



INOVASI SOSIO-PEDAGOGIS DALAM PENDIDIKAN KESEHATAN: IMPLEMENTASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT MELALUI POJOK *LIFE SKILL* DAN *HEALTHCARE*

Oleh

Dewi Roso Wulan¹, Dheva Yudistira Maulana², Zahra Aliya Diah Widuri³, Indah Tri Utami⁴, Isna Dhella Yasya⁵, Levy Martdiana Andika⁶, Yuda Riptanto⁷, Astrid Febriyanti Manurung⁸, Desriyan Shandra Naufalista⁹, Naufal Marta Lestari¹⁰, Ahmad Dzulfikar Akmal Atallah¹¹, Rafi Al Ahmad¹², Regina Ghaliya Fasya¹³, Rima Palestine Salsabila¹⁴, Auliya Mufidah¹⁵, Ryo Al Fandi¹⁶, Michael Krisna Arron Wibowo¹⁷, Diansanto Prayoga¹⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8,18}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Kedokteran, dan Ilmu Alam, Universitas Airlangga, Indonesia.

⁹Program Studi Kedokteran Hewan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Kedokteran, dan Ilmu Alam, Universitas Airlangga, Indonesia.

^{10,11,12}Program Studi Akuakultur, Fakultas Ilmu Kesehatan, Kedokteran, dan Ilmu Alam, Universitas Airlangga, Indonesia.

^{13,14}Program Studi Kedokteran, Fakultas Ilmu Kesehatan, Kedokteran, dan Ilmu Alam, Universitas Airlangga, Indonesia.

¹⁵Banyuwangi Public Health Association, Fakultas Ilmu Kesehatan, Kedokteran, dan Ilmu Alam, Universitas Airlangga, Indonesia.

¹⁶Himpunan Mahasiswa Akuakultur, Fakultas Ilmu Kesehatan, Kedokteran, dan Ilmu Alam, Universitas Airlangga, Indonesia.

¹⁷Himpunan Mahasiswa Kedokteran Umum, Fakultas Ilmu Kesehatan, Kedokteran, dan Ilmu Alam, Universitas Airlangga, Indonesia.

¹⁸Pusat Riset Keselamatan Pasien, Universitas Airlangga.

Email: ¹⁸diansantoprayoga@fkm.unair.ac.id

Article History:

Received: 06-10-2025

Revised: 29-10-2025

Accepted: 09-11-2025

Keywords:

PHBS, Socio-Pedagogical Innovation, Health Education, Life Skills, Hygienic Behavior

Abstract: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) remains a challenge among children in Indonesia. Early educational interventions have been proven effective in increasing students' knowledge and skills in practicing hygienic behaviors, especially through innovative and contextual health education approaches. This study developed the Life Skill and Healthcare Corner as an interactive socio-pedagogical educational medium to instill health values sustainably within the school environment. Activities were carried out at SDN 4 Kendalrejo and SMP Tri Bhakti Tegaldlimo using participatory education methods and hands-on practice. Through this approach, students not only gain a conceptual understanding of PHBS but also demonstrate changes in attitudes and behaviors toward healthy living habits. These findings indicate that the Life Skill and Healthcare Corner is effective as a socio-pedagogical innovation in strengthening health education in elementary and secondary schools.*

PENDAHULUAN

Pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas tidak hanya ditentukan oleh kecukupan gizi dan pendidikan, tetapi juga oleh penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sejak dini. Anak usia sekolah berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan yang rentan terhadap berbagai penyakit infeksi sehingga sangat membutuhkan pembiasaan perilaku higienis yang benar (Sinurat et al., 2023). Keterbatasan pengetahuan dan kurangnya kesadaran anak dalam menjaga kebersihan diri, seperti mencuci tangan, menyikat gigi, dan menjaga kebersihan lingkungan, dapat berdampak pada tingginya prevalensi penyakit menular serta masalah kesehatan jangka panjang (Ilma et al., 2025).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa masih banyak anak di Indonesia yang belum menerapkan kebiasaan PHBS dengan baik. Misalnya, kebiasaan mencuci tangan pakai sabun hanya dilakukan oleh sekitar seperempat anak usia sekolah (Sinurat et al., 2023). Keterampilan menggosok gigi dan mulut yang perlu diberikan dan ditekankan kepada setiap individu terutama anak-anak usia sekolah, karena pada masa ini mereka lebih mudah menerima dan menanamkan nilai-nilai dasar kebersihan mulut (Sinegar et al., 2021).

