

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT (PHBS) DENGAN MENGGOSOK GIGI DAN MENCUCI TANGAN DI SEKOLAH TK KARTINI I SEKUPANG, KOTA BATAM

Nadya Ulfa Kesumawardani^{1*}, Desy Chaniago²

¹ Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Kesehatan Mitra Bunda, Kota Batam

² Program Studi Sarjana Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Kesehatan Mitra Bunda, Kota Batam

*e-mail: nadyaulfakesumawardani@gmail.com¹, dhephoy02@gmail.com²

Received: 18-06-2026; Accepted: 28-06-2026; Published: 30-06-2026

Abstrak

Kegiatan ini tentang "Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Menggosok Gigi Dan Mencuci Tangan Pada Anak-Anak Tk Kartini 1 Sekupang, Batam. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk menyebarkan pengalaman dan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari-hari kepada masyarakat luas termasuk pada anak-anak usia dini. Pemberian edukasi ini dengan menggunakan metode edukasi / penyuluhan kepada anak usia dini di Tk Kartini 1 Sekupang. Pertama Anak diberikan pretest untuk melihat pengetahuan Anak tentang materi yang akan disampaikan kemudian dilanjutkan dengan edukasi mengenai cara menggosok gigi dengan benar dan edukasi 6 langkah cara mencuci tangan. Meskipun demikian, setelah diberikan edukasi, anak-anak mulai memahami materi yang disampaikan, baik mengenai cara menggosok gigi yang benar maupun langkah-langkah mencuci tangan. Secara umum, kegiatan ini mampu meningkatkan pemahaman anak di TK Kartini 1 Sekupang Batam tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), meskipun tingkat partisipasi anak masih bervariasi.

Kata kunci: Perilaku Hidup Bersih Sehat, Gosok Gigi, Cuci Tangan, TK, PHBS

Abstract

This activity entitled "Education on Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) Through Tooth Brushing and Handwashing Among Children at Kartini 1 Kindergarten, Sekupang, Batam" aimed to disseminate knowledge and experience regarding clean and healthy living behaviors and to improve the quality of daily behavior among the wider community, including early childhood children. The educational program was conducted using counseling and educational methods for early childhood students at Kartini 1 Kindergarten, Sekupang. Initially, the children were given a pre-test to assess their knowledge regarding the material to be presented. This was followed by education on the correct technique of tooth brushing and the six-step handwashing procedure. After receiving the education, the children began to understand the material presented, both regarding proper tooth brushing techniques and handwashing steps. Overall, this activity was able to improve the understanding of children at Kartini 1 Kindergarten, Sekupang, Batam, regarding Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), although the level of participation among the children still varied.

Keywords: Clean and Healthy Living Behavior, Tooth Brushing, Handwashing, Kindergarten

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian perilaku kesehatan yang dilakukan berdasarkan kesadaran individu, sehingga keluarga beserta seluruh anggotanya mampu menjaga dan membantu kesehatan diri sendiri serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011; Sihombing et al., 2022)

Manfaat utama PHBS adalah menciptakan masyarakat yang memiliki kesadaran tinggi terhadap pentingnya kesehatan serta mampu menerapkan dan menyebarluaskan perilaku sehat kepada orang-orang di sekitarnya sehingga terbentuk pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. PHBS diterapkan dalam lima tatanan masyarakat, yaitu di lingkungan sekolah, tempat kerja, fasilitas pelayanan kesehatan, rumah tangga, dan tempat umum. Secara khusus, penerapan PHBS di sekolah bertujuan untuk memperkenalkan pentingnya kesehatan kepada seluruh warga sekolah, termasuk siswa, orang tua, dan para guru (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2012; Sihombing et al., 2022)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pencegahan berbagai penyakit, baik menular maupun tidak menular. Selain itu, PHBS juga berkontribusi dalam menciptakan lingkungan yang sehat serta mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Anak usia dini memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap gangguan kesehatan akibat lingkungan yang kurang bersih, seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut, dan berbagai penyakit infeksi lainnya. Oleh karena itu, penanaman kebiasaan hidup sehat melalui edukasi PHBS sejak usia dini dapat memberikan pengaruh positif jangka panjang terhadap kesehatan individu maupun lingkungan sekitar (Sunarno et al., 2025).

Edukasi mengenai PHBS pada anak usia dini dapat dilakukan melalui berbagai metode, seperti permainan edukatif, storytelling, dan praktik langsung yang membantu anak lebih dekat dengan kebiasaan hidup sehat (Dhua et al., 2026). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak akan pentingnya menjaga kebersihan diri, menerapkan pola makan sehat, serta memelihara kebersihan lingkungan sekitar. Pelaksanaan edukasi PHBS pada anak usia dini tidak hanya memerlukan keterlibatan orang tua dan tenaga pendidik, tetapi juga dukungan masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang mendukung tercapainya perilaku hidup bersih dan sehat (Sunarno et al., 2025).

Berdasarkan uraian tersebut penulis melakukan kegiatan pengabdian masyarakat, dengan edukasi PHBS pada anak usia dini, dan diharapkan dapat meningkatkan perilaku anak dalam perilaku hidup bersih sehat di TK Kartini I Sekupang, Kota Batam. Dengan

demikian, diharapkan dapat tercipta lingkungan sekolah yang bersih, sehat, dan mendukung proses tumbuh kembang anak secara optimal.

