

## Upaya Pencegahan Diare pada Siswa SDN 1 Paku Jaya melalui Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

### *Diarrhea Prevention Efforts for Students of Elementary School 1 Paku Jaya through Education on Clean and Healthy Living Behavior*

Sri Mulyani\*, Zevan Artameysa, Oteng Haryanto, Nabila Safana Mutti, Miranda, Claudia Febriyanti, Risa Sagita, Stevy Eka Putri, Indar Nopia Ramadani, Sri Lora

Pogram Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Mandala waluya

Corresponding author\*:

Email: [mulyani0870@gmail.com](mailto:mulyani0870@gmail.com)

WA number : 082274297291

| Info Artikel                                                                                                                                    | ABSTRAK                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Riwayat artikel</b><br><br>Dikirim: September 18, 2025<br>Direvisi: Februari 4, 2026<br>Diterima: Maret 6, 2026<br>Diterbitkan: Maret , 2026 | <p>Diare masih menjadi salah satu masalah kesehatan di Indonesia, khususnya pada anak usia sekolah dasar yang rentan akibat keterbatasan pengetahuan dan kebiasaan hidup bersih. Data pendahuluan menunjukkan bahwa di Desa Paku Jaya, diare merupakan penyakit menular dengan jumlah kasus tertinggi dibandingkan penyakit lainnya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan diare. Kegiatan dilaksanakan di SDN 1 Paku Jaya dengan melibatkan 40 siswa kelas IV dan V melalui penyuluhan menggunakan media leaflet dan presentasi interaktif. Evaluasi dilakukan melalui pretest dan posttest untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi, di mana seluruh peserta menunjukkan perbaikan kategori pengetahuan. Kegiatan ini memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, edukasi kesehatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah dan melibatkan keluarga serta masyarakat guna mendukung upaya pencegahan diare sejak dini.</p>                                                                         |
| <b>Kata Kunci:</b><br><br>Diare<br>PHBS<br>Penyuluhan<br>Pengetahuan<br>Sekolah Dasar                                                           | <b>ABSTRACT</b><br><br><p><i>Diarrhea remains one of the major health problems in Indonesia, particularly among elementary school children who are vulnerable due to limited health knowledge and inadequate hygienic practices. Preliminary data indicate that in Paku Jaya Village, diarrhea ranks as the highest reported communicable disease compared to other illnesses. This community service activity aimed to improve students' knowledge regarding Clean and Healthy Living Behavior as an effort to prevent diarrhea. The activity was conducted at Elementary School 1 Paku Jaya, involving 40 students from grades IV and V through health education sessions using leaflets and interactive presentations. Evaluation was carried out through pretest and posttest assessments to observe changes in students' knowledge before and after the educational intervention. The results showed an increase in students' knowledge following the session, with all participants demonstrating improvement in their knowledge category. This activity contributed positively to enhancing students' understanding of the importance of practicing clean and healthy behaviors in daily life. Therefore, similar health education initiatives should be implemented continuously in schools and involve families and the broader community to support early prevention of diarrhea.</i></p> |

## PENDAHULUAN

Kesehatan dapat tercapai dengan baik hanya jika masyarakat memahami dan menerapkan budaya hidup sehat secara konsisten. Budaya hidup sehat mencakup upaya pencegahan penyakit, pemeliharaan kesehatan, serta langkah-langkah untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental

(Situmeang *et al.*, 2024; Suryani & Hartono, 2023). Salah satu masalah kesehatan yang masih menjadi perhatian utama adalah penyakit diare, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, diare masih menempati peringkat atas sebagai penyebab kesakitan bahkan kematian pada anak, khususnya balita dan anak usia sekolah dasar (Kementerian Kesehatan RI, 2020; Kemenkes RI, 2023).

Tingginya angka kejadian diare erat kaitannya dengan faktor lingkungan, ketersediaan air bersih, sanitasi dasar, serta rendahnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di masyarakat (Permatasari *et al.*, 2023; Lestari & Wahyuni, 2022). Upaya pembiasaan hidup bersih dan sehat menjadi sangat penting untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Beberapa strategi yang dapat dilakukan untuk membiasakan PHBS antara lain melalui kegiatan penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan perilaku hidup bersih dan sehat secara berkala (Imam Rofiki & Siti Roziah Ria Famuji, 2020; Ramadhan *et al.*, 2023). PHBS merupakan kumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, baik di lingkungan masyarakat maupun sekolah, yang bertujuan untuk mencegah penyakit dan menciptakan lingkungan yang sehat dan nyaman (Permatasari *et al.*, 2023; Widodo & Safitri, 2024).

