

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah pada Masa Endemi Covid-19

Bangkit Ary Pratama

Program Studi D3 Rekam Medik dan Informasi Kesehatan, Politeknik Kesehatan Bhakti Setya
Indonesia
Email: bangkit.mkes@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima : 10 Oktober 2025

Disetujui : 29 Oktober 2025

DOI: 10.37253/madani.v4i1.11400

Kata Kunci:

PHBS, Sekolah, Endemi, Covid-19

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 memberikan dampak signifikan terhadap sektor pendidikan, terutama dalam penyelenggaraan pembelajaran tatap muka yang sempat terhenti. Upaya pencegahan penularan penyakit di lingkungan sekolah perlu dilakukan melalui penerapan PHBS. Kegiatan pengabdian masyarakat ini ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus menumbuhkan kesadaran warga sekolah, terutama siswa SMA Negeri 1 Weru, mengenai pentingnya penerapan (PHBS) selama masa endemi Covid-19. Metode pelaksanaan meliputi tahap persiapan, penyuluhan, simulasi praktik, diskusi interaktif, serta evaluasi pemahaman peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa terkait indikator PHBS, seperti kebiasaan mencuci tangan, penggunaan masker, menjaga kebersihan lingkungan, serta konsumsi makanan bergizi. Tingginya antusiasme peserta tercermin melalui keterlibatan aktif mereka dalam sesi tanya jawab. Kegiatan ini berkontribusi pada terciptanya lingkungan sekolah sehat, aman, kondusif dan mendukung upaya pencegahan penularan penyakit.

ARTICLE INFO

Article History:

Received: October 10th, 2025

Accepted: October 29th, 2025

DOI: 10.37253/madani.v4i1.11400

Keywords:

Clean and Healthy Living
Behavior, School, Endemic, Covid-
19

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has had a significant impact on the education sector, particularly in the implementation of face-to-face learning which was temporarily suspended. Preventive efforts in schools are essential and can be carried out through the application of Clean and Healthy Living Behavior (CHLB). This community service program aimed to improve the knowledge and awareness of school members, especially students of SMA Negeri 1 Weru, regarding the importance of CHLB during the Covid-19 endemic period. The program was implemented through several stages, including preparation, health education, practical simulations, interactive discussions, and participant evaluation. The results indicated an increase in students' understanding of CHLB indicators, such as regular handwashing, mask usage, maintaining environmental hygiene, consuming nutritious food, and engaging in physical activity. Students' enthusiasm was reflected in their active participation during discussions and hands-on practice. This activity contributed to the creation of a healthier, safer, and more conducive school environment for face-to-face learning, while also supporting efforts to prevent the spread of infectious diseases.

1. Pendahuluan

Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) teridentifikasi pertama kali di Wuhan, Tiongkok, sebelum kemudian berkembang menjadi peristiwa global yang mengguncang dunia. Tingkat penularannya yang sangat tinggi membuat penyakit ini cepat menyebar ke berbagai negara. Manifestasi klinis Covid-19 pun beragam, mulai dari kasus tanpa gejala yang diperkirakan mencapai 40–45%, hingga kondisi berat berupa pneumonia yang berisiko menimbulkan kematian (Irma *et al.*, 2021). Beberapa gejala yang paling sering dilaporkan antara lain batuk kering (67,7%), demam (87,9%), rasa lelah (38,1%), produksi dahak (33,4%), serta kesulitan bernapas (18,6%) (Pratama *et al.*, 2022). Penyebaran kasus berlangsung cepat dan dalam waktu singkat menjangkau 232 negara. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia per 21 Juni 2023, total kasus positif Covid-19 di seluruh dunia mencapai 676.681.574, dengan 6.811.444 kasus di Indonesia serta 161.853 kematian (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Pada hari yang sama, Presiden Republik Indonesia mengeluarkan Keputusan Presiden Nomor 17 Tahun 2023 menetapkan berakhirnya status pandemi Covid-19 di Indonesia. Sebelum keputusan tersebut, pemerintah telah melakukan pelonggaran bertahap, dimulai dari pencabutan kebijakan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM), kemudian diikuti dengan peniadaan kewajiban penggunaan masker di ruang publik, termasuk transportasi umum. Perubahan kebijakan tersebut menegaskan bahwa Indonesia kini berada pada tahap endemi. Kondisi darurat memang telah berakhir, tetapi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tetap menjadi anjuran utama dalam keseharian masyarakat (Listyaningsih, 2023).

