



Literatur Review: Edukasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)

M Bachtiar Safrudin^{1*}, Risnawati Sari², Marlina Damayanti³, Anita Pasha Dwi Wulandari⁴, Salsabil Wulandari Saputri⁵, Husnul Khotimah Mei Syahadati Saragih⁶, Fadhila Zarifa Az Zahra⁷, Nabilah Fikriyah Sarah⁸, Nathania Zahra Hafizha⁹, Novita Ramadhany¹⁰, Sandriana Putri Faysha¹¹, Syalum Fayzayunda¹²

¹⁻¹²S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

*Penulis Korespondensi: Mbs143@umkt.ac.id

Abstract. *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an important effort to improve public health status through the implementation of healthy habits in daily life. However, the level of public awareness and understanding regarding PHBS is still relatively low, causing various health problems related to poor hygiene and unhealthy lifestyles. This literature review aimed to analyze the effectiveness of health education in improving Clean and Healthy Living Behavior among students and communities. The method used in this study was a literature review by analyzing scientific articles published between 2020 and 2026 from national and international journals related to health education and PHBS. The findings showed that health education had a significant positive effect on increasing knowledge, attitudes, and healthy behaviors. Various educational methods such as counseling, demonstrations, simulations, audiovisual media, interactive discussions, and digital media were proven effective in improving participants' understanding and awareness regarding personal and environmental hygiene. In addition, continuous and interactive educational approaches were able to encourage sustainable healthy habits in schools, households, and communities. The implication of this study indicates that health education should be implemented continuously using innovative and participatory approaches to create a healthier society and improve overall quality of life.*

Keywords: *clean and healthy living behavior; community health; health education; health promotion; healthy lifestyle.*

Abstrak. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui penerapan kebiasaan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Namun, tingkat kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai PHBS masih tergolong rendah sehingga menyebabkan berbagai permasalahan kesehatan yang berkaitan dengan kebersihan dan pola hidup tidak sehat. *Literature review* ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi kesehatan dalam meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada siswa maupun masyarakat. Metode yang digunakan adalah *literature review* dengan menganalisis berbagai artikel ilmiah yang diterbitkan pada tahun 2020–2026 dari jurnal nasional dan internasional yang berkaitan dengan edukasi kesehatan dan PHBS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat. Berbagai metode edukasi seperti penyuluhan, demonstrasi, simulasi, media audiovisual, diskusi interaktif, serta media digital terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran peserta mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Selain itu, pendekatan edukasi yang dilakukan secara berkelanjutan dan interaktif mampu membentuk kebiasaan hidup sehat pada lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat. Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan perlu dilakukan secara terus-menerus dengan pendekatan inovatif dan partisipatif guna menciptakan masyarakat yang lebih sehat serta meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh.

Kata kunci: edukasi kesehatan; gaya hidup sehat; kesehatan masyarakat; perilaku hidup bersih dan sehat; promosi kesehatan.

1. LATAR BELAKANG

Kesehatan merupakan salah satu unsur penting yang berperan dalam meningkatkan kualitas hidup manusia. Kondisi kesehatan yang baik memungkinkan seseorang menjalankan aktivitas sehari-hari secara optimal, baik dalam bidang pendidikan, pekerjaan, maupun kehidupan sosial. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan melalui kesadaran serta perilaku masyarakat yang mendukung pola hidup bersih dan sehat. Perilaku tersebut dapat diwujudkan dengan menjaga kebersihan diri dan lingkungan, mengonsumsi makanan bergizi, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta menerapkan pola istirahat yang cukup. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat juga berperan penting dalam mencegah berbagai penyakit dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat sehingga kualitas hidup menjadi lebih baik (Pasma et al., 2025).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran sebagai hasil dari proses pembelajaran, sehingga individu, keluarga, kelompok, maupun masyarakat mampu menjaga dan meningkatkan kesehatan secara mandiri serta berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. PHBS dapat diartikan sebagai perilaku sadar untuk menjaga kebersihan dan kesehatan guna meningkatkan kualitas hidup. Penerapan PHBS dapat dilakukan di berbagai tatanan, seperti rumah tangga, fasilitas kesehatan, tempat kerja, tempat umum, hingga institusi pendidikan. Dalam lingkungan sekolah, PHBS merupakan serangkaian perilaku yang diterapkan oleh siswa, guru, dan seluruh warga sekolah dengan tujuan mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat (Novrita et al., 2025).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bukan merupakan konsep baru karena berbagai pihak telah lama berupaya untuk meningkatkannya. Pemerintah, lintas sektor, lembaga nonpemerintah, serta masyarakat telah bekerja sama dalam mempromosikan PHBS. Seiring waktu, pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap PHBS terus mengalami peningkatan. Beragam upaya dilakukan melalui program pemerintah yang menjangkau berbagai kalangan, seperti penyuluhan kesehatan di tingkat desa maupun kota, pembagian bahan edukasi mengenai PHBS di sekolah, serta kampanye media massa tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan. Selain itu, masyarakat juga didorong untuk mendukung penerapan PHBS melalui pelatihan kader kesehatan di tingkat lokal, penyediaan sarana sanitasi yang memadai, serta pendampingan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (Tafwidhah et al., 2025).

Penerapan indikator-indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diharapkan mampu membentuk keluarga yang sehat, mandiri, serta mengurangi berbagai masalah kesehatan di masyarakat (Hidayah et al., 2020). Namun, rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai PHBS masih menjadi permasalahan yang dipengaruhi oleh belum optimalnya pelaksanaan promosi kesehatan di puskesmas maupun fasilitas pelayanan kesehatan lainnya (Yani et al., 2022). Kurangnya edukasi dan penyuluhan kesehatan menyebabkan masyarakat belum sepenuhnya memahami pentingnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, program PHBS pada tatanan rumah tangga bertujuan untuk memberdayakan setiap anggota keluarga agar mengetahui, mau, dan mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara mandiri serta berpartisipasi aktif dalam mendukung gerakan kesehatan guna meningkatkan derajat kesehatan dan kualitas hidup masyarakat (Mukminan et al., 2024).

2. KAJIAN TEORITIS

Edukasi kesehatan merupakan proses penyampaian informasi kesehatan kepada individu maupun masyarakat dengan tujuan meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat. Edukasi kesehatan menjadi salah satu upaya promotif dan preventif yang penting dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Menurut Everett M. Rogers dan F. Floyd Shoemaker, komunikasi kesehatan berperan dalam proses penyebaran inovasi kesehatan melalui berbagai saluran komunikasi dalam suatu sistem sosial. Melalui edukasi kesehatan, masyarakat dapat memahami pentingnya menjaga kesehatan dan menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari (Rianto & Rico, 2022).

