa SD Negeri Tengkluk tidak merokok disekolah dan terdapat peraturan dilarang merokok di sekolah. Siswa juga diajarkan oleh guru dan orang tua untuk tidak merokok. Namun masih Terdapat perilaku kurang baik karena siswa tidak menutup hidung saat berada di dekat perokok dan juga tidak berusaha menjauh dari orang yang sedang merokok. Pada saat orang tua menejemput siswa disekolah, tampak beberapa orang tua merokok di luar sekolah sambil menunggu anak- anaknya pulang sekolah. Hasil yang sama ditemukan pada penelitian Ishana [22], bahwa siswa pondok pesantren Al-Qodiri Jember, sebanyak 82,5% siswa telah menunjukkan perilaku tidak merokok di lingkungan sekolah [22].

Membuang sampah tempatnya : Hasil penelitian menunjukkan PHBS siswa di SD N Tengkluk Sebagian besar 59 (93,7%) orang ,sudah melakukan perilaku membuang sampah pada tempatnya. Dikarenakan siswa secara konsisten membuang sampah pada tempatnya. Selain itu, setiap kelas telah dilengkapi dengan tempat sampah, dan pihak sekolah juga menyediakan tempat sampah terpisah untuk sampah organik dan non organik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian [23], yang menunjukkan bahwa di SDN 13 Kolo Kota Bima, sebanyak 20 siswa (76,9%) memiliki kebiasaan membuang sampah pada tempatnya dan masuk dalam kategori baik [23].

Melakukan kerja bakti Bersama warga lingkungan sekolah: Berdasarkan penelitian yang dilakukan, PHBS di SD N Tengkluk, menunjukkan bahwa sebagian besar, yaitu 58 orang (92,1%), telah melakukan kerja bakti bersama warga sekolah. Hal ini dikarenakan siswa selalu melaksanakan piket kelas sesuai dengan jadwal yang ditentukan. Sekolah juga mengadakan kegiatan rutin pada hari jumat, selain jalan-jalan keliling desa, sekolah juga mengadakan kerja bakti membersihkan lingkungan, dan kegiatan ini juga diikuti oleh semua siswa.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ismaya [24] menunjukkan bahwa kebersihan sekolah di SDN Kelurahan Deringo sebanyak 64,6 % telah melakukan kerja bakti dilingkungan sekolah. Diantaranya adalah siswa telah melakukan kebersihan sekolah seperti mengambil sampah yang terlihat dan memasukkannya ke tong sampah yang disediakan. Selain itu, siswa juga melaksanakan kegiatan piket kelas yang dilakukan setiap hari setelah pembelajaran [24].

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain penggunaan instrumen berupa kuesioner *self-report* yang berpotensi menimbulkan bias jawaban karena responden dapat memberikan jawaban yang dianggap paling benar, bukan kondisi sebenarnya. Selain itu, penelitian tidak disertai observasi langsung terhadap perilaku siswa sehingga data yang diperoleh hanya menggambarkan persepsi dan pelaporan diri. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk memasukkan metode observasi langsung atau pendekatan campuran (*mixed methods*) guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif, serta mengevaluasi efektivitas intervensi pendidikan kesehatan terhadap peningkatan perilaku PHBS di sekolah. efektif.

4. Kesimpulan

Karakteristik responden di SD Negeri Tengkluk menunjukkan bahwa mayoritas berusia 10–13 tahun, didominasi oleh perempuan sebanyak 40 orang, dan paling banyak berasal dari kelas VI yaitu 22 orang. Persentase PHBS yang berada pada kategori baik sebesar 61,9% mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa telah menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, meskipun masih terdapat aspek-aspek yang perlu ditingkatkan sesuai hasil observasi fasilitas dan perilaku siswa. Upaya peningkatan PHBS dapat dilakukan melalui penguatan edukasi dan kolaborasi antara siswa, guru, pihak sekolah, dan Puskesmas. Siswa diharapkan membiasakan PHBS dalam aktivitas sehari-hari, sementara guru dan sekolah menyediakan fasilitas pendukung serta edukasi yang berkelanjutan. Puskesmas berperan dalam memberikan sosialisasi, pemantauan, dan evaluasi sehingga implementasi program PHBS dapat berjalan lebih optimal.