Keputusan Presiden Nomor 17 Tahun 2023 menjadi tonggak penting dalam perubahan status Covid-19 di Indonesia, dari pandemi menuju endemi. Pergeseran status ini didasari oleh menurunnya angka kasus, berkurangnya tingkat keparahan penyakit, serta meningkatnya daya tahan masyarakat melalui cakupan vaksinasi yang meluas dan penerapan PHBS (Sadino *et al.*, 2021). Perubahan ini menandai fase transisi baru, ketika masyarakat tidak lagi berada dalam situasi darurat, tetapi tetap diharapkan menjaga kewaspadaan dengan konsisten menerapkan PHBS (Agustini dan Sagitarini, 2022). Sekolah sebagai salah satu pusat kegiatan anak dan remaja memiliki peran strategis dalam menanamkan budaya hidup sehat, sebab kebiasaan yang dibangun sejak dini akan memberikan dampak jangka panjang terhadap ketahanan kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, penyelenggaraan edukasi PHBS di lingkungan sekolah pada masa endemi Covid-19 menjadi sangat penting untuk mendukung keberlangsungan pembelajaran tatap muka yang aman, sehat, dan produktif (Ridawati *et al.*, 2021).

PHBS di lingkungan sekolah merupakan seperangkat kebiasaan positif yang dibangun melalui proses pembelajaran dan pembiasaan sehari-hari. Kebiasaan ini tidak hanya melibatkan peserta didik, tetapi juga guru serta seluruh warga sekolah yang bersama-sama menciptakan budaya sehat (Asharo *et al.*, 2021). Penerapan PHBS mendorong setiap individu untuk menjaga kesehatan secara mandiri, mencegah penyakit menular, serta berkontribusi dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan nyaman (Sya'diyah *et al.*, 2021). Manfaat PHBS di sekolah tidak hanya menciptakan suasana belajar yang kondusif, tetapi juga menurunkan risiko penularan penyakit sehingga kesehatan siswa, guru, dan masyarakat sekitar tetap terjaga (Azizah *et al.*, 2021). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menetapkan sejumlah indikator PHBS, termasuk indikator khusus di sekolah. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat menjadi semakin krusial pada masa endemi Covid-19. Beberapa kebiasaan yang ditekankan antara lain mencuci tangan dengan sabun, pemakaian masker, menjaga jarak aman, serta memastikan jamban terjaga kebersihannya. Selain itu, penting pula menerapkan manajemen kebersihan menstruasi yang tepat, membiasakan sikat gigi secara teratur, menggunakan air bersih, konsumsi obat cacing secara berkala, melakukan aktivitas fisik secara rutin, serta menjaga pola makan dengan asupan bergizi dan seimbang (Yunita *et al.*, 2022).

Permasalahan kesehatan pada anak usia sekolah sering kali muncul akibat kurangnya perhatian terhadap kebersihan diri, kebersihan lingkungan, serta tingginya paparan penyakit menular yang mudah menyebar di lingkungan sekolah. Berbagai faktor tersebut menunjukkan bahwa implementasi nilai-nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah belum mencapai tingkat yang diharapkan dan belum sepenuhnya terinternalisasi dalam kebiasaan peserta didik. Kebiasaan hidup sehat masih belum menjadi bagian dari budaya sehari-hari siswa (Hasna *et al.*, 2022). Kondisi ini dapat berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar, meningkatnya angka ketidakhadiran siswa, bahkan berpotensi menurunkan prestasi akademik. Situasi tersebut menegaskan perlunya intervensi yang lebih terarah dan berkesinambungan. Upaya intervensi sebaiknya tidak terbatas pada penyampaian materi teoritis semata, melainkan juga mencakup penguatan sikap dan pengembangan keterampilan praktis yang relevan dengan kehidupan sehari-hari.

