

Artikel Penelitian

## **Integrasi Nilai PHBS dalam Pembelajaran Anak Usia Dini: Studi di KB dan TK Mutiara Hati Kemiri, Jenangan, Ponorogo**

*Muhimmatul Mukaromah<sup>1</sup>, Agus Fatoni<sup>2</sup>, Attin Devi Inovia<sup>3</sup>, Hesti Kamera Nursela<sup>4</sup>*

*<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Islam Negeri Kiai Ageng Muhammad Besari Ponorogo, Indonesia*

### INFORMASI ARTIKEL

Diterima Redaksi: 10 September 2025  
Revisi Akhir: 20 November 2025  
Diterbitkan *Online*: 20 Desember 2025

### KATA KUNCI

PHBS; Usia Dini; Cuci Tangan; Sikat Gigi; Kebersihan Lingkungan

### KORESPONDENSI

Phone:

E-mail: [muhimmah25@iainponorogo.ac.id](mailto:muhimmah25@iainponorogo.ac.id)

### ABSTRAK

Artikel ini membahas tentang integrasi Nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam proses pembelajaran pada anak usia dini di KB dan TK Mutiara Hati, Kemiri, Jenangan, Ponorogo. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya penanaman kebiasaan PHBS sejak dini untuk membentuk karakter dan gaya hidup sehat anak di masa depan. Penelitian dilakukan melalui pendekatan kualitatif menggunakan metode studi kasus, data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, dengan wawancara kepada guru dan kepala sekolah, dan analisis dokumen yang terkait kurikulum dan program sekolah. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa integrasi nilai PHBS dilakukan secara sistematis melalui berbagai metode, antara lain pembiasaan rutin (cuci tangan, sikat gigi, dan kebersihan lingkungan), pengenalan konsep PHBS yang disampaikan melalui kegiatan edukasi terkait materi dan lagu, serta penyediaan alat peraga yang mendukung dan memadai. Peran aktif guru dalam memberikan contoh dan pendampingan, serta keterlibatan orang tua dalam mendukung implementasi PHBS di rumah menjadi faktor kunci keberhasilan program ini. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa integrasi nilai PHBS yang komprehensif dan berkelanjutan di lingkungan pendidikan anak usia dini memiliki dampak positif dalam membentuk kesadaran dan praktik hidup sehat pada anak. Implikasi dari penelitian diharapkan dapat menjadi rujukan bagi lembaga KB dan TK lain dalam mengembangkan program pendidikan kesehatan yang efektif.

### PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan kondisi di mana kita berada jauh atau terbebas dari penyakit. Kesehatan menjadi salah satu faktor penting dalam upaya pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM). Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia sejak dini adalah dengan memberikan pelayanan pendidik pada anak usia dini (Nermelita et al., 2025). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan suatu perilaku yang menjadi aspek penting untuk dilakukan oleh individu atau masyarakat dalam menjaga kebersihan dan kesehatan diri sendiri maupun lingkungan sekitar (Febria Nur Fitri Laeli, 2022). PHBS merupakan perilaku yang dapat dipahami dan dipraktikkan oleh siswa, guru, dan masyarakat di lingkungan sekolah (Aminah, et al., 2021). PHBS tidak hanya berfungsi sebagai upaya pencegahan penyakit, akan tetapi juga menjadi fondasi penting dalam membentuk karakter dan kebiasaan sejak dini, khususnya pada masa usia emas atau golden age (Wahyuni et al., 2025).

Pengembangan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini dapat dilakukan melalui kegiatan yang mengandung unsur keterampilan hidup sehat, seperti menjaga kebersihan diri dan lingkungan, serta perilaku menghadapi hal-hal yang berpotensi membahayakan kesehatan. Penting bagi anak-anak jika diberikan pengetahuan dan kebiasaan terkait PHBS sejak dini, mereka akan lebih mampu menghindari pengaruh negatif terhadap kesehatan dan mengurangi risiko terjadinya perilaku berbahaya (Husna, 2025, p.

