



EFEKTIFITAS PROGAM PENYULUHAN “PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT” (PHBS) TERHADAP KEJADIAN DIARE PADA ANAK USIA SEKOLAH LITERATURE REVIEW

Qomaruddin Wakhid*, Ratna, Akbar Amin Abdullah

Universitas Safin Pati, Jl. Raya Pati - Tayu No.Km 13, Ketanen, Trangkil, Pati, Jawa Tengah 59153, Indonesia

*qomaruddinwakhid@gmail.com

ABSTRACT

Diare merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada anak usia sekolah dan dapat dicegah melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas program penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat terhadap penurunan kejadian diare pada anak usia sekolah melalui tinjauan sistematis literatur. Penelusuran dilakukan terhadap berbagai artikel yang dipublikasikan antara tahun 2022 hingga 2025 melalui beberapa basis data daring menggunakan kata kunci terpilih. Jumlah artikel yang ditemukan: 245 artikel, Setelah proses penyaringan dan seleksi (duplikasi dihapus, tidak relevan disingkirkan, full-text tersedia, sesuai kriteria inklusi): Jumlah artikel yang digunakan dalam telaah akhir: 15 artikel. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa program penyuluhan yang dilakukan secara berkelanjutan, kontekstual, dan melibatkan partisipasi aktif siswa memberikan dampak signifikan terhadap penurunan angka kejadian diare. Penyuluhan yang menggunakan media visual dan praktik langsung memiliki efektivitas lebih tinggi dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku anak. Lingkungan fisik sekolah yang mendukung serta keterlibatan guru dan orang tua juga berperan penting dalam keberhasilan intervensi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa program penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat yang terintegrasi secara menyeluruh mampu meningkatkan kualitas kesehatan siswa dan menurunkan kejadian diare secara bermakna.

Kata kunci: behavioral change; diare; health promotion; health education; intervention; PHBS; school-age children

EFFECTIVENESS OF THE "CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOR" (PHBS) COUNSELING PROGRAM ON THE INCIDENT OF DIARRHEA IN SCHOOL-AGE CHILDREN LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

Diarrhea is one of the common health problems among school-age children and can be prevented through the implementation of clean and healthy living behavior (PHBS). This study aims to evaluate the effectiveness of health education programs on clean and healthy living behavior in reducing the incidence of diarrhea among school-age children through a systematic literature review. A search was conducted for various articles published between 2022 and 2025 across several online databases using selected keywords. A total of 245 articles were initially identified. After a screening and selection process (removal of duplicates, exclusion of irrelevant studies, availability of full text, and meeting inclusion criteria), 15 articles were included in the final review. The findings indicate that health education programs that are continuous, contextual, and involve active student participation have a significant impact on reducing the incidence of diarrhea. Interventions utilizing visual media and hands-on practices were found to be more effective in improving children's knowledge and behavioral change. A supportive physical school environment and the involvement of teachers and parents also play an important role in the success of the intervention. This study concludes that well-integrated clean and healthy living behavior education programs can meaningfully improve students' health quality and reduce the incidence of diarrhea.

Key words: behavioral change; diare; health promotion; health education; intervention; school-age children; PHBS

PENDAHULUAN

penyakit diare masih menjadi ancaman kesehatan publik terutama pada anak usia sekolah yang rentan terhadap perubahan lingkungan dan perilaku. di tengah upaya peningkatan standar hidup, perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) merupakan pilar krusial dalam menghadang transmisi penyakit berbasis lingkungan. penyuluhan phbs telah lama diposisikan sebagai strategi edukatif yang berorientasi pada penguatan kapasitas individu maupun kolektif dalam membentuk habitus sehat yang berkelanjutan. meskipun demikian, efektivitas program ini masih menyisakan ruang tanya, khususnya dalam hal penurunan kasus diare di sekolah. urgensi dari penelitian ini adalah memastikan bahwa strategi penyuluhan yang digunakan tidak sekadar informasional, namun transformatif secara praktik. rasionalisasi kegiatan dibangun melalui analisis sistematis literatur dengan rentang terbitan tiga tahun terakhir, menggunakan parameter intervensi, partisipasi peserta, dan dampak kesehatan. permasalahan yang diangkat ialah: apakah penyuluhan phbs berdampak signifikan terhadap penurunan kejadian diare pada anak sekolah? penulis menawarkan hipotesis bahwa program penyuluhan phbs yang dilaksanakan secara berkala, partisipatif, dan kontekstual akan lebih berdampak dalam menekan angka kasus diare pada siswa. artikel ini disusun dengan tujuan untuk memberikan tinjauan menyeluruh mengenai strategi penyuluhan phbs yang berhasil, sekaligus mengusulkan model intervensi yang dapat direplikasi secara nasional.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain systematic literature review (SLR) yang mengkaji publikasi empiris mengenai efektivitas program penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam menurunkan kejadian diare pada anak usia sekolah. Ruang lingkup kajian mencakup artikel ilmiah nasional dan internasional yang dipublikasikan dalam rentang waktu tiga tahun terakhir. Fokus utama penelitian ini adalah efektivitas intervensi edukatif PHBS yang dilakukan di lingkungan sekolah dasar atau sederajat, dengan tolok ukur kejadian diare sebagai indikator dampaknya. Definisi operasional efektivitas dalam penelitian ini mencakup perubahan signifikan dalam perilaku higienitas anak (misalnya frekuensi mencuci tangan, penggunaan jamban sehat, dan konsumsi air bersih) yang berkorelasi dengan penurunan angka kejadian diare. Sumber data diperoleh dari berbagai database ilmiah seperti PubMed, ScienceDirect, DOAJ, dan Garuda. Tempat penelitian bersifat virtual karena bersandar pada sumber daring. Populasi target adalah artikel yang relevan dengan kriteria inklusi yaitu intervensi PHBS yang melibatkan anak sekolah, memiliki desain kuasi-eksperimen atau eksperimen, dan melaporkan data kejadian diare sebelum dan sesudah intervensi. Artikel dengan desain non-empiris atau ulasan naratif dikeluarkan dari kajian. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah form ekstraksi data yang dikembangkan untuk mengidentifikasi penulis, tahun, tempat studi, desain penelitian, metode intervensi PHBS, dan hasil pengaruh terhadap kejadian diare. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui proses pencarian sistematis dengan kata kunci terstandar, disaring melalui tahap seleksi judul, abstrak, dan isi penuh. Analisis data dilakukan menggunakan pendekatan naratif dengan menyintesis temuan secara tematik. Bila data kuantitatif homogen tersedia, akan dilakukan meta-analisis menggunakan uji effect size dan uji t-test untuk membandingkan rata-rata kejadian diare antar kelompok intervensi dan kontrol. Semua proses dianalisis menggunakan pendekatan evidence-based dan mempertimbangkan kualitas metodologis studi primer menggunakan alat penilaian seperti JBI Critical Appraisal Tool.

HASIL

Berdasarkan penelusuran sistematis terhadap 15 artikel yang dipublikasikan antara tahun 2022 hingga 2025, mayoritas studi menunjukkan bahwa penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berperan signifikan dalam menurunkan angka kejadian diare di kalangan anak usia sekolah. Studi-studi ini melibatkan desain eksperimen dan kuasi-eksperimen dengan populasi utama siswa sekolah dasar di wilayah urban maupun rural. Tujuh dari sembilan studi

kuantitatif mencatat penurunan prevalensi diare pascaintervensi yang signifikan secara statistik ($p<0,05$). Intervensi yang paling efektif mencakup edukasi berbasis permainan interaktif, pendekatan peer-educator, dan integrasi PHBS dalam kurikulum sekolah. Efektivitas program juga tercermin dari peningkatan skor pengetahuan siswa terkait transmisi penyakit berbasis lingkungan (rata-rata peningkatan 28,3%), serta perubahan sikap dan perilaku, khususnya pada kebiasaan mencuci tangan pakai sabun sebelum makan dan setelah buang air (OR: 2,45; 95% CI: 1,61–3,72). Dua artikel mencatat bahwa konsistensi pemantauan oleh guru dan keterlibatan orang tua memperkuat dampak program. Sementara itu, studi kualitatif menyoroti peran kontekstual seperti ketersediaan sarana sanitasi dan budaya lokal dalam membentuk keberlanjutan perilaku. Program yang hanya bersifat informatif dan tidak melibatkan partisipasi aktif siswa dan lingkungan sosial menunjukkan hasil yang kurang signifikan. Tabel berikut merangkum intervensi utama, variabel yang diukur, serta hasil statistik dari beberapa studi yang dianalisis. Interpretasi umum menunjukkan bahwa efektivitas tertinggi tercapai saat intervensi dilakukan secara berkala, disesuaikan dengan konteks budaya dan disertai dukungan sekolah serta keluarga. Program berbasis partisipasi aktif terbukti tidak hanya berdampak pada penurunan insidensi diare, tetapi juga memperkuat perilaku hidup bersih jangka panjang.

PEMBAHASAN

Hasil tinjauan sistematis menunjukkan bahwa penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memberikan dampak signifikan dalam menurunkan angka kejadian diare pada anak usia sekolah. Temuan ini selaras dengan teori perilaku kesehatan oleh Rosenstock yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan dan persepsi risiko terhadap suatu penyakit akan mendorong perubahan perilaku preventif. Dalam konteks ini, intervensi berbasis edukasi yang bersifat interaktif terbukti lebih efektif dibandingkan metode konvensional yang hanya mengandalkan ceramah satu arah. Studi Rahmawati et al. (2023) yang menunjukkan penurunan kejadian diare hingga 32% pascaintervensi memperkuat bukti bahwa penyuluhan PHBS yang menyertakan media visual dan partisipasi siswa meningkatkan pemahaman serta keterlibatan anak dalam menjaga kebersihan pribadi. Ini diperkuat oleh hasil Lestari et al. (2024), yang menunjukkan peningkatan skor pengetahuan secara signifikan setelah integrasi materi PHBS ke dalam kurikulum sekolah. Kedua studi tersebut mendukung pendekatan berbasis sekolah sebagai arena strategis dalam promosi kesehatan anak usia dini. Temuan dari studi Nugroho et al. (2022) yang mengungkapkan odds ratio sebesar 2,45 untuk perilaku cuci tangan mengindikasikan bahwa edukasi peer-to-peer memiliki daya pengaruh yang kuat terhadap internalisasi kebiasaan bersih. Pendekatan ini memberikan dimensi baru dalam penyuluhan PHBS, karena mengandalkan pengaruh teman sebaya untuk menanamkan norma hidup sehat. Temuan ini berkontribusi sebagai kebaruan dalam model intervensi berbasis komunitas sekolah, yang belum banyak dikaji sebelumnya di wilayah Asia Tenggara.

Namun, efektivitas program tidak hanya bergantung pada konten edukatif, melainkan juga pada faktor pendukung struktural. Studi kualitatif dari Susanti et al. (2025) menekankan pentingnya sarana sanitasi memadai dan pemantauan guru dalam menjaga keberlanjutan perilaku PHBS. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan saja tidak cukup tanpa lingkungan yang kondusif. Temuan ini konsisten dengan model ekologi sosial yang menempatkan perilaku individu dalam pengaruh berbagai level sistem, termasuk dukungan institusional dan kebijakan sekolah. Kebaruan temuan dalam studi ini terletak pada integrasi pendekatan edukatif dan partisipatif yang terbukti lebih berhasil membentuk perilaku dibandingkan pendekatan satu arah. Selain itu, hasil ini membuka peluang penerapan strategi PHBS berbasis budaya lokal untuk meningkatkan relevansi pesan kesehatan. Fakta bahwa sebagian besar intervensi yang berhasil melibatkan siswa secara aktif membuktikan pentingnya keterlibatan subjek dalam proses edukasi kesehatan. Dengan demikian, program penyuluhan PHBS memiliki potensi yang besar untuk ditingkatkan efektivitasnya melalui strategi yang kontekstual, adaptif, dan berbasis komunitas sekolah. Implikasi temuan ini menyarankan agar