Berbagai penelitian menegaskan bahwa intervensi edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dilakukan sejak dini terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menerapkan perilaku higienis. Edukasi melalui metode simulasi, diskusi, maupun penyuluhan interaktif tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga mendorong perubahan perilaku nyata pada anak (Sinurat et al., 2023; Ilma et al., 2025). Namun, tantangan yang masih dihadapi adalah bagaimana membuat inovasi pendidikan kesehatan yang menarik, kontekstual, dan berkelanjutan terutama pada daerah terpencil dengan akses jalan yang terbatas. Fasilitas pendidikan, bahkan kesehatan juga akan terbatas untuk dijangkau. Selain itu, budaya dan kebiasaan lokal juga berperan penting dalam keberhasilan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Di beberapa wilayah, kepercayaan tradisional dan pola pikir masyarakat dapat menjadi penghambat perubahan perilaku (Usiono, M. A., 2024).

Salah satu strategi inovatif yang dapat dikembangkan adalah *Pojok Life Skill* dan *Healthcare*. Pojok ini berfungsi sebagai media edukasi yang menyediakan ruang belajar aktif dan menyenangkan bagi anak dalam mengenal, memahami, sekaligus mempraktikkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara langsung. Dengan pendekatan socio-pedagogis, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai kesehatan dalam kehidupan sehari-hari dengan memaksimalkan potensi-potensi yang ada pada masyarakat untuk memberdayakan dan meningkatkan kualitas pendidikan. Model edukasi seperti ini diharapkan mampu menjembatani kesenjangan antara pengetahuan dan praktik, sekaligus menumbuhkan kemandirian anak dalam menjaga kesehatan dirinya dan lingkungannya.

Berdasarkan uraian tersebut, studi ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui *Pojok Life Skill* dan *Healthcare* sebagai inovasi edukasi kesehatan. Studi ini dikemas melalui pengabdian masyarakat yang diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi pembelajaran kesehatan yang aplikatif, kreatif, dan relevan, khususnya dalam membentuk generasi sehat, cerdas, dan berdaya saing.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang berlokasi di SDN 4 Kendalrejo dan SMP Tri Bhakti Tegaldlimo, Banyuwangi. Tim menggunakan pojok *Life Skill* sebagai praktik pada anak kelas 3-6 SDN 4 Kendalrejo melalui kebiasaan hidup bersih dan praktik menggosok gigi dengan benar. Pada anak kelas 8-9 SMP Tri Bhakti, kami berfokus pada siswa yang berperan

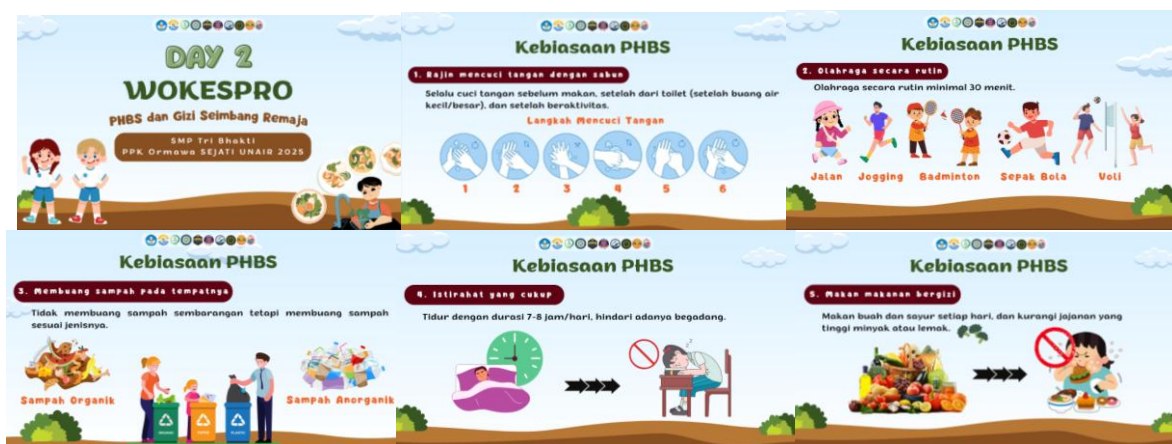
menjadi PMR sekolah untuk pelaksanaan edukasi pentingnya mencuci tangan, kebersihan diri dan lingkungan, serta gizi seimbang melalui pojok *Healthcare*.