Program edukasi kesehatan, pembiasaan perilaku bersih, serta penyediaan sarana pendukung seperti fasilitas cuci tangan, toilet yang layak, dan lingkungan sekolah yang terjaga kebersihannya menjadi langkah penting yang harus diupayakan (Putra *et al.*, 2021). Keterlibatan guru, orang tua, dan tenaga kesehatan sangat diperlukan untuk menciptakan sinergi dalam membentuk perilaku sehat pada anak. Dengan adanya dukungan dari berbagai pihak, siswa tidak hanya memahami pentingnya PHBS, tetapi juga terdorong untuk menjadikannya sebagai kebiasaan yang konsisten. Upaya ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran kolektif, membangun sikap positif, serta mendorong tindakan nyata siswa dalam menjalankan perilaku hidup bersih dan sehat, sehingga tercipta lingkungan sekolah sehat, aman, dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal (Saraswati dan Suryaalamshah, 2022). Edukasi mengenai PHBS di sekolah pada masa endemi Covid-19 bertujuan meningkatkan pengetahuan sekaligus menumbuhkan kesadaran warga sekolah, khususnya siswa di SMA Negeri 1 Weru, agar terbiasa menerapkan pola hidup sehat sebagai langkah pencegahan penyebaran penyakit. Kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai upaya preventif terhadap penularan Covid-19, tetapi juga menjadi sarana pembentukan kualitas kesehatan melalui proses penyadaran yang mendorong setiap individu berkontribusi dalam menciptakan lingkungan belajar yang bersih, sehat, dan aman. Manfaat utama dari pembiasaan PHBS adalah lahirnya pribadi yang memiliki kesadaran tinggi terhadap pentingnya menjaga kebersihan, memahami standar kesehatan, serta memiliki bekal pengetahuan dan sikap positif untuk menjalani kehidupan sehari-hari secara sehat, sehingga tercipta generasi yang lebih produktif dan berdaya saing.

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diselenggarakan di Aula SMA Negeri 1 Weru, Desa Karangtengah, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah, dengan sasaran utama siswa serta warga sekolah yang memiliki peran penting dalam membudayakan PHBS di lingkungan pendidikan. Pelaksanaan kegiatan difokuskan pada penyampaian materi edukatif yang menekankan pentingnya penerapan perilaku hidup sehat. Materi yang diberikan meliputi praktik mencuci tangan dengan sabun, penggunaan masker, penerapan etika batuk dan bersin, menjaga kebersihan lingkungan sekolah, membiasakan konsumsi makanan bergizi, serta melakukan aktivitas fisik secara rutin untuk menunjang kesehatan. Upaya dalam memperkuat pemahaman, strategi yang digunakan meliputi presentasi interaktif berbantuan media visual, pembagian flyer edukasi, serta sesi diskusi dan tanya jawab yang mendorong partisipasi aktif peserta. Evaluasi sederhana melalui pertanyaan lisan dan praktik langsung juga dilakukan guna menilai sejauh mana peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa setelah mengikuti kegiatan, sehingga diharapkan mampu menumbuhkan kesadaran kolektif dalam menerapkan PHBS secara konsisten di lingkungan sekolah.