7). Adanya tingkat pengetahuan dan pemahaman guru yang baik untuk materi kesehatan anak usia dini akan membantu penyampaian pesan PHBS dalam proses belajar mengajar dan akan meningkatkan perilaku hidup sehat pada anak usia dini. Peran guru dalam pendidikan PHBS anak usia dini sangat penting karena hubungan guru dengan anak usia dini di lingkungan sekolah sangat dekat. Hal ini dapat mempermudah penyampaian pesan PHBS pada anak KB dan TK. Pendidikan kesehatan pada anak usia dini sangat dianjurkan untuk dilakukan, di mana mereka memiliki kemampuan memori yang kuat sehingga pendidikan kesehatan yang diberikan saat usia dini memiliki peluang yang besar (Reni, 2023).

Perkembangan keterampilan sosial, emosi, dan kognitif terjadi pada usia dini yang mana dapat menjadi dasar bagi perkembangan mereka ke arah yang lebih optimal di masa depan (Setiyawati et al., 2021). Anak usia dini rentan terhadap berbagai penyakit yang berkaitan dengan kurangnya pemahaman serta perilaku hidup sehat karena sistem imun yang masih berkembang (Fandi et al., 2022). Meskipun perilaku hidup bersih dan sehat menjadi salah satu hal yang sangat penting untuk di terapkan sejak usia dini, banyak lembaga Kelompok Bermain (KB) dan Taman Kanak - Kanak (TK) yang memiliki keterbatasan fasilitas yang memadai untuk menunjang kegiatan PHBS sehari-hari (Farida Kartini et al., 2024). Selain itu, banyak anak-anak usia dini yang belum memiliki bekal yang cukup mengenai Pembiasaan Hidup Bersih dan Sehat. Maka dari itu, kegiatan edukasi di lembaga pendidikan anak usia dini khususnya Kelompok Bermain (KB) dan Taman Kanak - Kanak (TK) sangat diperlukan untuk memegang peran strategis dalam membiasakan nilai-nilai PHBS melalui kegiatan pembelajaran sehari-hari. Dengan begitu, anak-anak dapat tumbuh dan berkembang dengan menjadi individu yang bersih dan sehat. Selain itu, kegiatan ini akan membuat mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan kesehatan di masa yang akan datang. Lingkungan keluarga dan sekolah berperan besar dalam membentuk kebiasaan anak. Orang tua yang memberikan contoh perilaku sehat akan lebih efektif dalam menanamkan nilai-nilai tersebut. Kurangnya edukasi tentang PHBS dapat menyebabkan anak-anak lebih rentan terhadap penyakit menular seperti diare, infeksi kulit, dan ISPA yang sebagian besar disebabkan oleh kurangnya kebersihan diri dan lingkungan (Wahyuni et al., 2025).

KB dan TK Mutiara Hati Kemiri, yang berlokasi di Kecamatan Jenangan, Kabupaten Ponorogo, merupakan salah satu lembaga yang berkomitmen mengintegrasikan nilai PHBS dalam setiap aspek pembelajaran sehari-hari. Kegiatan edukasi dilakukan guna menarik perhatian anak-anak supaya mereka lebih mengenal, memahami, dan menerapkan PHBS, mulai dari membiasakan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, rajin menggosok gigi minimal dua kali sehari, serta menjaga kebersihan lingkungan dengan membiasakan diri membuang sampah pada tempatnya. Kegiatan ini dilakukan dengan penyampaian materi menggunakan media PPT serta alat peraga yang mendukung. PPT yang disajikan berisi tentang materi dan lagu anak-anak mengenai kebersihan tangan, gigi, dan lingkungan. Upaya integrasi ini diharapkan dapat berdampak pada kesehatan fisik anak, membentuk pola pikir, dan karakter yang peduli terhadap kesehatan pribadi maupun lingkungan (Yani, 2023). Pendekatan ini dapat mendorong anak-anak untuk berpikir kritis sehingga dapat membantu mereka dalam mengambil keputusan yang bijak untuk kehidupan mereka terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Dea Ananda Br.SK et al., 2023). Dengan pendekatan yang terintegrasi dan menyenangkan, anak-anak dapat belajar membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini yang tidak hanya bermanfaat di masa sekarang, tetapi juga akan berlangsung sepanjang hayat mereka.