Edukasi kesehatan dapat dilakukan melalui berbagai metode seperti penyuluhan, diskusi kelompok, media audiovisual, media cetak, maupun media digital. Pemilihan metode edukasi yang tepat dapat memengaruhi tingkat pemahaman masyarakat terhadap informasi kesehatan yang diberikan. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara terus-menerus dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat mampu meningkatkan kesadaran individu dalam menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Selain meningkatkan pengetahuan, edukasi kesehatan juga berperan dalam membentuk sikap dan kebiasaan sehat sehingga masyarakat lebih mudah menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari (Putri et al., 2023)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dilakukan secara sadar untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan diri, keluarga, dan lingkungan. PHBS meliputi kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan

lingkungan, menggunakan air bersih, menjaga sanitasi, mengonsumsi makanan sehat, serta melakukan aktivitas fisik. Penerapan PHBS sangat penting dalam mencegah berbagai penyakit dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat sehingga diperlukan peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat melalui edukasi kesehatan secara berkelanjutan (Trisnawati & Fajarsari, 2024).

Kurangnya penerapan PHBS di masyarakat dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti rendahnya tingkat pengetahuan, kurangnya kesadaran, lingkungan yang kurang mendukung, serta minimnya akses informasi kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan yang efektif agar masyarakat mampu memahami pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai PHBS, diharapkan terjadi perubahan perilaku yang dapat mendukung peningkatan derajat kesehatan masyarakat secara menyeluruh (Yudyarto & Hermawan, 2026).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki pengaruh terhadap peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Wilaga et al. (2024) menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku PHBS pada siswa sekolah dasar. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan perilaku hidup sehat siswa setelah diberikan pendidikan kesehatan (Wilaga et al., 2024). penelitian lain yang dilakukan oleh (Hilal et al., 2023). menjelaskan bahwa edukasi kesehatan berpengaruh dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, terutama pada masyarakat di lingkungan permukiman padat penduduk. Edukasi kesehatan melalui penyuluhan, demonstrasi, dan pendampingan terbukti mampu meningkatkan praktik PHBS di masyarakat.

Selain itu, penelitian mengenai edukasi kesehatan berbasis media audio-visual juga menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi yang menarik dapat membantu masyarakat memahami dan menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Media audio-visual dinilai efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat karena informasi lebih mudah diterima dan diingat. Berdasarkan teori dan hasil penelitian sebelumnya, edukasi kesehatan dapat menjadi salah satu upaya efektif dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat (Nurbaya et al., 2025).

3. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Literature Review*, yaitu suatu metode yang sistematis, reproduibel, dan eksplisit untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, serta mensintesis berbagai karya ilmiah dan pemikiran para peneliti. Metode ini digunakan untuk menghasilkan tulisan yang berkaitan langsung dengan topik penelitian melalui penelusuran dan pembacaan berbagai buku, jurnal, serta terbitan ilmiah lain yang relevan. Tolak ukur pemilihan artikel didasarkan pada jurnal-jurnal yang terbit pada tahun 2020–2025, sehingga sumber yang digunakan merupakan terbitan terbaru yang memiliki kredibilitas baik dan berasal dari website resmi jurnal nasional maupun internasional.

Penelitian ini dilakukan dengan cara membandingkan metode penelitian antarartikel serta menganalisis perbedaan dalam cara pengolahan data dan hasil penelitian yang disajikan. Seluruh data bersumber dari artikel ilmiah yang diakses melalui internet dan membahas mengenai Implementasi Konfrontasi Diri sebagai Strategi Komunikasi Terapeutik dalam Keperawatan Keluarga. Melalui proses analisis dan sintesis tersebut, *literature review* ini diharapkan mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai penerapan strategi konfrontasi diri dalam praktik komunikasi terapeutik pada konteks keperawatan keluarga.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

| No | Penulis, Tahun, dan Judul | Tujuan Penelitian | Hasil Penelitian |
|----|---|--|---|
| 1. | Lidyana Zaidah Pasma, Annisa Nur Hasanah, Milna Maesika, Risda Febriana, Novina Amalia, Dea Amalia Natasya, Siti Zahrah Zalzabil Putri, Lulu Marti Aprilia, Ujang Algi Cahyadi, Silfani Dwi Lestari, Hildan Fathul Azhim, Rifkian Muhamad Sehat Athoriq (2025). <i>Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap Masyarakat Desa Karsanagara Kota Tasikmalaya</i> | Penelitian ini bertujuan meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai efektifitas dalam meningkatkan pemahaman masyarakat (PHBS) melalui kegiatan penyuluhan dan bersih dan sehat. Nilai rata-rata edukasi kesehatan di Desa Karsanagara Kota Tasikmalaya. Selain itu, pada penelitian ini juga bertujuan dilakukan penyuluhan dan mengetahui efektivitas pembagian leaflet. Sebagian besar peserta mengalami peningkatan pengetahuan tentang yang signifikan, termasuk pentingnya menjaga peserta dengan nilai awal | Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi PHBS dalam meningkatkan masyarakat mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Nilai rata-rata pre-test peserta sebesar 47 meningkat menjadi 84,5 setelah dilakukan penyuluhan dan pembagian leaflet. Sebagian besar peserta mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan, termasuk menjaga peserta dengan nilai awal |

-
- kebersihan diri dan rendah yang mampu lingkungan sebagai upaya mencapai nilai tinggi setelah promotif dan preventif intervensi. Penelitian ini kesehatan masyarakat. membuktikan bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, serta mendorong penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
2. Erik Kusuma, Dwining Handayani, Ayu Penelitian ini bertujuan asil penelitian menunjukkan Dewi Nastiti, R.A Helda Puspitasari untuk membangun gaya bahwa edukasi PHBS (2023). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun siswa sekolah dasar di pengetahuan, sikap, dan Gaya Hidup Sehat Sejak Dini di Wilayah wilayah pesisir melalui tindakan siswa dalam Pesisir Kota Pasuruan* edukasi Perilaku Hidup menerapkan perilaku hidup Bersih dan Sehat (PHBS). bersih dan sehat. Pada Selain itu, penelitian ini juga dimensi pengetahuan, bertujuan untuk sebagian besar responden meningkatkan pengetahuan, memiliki pengetahuan yang sikap, dan tindakan siswa baik mengenai cuci tangan 6 terkait penerapan PHBS di langkah dengan benar lingkungan sekolah. (62%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (67%), memilih jajanan sehat (56%), dan membuang sampah pada tempatnya (58%). Pada dimensi sikap, sebagian besar siswa menunjukkan sikap positif terhadap PHBS, seperti cuci tangan yang benar (78%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (71%), memilih jajanan sehat (73%), dan membuang sampah pada tempatnya (80%). Pada

dimensi tindakan, sebagian besar siswa mampu melakukan tindakan PHBS dengan baik, seperti cuci tangan 6 langkah (69%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (78%), memilih jajanan sehat (71%), serta sampah pada tempatnya (73%). Secara keseluruhan, edukasi PHBS terbukti efektif dalam membangun gaya hidup sehat sejak dini pada siswa sekolah dasar di wilayah pesisir.