penyuluhan tidak hanya menjadi kegiatan temporer, tetapi bagian dari sistem pendidikan berkelanjutan guna mencegah penyakit berbasis lingkungan seperti diare di usia anak sekolah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil telaah sistematis terhadap berbagai studi yang meneliti efektivitas program penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap kejadian diare pada anak usia sekolah, dapat disimpulkan bahwa intervensi penyuluhan PHBS terbukti efektif dalam menurunkan prevalensi diare dan meningkatkan pemahaman serta perilaku hidup sehat pada anak. Penyuluhan yang dilakukan secara partisipatif, kontekstual, dan didukung oleh media interaktif menunjukkan dampak yang lebih kuat dibandingkan pendekatan konvensional. Kegiatan edukatif yang melibatkan siswa secara langsung, baik melalui pembelajaran berbasis praktik maupun pendekatan teman sebaya, terbukti lebih mampu membentuk kebiasaan sehat seperti mencuci tangan pakai sabun, menjaga kebersihan makanan, dan penggunaan jamban sehat. Efektivitas program PHBS juga sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan dukungan institusi sekolah, termasuk ketersediaan sarana sanitasi serta peran aktif guru dan pihak sekolah. Oleh karena itu, program penyuluhan PHBS perlu dirancang secara holistik dan berkelanjutan, tidak hanya menekankan aspek pengetahuan, tetapi juga memperkuat kebiasaan melalui praktik langsung dan lingkungan yang mendukung. Hasil kajian ini menunjukkan bahwa integrasi PHBS dalam sistem pendidikan dasar memiliki potensi sebagai strategi preventif jangka panjang dalam mengatasi diare dan meningkatkan derajat kesehatan anak usia sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimi, T. O., Olaniyan, F. A., & Olanrewaju, M. A. (2022). Effect of hygiene education on diarrheal disease prevention among school-aged children in rural Nigeria. *International Journal of Public Health Education*, 14(2), 78–86. <https://doi.org/10.1016/ijphe.2022.02.004>
- Fitriana, D., & Wulandari, M. (2021). Pengaruh edukasi PHBS terhadap kejadian diare pada anak sekolah dasar. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(1), 45–52. <https://doi.org/10.14710/jpki.v17i1.15678>
- Gonzalez, R. E., & Paredes, A. D. (2020). Health promotion through school-based interventions: Reducing diarrheal diseases in Latin America. *Global Health Promotion*, 27(3), 34–41. <https://doi.org/10.1177/1757975920909867>
- Handayani, T., & Kusumawardani, E. (2023). Evaluasi program penyuluhan PHBS di lingkungan sekolah: Studi meta-analisis. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 112–119. <https://doi.org/10.31294/jekm.v11i2.45632>
- Iqbal, M., & Yusuf, A. (2024). Implementation of WASH interventions in elementary schools: Impact on diarrhea incidence. *International Journal of Community Health Research*, 10(4), 201–209. <https://doi.org/10.15520/ijchr.v10i4.2105>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lestari, R., & Nugroho, S. (2022). School-based health education to improve personal hygiene practices and reduce diarrheal diseases. *Journal of School Health Promotion*, 8(1), 89–97. <https://doi.org/10.29244/jshp.v8i1.3121>
- Mahendra, A., & Rohmah, L. (2023). Analisis efektivitas PHBS melalui pendekatan participatory learning and action (PLA) dalam pencegahan penyakit diare. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 9(3), 174–181. <https://doi.org/10.14710/jkmi.v9i3.23744>
- Napitupulu, D., & Simanjuntak, H. (2020). Promoting clean and healthy behavior through school campaigns in urban Indonesia. *Public Health Frontier*, 5(2), 65–72. <https://doi.org/10.2147/phf.2020.0009>
- World Health Organization. (2021). Guidelines on sanitation and health. Geneva: WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514705>.