Studi ini akan mengulas lebih lanjut mengenai strategi, tantangan, serta capaian yang diperoleh KB dan TK Mutiara Hati Kemiri dalam mengintegrasikan nilai-nilai PHBS dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan pendidikan anak usia dini yang lebih baik dan lebih sehat. Program ini bertujuan untuk memberikan stimulasi, bimbingan, pengasuhan, dan kegiatan pembelajaran yang dirancang untuk mengembangkan kemampuan serta keterampilan anak. Pendidikan anak usia dini tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan keterampilan sosial anak sejak usia dini. Program ini tidak hanya relevan dengan kebutuhan masyarakat, tetapi juga menjadi wujud nyata dari kontribusi dunia akademik dalam mendukung pengembangan generasi penerus sejak usia dini (Sandri et al., 2025, p. 962).

## METODOLOGI

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) atau penelitian tindakan partisipatif. Penelitian ini bertujuan untuk mendorong perubahan nyata melalui partisipasi aktif dari pelaku pendidikan, terkhusus pendidik Kelompok Bermain (KB) dan Taman Kanak-Kanak (TK) Mutiara Hati Kemiri, Jenangan, Ponorogo. Pendekatan ini dipilih karena berbanding lurus dengan tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengambil sebuah tindakan nyata dan membuat adanya perubahan hasil pengetahuan praktis (Elda Felani et al., 2025). Di sini peneliti tidak hanya berperan sebagai pengamat, akan tetapi menjadi fasilitator, mengimplementasikan kegiatan, melakukan pengamatan, dan refleksi terhadap pembelajaran berbasis PHBS.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi observasi partisipatif, wawancara tenaga pendidik, dokumentasi baik berupa catatan lapangan maupun foto dan video kegiatan, dan perancangan kegiatan. Analisis data dilakukan secara kualitatif, yaitu dengan menelaah temuan peneliti dalam suatu peristiwa hingga pada akhirnya dikaji secara mendalam dan komprehensif untuk menemukan pola yang terjadi pada peristiwa tersebut, kemudian temuan tersebut akan disusun secara naratif (Dyah Sulistyarningsih, Widyastuti, Markhamah, 2025). Triangulasi teknik dan sumber digunakan untuk menjaga keabsahan data, yaitu melalui perbandingan data dari wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dengan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) diharapkan tidak hanya memaparkan gambaran teori, akan tetapi juga mendorong perubahan kepada anak usia dini melalui nilai PHBS secara nyata.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dengan tema Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dilakukan oleh anggota kelompok Kuliah Pengabdian Masyarakat (KPM) kepada anak Usia Dini yang berada di KB dan TK Mutiara Hati Kemiri, Jenangan, Ponorogo. Kegiatan ini mendapatkan timbal balik sikap antusiasme yang tinggi dari peserta didik. Tujuan dari kegiatan sosialisasi dengan tema kebersihan diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mulai dari kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menggosok gigi setelah sarapan dan sebelum tidur, serta menjaga lingkungan sekitar dengan cara membuang sampah pada tempatnya (Nadyastari, 2023). Anak Usia Dini KB dan TK Mutiara Hati menunjukkan sikap berperan aktif dalam menjawab pertanyaan yang diberikan, mereka juga menunjukkan sikap semangat untuk maju ke depan dalam mempraktikkan kegiatan yang telah dijelaskan di depan teman-teman. Kegiatan ini memberikan dampak yang lebih baik karena peserta didik menjadi lebih percaya diri dan berani untuk berbicara di depan banyak orang. Penjelasan yang dilakukan menjadi lebih mudah dipahami oleh peserta didik karena dilakukan secara interaktif dan personal (Riadi et al., 2023).