Tim menggunakan instansi pendidikan sebagai lokasi strategis untuk menanamkan nilai-nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada anak-anak sejak usia dini. Terutama pada SMP Tri Bhakti Tegaldlimo, sasaran yang dituju adalah PMR yang mengelola Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Studi lain menunjukkan bahwa sekolah yang secara konsisten mengelola UKS mampu meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan (Usiono, M. A., 2024).

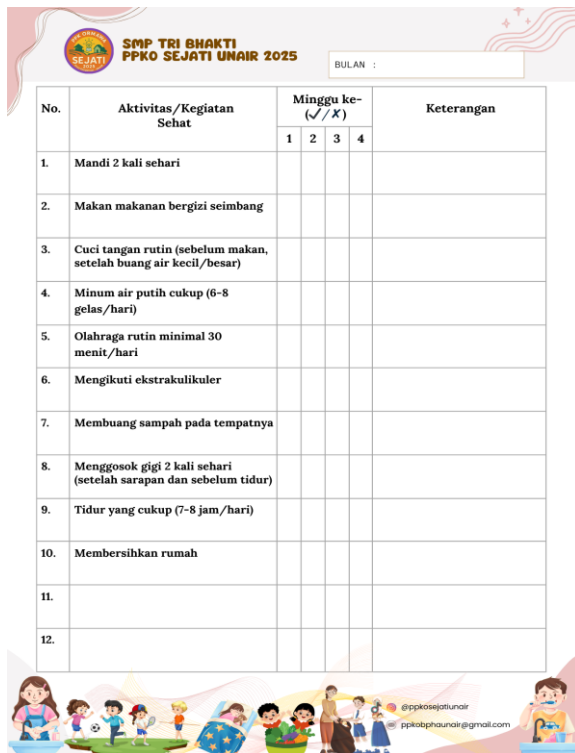
Kegiatan ini didukung dengan penyajian materi tim menggunakan PowerPoint presentasi dengan alat bantu berupa alat peraga sikat gigi untuk anak-anak Sekolah Dasar dan buku saku aktivitas sehat yang diisi setiap minggunya oleh anak-anak usia Sekolah Menengah Pertama. Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan socio-pedagogis dimana memandang sebuah proses edukasi sebagai proses mendapatkan binaan, bimbingan dalam pengelolaan dan pengawasan (YULI, Y., & SYAFI'I, A. S., 2023) yang menyesuaikan peserta mendapatkan pembelajaran yang aplikatif dan relevan sesuai kebutuhan. Untuk mengukur indikator keberhasilan, tim menggunakan praktik menggosok gigi yang dapat memudahkan peserta didik untuk memahami materi yang diberikan. Selanjutnya peserta diajak untuk berdiskusi dan mengungkapkan pendapat atau pertanyaan dilanjutkan dengan *pre-test* dan *post-test*.



Gambar 1. Materi pada Anak Usia Sekolah Dasar.



Gambar 2. Materi pada Anak Usia Sekolah Menengah Pertama.