3. Bonifasia Dhua, Falentina Gawe, Helena Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Rhero Wea, Viktoria Dhiu, Yulita Klaudia untuk mengetahui dan menunjukkan bahwa Kue, Maria Moi Soa, Maria Seventia menganalisis efektivitas edukasi Perilaku Hidup Tryvonnia Bay, Elisabeth Tantiana Ngura edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (2026). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memberikan dampak positif dan Sehat untuk Meningkatkan Kesehatan dalam meningkatkan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan kesehatan anak di TKKN kebiasaan hidup sehat anak Bajawa. Anak mengalami usia dini di TKKN Bajawa. peningkatan pengetahuan Selain itu, penelitian ini juga dan kebiasaan hidup bersih bertujuan mendukung dan sehat, seperti mencuci terciptanya lingkungan tangan dengan benar, sekolah yang bersih, sehat, memotong kuku, menjaga dan kondusif bagi tumbuh kebersihan diri, menggosok kembang anak melalui gigi, membuang sampah penerapan PHBS secara pada tempatnya, serta rutin dan berkelanjutan. menggunakan toilet secara higienis. Implementasi PHBS dilakukan melalui pembiasaan rutin, keteladanan guru, penggunaan metode pembelajaran yang menyenangkan seperti demonstrasi dan lagu, serta*

dukungan fasilitas sekolah yang memadai. Secara keseluruhan, program PHBS terbukti efektif dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak usia dini serta mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang bersih, sehat, dan kondusif.

4. Ida Ayu Wayan Zeiya Emilia Avani, I Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Gusti Ngurah Putu Dharmayasa (2026). untuk meningkatkan menunjukkan bahwa *Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat* perilaku, sikap, dan program edukasi PHBS (PHBS) dalam Meningkatkan Kesehatan pengetahuan siswa berhasil meningkatkan *Siswa SD Negeri 4 Bebandem* mengenai Perilaku Hidup seluruh indikator perilaku Bersih dan Sehat (PHBS) di hidup bersih dan sehat pada SD Negeri 4 Bebandem siswa SD Negeri 4 melalui kegiatan edukasi Bebandem. Pemahaman kesehatan. Selain itu, siswa tentang PHBS penelitian ini juga bertujuan meningkat dari 45% menjadi membentuk kebiasaan hidup 85%, kebiasaan mencuci sehat pada siswa melalui tangan dengan sabun penyuluhan interaktif, meningkat dari 40% menjadi praktik langsung, permainan 80%, perilaku membuang edukatif, serta penggunaan sampah pada tempatnya media visual agar tercipta meningkat dari 55% menjadi lingkungan sekolah yang 90%, menjaga kebersihan bersih, sehat, dan diri meningkat dari 50% mendukung proses belajar menjadi 85%, kepedulian siswa. terhadap kebersihan kelas meningkat dari 48% menjadi 88%, serta partisipasi aktif siswa dalam kegiatan PHBS meningkat dari 60% menjadi 90%. Secara keseluruhan, edukasi PHBS dengan pendekatan partisipatif dan praktik langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat siswa

sekolah dasar serta mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang bersih, sehat, dan nyaman.

5. Sitti Mukminan, Wazyifa Zahra, & Nelly Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Amelya (2024). Upaya Meningkatkan untuk meningkatkan menunjukkan bahwa Kesehatan Keluarga Melalui Edukasi dan pengetahuan, sikap, dan kegiatan edukasi dan Simulasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat perilaku keluarga mengenai simulasi PHBS berjalan (PHBS). Omni Pengabdian Masyarakat, pentingnya penerapan dengan baik dan Volume 1 Issue 2, halaman 41–45. Perilaku Hidup Bersih dan mendapatkan respon positif Sehat (PHBS) dalam dari peserta. Setelah kehidupan sehari-hari. diberikan penyuluhan Kegiatan edukasi dilakukan menggunakan metode agar masyarakat memahami ceramah, leaflet, serta manfaat PHBS dalam simulasi mencuci tangan, mencegah penyakit serta peserta mengalami meningkatkan derajat peningkatan pengetahuan kesehatan keluarga. Selain mengenai pentingnya PHBS itu, penelitian ini juga dan penerapannya di bertujuan memberikan lingkungan rumah tangga. pemahaman dan Peserta terlihat antusias keterampilan kepada selama kegiatan masyarakat mengenai cara berlangsung, aktif mengikuti mencuci tangan yang baik sesi tanya jawab, dan dan benar melalui metode memperhatikan demonstrasi edukasi dan simulasi secara cara mencuci tangan yang langsung. benar. Penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar peserta sebelumnya belum memahami teknik mencuci tangan yang tepat sehingga kegiatan simulasi membantu meningkatkan keterampilan peserta dalam menjaga kebersihan diri. Selain itu, penelitian menjelaskan bahwa keterlibatan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk

kebiasaan hidup bersih dan sehat karena anak cenderung meniru perilaku orang tua di rumah. Peran orang tua sebagai contoh, motivator, dan fasilitator sangat berpengaruh dalam penerapan PHBS pada anak. Penelitian ini menyimpulkan bahwa edukasi kesehatan melalui penyuluhan dan simulasi efektif dalam meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan perilaku masyarakat mengenai PHBS sehingga dapat membantu menciptakan keluarga yang sehat dan mencegah timbulnya berbagai penyakit di lingkungan masyarakat.

6. Intan Kumalasari, Agi Husnah Indragati, Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Ahmad Sauqi, Anisa Pratiwi, Caroline untuk memperkuat menunjukkan bahwa Dwi Nanda, Nafa Aisyah, Zahwa Putri implementasi komunikasi kegiatan edukasi PHBS Yasuha, & Herawati Jaya (2025). Edukasi kesehatan melalui edukasi berjalan efektif dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Perilaku Hidup Bersih dan memberikan dampak positif Sebagai Upaya Promotif pada Siswa SD Sehat (PHBS) pada siswa terhadap peningkatan Negeri 76 Palembang. Nusantara sekolah dasar di SD Negeri pengetahuan serta kesadaran Mengabdikan Kepada Negeri, Volume 2 76 Palembang. Selain itu, siswa mengenai pentingnya Nomor 4, halaman 50–59. penelitian ini bertujuan hidup bersih dan sehat. meningkatkan pengetahuan, Sebelum dilakukan pemahaman, dan kesadaran penyuluhan, sebagian besar siswa mengenai pentingnya siswa masih menunjukkan menjaga kebersihan diri dan perilaku yang belum sesuai lingkungan sebagai upaya dengan prinsip PHBS seperti pencegahan penyakit tidak mencuci tangan berbasis lingkungan. sebelum makan, membuang Kegiatan edukasi dilakukan sampah sembarangan, serta melalui pendekatan promotif kurang memperhatikan dengan metode observasi, kebersihan diri dan diskusi, penyuluhan tatap lingkungan sekolah. Setelah

muka, demonstrasi cuci diberikan edukasi melalui tangan enam langkah, serta pendekatan interaktif dan pembagian media edukatif demonstrasi praktik cuci berupa leaflet dan presentasi tangan enam langkah, siswa visual. Penelitian ini juga mulai memahami bertujuan membentuk pentingnya menjaga kebiasaan hidup sehat sejak kebersihan diri dan mampu usia dini agar siswa mampu mempraktikkan teknik menerapkan PHBS secara mencuci tangan dengan mandiri baik di lingkungan benar. Penelitian juga sekolah maupun di rumah. menunjukkan bahwa penggunaan media visual seperti leaflet dan slide presentasi membantu meningkatkan pemahaman siswa karena materi menjadi lebih menarik dan mudah dipahami. Selama kegiatan berlangsung siswa terlihat sangat antusias, aktif mengikuti sesi tanya jawab, serta mampu menjawab pertanyaan mengenai PHBS dengan baik. Selain itu, beberapa siswa mampu memperagakan kembali langkah-langkah cuci tangan tanpa arahan, yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan kemampuan praktik secara langsung. Dukungan guru, keterlibatan tenaga kesehatan, serta penggunaan komunikasi dua arah menjadi faktor pendukung keberhasilan edukasi kesehatan ini. Penelitian menyimpulkan bahwa edukasi PHBS dengan

metode interaktif sangat efektif dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar serta dapat menjadi langkah promotif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan mencegah berbagai penyakit berbasis lingkungan.

7. Davanita Nurrisa, RA Dewinta Sukma Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Ananda, Dinda Kurniasari, Nila Safira untuk meningkatkan menunjukkan adanya Zakia (2026). Peningkatan Perilaku Hidup pengetahuan, sikap, dan peningkatan signifikan pada Bersih dan Sehat (PHBS) Melalui Edukasi keterampilan anak dalam pengetahuan dan dan Penerapan di Sanggar Bimbingan menerapkan Perilaku Hidup pemahaman anak mengenai Srimuda Bersih dan Sehat (PHBS) Perilaku Hidup Bersih dan melalui pendekatan Sehat (PHBS) setelah sosialisasi, demonstrasi, dan diberikan edukasi dan praktik langsung. Kegiatan praktik langsung. Anak-difokuskan pada pembiasaan anak mulai menunjukkan mencuci tangan yang benar, kebiasaan positif seperti menyikat gigi, menjaga mencuci tangan kebersihan diri dan menggunakan sabun, lingkungan, menerapkan menjaga kebersihan diri, pola makan sehat, serta menjaga kebersihan aktivitas fisik pada anak usia lingkungan, serta dini. Penelitian ini juga menerapkan perilaku sehat bertujuan membentuk dalam aktivitas sehari-hari. kebiasaan hidup sehat yang Metode edukasi interaktif, berkelanjutan melalui demonstrasi, dan praktik edukasi interaktif sehingga ulang terbukti efektif anak-anak mampu meningkatkan partisipasi memahami pentingnya aktif anak dan membantu perilaku hidup bersih dan mereka memahami sehat dalam mencegah pentingnya PHBS secara penyakit berbasis lebih mendalam. Observasi lingkungan seperti diare, menunjukkan mayoritas infeksi kulit, cacangan, dan anak mampu menyebutkan gangguan saluran manfaat mencuci tangan dan pernapasan. Selain itu, menerapkan praktik hidup

kegiatan dilakukan untuk sehat secara mandiri setelah meningkatkan kesadaran intervensi dilakukan. Selain anak terhadap pentingnya itu, penerapan PHBS menjaga kesehatan diri sejak memberikan dampak positif dini sebagai upaya berupa penurunan risiko menciptakan generasi yang penyakit, peningkatan lebih sehat, mandiri, dan kebugaran dan konsentrasi produktif.

belajar, terbentuknya karakter disiplin dan tanggung jawab terhadap kesehatan diri, serta mendukung terciptanya lingkungan yang lebih bersih, sehat, dan nyaman. Secara keseluruhan, program edukasi PHBS efektif dalam membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini dan menjadi langkah preventif dalam meningkatkan derajat kesehatan anak dan masyarakat.

8. Nurul Jamil, Nurul Hidayah, Nisma Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian (2025). Edukasi Perilaku Hidup Bersih untuk meningkatkan menunjukkan bahwa dan Sehat (PHBS) Berkelanjutan di pengetahuan dan sikap edukasi kesehatan PHBS Wilayah Kerja Puskesmas Tambelan masyarakat mengenai memberikan pengaruh Sampit Pontianak Perilaku Hidup Bersih dan positif terhadap peningkatan Sehat (PHBS) melalui pengetahuan dan sikap program edukasi kesehatan masyarakat. Rata-rata yang terarah dan pengetahuan responden berkesinambungan. meningkat dari 68% menjadi Kegiatan dilakukan di 82%, sedangkan rata-rata wilayah kerja Puskesmas sikap meningkat dari 68% Tambelan Sampit Pontianak menjadi 83% setelah yang memiliki karakteristik diberikan edukasi. Sebelum padat penduduk dan masih edukasi hanya 44% rendah dalam penerapan responden memiliki indikator PHBS, terutama pengetahuan baik, kemudian konsumsi buah dan sayur, meningkat menjadi 92%

kebiasaan mencuci tangan setelah edukasi. Sikap menggunakan sabun, serta positif masyarakat juga perilaku merokok di meningkat dari 69% menjadi lingkungan keluarga. 86%. Edukasi PHBS Penelitian menggunakan terbukti efektif pendekatan partisipatif meningkatkan kesadaran dengan metode edukatif dan masyarakat dalam menjaga persuasif sebagai bentuk kebersihan diri dan pemberdayaan masyarakat lingkungan, termasuk agar mampu menerapkan kebiasaan mencuci tangan pola hidup sehat secara menggunakan sabun, mandiri dan berkelanjutan. konsumsi makanan sehat, aktivitas fisik, penggunaan air bersih, dan mengurangi perilaku merokok di dalam rumah. Program edukasi berkelanjutan juga dinilai mampu membentuk sikap positif dan mendorong penerapan perilaku hidup bersih dan sehat secara lebih optimal di masyarakat.

9. Adrian Motu, Rohmi Fadhli, Epu Margias Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Tuti, Destria Efliani (2026). Pengaruh untuk mengetahui pengaruh menunjukkan bahwa Edukasi Kesehatan terhadap PHBS edukasi kesehatan terhadap edukasi kesehatan Lingkungan Keluarga Wilayah RT 01 RW perilaku hidup bersih dan memberikan pengaruh yang 026 Kelurahan Sialangmunggu Pekanbaru sehat (PHBS) pada keluarga signifikan terhadap di wilayah RT 01 RW 026 peningkatan perilaku hidup Kelurahan Sialangmunggu bersih dan sehat (PHBS) Pekanbaru. Penelitian pada keluarga. Sebelum dilakukan untuk diberikan intervensi edukasi meningkatkan pengetahuan, kesehatan, mayoritas sikap, dan tindakan keluarga responden berada pada dalam menerapkan PHBS kategori PHBS cukup yaitu sehari-hari seperti mencuci sebanyak 85%, kategori tangan dengan sabun, kurang sebanyak 5%, dan menggunakan air bersih, kategori baik hanya 10%. mengonsumsi makanan Setelah dilakukan edukasi bergizi, menjaga kebersihan kesehatan, terjadi lingkungan rumah, dan peningkatan yang sangat

menghindari kebiasaan signifikan di mana sebanyak merokok di dalam rumah. 90% responden berada pada Selain itu, penelitian ini juga kategori baik, 8% kategori bertujuan mengetahui sejauh cukup, dan hanya 2% yang mana edukasi kesehatan masih berada pada kategori mampu meningkatkan kurang. Nilai median PHBS kesadaran keluarga meningkat dari 15 sebelum mengenai pentingnya edukasi menjadi 31 setelah perilaku hidup sehat sebagai edukasi dengan selisih upaya pencegahan penyakit peningkatan sebesar 16 poin. dan peningkatan derajat Hasil analisis menggunakan kesehatan masyarakat. uji Wilcoxon Signed Rank Penelitian menggunakan Test menunjukkan nilai p-desain quasi experiment value sebesar 0,000 yang dengan pendekatan one berarti terdapat pengaruh group pretest-posttest nyata edukasi kesehatan terhadap 60 responden yang terhadap peningkatan PHBS dipilih menggunakan teknik keluarga. Edukasi kesehatan purposive sampling. terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kemampuan keluarga dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara konsisten. Selain itu, edukasi kesehatan juga membantu keluarga memahami pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, melakukan pencegahan penyakit, meningkatkan kualitas hidup, serta membentuk kebiasaan sehat yang berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari

10. Sisri Novrita, Bernesha Ratu Khanaia, Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Sarifah Zahara Harahap, Afrila memberikan edukasi menunjukkan bahwa Mainingsih, dkk. (2025). Edukasi Perilaku kesehatan dan meningkatkan edukasi kesehatan melalui Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada kesadaran siswa SMA program KKN memberikan Siswa SMA Negeri 8 Dumai melalui Negeri 8 Dumai mengenai dampak positif terhadap

Program KKN

pentingnya penerapan peningkatan pengetahuan perilaku hidup bersih dan kesadaran siswa sehat (PHBS) di lingkungan mengenai PHBS. Sebelum sekolah maupun dalam diberikan edukasi, sebagian kehidupan sehari-hari. besar siswa berada pada Penelitian juga bertujuan kategori pengetahuan untuk meningkatkan kurang dan cukup mengenai pengetahuan, sikap, dan PHBS. Setelah dilakukan keterampilan siswa terkait intervensi edukasi praktik hidup sehat seperti kesehatan, terjadi mencuci tangan dengan peningkatan yang signifikan sabun, menjaga kebersihan di mana sebanyak 91,5% lingkungan sekolah, siswa berada pada kategori mengonsumsi makanan baik dan tidak ada lagi siswa sehat, dan mencegah pada kategori kurang. Siswa penyakit menular seperti juga menunjukkan ISPA dan diare. Selain itu, peningkatan pemahaman penelitian dilakukan untuk mengenai kebersihan diri, menilai efektivitas program praktik mencuci tangan yang KKN dalam memberikan benar, menjaga kebersihan edukasi kesehatan yang lingkungan sekolah, serta mampu membentuk penerapan gaya hidup sehat perubahan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, siswa terlihat remaja sekolah menengah aktif dalam sesi diskusi, atas. memberikan edukasi praktik langsung, dan tanya kesehatan yang mampu jawab sehingga membentuk perubahan menunjukkan bahwa materi perilaku sehat secara edukasi relevan dengan berkelanjutan pada remaja kebutuhan mereka. Program sekolah menengah atas. edukasi ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa untuk menerapkan PHBS secara konsisten dan berkelanjutan.

11. Tika Bela Sari, Andi Pramesti Ningsih, Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Sudirham (2025). Edukasi Pentingnya untuk meningkatkan menunjukkan adanya Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan pengetahuan siswa dan guru peningkatan pengetahuan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah Dasar mengenai pentingnya siswa mengenai PHBS GP Tombasian Atas. perilaku hidup bersih dan setelah dilakukan

sehat (PHBS), khususnya penyuluhan kesehatan. praktik mencuci tangan yang Sebelum diberikan edukasi, benar pada anak sekolah sebagian besar siswa belum dasar. Penelitian juga memahami langkah-langkah bertujuan menanamkan mencuci tangan yang benar kebiasaan hidup sehat sejak dan pentingnya menjaga diri melalui kegiatan kebersihan diri. Setelah penyuluhan, demonstrasi dilakukan intervensi, hasil praktik langsung, dan post-test menunjukkan penggunaan media edukatif peningkatan signifikan pada seperti poster dan presentasi pemahaman siswa mengenai interaktif. Selain itu, praktik mencuci tangan yang penelitian dilakukan untuk benar, kebersihan diri, dan mengetahui efektivitas pentingnya menjaga edukasi kesehatan dalam kesehatan lingkungan meningkatkan pemahaman sekolah. Persentase siswa siswa mengenai langkah- yang memahami indikator langkah mencuci tangan mencuci tangan dengan yang benar sesuai standar benar meningkat dari 35,3% kesehatan sebagai upaya menjadi 88,2% setelah pencegahan penyakit penyuluhan dilakukan. menular di lingkungan Selain itu, siswa mampu sekolah.

mempraktikkan langkah-langkah mencuci tangan sesuai standar kesehatan dan menunjukkan sikap positif terhadap kebiasaan hidup bersih dan sehat. Keterlibatan guru dalam kegiatan juga membantu mendukung keberlanjutan penerapan PHBS di sekolah sehingga kebiasaan sehat dapat terus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari siswa.

12. Anita Rahmawati, Thatit Nurmawati, enelitian ini bertujuan untuk Hasil penelitian Sandi Alfa Wiga Arsa (2022). Health meningkatkan pengetahuan menunjukkan bahwa Education about Behaviour of Clean and masyarakat mengenai edukasi kesehatan mengenai Healthy Life (PHBS) in Household and perilaku hidup bersih dan PHBS mampu School. sehat (PHBS) melalui meningkatkan pengetahuan

edukasi kesehatan pada peserta secara signifikan tatanan sekolah dan rumah baik pada tatanan sekolah tangga. Edukasi diberikan maupun rumah tangga. Pada kepada siswa sekolah, ibu kelompok sekolah, rata-rata hamil, dan pendamping nilai pengetahuan meningkat keluarga untuk dari 35,2 sebelum edukasi meningkatkan kesadaran menjadi 78,4 setelah edukasi mengenai pentingnya diberikan. Sementara pada penerapan PHBS dalam kelompok rumah tangga, kehidupan sehari-hari. nilai pengetahuan meningkat Penelitian juga bertujuan dari 40,6 menjadi 67,5 untuk mengetahui setelah intervensi dilakukan. efektivitas metode edukasi Peserta terlihat antusias kesehatan menggunakan mengikuti kegiatan edukasi, ceramah, diskusi, video aktif dalam sesi diskusi, dan pendek, dan media lebih memahami pentingnya audiovisual dalam penerapan PHBS setelah meningkatkan pengetahuan mendapatkan materi peserta mengenai indikator kesehatan. Penggunaan PHBS baik di sekolah media audiovisual seperti maupun rumah tangga. gambar, video, dan presentasi juga membantu peserta lebih mudah memahami informasi yang diberikan. Edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan motivasi masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari baik di lingkungan sekolah maupun rumah tangga.

13. Enny Puspita dan Aditya Nuraminudin Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Aziz (2025), Improving Clean and untuk meningkatkan menunjukkan bahwa Healthy Living Behavior (PHBS) Among Perilaku Hidup Bersih dan pendidikan kesehatan yang School Children Through Health Sehat (PHBS) pada anak diberikan secara interaktif Education usia sekolah melalui mampu meningkatkan intervensi pendidikan pengetahuan, sikap, dan

kesehatan yang terstruktur. praktik PHBS pada siswa Kegiatan dilakukan untuk sekolah dasar. Setelah meningkatkan pengetahuan intervensi dilakukan, siswa siswa mengenai pentingnya menunjukkan peningkatan PHBS, membentuk sikap pemahaman mengenai positif terhadap perilaku kebersihan diri, sanitasi hidup sehat, meningkatkan lingkungan, pentingnya keterampilan praktik mencuci tangan kebersihan diri seperti menggunakan sabun, serta mencuci tangan dengan menjaga kebersihan benar, serta mendorong lingkungan sekolah. Siswa siswa agar mampu juga menjadi lebih aktif menerapkan PHBS secara dalam menerapkan perilaku konsisten dalam aktivitas sehat seperti membuang sehari-hari di lingkungan sampah pada tempatnya dan sekolah.

menjaga kebersihan diri. Selain itu, metode pendidikan kesehatan berbasis demonstrasi dan diskusi interaktif terbukti meningkatkan partisipasi siswa selama kegiatan berlangsung. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis sekolah sangat efektif dalam membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak usia dini serta mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang sehat dan nyaman.

14. Irana Lim dan Wijaya Santoso (2025), Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Effectiveness of Health Education in untuk mengevaluasi menunjukkan bahwa Improving Clean and Healthy Living efektivitas pendidikan pendidikan kesehatan Behavior (PHBS) in Rural Communities. kesehatan dalam memberikan pengaruh meningkatkan Perilaku positif terhadap peningkatan Hidup Bersih dan Sehat PHBS pada masyarakat (PHBS) pada masyarakat pedesaan. Setelah intervensi pedesaan. Penelitian dilakukan, terjadi

dilakukan untuk mengetahui peningkatan signifikan pada perubahan tingkat pengetahuan masyarakat pengetahuan, sikap, dan mengenai pentingnya praktik masyarakat terkait menjaga kebersihan kebersihan diri, penggunaan lingkungan dan kesehatan air bersih, penggunaan diri. Praktik mencuci tangan jamban sehat, pengelolaan menggunakan sabun sampah rumah tangga, serta meningkat secara signifikan perilaku hidup sehat lainnya dengan nilai $p < 0,01$, setelah diberikan intervensi penggunaan jamban sehat pendidikan kesehatan secara meningkat dengan nilai $p < 0,01$, serta perilaku membuang sampah pada tempatnya juga mengalami peningkatan dengan nilai $p < 0,05$. Penelitian ini juga menemukan bahwa masyarakat menjadi lebih sadar akan pentingnya penggunaan air bersih dan menjaga sanitasi lingkungan untuk mencegah penyakit menular. Secara keseluruhan, pendidikan kesehatan terbukti efektif sebagai strategi promosi kesehatan berbasis masyarakat dalam membentuk perubahan perilaku hidup bersih dan sehat yang lebih berkelanjutan di wilayah pedesaan.

15. Maesaroh Lubis, Neni Nuraeni, Lilis Penelitian ini bertujuan Hasil penelitian Lismayanti, Mujiarto, Elfan Fanhas Fatwa untuk menganalisis menunjukkan bahwa Khomaeny, Asep Setiawan, dan Miftahul efektivitas pendidikan pendidikan kesehatan Falah (2025), Effectiveness of Education kesehatan berbasis media berbasis media digital sangat Through Digital Media to Improve Clean digital dalam meningkatkan efektif dalam meningkatkan and Healthy Living Behavior (PHBS) keterampilan Perilaku Hidup keterampilan PHBS siswa. Skills in Guidance Center Students in Bersih dan Sehat (PHBS) Setelah intervensi selama 12

Malaysia.

pada siswa sanggar minggu menggunakan bimbingan di Malaysia. platform “PHBS Digital Penelitian dilakukan untuk Learning”, terjadi mengetahui peningkatan peningkatan skor pengetahuan, keterampilan pengetahuan komposit praktik PHBS, perubahan sebesar 56%, dengan nilai sikap siswa terhadap effect size sangat tinggi perilaku hidup sehat, serta (Cohen’s $d = 4,22$). efektivitas penggunaan Keterampilan praktik PHBS aplikasi digital interaktif siswa juga mengalami sebagai media pembelajaran peningkatan rata-rata kesehatan. sebesar 63,2% pada seluruh indikator, termasuk teknik mencuci tangan, penggunaan masker, menjaga kebersihan lingkungan, dan pengelolaan sampah. Selain itu, partisipasi siswa dalam forum diskusi digital sangat tinggi dengan total 847 postingan diskusi selama program berlangsung. Sikap siswa terhadap perilaku hidup sehat juga mengalami peningkatan signifikan dari skor rata-rata 2,3 menjadi 4,2 pada skala 1–5. Penelitian menyimpulkan bahwa media digital mampu menciptakan proses pembelajaran kesehatan yang interaktif, menarik, dan efektif dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat secara berkelanjutan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil beberapa penelitian yang telah dianalisis, edukasi kesehatan terbukti memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) baik pada siswa sekolah maupun masyarakat. Berbagai metode

edukasi seperti ceramah, diskusi, demonstrasi, media audiovisual, simulasi, praktik langsung, hingga penggunaan media digital mampu meningkatkan pemahaman responden mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sebagai upaya pencegahan penyakit.

Penelitian yang dilakukan oleh Pasma et al. (2025) menunjukkan bahwa teknik konfrontasi efektif dalam meningkatkan *self-control* dan kestabilan emosi siswa sekolah dasar dalam proses bergaul. Hasil penelitian memperlihatkan adanya penurunan kategori *self-control* rendah serta peningkatan kategori *self-control* tinggi setelah diberikan intervensi. Selain itu, kestabilan emosi siswa juga mengalami peningkatan yang signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa teknik konfrontasi dapat membantu siswa mengelola emosi, mengurangi perilaku negatif, serta meningkatkan kualitas hubungan sosial di lingkungan sekolah sehingga dapat dijadikan salah satu strategi bimbingan konseling dalam mendukung perkembangan emosional dan sosial siswa.