*Corresponding author: novarizanuraini@gmail.com

Daftar Pustaka

- [1] N. Azizah, R. D. Jayanti, and R. Rosyidah, "PHBS Sekolah di Era New Normal di SDI Ash-Shiddiq Siwalan Panji Buduran Sidoarjo," *J. Abdi Med.*, vol. 1, no. 2, pp. 48–53, 2021.
- [2] et al Hendrawati, "Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa/Siswi Di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN)," *J. Perawat Indones.*, vol. 4, no. 1, pp. 295–307, 2020.
- [3] Kemenkes, "PHBS." [Online]. Available: <https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs>
- [4] L. H. Kusumawardani and A. A. Saputri, "Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Sekolah," *J. Ilm. Ilmu Keperawatan Indones.*, vol. 10, no. 02, pp. 31–38, 2020, doi: 10.33221/jiiki.v10i02.514.
- [5] H. Diana Morika, S. Sakti Anggraini, R. Sandra, V. Rika Nofia, and S. Afifah, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SDN 05 Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman," *Saintika Meditory*, vol. 6, no. 1, pp. 105–112, 2022, [Online]. Available: <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- [6] K. Riskesdas, "Hasil Utama Riskesdas 2018," Kementerian Kesehatan Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan : 2018.
- [7] Amyati and R. Pratiwi, "Analisis Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diare di SMP Negeri di Yogyakarta," *J. Kesmas Untika Luwuk Public Heal. J.*, vol. 14, no. 1, pp. 22–30, 2023, doi: 10.51888/phj.v14i1.170.
- [8] Dinas Kabupaten Gunungkidul, "Laporan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)."
- [9] A. N. Rachma, R. Kurniasari, and E. Andriani, "Pengaruh Media Poster , Video Edukasi dan Permainan Puzzle terhadap Pengetahuan dan Sikap PHBS Pada Siswa SDN Cikampek Barat 1," vol. 8, no. 2, pp. 134–147, 2024.
- [10] F. Rita, "SKRIPSI GAMBARAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI LINGKUNGAN SEKOLAH DASAR NEGERI 104219 TANJUNG ANOM TAHUN 2023," 2020.
- [11] V. Y. S. Sigalingging, A. A. Y. B. Ginting, and R. F. Pasaribu, "Gambaran Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah Dasar Negeri 104219 Tanjung Anom Tahun 2023," *Innov. J. Soc. Sci. Res.*, vol. 4, no. 1, pp. 6658–6666, 2024.
- [12] I. Barid, D. E. Indahyani, and S. E. Utami, "Analisis Ukuran Lengkung Rahang Anak Usia 10-13 Tahun dan 14-16 Tahun di Wilayah Dataran Tinggi (Studi di Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember)," *e-GiGi*, vol. 11, no. 1, pp. 56–63, 2022, doi: 10.35790/eg.v11i1.44391.
- [13] R. Awaliah, S. Hardiani Jufri, and A. Aliah Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Alauddin Makassar, "Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Propinsi Sulawesi Selatan Indonesia Clean And Healthy Lifestyle Behaviors (PHBS) During The Covid-19 Pandemic In Province Of South Sulawesi Indonesia," *J. Kesehat. Lingkung.*, vol. 12, no. 1, pp. 134–141, 2022, doi: 10.47718/jkl.v10i2.1183.
- [14] P. Simbolon, "Hubungan Karakteristik Dengan Phbs Di Sma Negeri 1 Pancur Batu," *Elisabeth Heal. J.*, vol. 3, no. 2, pp. 50–57, 2020, doi: 10.52317/ehj.v3i2.246.
- [15] H. Anggraini, "Determinasi perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) di lingkungan sekolah dasar," pp. 28–36, 2025.
- [16] Kemensos RI, "Perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) penguatan kapabilitas anak dan keluarga," *Penguatan Kapabilitas Anak dan KeluaPerilaku Hidup Bersih dan Sehat atau PHBS adalah upaya untuk memperkuat budaya seseorang, kelompok maupun Masy. agar peduli dan mengutamakan Kesehat. untuk mewujudkan kehiduparga*, pp. 1–14, 2020.
- [17] Kemendikbud, "PHBS Di Sekolah Untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19," *Tim Penyusun Direktorat Sekol. Dasar*, p. 24, 2021, [Online]. Available: <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/>
- [18] M. R. Fadhlillah, "GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SISWA SISWI SEKOLAH DASAR NEGERI III KEMIRI KECAMATAN KEMIRI KABUPATEN TANGERANG Description Of Clean and Healthy Life Behavior (PHBS) Students of State Elementary School III Kemiri, Kemiri District, Tangerang," *Nusant. Hasana J.*, vol. 2, no. 9, p. Page, 2023.
- [19] S. Syarifuddin and M. Khaedar, "Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar," *J. Pendidik. dan Konseling*, vol. 4, pp. 1349–1358, 2022.
- [20] A. C. Rumagit, A. A. Sudirman, and D. Modjo, "GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SD MUHAMMADIYAH 1 LIMBOTO," vol. 1, no. 2, pp. 165–175, 2023.

*Corresponding author: novarizanuraini@gmail.com

- [21] D. A. Saputri, Y. Hera, and D. I. Tiara, "GAMBARAN PERILAKU PENERAPAN INDIKATOR PHBS PADA ANAK SD N 2 SIDOHARJO PRINGSEWU LAMPUNG TAHUN 2022," *Alaqoh*, vol. 10, no. 2, pp. 30–35, 2022.
- [22] ISHANA BALAPUTRA and SUHARTA, "Studi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Siswa Di Pondok Pesantren Al-Qodiri Jember," *Med. J. Al Qodiri*, vol. 6, no. 2, pp. 73–80, 2021, doi: 10.52264/jurnal_stikesalqodiri.v6i2.95.
- [23] A. T. Cahyadi, "Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Anak Sekolah Dasar Di Sdn 13 Kolo Kota Bima," *JUPE J. Pendidik. Mandala*, vol. 7, no. 4, pp. 2020–2023, 2022, doi: 10.58258/jupe.v7i4.4423.
- [24] N. Ismaya, F. Nurfatiah, Sheila, and S. Triyani, "Analisis Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar," *Didakt. J. Ilm. PGSD STKIP Subang*, vol. 8, no. 2, pp. 2558–2565, 2023, doi: 10.36989/didaktik.v8i2.568.