SMP TRI BHAKTI PPKO SEJATI UNAIR 2025

BULAN :

No.	Aktivitas / Kegiatan Sehat	Minggu ke- (✓/X)				Keterangan
		1	2	3	4	
1.	Mandi 2 kali sehari					
2.	Makan makanan bergizi seimbang					
3.	Cuci tangan rutin (sebelum makan, setelah buang air kecil/besar)					
4.	Minum air putih cukup (6-8 gelas/hari)					
5.	Olahraga rutin minimal 30 menit/hari					
6.	Mengikuti ekstrakurikuler					
7.	Membuang sampah pada tempatnya					
8.	Menggosok gigi 2 kali sehari (setelah sarapan dan sebelum tidur)					
9.	Tidur yang cukup (7-8 jam/hari)					
10.	Membersihkan rumah					
11.						
12.						

Illustration at the bottom shows children playing and a person cleaning.

Gambar 3. Buku Saku Aktivitas Sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 9 Agustus 2025 di SMP Tri Bhakti Tegaldlimo yang dihadiri oleh peserta didik sejumlah 18 orang. Sebelum diberikan materi edukasi, dilakukan *pre-test* untuk mengetahui pemahaman peserta tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada langkah mencuci tangan dengan benar, perilaku olahraga, perilaku membuang sampah, waktu istirahat, serta asupan makan bergizi. Selanjutnya, tim pengabdian masyarakat memberikan materi. Dalam penyajian materi, tim menggunakan PowerPoint presentasi dan buku saku aktivitas sehat yang dapat memudahkan peserta untuk mengimplementasikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Buku saku ini diisi setiap 1minggu/1x selama 1 bulan. Kuesioner dari buku saku tersebut digambarkan pada Tabel 1. Kuesioner Buku Aktivitas Sehat, antara lain sebagai berikut:



Tabel 1. Kuesioner Buku Aktivitas Sehat.

No	Aktivitas/Kegiatan Sehat
1.	Mandi 2 kali sehari
2.	Makan makanan bergizi seimbang
3.	Cuci tangan rutin (sebelum makan, setelah buang air kecil/besar)
4.	Minum air putih cukup (6-8 gelas/hari)
5.	Olahraga rutin minimal 30 menit/hari
6.	Mengikuti ekstrakurikuler
7.	Membuang sampah pada tempatnya
8.	Menggosok gigi 2 kali sehari (setelah sarapan dan sebelum tidur)
9.	Tidur yang cukup (7-8 jam/hari)
10.	Membersihkan rumah

Pemahaman peserta tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) digunakan indikator pemahaman melalui soal pre-test dan post test untuk mengetahui keberhasilan peningkatan pemahaman program. Hasil menunjukkan bahwa adanya peningkatan pemahaman peserta dapat dilihat melalui Tabel 2. Hasil Peningkatan Pemahaman Pengetahuan Siswa-siswi SMP Tri Bhakti, melalui tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Peningkatan Pemahaman Pengetahuan Siswa-siswi SMP Tri Bhakti.

	N	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Rata-rata
<i>Pre-test</i>	18	50	100	80,556
<i>Post-test</i>	18	80	100	87,778

Pada kegiatan selanjutnya, Sabtu, 23 Agustus dilaksanakan di SDN 4 Kendalrejo yang dihadiri oleh peserta didik sejumlah 15 orang. Dalam pelaksanaannya, diawali dengan penyajian materi tim terkait keterampilan vokasional terutama pada Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) upaya menggosok gigi dengan baik dan benar. Tim memperdalam pemahaman peserta kelas 3-6 menggunakan teknik demonstrasi atau simulasi menggosok gigi dengan baik dan benar, Selain itu, tim menunjang alat sikat gigi dan gelas kumur serta pengadaan prasarana ruang outdoor SDN 4 Kendalrejo yang mendukung dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 4. Umpan Balik Penyampaian Materi Edukasi.



Gambar 5. Demonstrasi Perilaku Menggosok Gigi.