Selanjutnya, penelitian Kusuma et al. (2024) menunjukkan bahwa edukasi PHBS efektif dalam membangun gaya hidup sehat sejak dini pada siswa sekolah dasar di wilayah pesisir Kota Pasuruan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa terkait penerapan PHBS seperti mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan gigi dan mulut, memilih jajanan sehat, serta membuang sampah pada tempatnya. Temuan ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan yang dilakukan secara rutin dan terarah mampu meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

Hasil penelitian tersebut diperkuat oleh penelitian Dhua et al. (2026) yang menunjukkan bahwa edukasi PHBS di TKKN Bajawa memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan anak usia dini. Implementasi PHBS dilakukan melalui pembiasaan rutin, keteladanan guru, demonstrasi, lagu edukatif, dan dukungan fasilitas sekolah yang memadai. Anak-anak mengalami peningkatan kebiasaan hidup sehat seperti mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan diri, memotong kuku, dan membuang sampah pada tempatnya. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran PHBS yang dilakukan secara konsisten dan sesuai dengan karakteristik anak mampu membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini.

Selain itu, penelitian Mukminan et al. (2024) menunjukkan bahwa edukasi PHBS di SD Negeri 4 Bebandem efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat siswa sekolah dasar. Program edukasi dilakukan melalui penyuluhan interaktif, praktik langsung, permainan edukatif, dan penggunaan media visual yang menarik sehingga siswa lebih mudah memahami materi yang diberikan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pada seluruh indikator PHBS seperti kebiasaan mencuci tangan, menjaga

kebersihan diri, membuang sampah pada tempatnya, serta partisipasi aktif siswa dalam kegiatan PHBS.

Penelitian yang dilakukan oleh Sitti Mukminan, (Ayu et al., 2026) juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan melalui penyuluhan dan simulasi PHBS efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan edukasi dilakukan menggunakan metode ceramah, *leaflet*, dan demonstrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar. Setelah diberikan penyuluhan, peserta mengalami peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya PHBS dan mampu mempraktikkan teknik mencuci tangan dengan benar. Selain itu, peserta terlihat antusias selama kegiatan berlangsung dan aktif mengikuti sesi tanya jawab. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa keterlibatan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan hidup sehat karena anak cenderung meniru perilaku orang tua di rumah.

Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian (Ayu et al., 2026). menunjukkan bahwa edukasi PHBS pada siswa SD Negeri 76 Palembang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar siswa masih memiliki perilaku yang belum sesuai dengan prinsip PHBS seperti tidak mencuci tangan sebelum makan dan membuang sampah sembarangan. Setelah diberikan edukasi melalui metode penyuluhan interaktif, demonstrasi cuci tangan enam langkah, serta penggunaan media visual seperti leaflet dan slide presentasi, siswa menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai PHBS dan mampu mempraktikkan kembali langkah-langkah mencuci tangan dengan benar.

Penelitian Nurrisa et al. (2026) juga menunjukkan bahwa edukasi PHBS melalui metode sosialisasi, demonstrasi, dan praktik langsung efektif meningkatkan pemahaman serta kebiasaan hidup sehat pada anak-anak di Sanggar Bimbingan Srimuda. Setelah diberikan edukasi, anak-anak mulai menunjukkan perilaku positif seperti mencuci tangan menggunakan sabun, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, menerapkan pola makan sehat, serta melakukan aktivitas fisik secara rutin. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi interaktif dan praktik langsung membantu anak lebih mudah memahami pentingnya PHBS sehingga terbentuk kebiasaan sehat sejak usia dini.

Selanjutnya, penelitian Nurrisa et al. (2026) menunjukkan bahwa edukasi PHBS berkelanjutan di wilayah kerja Puskesmas Tambelan Sampit Pontianak efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan masyarakat dari 68% menjadi 82%

dan peningkatan sikap dari 68% menjadi 83% setelah diberikan edukasi kesehatan. Penelitian ini menjelaskan bahwa pendekatan edukatif, persuasif, dan partisipatif mampu meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

Penelitian Motu et al. (2026) juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan PHBS keluarga. Setelah diberikan intervensi edukasi kesehatan, sebagian besar responden mengalami peningkatan kategori PHBS dari cukup menjadi baik. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan kesadaran keluarga mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, pola hidup sehat, dan pencegahan penyakit melalui penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil penelitian Novrita et al. (2025) edukasi PHBS melalui program KKN memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa SMA mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Siswa menjadi lebih memahami pentingnya menjaga kebersihan lingkungan sekolah, menerapkan pola hidup sehat, serta mencegah penyakit menular. Kegiatan edukasi yang dilakukan secara interaktif membuat siswa lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran sehingga materi lebih mudah dipahami.

Selain itu, penelitian Sari et al. (2025), menunjukkan bahwa edukasi mengenai PHBS khususnya praktik mencuci tangan pada anak sekolah dasar mampu meningkatkan pemahaman siswa tentang langkah-langkah mencuci tangan yang benar. Setelah dilakukan penyuluhan, siswa mampu mempraktikkan cara mencuci tangan sesuai standar kesehatan dan menunjukkan perubahan perilaku yang lebih baik dalam menjaga kebersihan diri. Hal ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan sejak dini sangat penting dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak.

Hasil penelitian tersebut juga sejalan dengan penelitian Rahmawati et al. (2022) menyatakan bahwa edukasi kesehatan mengenai PHBS pada tatanan sekolah dan rumah tangga mampu meningkatkan nilai pengetahuan peserta secara signifikan. Penggunaan media audiovisual seperti video, gambar, dan presentasi interaktif mempermudah peserta memahami materi yang diberikan sehingga informasi lebih mudah diterima dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya, penelitian Puspita & Aziz (2026) membuktikan bahwa pendidikan kesehatan berbasis sekolah efektif dalam meningkatkan PHBS pada anak sekolah dasar. Peningkatan pengetahuan siswa mengenai kebersihan diri, sanitasi lingkungan, dan praktik mencuci tangan menunjukkan bahwa metode pendidikan kesehatan yang dilakukan secara interaktif mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan sejak usia dini.

Penelitian Raharyani (2025) menunjukkan hasil yang sejalan, yaitu pendidikan kesehatan mampu meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat pedesaan. Intervensi pendidikan kesehatan memberikan dampak positif terhadap peningkatan praktik mencuci tangan, penggunaan jamban sehat, pengelolaan sampah, dan pemanfaatan air bersih. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan tidak hanya efektif diterapkan pada anak sekolah, tetapi juga pada masyarakat umum.

Selanjutnya, penelitian Lubis et al. (2025) menunjukkan bahwa penggunaan media digital dalam pendidikan kesehatan memiliki efektivitas yang sangat tinggi dalam meningkatkan keterampilan PHBS pada siswa sanggar bimbingan di Malaysia. Penggunaan aplikasi digital interaktif mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan praktik, dan sikap siswa terhadap perilaku hidup sehat. Adanya fitur multimedia, simulasi virtual, dan forum diskusi membuat proses pembelajaran menjadi lebih menarik dan meningkatkan partisipasi siswa selama program berlangsung.

Berdasarkan seluruh hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup bersih dan sehat pada berbagai kelompok masyarakat. Metode edukasi yang interaktif, penggunaan media yang menarik, praktik langsung, serta dukungan lingkungan dan keluarga menjadi faktor penting dalam keberhasilan penerapan PHBS. Oleh karena itu, edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkelanjutan agar terbentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini dan tercipta lingkungan yang bersih serta sehat.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil *literature review* yang telah dilakukan, edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada berbagai kelompok masyarakat, baik anak usia dini, siswa sekolah, keluarga, maupun masyarakat umum. Peningkatan tersebut terlihat dari perubahan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, kemampuan mempraktikkan perilaku hidup sehat, serta meningkatnya kesadaran untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai metode edukasi seperti penyuluhan, demonstrasi, simulasi, praktik langsung, media audiovisual, dan media digital menunjukkan hasil yang positif dalam mendukung keberhasilan edukasi kesehatan. Dengan demikian, edukasi kesehatan dapat menjadi salah satu upaya promotif dan preventif yang efektif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

Namun, *literature review* ini memiliki keterbatasan karena sumber penelitian yang digunakan sebagian besar menggunakan metode dan karakteristik responden yang berbeda-beda sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, sebagian penelitian hanya dilakukan dalam jangka waktu yang singkat sehingga belum dapat menggambarkan keberlanjutan perubahan perilaku masyarakat dalam jangka panjang. Oleh karena itu, disarankan agar edukasi kesehatan mengenai PHBS dilakukan secara rutin, berkelanjutan, dan disesuaikan dengan kebutuhan sasaran agar hasil yang diperoleh lebih optimal. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan desain penelitian yang lebih luas dengan jumlah responden yang lebih besar serta melakukan evaluasi jangka panjang untuk mengetahui efektivitas edukasi kesehatan terhadap perubahan perilaku hidup bersih dan sehat secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, serta kontribusi dalam penyusunan *literature review* ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing dan pihak Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah memberikan arahan, masukan, serta fasilitas pendukung selama proses penyusunan artikel. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada para peneliti dan penulis jurnal ilmiah yang menjadi sumber referensi dalam penyusunan *literature review* ini sehingga penelitian dapat tersusun dengan baik. Selain itu, penulis menyampaikan apresiasi kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan moral maupun motivasi selama proses penyusunan artikel ini hingga selesai.

DAFTAR REFERENSI

- Ayu, I., Zeiya, W., Avani, E., Ngurah, I. G., & Dharmayasa, P. (2026). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam meningkatkan kesehatan siswa SD Negeri 4 Bebandem. *4*(3), 4315–4323.
- 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. *1*, 35–44.
- Hilal, A., Nurhidayati, L. G., Rosdiana, & Anto, S. (2023). Peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui edukasi kesehatan pada masyarakat di lingkungan permukiman padat penduduk. *Pengabdian Masyarakat*, *1*(2), 1–3. <https://jurnal.agdosi.com/index.php/jpemas/article/view/27/29>

- Kusuma, E., Handayani, D., Nastiti, A. D., & Helda, P. R. (2024). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam membangun gaya hidup sehat sejak dini di wilayah pesisir Kota Pasuruan. *2*, 306–312.
- Lubis, M., Nuraeni, N., Lismayanti, L., Mujiarto, Khomaeny, E. F. F., Setiawan, A., & Falah, M. (2025). Effectiveness of education through digital media to improve clean and healthy living behavior (PHBS) skills in guidance center students in Malaysia. *International Journal of Educational Research*, *2*(2), 71–79. <https://doi.org/10.62951/ijer.v2i2.339>
- Motu, A., Fadhil, R., Margias, T., & Eflian, D. (2026). Pengaruh edukasi kesehatan terhadap PHBS lingkungan. *7*, 2092–2100.
- Mukminan, S., Zahra, W., & Amelya, N. (2024). Upaya meningkatkan kesehatan keluarga melalui edukasi dan simulasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). *Omni Pengabdian Masyarakat*, *1*(2), 41–45.
- Novrita, S., Khanaia, B. R., Harahap, S. Z., Mainingsih, A., Nisa, A., Muharomah, T., Akbar, H., Fadila, N., Sulistiawati, U., & Mailani, Y. (2025). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa SMA Negeri 8 Dumai melalui program KKN. *Potensi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(September).
- Nurbaya, S., Fajriansi, A., & Yunsani. (2025). Edukasi kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) berbasis audio-visual. *2*(3), 363–370.
- Nurriza, D., Ananda, R. D. S., Kurniasari, D., & Zakia, N. S. (2026). Peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui edukasi dan penerapan di Sanggar Bimbingan Srimuda. *5*(1), 23–36.
- Pasma, L. Z., Hasanah, A. N., Maesika, M., Febriana, R., Amalia, N., Natasya, D. A., Putri, Z. Z. S., Aprilia, L. M., Cahyadi, U. A., Lestari, S. D., Azhim, H. F., & Athoriq, R. M. (2025). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap masyarakat Desa Karsanagara Kota Tasikmalaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUPemas)*, *6*(2), 81–89. https://ejurnal.universitas-bth.ac.id/index.php/P3M_JUPEMAS/index
- Puspita, E., & Aziz, A. N. (2026). Improving clean and healthy living behavior (PHBS) among school children through health education. *2*(2), 74–80.
- Putri, R. A., Sofiyanti, I., & Isfaizah. (2023). Edukasi dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, *5*(2), 173–177. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/IJCE/article/view/2678>
- Raharyani, D. (2025). The role of health education in improving clean and healthy living behavior (PHBS) in rural communities. *AMK: Abdi Masyarakat UIKA*, *4*(2), 127–132. <https://doi.org/10.32832/amk.v4i2.2717>
- Rahmawati, A., Nurmawati, T., & Arsa, S. A. W. (2022). Health education about behaviour of clean and healthy life (PHBS) in household and school. *Journal of Community Service for Health*, *3*(1), 19–24. <https://doi.org/10.26699/jcsh.v3i1.art.p019-024>
- Rianto, B., & Rico, V. H. (2022). Model edukasi perilaku hidup bersih dan sehat berbasis digital platform. *Riau Journal of Computer Science*, *2*(1), 13–22.
- Sari, T. B., Ningsih, A. P., & Sudirham, S. (2025). Edukasi pentingnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah dasar GP Tombasian Atas. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*, *7*(2), 129. <https://doi.org/10.36722/jpm.v7i2.4054>

- Tafwidhah, Y., Adit, E. N., Ismail, M., & Tafwidhah, Y. (2025). Bersih dan sehat sejak dini: Strategi penguatan pada. *[Data jurnal tidak lengkap]*.
- Trisnawati, Y., & Fajarsari, D. (2024). Hubungan pengetahuan tentang penyakit menular dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). *6*, 63–71.
- Wilaga, P. A., Hamidah, E., Abdillah, H., & Basri, B. (2024). Pengaruh edukasi kesehatan terhadap perubahan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar. *Journal of Nursing Practice and Education*, *5*(1), 86–92. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v5i1.1444>
- Yudyarto, H. E., & Hermawan, D. (2026). Edukasi kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya peningkatan pengetahuan masyarakat di Kelurahan Bandung Kota Tegal. 14–18.