3. Hasil dan Pembahasan

Tahap awal kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan persiapan yang melibatkan koordinasi intensif bersama pihak SMA Negeri 1 Weru. Proses ini bertujuan untuk memastikan dukungan penuh dari sekolah sekaligus menjamin seluruh rangkaian kegiatan dapat berjalan lancar sesuai rencana yang telah disusun. Tim melakukan observasi langsung guna mengidentifikasi kebutuhan utama siswa terkait penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. Rapat koordinasi rutin diselenggarakan untuk meninjau kesiapan materi, memeriksa kelengkapan dokumen administratif seperti surat tugas dan izin pelaksanaan, serta memastikan ketersediaan sarana pendukung. Pada rapat persiapan, setiap anggota tim mempresentasikan materi edukasi dalam bentuk *slide* PowerPoint dan *flyer* informatif, sekaligus menyiapkan perangkat pendukung seperti LCD proyektor, laptop, dan sound system. Pembagian tugas dilakukan secara spesifik kepada setiap anggota tim, sementara pengecekan akhir materi dan peralatan dilaksanakan satu hari sebelum kegiatan untuk menghindari kendala teknis.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di SMA Negeri 1 Weru diikuti oleh siswa, guru, serta tenaga kependidikan. Acara yang berlangsung di Aula sekolah dimulai pukul 08.00 WIB dan diawali dengan sambutan dari Kepala SMA Negeri 1 Weru serta Ketua Tim Pengabdian Masyarakat sebagai pembuka rangkaian kegiatan. Penilaian awal dilakukan melalui pertanyaan terbuka untuk mengukur pemahaman dasar peserta mengenai PHBS. Setelah itu, tim memaparkan materi utama dengan menggunakan metode presentasi interaktif yang dipadukan dengan diskusi kelompok, sesi tanya jawab, serta kuis singkat untuk memperkuat pemahaman peserta. Peserta juga mendapatkan kesempatan praktik langsung berupa etika batuk dan bersin, serta menjaga kebersihan lingkungan kelas dengan pendampingan dari tim. Suasana kegiatan semakin semarak dengan adanya pembagian *doorprize* bagi siswa yang menunjukkan antusiasme tinggi dan mampu menjawab pertanyaan terkait PHBS dengan benar.



Gambar 2. Desain Flyer Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah

Setelah penyuluhan berakhir, tim memfasilitasi sesi evaluasi melalui tanya jawab mendalam. Peserta diminta menjawab pertanyaan seputar indikator PHBS di sekolah, seperti kebiasaan mencuci tangan, penggunaan masker, menjaga kebersihan jamban, konsumsi makanan bergizi, dan aktivitas fisik. Tim kemudian memberikan klarifikasi atas jawaban yang kurang tepat agar konsep yang belum dipahami dapat diperjelas. Sesi evaluasi juga dimanfaatkan untuk menggali kendala praktis yang dihadapi siswa dalam menerapkan PHBS sehari-hari, sekaligus memberikan saran teknis yang dapat langsung diaplikasikan. Hasil evaluasi ini menjadi dasar bagi tim dalam merancang strategi pendampingan berkelanjutan untuk memperkuat budaya PHBS di lingkungan sekolah.



Gambar 3. Dokumentasi Tim Pengabdian Masyarakat Bersama Siswa SMA Negeri 1 Weru

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Negeri 1 Weru berhasil dilaksanakan sesuai rencana dan memperoleh respon positif dari warga sekolah. Seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari penyampaian materi, diskusi, hingga simulasi praktik, terbukti meningkatkan pengetahuan serta kesadaran siswa mengenai pentingnya penerapan PHBS di lingkungan sekolah.

Pelaksanaan evaluasi memperlihatkan adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Mereka menjadi lebih sadar akan pentingnya membiasakan cuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan sekitar, mengonsumsi makanan bergizi, serta rutin melakukan aktivitas fisik sebagai bagian dari pola hidup sehat. Hasil ini menegaskan bahwa edukasi yang diberikan mampu memperkuat pengetahuan sekaligus menumbuhkan kesadaran siswa untuk membiasakan PHBS di lingkungan sekolah. Antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan memperlihatkan efektivitas edukasi ini dalam menumbuhkan sikap peduli kesehatan. Kegiatan edukasi PHBS berkontribusi pada terciptanya lingkungan sekolah yang lebih sehat, aman, dan kondusif untuk proses pembelajaran pada masa endemi Covid-19. Edukasi PHBS di sekolah dapat dijadikan strategi penting dalam mendukung pencegahan penyakit menular sekaligus membangun budaya hidup sehat yang berkelanjutan.

5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami tujukan kepada seluruh warga SMA Negeri 1 Weru atas antusiasme dan keterlibatan aktif dalam kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penghargaan khusus kami sampaikan kepada kepala sekolah beserta jajaran guru yang telah memberikan dukungan penuh dan menjalin kerja sama yang solid, sehingga kegiatan ini dapat berlangsung dengan lancar serta memberikan manfaat nyata bagi seluruh peserta.