Di Desa Paku Jaya, hasil pendataan Puskesmas tahun 2024 menunjukkan bahwa diare menempati urutan pertama penyakit menular dengan jumlah 146 kasus per 1.000 penduduk. Angka ini lebih tinggi melampaui target pengendalian diare nasional yang ditetapkan dalam Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sebesar < 80 kasus per 1.000 penduduk (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa diare masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di wilayah ini.

Hasil survei awal terhadap 120 rumah tangga menunjukkan bahwa 37,5% rumah tangga belum memiliki akses jamban sehat dan 42,3% responden tidak membiasakan cuci tangan pakai sabun pada lima waktu penting (PBL Desa Paku Jaya, 2025). Data ini mengindikasikan bahwa rendahnya praktik perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menjadi faktor risiko utama tingginya kejadian diare di Desa Paku Jaya. Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang rentan terhadap diare karena sering terpapar lingkungan yang kurang higienis serta memiliki tingkat kontrol perilaku yang belum optimal (Cahyani *et al.*, 2022; Prasetyo & Hidayat, 2023). Mengingat sekolah merupakan lingkungan strategis untuk pembentukan perilaku kesehatan, intervensi edukasi berbasis sekolah menjadi pendekatan promotif dan preventif yang relevan untuk menurunkan risiko diare melalui peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku kebersihan siswa.

Diare didefinisikan sebagai kondisi buang air besar dengan konsistensi lembek atau cair, bahkan berupa air, dengan frekuensi tiga kali atau lebih dalam sehari. Penyakit ini sering menyerang bayi dan balita, namun juga banyak terjadi pada anak usia sekolah, dan apabila tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan dehidrasi hingga kematian (Aghani *et al.*, 2024; WHO, 2023). Diare umumnya berlangsung selama tiga hari atau lebih dan sangat dipengaruhi oleh interaksi manusia dengan lingkungannya.

Menurut teori H.L. Bloom, derajat kesehatan manusia dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu gaya hidup (30%), lingkungan (40%), pelayanan kesehatan (20%), serta faktor keturunan atau genetik (10%) (Bloom dalam Triana *et al.*, 2024). Penyakit diare sering ditemukan di masyarakat dan dalam beberapa kasus dapat berujung pada kematian apabila tidak ditangani secara tepat (Triana *et al.*, 2024). Upaya pencegahan diare dapat dilakukan melalui penerapan PHBS dalam keluarga dan lingkungan sekolah. Salah satu faktor yang memengaruhi penerapan PHBS adalah tingkat wawasan atau pengetahuan, di mana peningkatan pengetahuan berhubungan erat dengan peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya PHBS (Herawati, 2022; Sari & Nugroho, 2023).

Praktik Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah dilakukan dengan memberikan kesempatan kepada siswa, guru, dan tenaga kependidikan untuk mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat. Melalui interaksi di lingkungan sekolah dan keluarga, PHBS dapat membantu mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat serta membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini (Dea Saputri *et al.*, 2023; Putri *et al.*, 2024). Dengan meningkatnya kesadaran dan

kebiasaan PHBS, diharapkan risiko penyakit diare pada anak usia sekolah dapat ditekan secara signifikan.

## METODE

Kegiatan pengabdian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one-group *pretest–posttest* yang dilaksanakan pada 40 siswa kelas IV dan V SDN 1 Paku Jaya, Kecamatan Morosi. Tahap persiapan dilakukan melalui koordinasi dengan pihak sekolah untuk perizinan, identifikasi masalah kesehatan, serta penyusunan materi penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan pencegahan diare. Selain itu, disusun instrumen pretest dan posttest untuk mengukur pengetahuan siswa tentang pengertian, penyebab, penularan diare, pentingnya cuci tangan pakai sabun, penggunaan jamban sehat, dan konsumsi air bersih. Tahap pelaksanaan dilakukan di ruang kelas selama  $\pm 30$  menit yang diawali dengan pemberian pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa. Selanjutnya, penyuluhan diberikan melalui metode ceramah interaktif dan diskusi dengan menggunakan media leaflet dan presentasi PowerPoint. Setelah penyuluhan, siswa diberikan posttest menggunakan instrumen yang sama untuk mengukur perubahan pengetahuan. Analisis dilakukan dengan membandingkan rata-rata skor pretest dan posttest.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SDN 1 Paku Jaya, Kecamatan Morosi, dan diikuti oleh 40 siswa kelas IV dan V. Kegiatan ini turut dihadiri oleh guru kelas serta mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat sebagai tim pelaksana. Penyuluhan disampaikan oleh mahasiswa kesehatan masyarakat dengan pendampingan guru, menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, serta demonstrasi praktik cuci tangan. Materi yang diberikan meliputi pengertian dan gejala diare, faktor risiko dan cara penularan, pentingnya cuci tangan pakai sabun pada lima waktu penting, penggunaan jamban sehat, serta konsumsi air minum yang aman. Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari partisipasi aktif dalam sesi tanya jawab dan keterlibatan dalam praktik langsung.

Evaluasi dilakukan melalui pemberian pretest sebelum penyuluhan dan posttest setelah kegiatan selesai untuk mengukur perubahan pengetahuan siswa terkait PHBS dan pencegahan diare.

| Tabel 1. Distribusi Frekuensi Prepost-Test SD Paku Jaya Terkait Penyuluhan PHBS Tahun 2025 |               |                |               |                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------|---------------|----------------|
| Kategori Pengetahuan                                                                       | Pre Test      |                | Post-test     |                |
|                                                                                            | Frekuensi (n) | Persentase (%) | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
| Baik                                                                                       | 0             | 0 %            | 40            | 100 %          |
| Kurang                                                                                     | 40            | 100%           | 0             | 0%             |
| Total                                                                                      | 40            | 100%           | 40            | 100%           |

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 1 hasil *pre-post test* siswa SD Paku Jaya terkait penyuluhan PHBS tahun 2025, terlihat adanya peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan. Pada saat pre-test, seluruh responden (40 siswa, 100%) berada dalam kategori pengetahuan kurang, dan tidak ada satupun siswa yang termasuk kategori baik. Namun, setelah dilakukan penyuluhan, hasil menunjukkan perubahan drastis, di mana seluruh responden (40 siswa, 100%) masuk dalam kategori pengetahuan baik. Hal ini mengindikasikan bahwa penyuluhan PHBS yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan siswa secara optimal, dari kondisi seluruhnya kurang menjadi seluruhnya baik. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Pada tahap pre-test, seluruh siswa (100%) berada dalam kategori pengetahuan kurang, yang berarti pemahaman siswa

tentang PHBS masih rendah (Putri *et al.*, 2023). Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain keterbatasan akses informasi kesehatan, kurangnya edukasi yang berkesinambungan di lingkungan sekolah maupun rumah, serta rendahnya praktik PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Nawalia dkk (2022) yang menyatakan bahwa kurangnya penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari berhubungan erat dengan tingginya kejadian diare pada anak usia sekolah (Aghani, Zuhroh, & Suminar, 2024). Semakin tinggi pengetahuan individu, semakin besar kemungkinan mereka untuk berperilaku sehat, termasuk dalam menerapkan PHBS sehari-hari seperti mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi air bersih, menjaga kebersihan lingkungan, serta menggunakan jamban sehat (Sari & Nugroho, 2023).

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Herawati (2022) yang menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara penerapan PHBS dan penurunan risiko diare pada anak sekolah dasar. Edukasi kesehatan yang diberikan melalui penyuluhan interaktif mampu memotivasi anak untuk memahami pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sebagai upaya pencegahan penyakit (Widodo & Safitri, 2024). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan siswa setelah penyuluhan diharapkan dapat berlanjut pada perubahan sikap dan perilaku, sehingga praktik PHBS dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari (Rahmawati, Pranoto, & Kurniawan, 2024).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini membuktikan bahwa penyuluhan kesehatan di sekolah dasar sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai PHBS. Oleh karena itu, program edukasi kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin, terstruktur, dan berkesinambungan, tidak hanya melibatkan siswa, tetapi juga guru dan orang tua agar tercipta lingkungan sekolah dan keluarga yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat (Kurniawan *et al.*, 2023).