Lingkungan sekolah KB dan TK Mutiara Hati menyediakan fasilitas yang cukup memadai seperti tempat cuci tangan dan tempat sampah di berbagai titik strategis serta memasang media visual edukatif seperti poster bergambar tentang cara mencuci tangan dan menjaga kebersihan untuk mendukung praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Wahyu, 2024). Upaya ini bertujuan menciptakan suasana sekolah yang bersih dan ramah anak, serta memperkuat visualisasi nilai-nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat agar lebih mudah dipahami dan ditiru oleh anak (Tk & Kota, 2023). Seluruh tema tentang kebersihan tangan, gigi, dan lingkungan diberikan kepada peserta didik dengan mengajak mereka memahami pentingnya kebersihan tubuh melalui kegiatan cerita dan nyanyian (Suaib et al., 2023). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat tidak diajarkan sebagai pelajaran tersendiri, melainkan menjadi bagian dari pembelajaran sehari-hari yang kontekstual dan menyatu dalam aktivitas bermain. Pembiasaan juga menjadi strategi penting, seperti mencuci tangan bersama sebelum dan sesudah makan serta menjaga kebersihan lingkungan sekitar dengan membuang sampah pada tempatnya (Wahyu, 2024).

Peran serta orang tua dalam membimbing dan mendukung anak sangat krusial sebagai salah satu faktor determinan keberhasilan dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini, mengingat lingkungan keluarga merupakan tempat utama di mana anak meniru dan membentuk kebiasaan sehari-hari. Kolaborasi dengan orang tua menjadi kunci keberhasilan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Anak cenderung meniru perilaku orang tuanya, sehingga sinergi rumah dan sekolah menjadi sangat penting untuk keberhasilan penerapan PHBS (Marsya, 2024). Evaluasi dilakukan

melalui observasi dan pencatatan perkembangan anak dalam beraktivitas sehari-hari. Anak yang menunjukkan perubahan perilaku positif mendapat apresiasi, sehingga mereka termotivasi untuk terus berperilaku hidup sehat. Di sisi lain, guru juga dapat mengidentifikasi tantangan atau kebutuhan penyesuaian strategi jika ditemukan kendala dalam proses integrasi PHBS. Integrasi PHBS menjadi bagian penting dari sistem pendidikan menyeluruh yang diterapkan sekolah. Dengan metode yang menyenangkan dan konsisten, KB dan TK Mutiara Hati berhasil menanamkan nilai-nilai hidup sehat sejak usia dini, membentuk karakter anak yang peduli akan kebersihan, kesehatan, dan lingkungan (Wijayanti et al., 2024).

Pemahaman dan penerapan nilai-nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara efektif di kalangan anak usia dini, sekolah dan para pendidik dapat diperkuat dengan upaya mengembangkan berbagai metode pembelajaran yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga menarik dan melibatkan anak secara aktif. Pendekatan yang holistik dan kontekstual ini diharapkan dapat menanamkan kebiasaan hidup sehat secara alami serta membangun kesadaran sejak dini sehingga dapat terbentuk pola pikir positif yang berkelanjutan. Maka dari itu, kegiatan sosialisasi menggunakan metode edukasi dan praktik langsung mencuci tangan dengan enam langkah WHO, menggabungkan materi, diskusi, dan kegiatan menyenangkan untuk membentuk pola pikir serta kebiasaan positif anak tertanam sejak usia dini. Sosialisasi ini menampilkan peningkatan pengetahuan dan praktik PHBS pada anak usia dini melalui lagu dan praktik langsung. Pemateri tidak hanya menyampaikan materi dengan cara yang menyenangkan, tetapi juga berusaha membentuk pola pikir dan kebiasaan positif (Ata et al., n.d.). Lagu-lagu bertema PHBS seperti mencuci tangan pakai sabun, pentingnya menggosok gigi, dan membuang sampah pada tempatnya dinyanyikan secara rutin untuk memperkuat pemahaman anak dengan cara yang mudah diingat dan menyenangkan. Praktik secara langsung merupakan metode yang sangat efektif untuk memperkuat pemahaman peserta didik. Pemateri membimbing dan memberi apresiasi bagi peserta didik yang berperan aktif dalam mendengarkan dan menjawab pertanyaan yang diberikan sebagai bentuk motivasi. Selain itu, ada kegiatan hidup hemat dan sehat di mana anak dilarang membawa bekal dari rumah serta dilarang membawa uang saku ke sekolah akan tetapi sekolah sudah menyediakan makanan sehat yang sama rata untuk dibagikan kepada peserta didik.

Upaya dan metode pembelajaran telah diterapkan secara intensif di lingkungan sekolah untuk menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini, keberhasilan jangka panjang dari penerapan nilai-nilai tersebut tidak lepas dari pengaruh dan dukungan yang berasal dari lingkungan di luar sekolah, khususnya di dalam rumah dan masyarakat sekitar tempat anak tumbuh dan berkembang. Konsistensi perilaku anak di luar sekolah dapat menjadi tantangan serius. Banyak orang tua belum menerapkan PHBS secara maksimal di rumah, seperti tidak membiasakan mencuci tangan atau membiarkan anak jajan sembarangan (Zuhra et al., 2025). Ketidaksesuaian ini membuat proses pembiasaan di sekolah tidak berkelanjutan, karena anak mengalami benturan kebiasaan. Selain itu, keterbatasan sarana dan prasarana seperti jumlah wastafel yang tidak mencukupi dan kendala air bersih saat musim kemarau turut menghambat pelaksanaan praktik PHBS (Zuhra et al., 2025). Ketika fasilitas tidak mendukung, anak-anak cenderung terburu-buru atau bahkan melewatkan kebiasaan hidup sehat. Hal ini menyebabkan kebiasaan positif yang sebenarnya sudah mulai terbentuk menjadi sulit dipertahankan, sehingga anak-anak tidak sepenuhnya memperoleh manfaat maksimal dari program pembiasaan PHBS yang diterapkan di sekolah. Selain itu, kondisi tersebut juga berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan mereka dalam jangka panjang, mengingat perilaku hidup bersih dan sehat yang konsisten sangat menentukan pencegahan penyakit dan pembentukan pola hidup yang berkelanjutan. Tidak semua guru memiliki pelatihan khusus dalam pendidikan kesehatan anak usia dini. Padahal, anak usia dini membutuhkan metode yang menyenangkan dan berulang agar nilai PHBS dapat tertanam secara alami.

Perilaku anak usia dini tergolong labil, mudah terpengaruh, dan memiliki tingkat konsentrasi yang rendah. Mereka bisa kembali ke kebiasaan lama tanpa pengawasan yang konsisten. Bahkan, terdapat beberapa anak yang menunjukkan resistensi psikologis, seperti takut saat diminta menjalankan perilaku hidup sehat, sehingga pendekatan empatik dan konsisten menjadi sangat penting (Fajriani et al., 2024). Dari sisi administratif, belum terdapat kurikulum khusus yang secara spesifik mengatur muatan PHBS dalam membuat pelaksanaan di lapangan dan masih bergantung pada kreativitas guru. Tanpa panduan yang jelas, integrasi PHBS antar kelas dapat menjadi tidak seragam. Hal ini dapat diatasi dengan cara pihak sekolah

terus berupaya mengatasi tantangan ini dengan pelatihan guru dan kerja sama dengan orang tua. Inisiatif ini dilakukan agar nilai-nilai PHBS dapat menjadi kebiasaan yang melekat dalam kehidupan sehari-hari anak (Anggraini, 2025). Tantangan-tantangan tersebut tidak menjadi penghalang selama ada inovasi, kolaborasi, dan konsistensi. Penerapan nilai PHBS pada anak usia dini tetap bisa diwujudkan dengan pendekatan menyeluruh dan berkelanjutan.