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan melalui pojok *Life Skill* di SDN 4 Kendalrejo dan pojok *Healthcare* di SMP Tri Bhakti Tegaldlimo, Kabupaten Banyuwangi bertujuan untuk memberikan wawasan kepada masyarakat dalam melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penerapan pola hidup bersih dan sehat merupakan perilaku yang lahir dari kesadaran, sebagai perwujudan untuk mampu menjaga diri sendiri dalam menghadapi masalah kesehatan sekaligus berperan dalam menciptakan lingkungan masyarakat yang sehat (Nabil, *et al.*, 2024).

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman pengetahuan siswa-siswi SMP Tri Bhakti dimana rata-rata *pre-test* sebesar 80,556 meningkat menjadi 87,778. Adanya peningkatan pemahaman pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memahami edukasi dengan baik dan benar. Peningkatan tersebut tampak dari partisipasi peserta yang begitu besar saat mengikuti diskusi dan



sesi tanya jawab, terlihat dari keaktifan mereka dalam mengajukan serta menjawab pertanyaan yang disampaikan. Selain pada aspek kognitif (Ilma et al., 2025), keterampilan siswa-siswi SDN 4 Kendalrejo dalam mempraktikkan teknik menggosok gigi yang benar juga menunjukkan peningkatan. Dalam sesi praktik, pada awalnya banyak yang masih melakukan gerakan secara horizontal, setelah mendapat contoh dan bimbingan, hampir seluruh siswa-siswi berhasil mempraktikkan teknik menggosok gigi dengan benar (Hartati, N., et al., 2025). Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), terjadi perubahan positif pada diri siswa. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan sebagai bagian dari proses pendidikan dapat menjadi sarana untuk menghasilkan perubahan pada kelompok sasaran, terutama dalam perubahan perilaku yang diharapkan.

Upaya pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat melalui pojok *Life Skill* dan pojok *Healthcare* yang dilaksanakan pada instansi pendidikan berjalan dengan baik. Hal ini sejalan dengan penelitian (Hartati, N., et al., 2025) bahwa guru memiliki peran penting dalam mengingatkan dan membimbing agar siswa tetap konsisten menjaga kebersihan gigi dan mulut. Di samping itu, dukungan orang tua juga diperlukan dengan membiasakan anak untuk menggosok gigi secara benar di rumah, terutama setelah sarapan dan sebelum tidur, sehingga perilaku hidup sehat dapat tertanam sebagai kebiasaan sehari-hari pada anak.

Penelitian (Lutviana Sari, A. D., et al., 2024) juga menjelaskan bahwa membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak usia dini dapat membantu anak terbiasa melakukan perilaku sehat sebagai bagian dari aktivitas sehari-hari. Hal ini juga mendorong terciptanya gaya hidup sehat sehingga siswa mampu menjalani kehidupan yang lebih baik, berkualitas, dan produktif.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan dari kegiatan edukasi ini menunjukkan bahwa program pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan dengan sukses. Program ini mengusung Pojok *Life Skill* dan Pojok *Healthcare* pada 2 lokasi instansi pendidikan dan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), termasuk pada praktik menggosok gigi dengan benar. Berdasarkan hasil peningkatan nilai rata-rata *pre-test* maupun *post test*, menunjukkan bahwa melalui edukasi dan praktik yang dilaksanakan dengan pendekatan sosio-pedagogis mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

SARAN

Kegiatan edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebaiknya dilaksanakan secara berkelanjutan agar perubahan perilaku peserta dapat dipertahankan dan semakin membudaya dalam kehidupan sehari-hari. Diperlukan kegiatan pendampingan atau monitoring setelah pelaksanaan program untuk menilai sejauh mana peserta menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh. Penggunaan media pembelajaran yang lebih interaktif dan menarik seperti permainan edukatif, simulasi, atau video pembelajaran dapat meningkatkan minat dan pemahaman peserta terhadap materi PHBS.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada dosen pendamping kegiatan, tim pelaksana kegiatan, Himpunan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, Himpunan Mahasiswa Akuakultur, Himpunan Mahasiswa Kedokteran Umum, Kepala Sekolah dan guru-guru SDN 4 Kendalrejo, Kepala Sekolah dan guru-guru SMP Tri Bhakti, adik-adik kelas 3-6 SDN 4 Kendalrejo, adik-adik



PMR SMP Tri Bhakti, serta seluruh pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan ini.