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 1 Paku Jaya telah terlaksana dengan baik dan diikuti oleh 40 siswa kelas IV dan V dengan partisipasi aktif selama proses edukasi. Penyampaian materi mengenai pencegahan diare, praktik cuci tangan pakai sabun, penggunaan jamban sehat, serta konsumsi air bersih berjalan lancar dan mendapat respons positif dari siswa.

Berdasarkan hasil evaluasi melalui pretest dan posttest, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan siswa setelah diberikan penyuluhan. Jika sebelum kegiatan sebagian besar siswa berada pada kategori pengetahuan kurang, setelah edukasi seluruh siswa menunjukkan peningkatan ke kategori pengetahuan baik. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya penerapan PHBS dalam pencegahan diare. Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah serta melibatkan guru dan keluarga agar pesan kesehatan yang diberikan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan mendukung terciptanya lingkungan yang lebih bersih dan sehat di Desa Paku Jaya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama pelaksanaan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak pemberi dana/donatur yang telah mendukung kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.

Apresiasi yang mendalam diberikan kepada pihak SDN 1 Paku Jaya beserta guru-guru yang telah memberikan izin, dukungan, dan pendampingan selama kegiatan berlangsung, serta kepada seluruh siswa yang berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Tidak lupa, penulis juga berterima kasih kepada teman-teman mahasiswa PBL yang telah bekerja sama, saling mendukung, dan berkontribusi dalam setiap tahapan kegiatan.

Akhirnya, penulis menyadari bahwa tanpa bantuan, doa, dan dukungan dari berbagai pihak, kegiatan ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Semoga segala bentuk bantuan yang diberikan mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cahyani, R., Utami, S., & Tobing, Y. (2022). Hubungan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare pada anak sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(3), 201–209.
- Dea Saputri, R., Susanto, A. D., & Sartika, I. (2023). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah dasar daerah tertinggal. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(2), 134–142.
- Herawati, L. (2022). Tingkat pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam penerapan PHBS di lingkungan keluarga. *Jurnal Kesehatan Preventif*, 7(1), 55–62.
- Imam Rofiki, & Famuji, S. R. R. (2020). Strategi penyuluhan kesehatan dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 4(2), 89–96.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan situasi penyakit diare di Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2020–2024*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniawan, A., Sari, D. P., & Lestari, R. (2023). Health education interventions to improve clean and healthy living behavior (PHBS) among elementary school students. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(2), 123–131. <https://doi.org/10.14710/jpki.18.2.123-131>
- Lestari, D., & Wahyuni, S. (2022). Sanitasi lingkungan dan ketersediaan air bersih sebagai faktor risiko diare. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 14(1), 33–41.
- Permatasari, D., Anwar, R., & Fitria, N. (2023). Perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya pencegahan penyakit berbasis lingkungan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 17(2), 98–106.
- Prasetyo, A., & Hidayat, R. (2023). Kerentanan anak usia sekolah terhadap penyakit diare berbasis lingkungan. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 7(2), 77–85.
- Putri, A. N., Ramadhan, F., & Wijaya, I. (2023). Pengaruh edukasi perilaku hidup bersih dan sehat terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 11(2), 87–95.
- Putri, A. N., Ramadhan, F., & Wijaya, I. (2024). Edukasi PHBS dan perubahan perilaku kesehatan siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 12(1), 21–30.
- Rahmawati, D., Pranoto, A., & Kurniawan, R. (2024). Hubungan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(1), 14–22.
- Sari, D. P., & Nugroho, A. (2023). Hubungan wawasan kesehatan dengan penerapan PHBS di keluarga. *Jurnal Promosi dan Edukasi Kesehatan*, 11(3), 156–164.
- Situmeang, R. T., Sihotang, H., & Manurung, L. (2024). Budaya hidup sehat sebagai determinan derajat kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 1–9.

- 
- Suryani, E., & Hartono, B. (2023). Pencegahan penyakit melalui pembiasaan gaya hidup sehat di masyarakat. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(2), 88–96.
- Triana, R., Mahendra, A., & Puspitasari, D. (2024). Analisis faktor lingkungan terhadap kejadian diare berdasarkan teori H.L. Bloom. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 23(2), 101–109.
- World Health Organization. (2023). *Diarrhoeal disease fact sheet*. World Health Organization.
- Widodo, S., & Safitri, D. (2024). Efektivitas penyuluhan interaktif dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sekolah dasar. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 19(1), 22–30.