Penerapan nilai-nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di KB dan TK Mutiara Hati Kemiri telah memberikan dampak yang signifikan terhadap perilaku anak usia dini. Melalui pendekatan tematik, pembelajaran kontekstual, dan pembiasaan harian, anak-anak menunjukkan perubahan nyata dalam perilaku hidup sehat, baik di sekolah maupun di lingkungan keluarga. Salah satu dampak utama dari kegiatan sosialisasi adalah terbentuknya kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, terutama sebelum makan dan setelah dari toilet (Purnima, 2022). Kegiatan ini dibiasakan melalui metode yang menyenangkan seperti bernyanyi dan bermain peran. Lama kelainan, anak-anak melakukannya tanpa perlu diingatkan. Mereka juga mulai sadar akan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, seperti membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, dan rajin menggosok gigi. Dampak positif lainnya yaitu dapat meningkatkan kesehatan seorang anak, dan terciptanya lingkungan yang bersih dan nyaman. Setelah program PHBS berjalan secara konsisten, frekuensi ketidakhadiran yang disebabkan karena sakit menurun, terutama karena berkurangnya penyakit seperti diare, sakit gigi, dan flu. Hal ini dapat berdampak langsung pada kelancaran proses belajar dan meningkatkan kualitas interaksi sosial seorang anak serta membentuk karakter disiplin dan kemandirian anak. Mereka belajar membersihkan alat makan sendiri, merapikan alat bermain, serta bertanggung jawab terhadap kebersihan pribadi. Kegiatan rutin ini memperkuat rasa percaya diri dan kesadaran anak akan pentingnya hidup sehat. Secara sosial, anak-anak menjadi lebih peduli, empatik, serta sadar akan pentingnya menerapkan perilaku hidup sehat. Mereka saling mengingatkan teman untuk mencuci tangan atau menjaga kebersihan, yang mana sikap tersebut menunjukkan adanya perkembangan nilai gotong royong dan tanggung jawab sosial. Lingkungan kelas juga didukung dengan media edukatif PHBS mulai dari kelas KB, TK A, dan TK B, toilet digunakan secara tertib, dan kebersihan area sekolah selalu terjaga. Suasana ini sangat diperlukan untuk mendukung kenyamanan belajar dan meningkatkan semangat anak untuk hadir ke sekolah (Desita et al., 2024).

Bagi para guru, program ini dapat memperluas kompetensi mereka dalam merancang pembelajaran kontekstual. Peserta didik menjadi lebih aktif, kreatif, menyenangkan, dan berfokus pada pembentukan karakter serta kesehatan anak. Melalui pendekatan yang inovatif dan menyeluruh ini, guru tidak hanya berperan sebagai pemberi materi, tetapi juga sebagai fasilitator yang mampu menginspirasi dan memotivasi anak-anak untuk menginternalisasi nilai-nilai hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini mendorong terciptanya lingkungan belajar yang inklusif dan suportif, di mana setiap anak merasa dihargai dan didorong untuk mengembangkan potensi terbaiknya secara holistik.

Program integrasi nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam pembelajaran anak usia dini memberikan manfaat yang sangat signifikan, khususnya bagi para guru sebagai fasilitator utama proses pembelajaran. Melalui program ini, guru tidak hanya mengajarkan materi secara teoritis, tetapi juga memperluas kompetensi dan keterampilan mereka dalam merancang pembelajaran yang bersifat kontekstual dan interaktif. Dengan pendekatan yang mengedepankan aktivitas menyenangkan dan kreatif, guru dapat mengajak anak untuk berpartisipasi secara aktif dalam setiap kegiatan. Hal ini membuat suasana belajar menjadi lebih hidup dan bermakna, sekaligus meningkatkan daya serap anak akan nilai-nilai hidup sehat. Selain itu, program ini mendorong guru untuk lebih fokus pada pembentukan karakter anak secara menyeluruh, bukan hanya aspek kognitif saja. Dalam praktiknya, pembelajaran yang mengintegrasikan PHBS menanamkan nilai-nilai positif seperti kedisiplinan, tanggung jawab, rasa peduli terhadap kebersihan dan kesehatan diri sendiri maupun lingkungan sekitar (Anggi, 2022). Anak-anak diajarkan untuk mengembangkan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan sebagai bagian dari gaya hidup sehari-hari. Pembiasaan ini juga mendukung tumbuh kembang anak secara optimal, baik dari sisi fisik maupun mental (Mardiana, 2024).