Konflik Kepentingan

Author tidak memiliki konflik kepentingan.

Sumber Pendanaan

Artikel ini memiliki sumber pendanaan dari Direktorat Kemahasiswaan Universitas Airlangga.

Kontribusi Penulis

Artikel ini ditulis oleh Dewi Roso Wulan sebagai penulis pertama, Dheva Yudistira Maulana sebagai penulis kedua, Zahra Aliya Diah Widuri sebagai penulis ketiga, Indah Tri Utami sebagai penulis keempat, Isna Dhella Yasya sebagai penulis kelima, Desriyan Shandra Naufalista sebagai penulis keenam, Levy Martdiana Andika sebagai penulis ketujuh, Yuda Riptanto sebagai penulis kedelapan, Naufal Marta Lestari sebagai penulis kesembilan, Astrid Febriyanti Manurung sebagai penulis kesepuluh, Ahmad Dzulfikar Akmal Atallah sebagai penulis kesebelas, Rafi Al Ahmad sebagai penulis keduabelas, Regina Ghaliya Fasya sebagai penulis ketigabelas, dan Rima Palestine Salsabila sebagai penulis keempatbelas, Auliya Mufidah sebagai penulis kelimabelas, Ryo Al Fandi sebagai penulis keenambelas, Michael Krisna Arron Wibowo sebagai penulis ketujuhbelas, dan Diansanto Prayoga sebagai penulis kedelapanbelas.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Hartati, N., Annazwa, S. K., Nofiana, T., Setiawan, Y., & Cahyadi, C. (2025). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Gosok Gigi Pada Siswa Kelas 5 Pada SDN Jawilan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(6), 3099–3102. <https://doi.org/10.59837/jpmbs.v3i6.2918>
- [2] Ilma, N. N., Namangdjabar, O. L., Yulianti, H., Al-Tadom, N., & Boimau, A. M. (2025). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Pencegahan Stunting melalui Kegiatan Edukasi di SD Negeri Tunfeu 2 Kabupaten Nekamese. *Health Care: Journal of Community Service*, 3(2), 190-196.
- [3] Lutviana Sari, A. D., Octaviana, A. S., Fabiola, N., Karminingtyas, S. R., Roni, A., & Pratiwi, N. D. (2024). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Menggosok Gigi Dan Mencuci Tangan. *Kreasi: Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 248-254. <https://doi.org/10.58218/kreasi.v4i3.1080>
- [4] Nabil, M, Rima Ernias, Ririn Noviyanti Putri, dan Rina SE Sitindaon. “PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) KESEHATAN CARA MENCUCI TANGAN DENGAN BAIK DAN GOSOK GIGI BERSAMA DI SDN 1 SUNGAI KEDUKAN”. *Jurnal ADAM : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3, no. 1 (Februari 8, 2024): 101–104. Diakses September 24, 2025. <https://jurnal.spada.ipts.ac.id/index.php/adam/article/view/1774>.
- [5] siregar, rya anastasya, & Batubara, N. S. (2021). Penyuluhan PHBS dan Demonstrasi cara cuci tangan dan sikat gigi yang benar di Desa Simatohir Kecamatan Padangsidimpuan Angkola Julu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(1), 26–32. <https://doi.org/10.51933/jpma.v3i1.342>
- [6] Sinurat, S., Simanullang, M. S., Barus, M., & Marbun, G. A. (2023). The effect of health education on personal hygiene on students' knowledge. *International Journal on ObGyn and Health Sciences*, 1(2), 66-72.
- [7] Usiono, M. A. SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW (SLR): PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS).



-
- [8] YULI, Y., & SYAFI'I, A. S. (2023). Landasan Sosiologis dan Pedagogis Manajemen Pendidikan Islam. *JMPI: JURNAL MANAJEMEN, PENDIDIKAN DAN PEMIKIRAN ISLAM*
Учредители: Ponpes As-Salafiyyah Asy-Syafi'iyah, 1(2), 84-92.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN