ASHA PUBLISHING

JURNAL LAMELLONG

PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Volume 2, Nomor 1, 2025



E-ISSN: 3047-6860

Jurnal Lamellong: Pengabdian Kepada Masyarakat
https://journal.ashapublishing.co.id/index.php/jlpm
Volume 2, Nomor 1, Halaman 23-27

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa SMP NEGERI 18 Makassar

Angga Saputra Kanisius[1], Haedar Akib[1], Muh. Nasrullah[1], Nasaruddin Hasyim[1], Isgunandar[1]
[1] Universitas Negeri Makassar

Kata Kunci:
Sosialisasi,
PHBS,
Siswa.

Keywords:
socialization
PHBS
Student

Penulis Koresponden:
Bidang Ilmu: Pendidikan Administrasi Perkantoran
Alamat: Jl. AP. Pettarani No.1, Kota Makassar
Email: anggasaputrakanisius@gmail.com

Abstrak. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mendorong penerapan gaya hidup sehat di kalangan siswa SMP Negeri 18 Makassar yang berlokasi di Jalan Dg. Tata Komp. Hartaco Indah, Kelurahan Parang Tambung, Kecamatan Tamalate, Kota Makassar. Latar belakang kegiatan ini adalah rendahnya kesadaran sebagian siswa terhadap pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari, khususnya di lingkungan sekolah. Untuk mencapai tujuan tersebut, pendekatan yang digunakan dalam pengabdian ini mencakup metode observasi, wawancara, dokumentasi, dan praktik langsung. Kegiatan ini melibatkan 120 siswa kelas VII dan VIII. Melalui kombinasi pendekatan edukatif dan partisipatif, siswa tidak hanya diberikan materi mengenai pentingnya PHBS, tetapi juga dilibatkan secara aktif dalam berbagai praktik, seperti mencuci tangan yang benar, menjaga kebersihan lingkungan kelas, serta mengatur pola makan sehat. Kegiatan ini memberikan ruang bagi siswa untuk memahami konsep gaya hidup sehat secara holistik dan mendorong mereka untuk menginternalisasi kebiasaan positif dalam rutinitas harian. Hasil kegiatan menunjukkan adanya perubahan sikap dan peningkatan motivasi siswa untuk menerapkan gaya hidup sehat di sekolah. Hasil observasi menunjukkan peningkatan pengetahuan PHBS sebesar 30% berdasarkan kuesioner pre-post test sederhana. Pengabdian ini memberikan kontribusi nyata dalam membentuk karakter siswa yang lebih sadar akan kesehatan pribadi dan lingkungan, sekaligus menciptakan budaya sekolah yang bersih, sehat, dan mendukung proses pembelajaran yang optimal.

Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah merupakan hasil dari kesadaran siswa dan guru dalam menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Tujuannya adalah mencegah timbulnya penyakit dan menciptakan suasana sekolah yang bersih serta bebas dari sumber penyakit. Sekolah sebagai lembaga pendidikan memiliki posisi yang sangat strategis dalam menanamkan pemahaman dan kebiasaan PHBS kepada peserta didik. Melalui kegiatan sederhana seperti mencuci tangan dengan sabun, menyikat gigi secara rutin, memilih jajanan sehat, membuang sampah pada tempatnya, menggunakan jamban yang bersih, serta melakukan aktivitas fisik secara teratur, siswa dilatih untuk merawat diri dan lingkungan sebagai bagian dari gaya hidup sehat.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu aspek penting dalam menciptakan generasi yang sehat, produktif, dan siap menghadapi tantangan kehidupan. Perilaku ini meliputi kebiasaan hidup yang mempromosikan kesehatan melalui pola makan yang baik, kebersihan pribadi, sanitasi yang layak, serta pemahaman tentang pentingnya menjaga lingkungan hidup. Pendidikan tentang PHBS sangat penting, terutama pada usia remaja, di mana siswa mulai membangun kebiasaan yang

DOI: https://doi.org/10.70188/r5ks8e04

akan berpengaruh pada kesehatan mereka di masa depan.

SMP Negeri 18 Makassar, sebagai lembaga pendidikan yang berada di kota dengan perkembangan pesat, memiliki peran strategis dalam menanamkan kesadaran tentang pentingnya PHBS kepada siswa. Siswa pada usia ini sangat rentan terhadap berbagai perubahan fisik dan psikologis yang memengaruhi perilaku, termasuk dalam hal kebersihan diri dan kesehatan. Oleh karena itu, edukasi tentang PHBS di lingkungan sekolah menjadi langkah preventif yang sangat dibutuhkan untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan yang dapat berisiko pada masa depan mereka.

Masalah kesehatan seperti penyakit menular, kebiasaan makan yang tidak sehat, serta kurangnya kesadaran akan pentingnya kebersihan pribadi dan lingkungan sering kali menjadi tantangan di kalangan siswa. Oleh karena itu, sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat di SMP Negeri 18 Makassar bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, lingkungan, serta pola hidup sehat yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya PHBS, yang pada akhirnya tidak hanya akan berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga dapat menularkan kebiasaan baik tersebut kepada teman-teman, keluarga, dan masyarakat sekitar. Dengan penerapan PHBS yang lebih baik, diharapkan kualitas kesehatan di lingkungan sekolah semakin meningkat, dan siswa dapat menjadi agen perubahan dalam menciptakan lingkungan yang lebih sehat.

Metode

Metode pengabdian ini berupa penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang dilaksanakan di SMP Negeri 18 Makassar, dengan melibatkan siswa dan tenaga pendidik. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Kamis, 8 Mei 2025, di Jalan Dg. Tata Komp. Hartaco Indah, Parang Tambung, Kecamatan Tamalate, Kota Makassar. Adapun metode yang digunakan dalam pengabdian ini meliputi observasi, wawancara, dokumentasi, edukasi, demonstrasi, dan latihan/praktik langsung. Berikut adalah tahapan dan metode yang dilakukan dalam pengabdian ini:

1. **Observasi**

Sebelum melakukan sosialisasi, dilakukan observasi untuk menilai kondisi awal terkait perilaku hidup bersih dan sehat di kalangan siswa SMP Negeri 18 Makassar. Selain itu, wawancara dengan tenaga pendidik dilakukan untuk mendapatkan informasi mengenai kebiasaan siswa terkait kebersihan diri dan lingkungan di sekolah.

2. **Dokumentasi**

Selama kegiatan berlangsung, dilakukan pengambilan foto dan video untuk mendokumentasikan seluruh kegiatan pada tahap observasi dan pelaksanaan sosialisasi, yang nantinya digunakan untuk evaluasi dan laporan kegiatan.

3. **Edukasi**

Sosialisasi dilakukan dengan memberikan edukasi kepada siswa dan guru mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Edukasi ini disampaikan melalui ceramah yang didukung dengan presentasi (PowerPoint) yang memuat gambar dan video edukatif, agar materi lebih mudah dipahami dan menarik bagi siswa.

4. **Demonstrasi**

Untuk memperkuat pemahaman siswa tentang penerapan perilaku hidup bersih dan sehat, dilakukan demonstrasi langsung. Demonstrasi ini mencakup cara mencuci tangan dengan benar, cara membuang sampah pada tempatnya, cara menggosok gigi yang benar, serta pentingnya melakukan aktivitas fisik setiap hari.

5. **Latihan atau Praktik**

Siswa diberikan kesempatan untuk mempraktikkan langsung apa yang telah diajarkan dalam sesi sebelumnya. Praktik tersebut meliputi cara mencuci tangan yang benar, membuang sampah pada tempatnya, menggosok gigi, dan melakukan aktivitas fisik yang dapat dilakukan setiap hari untuk menjaga kebugaran tubuh.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosialisai di SMP Negeri 18 Makassar ini telah memberikan dampak yang cukup nyata kepada siswa Negeri 18 Makassar. Kegiatan

DOI: https://doi.org/10.70188/r5ks8e04

pengabdian ini juga mendapatakan respon yang baik, semua siswa-siswa sangat antusias mengikuti setiap kegiatan dari awal sampai akhir. Kegiatan ini di fokuskan untuk mengajarkan kepada siswa Negeri 18 Makassar tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat.

Sosialisasi ini dilakukan dikarenakan banyak anak yang tidak memperdulikan kesehatannya serta tidak peduli terhadap kebersihan mereka cenderung merasa acuh akan hall tersebut sehingga kebanyakan anak mengalami berbagai macam penyakit. Bukan hanya berdampak pada siswa atau tenaga pendidik namun juga berdampak pada lingkungan disekelilingnya.