METODE

Pengabdian Masyarakat yang dilakukan bertempat pada TK Kartini I Sekupang, Kota Batam pada hari Selasa tanggal 28 April 2026. Jumlah Peserta dalam kegiatan ini adalah 32 anak TK Kartini I, 10 mahasiswa dari Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Tingkat I, dan 2 dosen dari Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners. Anak sekolah TK Kartini ialah berusia 4-5 tahun dalam keadaan kondisi sehat fisik dan aktif dalam proses penyampaian edukasi. Kegiatan ini dilakukan dalam 1 hari mulai pukul 08.00-11.00 WIB.

Kegiatan ini dimulai dari tahap persiapan ialah mengkoordinasi dengan pihak sekolah, identifikasi jumlah dan kondisi anak TK (dilaksanakan 2 minggu sebelum kegiatan). Selanjutnya pada tahap pelaksanaan dimulai dengan salam dan pengenalan kepada anak-anak Tk Kartini I, guru sekolah Tk, dan orangtua yang sedang menunggu/mendampingi anak. Senam bersama dengan Gerakan mudah dan sederhana dipandu dengan music anak-anak, selanjutnya diberikan edukasi PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) dengan mencuci tangan dan menggosok gigi. Selanjutnya dengan praktik cuci tangan dengan air mengalir dan komunikasi sederhana. Kegiatan terakhir ialah demonstrasi cara menyikat gigi untuk mengajarkan teknik menyikat gigi yang baik dan benar, membangun kebiasaan rutin.

Media yang digunakan adalah Speaker, Microphone, Anatomi Gigi Mulut, PPT, Video Animasi yang dirancang se menarik mungkin agar anak-anak tidak bosan. Ketika anak-anak tersebut selesai dalam kegiatan ini, maka anak-anak akan mendapatkan reward berupa 1 bingkisan berisi alat tulis lengkap.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan hasil output yang baik terutama dalam perilaku anak-anak dalam masa tumbuh kembang. Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan media yang menarik (Speaker, Microphone, Anatomi Gigi Mulut, PPT, Video Animasi). Menurut Hayati, 2024 (Saparina et al., 2026) mengatakan bahwa PHBS terbukti memiliki hubungan positif dengan tingkat kedisiplinan anak. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rutin anak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan benar, seperti mencuci tangan dan kebiasaan sehat lainnya dalam kehidupan sehari-hari, maka semakin baik pula kedisiplinan mereka di lingkungan sekolah.



Gambar 1. Edukasi dengan Video Animasi yang ditampilkan membuat anak TK bersemangat dan aktif.



Gambar 2. Praktik Mencuci Tangan 6 Langkah dengan air mengalir dengan baik dan benar.





Gambar 3. Demonstrasi dan Praktik dalam Menggosok Gigi dengan teknik yang baik dan benar.



Gambar 4. Sesi foto bersama setelah melakukan kegiatan pengabdian masyarakat

KESIMPULAN DAN SARAN

Selama Proses kegiatan tersebut berlangsung anak –anak TK Kartini I sangat antusias dalam menerima materi yang disampaikan. Penyuluhan edukasi ini dilakukan untuk melatih dan mengubah kebiasaan buruk sejak usia dini. Diharapkan dengan edukasi yang diberikan dan diterapkan dalam kehidupan sehari –hari dan menjadikan kebiasaan bagi anak –anak TK maupun guru dan orang tua murid. Adapun faktor pendukung keberhasilan edukasi perilaku hidup bersih (PHBS) dan sehat di TK Kartini I Sekupang Kota Batam, anak-anak menunjukkan perubahan perilaku yang positif, seperti mencuci tangan sebelum makan snack/ makan siang dan setelah menggunakan toilet, serta membuang sampah pada tempatnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup bersih sehat (PHBS).

DAFTAR PUSTAKA

- Dhua, B., Gawe, F., Wea, H. R., Dhiu, V., Klaudia, Y., Soa, M. M., Seventia, M., Bay, T., & Ngura, E. T. (2026). *MENINGKATKAN KESEHATAN ANAK DI TKKN BAJAWA. 01*, 35–44.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Saparina, T., Jayadipraja, E. A., Ulva, S. M., Yanti, F., & Soraya, S. A. (2026). *Implementasi Program Edukasi PHBS pada Anak Usia Dini di Wilayah Pertambangan TK . Bina Ceria Implementation of the Clean and Healthy Living Behavior Education Program for Early Childhood Education in the Bina Ceria Kindergarten Mining Area. 3(1)*, 14–21.
- Sihombing, R. M., Paula, V., Lebawicaksaputri, K., Purimahua, D. I., & Laturmas, A. D. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Sehat pada Anak Usia Dini dan Orang tua Siswa. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 5, 1–10. <https://doi.org/10.37695/pkmsr.v5i0.1472>
- Sunarno, R. D., Firmanda, G. I., & Pratiwi, W. N. (2025). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia Dini sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Lingkungan dan Diri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mentari, 1(8)*, 283–288. <https://doi.org/10.59837/jpmm.v1i8.60>