6. Daftar Pustaka

- Agustini, N. K. T., & Sagitarini, P. N. S. (2022). Pencegahan Penularan Virus Covid 19 Melalui Penerapan PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) Pada Siswa Sekolah Sasar Di Kota Denpasar. *Indonesian Journal of Community Dedication (IJCD)*, 4(1), 22–27. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/community/article/view/824/545>
- Asharo, R. K., Arifiyanto, A., Khaleyla, F., & Rahmadi, C. T. (2021). Wawasan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Masa Kenormalan Baru dalam Upaya Mencegah Penyebaran Covid-19 di Lingkungan Sekolah. *Mitra Mahajana: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 184–192. <https://doi.org/10.37478/mahajana.v2i2.977>
- Azizah, N., Jayanti, R. D., & Rosyidah, R. (2021). PHBS Sekolah di Era New Normal di SDI Ash-Shiddiq Siwalan Panji Buduran Sidoarjo. *Jurnal Abdi Medika*, 1(2), 48–53.
- Hasna, T., Putri Aulia, L., Putri Aulia, L., Muchlisyyah, J., Muchlisyyah, J., & Zamzami, A. (2022). Penyuluhan Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada Siswa Kelompok Bermain Baipas Ceria, Kota Malang dalam Upaya Pencegahan Penularan COVID-19 di Lingkungan Siswa. *Jurnal Abdi Masyarakat (JAM)*, 7(2), 191–197. <https://doi.org/10.22441/jam.2022.v7.i2.009>
- Irma, I., Amalia, I. S., Budiman, I., Haqie, E., Putri, R. R., Nuryati, R., & Sari, N. A. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan dan Pengendalian Covid-19 pada Anak-Anak TK. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 1(1), 30–39.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pemantauan Kasus Covid-19 Indonesia*. Pusat Krisis Indonesia. <https://pusatkrisis.kemkes.go.id/covid-19-id/>
- Keputusan Presiden Nomor 17 Tahun 2023 Tentang Penetapan Berakhirnya Status Pandemi Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) Di Indonesia, Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia (2023).
- Listyaningsih, E. (2023). Jurnal Riset Akuntansi dan Manajemen. *Jurnal Riset Akuntansi Dan Manajemen*, 12(2), 8–15.
- Pratama, B. A., Hastuti, S., & Wahyuni. (2022). Public Knowledge And Attitude Towards Covid-19 Vaccination in Jomblang, Sonorejo Village, Sukoharjo Regency. *GASTER: Jurnal KEsehatan*, 20(2), 216–231.
- Putra, A. I., Puteri, A. D., & Yusmasrdiansyah. (2021). Pengaruh Penyuluhan Mengenai PHBS dan Penggunaan Masker Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Siswa di SDN 005 Binuang Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 78–88.
- Ridawati, I. D., Aprilyadi, N., Zuraidah, Feri, J., & Juartika, W. (2021). Tingkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dalam Menghadapi New Normal Pada Siswa. *Jurnal Abdikemas*, 3(1), 1–6. <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jpengmas/article/view/649>
- Sadino, A., Destriani, F., Fauziah, H., Meilani, S., & Hartini, S. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Langkah Pencegahan Covid 19. *J-ABDIPAMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)* Vol., 5(2), 169–174.

- Saraswati, N., & Suryaalsah, I. I. (2022). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk Pencegahan Penularan Covid-19 di TK Darul Adzkiyya. *ALTAFANI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 6–11.
- Sya'diyah, H., Rachmawati, D. S., Widayanti, D. M., Kertapati, Y., Mayasari, A. C., Chabibah, N., Susanti, A., Amalia, N., & Alristina, A. D. (2021). Penyuluhan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dalam Era Pandemi COVID-19 Di SMA Hang Tuah I Daerah Pesisir Surabaya Jawa Timur. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(2), 185–197.
<https://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/jpk/article/view/140>
- Yunita, S. L., Atmadani, R. N., Fachrudin, A. M., & Yoghatama, F. (2022). Penyuluhan Pentingnya PHBS Pada Masa Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Singosari. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(1), 381–386.
<http://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/7997>