Penilaian keberhasilan perilaku hidup bersih dan sehat dilakukan dengan 4 penilaian yang dilihat dari situasi dan kondisi yang ada di SMP Negeri 18 Makassar.

1. **Mencuci tangan menggunakan sabun.**

Mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dapat menghilangkan berbagai macam kuman dan kotoran yang menempel di tangan sehingga bersih dan bebas kuman.

2. **Membuang sampah pada tempatnya.**

Pada kegiatan ini kami memberikan sebuah penayangan video tentang akibat jika membuang sampah sembarangan dan bagaimana cara mencegah akibat dari membuang sampah sembarangan tersebut. Hal ini dilakukan guna untuk menyadarkan para siswa SMP Negeri 18 Makassar untuk ikut menjaga kebersihan lingkungan.

3. **Menggosok gigi.**

Dalam kegiatan ini juga saya menayangkan video cara menggosok gigi atau menyikat gigi yang baik dan benar dan memberitahu kapan harus menggosok gigi. Kegiatan ini dilakukan guna menjaga kesehatan pada gigi dan mulut, serta mencegah berbagai penyakit gigi dan mulut

4. **Melakukan aktifitas fisik setiap hari.**

Memberikan informasi seperti contoh terkait apa saja jenis aktifitas fisik yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari antara lain berjalan kaki, bersepeda, berkebun, mencuci pakaian, dan lain sebagainya.



Gambar 1: Pemberian Materi

Pelaksanaan pengabdian mengenai perilaku hidup bersih dan sehat di SMP Negeri 18 Makassar Kegiatan ini menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa serta tenaga pendidik terkait pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Berikut adalah hasil yang diperoleh setelah dilaksanakannya kegiatan ini:

1. **Peningkatan Pengetahuan dan Pemahaman Siswa**

Setelah dilakukan sosialisasi, terdapat peningkatan yang signifikan dalam pemahaman siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, rata-rata skor siswa meningkat sebesar 30%. Siswa kini lebih memahami pentingnya menjaga kebersihan pribadi, seperti mencuci tangan dengan benar, menggosok gigi, serta menjaga kebersihan lingkungan di sekolah.

2. **Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat**

Pada tahap demonstrasi dan latihan/praktik langsung, siswa terlihat sangat antusias dalam mengikuti kegiatan. Sebagian besar siswa mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan dengan benar, membuang sampah pada tempatnya, serta melakukan aktivitas fisik sederhana setiap hari. Hal ini menunjukkan bahwa sosialisasi dan praktik langsung dapat mendorong siswa untuk mengubah perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari.

DOI: https://doi.org/10.70188/r5ks8e04

3. Tantangan yang Dihadapi

Meskipun hasil yang diperoleh cukup memuaskan, terdapat beberapa tantangan yang dihadapi selama kegiatan, antara lain:

a. Beberapa siswa yang awalnya kurang terbiasa dengan kebiasaan hidup bersih memerlukan waktu lebih untuk beradaptasi dengan penerapan PHBS.
b. Keterbatasan fasilitas pendukung di sekolah, seperti tempat cuci tangan yang tidak memadai di beberapa area sekolah, menjadi hambatan dalam penerapan perilaku hidup bersih di lingkungan sekolah.

Hal ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2012) yang menyatakan bahwa perubahan perilaku kesehatan harus melalui tiga tahap: pengetahuan, sikap, dan praktik. Dalam konteks kegiatan ini, siswa terlebih dahulu diberikan pemahaman teoretis melalui ceramah dan media visual (pengetahuan), kemudian diinternalisasi melalui diskusi dan refleksi nilai pentingnya hidup bersih (sikap), dan akhirnya diwujudkan dalam praktik nyata seperti mencuci tangan, menggosok gigi, serta membuang sampah pada tempatnya (praktik). Rangkaian kegiatan ini membentuk proses pembelajaran yang utuh dan berorientasi pada perubahan perilaku jangka panjang.

Simpulan Dan Saran

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SMP Negeri 18 Makassar telah berjalan dengan efektif dan memberikan dampak positif bagi seluruh pihak yang terlibat. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekolah, serta mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat. Selain itu, para tenaga pendidik juga menunjukkan pemahaman dan komitmen yang lebih kuat dalam menerapkan prinsip-prinsip PHBS di lingkungan sekolah. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang disertai praktik langsung dapat menjadi strategi yang efektif dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada peserta didik. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran siswa, tetapi juga menunjukkan efektivitas metode ceramah-visual dalam menanamkan kebiasaan PHBS pada remaja usia sekolah.

Daftar Pustaka

Amerta, I. M. S. (2017). Community based tourism development. *International journal of social sciences and humanities*, *1*(3). https://doi.org/10.29332/ijssh.v1n3.60

Asbari, M., Purwanto, A., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., & Hyun, C. C. (2021). Does genetic personality and parenting style influence students' character building? *International Journal of Evaluation and Research in Education*, *10*(2). https://doi.org/10.11591/ijere.v10i1.20483

Bevilacqua, C., Pizzimenti, P., Hamdy, N., & Mangiulli, F. (2022). From Deinstitutionalization to Community-Based Urban Development: Investigating Accessibility of Urban Systems in Calabria through Network Analytics. *Sustainability (Switzerland)*, *14*(3). https://doi.org/10.3390/su14031348

Boadu, E. S., Ile, I., & Oduro, M. Y. (2021). Indigenizing Participation for Sustainable Community-Based Development Programmes in Ghana. *Journal of Asian and African Studies*, *56*(7). https://doi.org/10.1177/0021909620979333

Burton, N., & Vu, M. C. (2021). The Light and the Dark of Mindful Social Capital: Right Mindfulness and Social Capital Development. *European Management Review*, *18*(1). https://doi.org/10.1111/emre.12427

Fajariyah, L. (2021). Quranic values on the jamik mosque architecture in sumenep. *Journal of Islamic Architecture*, *6*(3). https://doi.org/10.18860/JIA.V6I3.9921

Gannon, B., & Roberts, J. (2020). Social capital: exploring the theory and empirical divide. *Empirical Economics*, *58*(3). https://doi.org/10.1007/s00181-018-1556-y

Haris, A. M. Y., Akib, H., & Nasir, M. (2024). Kegiatan Pengabdian Mengajar Mengaji dan Tajwid. *Jurnal Lamellong: Pengabdian Kepada*

Masyarakat (JLPM), 21–27. DOI: https://doi.org/10.70188/k03tja30

Hentika, N. P., & Setyowati, E. (2016). Upaya Kementerian Agama dan Non Government Organization (NGO) dalam Memperbaiki Manajemen Masjid di Kota Malang. *Jurnal Ad'ministrare: Jurnal Pemikiran Ilmiah dan Pendidikan Administrasi Perkantoran*, *3*(1), 38–50.

Marini, A., Maksum, A., Satibi, O., Edwita, Yarmi, G., & Muda, I. (2019). Model of student character based on character building in teaching learning process. *Universal Journal of Educational Research*, *7*(10). https://doi.org/10.13189/ujer.2019.071006

Rindiyani, R., Hadi Dharma, S., & Supendi, D. (2022). Pemberdayaan Remaja Masjid Dalam Meningkatkan Minat Mengaji Siswa Sekolah Dasar Desa Cipeundeuy. *Jurnal INDONESIA RAYA (Pengabdian pada Masyarakat Bidang Sosial, Humaniora, Kesehatan, Ekonomi dan Umum)*, *3*(1). https://doi.org/10.37638/indonesiaraya.3.1.25-32

Sugiarti, R., Erlangga, E., Suhariadi, F., Winta, M. V. I., & Pribadi, A. S. (2022). The influence of parenting on building character in adolescents. *Heliyon*, *8*(5). https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09349

Villalonga-Olives, E., & Kawachi, I. (2015). The measurement of social capital. *Gaceta Sanitaria*, 29(1). https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2014.09.006

Wahyuddin, W., Darwis, M., Torro, S., & Suprianto, S. (2024). Pelatihan Baca Al-Qur'an di Dusun Salekowa Desa Kalebarembeng, Kabupaten Gowa. *Jurnal Lamellong: Pengabdian Kepada Masyarakat (JLPM)*, 71–76. DOI: https://doi.org/10.70188/rsh4hj25