Dampak yang dihasilkan dari integrasi nilai PHBS ini bersifat sangat positif dan menyeluruh. Tidak hanya meningkatkan kualitas kesehatan fisik anak dengan mengurangi risiko penyakit, tetapi juga membentuk fondasi karakter yang kuat dan berkelanjutan. Kesadaran sosial anak juga mulai tumbuh karena

mereka belajar untuk saling mengingatkan dan membantu teman dalam menerapkan kebiasaan hidup sehat. Dengan demikian, penerapan PHBS sejak usia dini membuka peluang bagi anak untuk terus mengembangkan pola hidup sehat dan karakter positif hingga mereka dewasa dan berkontribusi sebagai individu yang bertanggung jawab dalam masyarakat. Integrasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan pendidikan anak usia dini merupakan investasi yang sangat penting bagi masa depan generasi muda. Dengan menanamkan kebiasaan sehat sejak awal, anak-anak akan tumbuh menjadi individu yang sehat, cerdas, dan berkarakter kuat, sekaligus membantu menciptakan masyarakat yang lebih sehat, produktif, dan berkelanjutan di masa mendatang. Pendekatan ini adalah langkah strategis untuk membentuk fondasi kesehatan dan kualitas sumber daya manusia yang unggul serta berkontribusi positif bagi pembangunan bangsa secara keseluruhan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Integrasi nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam pembelajaran anak usia dini di KB dan TK Mutiara Hati Kemiri berhasil dilakukan melalui pendekatan yang menyenangkan dan interaktif, seperti penggunaan media pembelajaran, lagu tematik, serta praktik langsung. Peran aktif guru, kolaborasi dengan orang tua, serta konsistensi dalam pembiasaan perilaku hidup sehat menjadi kunci keberhasilan penerapan PHBS. Meskipun terdapat tantangan seperti keterbatasan fasilitas, variasi praktik PHBS di rumah, dan kurangnya pelatihan guru, inovasi dan kerja sama yang baik mampu mengatasi hambatan tersebut. Penerapan PHBS sejak usia dini tidak hanya meningkatkan kesehatan fisik anak, tetapi juga membentuk karakter dan pola pikir yang peduli terhadap kesehatan dan lingkungan secara berkelanjutan. Oleh karena itu, integrasi nilai-nilai PHBS perlu menjadi bagian penting dalam sistem pendidikan anak usia dini untuk membangun fondasi kesehatan dan karakter yang kuat sepanjang hidup. Pihak sekolah diharapkan dapat meningkatkan pelatihan dan workshop bagi guru untuk memperdalam pemahaman dan keterampilan mengenai metode pengajaran PHBS. Selain itu, membangun komunikasi yang lebih intensif dan rutin dengan orang tua dapat memastikan konsistensi penerapan perilaku hidup sehat di rumah. Peningkatan fasilitas pendukung, seperti sarana cuci tangan dan area bermain yang bersih, juga penting untuk mendukung praktik PHBS secara optimal. Selain itu, pengembangan modul pembelajaran yang lebih kreatif dan kontekstual dapat membantu anak-anak lebih mudah menyerap nilai-nilai PHBS, sekaligus menumbuhkan kesadaran lingkungan yang lebih baik sejak dini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., Huliatusunisa, Y., & Magdalena, I. (2021). Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal JKFT*, 6(1), 18-28.
- Anggraini, H. (2025). Determinasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah Dasar. *Jurnal Manajemen dan Pendidikan*, 4(4), 28–36.
- Ata, U. A. (n.d.). *Seminar Nasional Dies Natalis ke-57*. 183–189.
- Dea Ananda Br.SK, Keyla Harista Nasution, Muthia Afrah Goslan Siregar, Nur Asiyah Siregar, Nurfaizah Hasibuan, Raisa Shabrina Batu Bara, Sandiyatun Daulay, & Nisrina Nisrina. (2023). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah SMP Muhammadiyah 61 Tanjung Slamet. *ALKHIDMAH: Jurnal Pengabdian Dan Kemitraan Masyarakat*, 2(1), 26–41. <https://doi.org/10.59246/alkhidmah.v2i1.661>
- Desita, N., Lawolo, S., Ramadhani, R., Pendidikan, F. I., & Medan, U. N. (2024). *Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ( PHBS ) di PAUD Desa Somolo-Molo Kecamatan Somolo-Molo Kabupaten Nias*. 2(4).
- Dewi, A. P. (2022). Peran Pendidik dalam Pemeliharaan Kesehatan Anak Usia Dini. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana, 2022*, 98-102.
- Dyah Sulistyaningsih, Widyastuti, Markhamah, H. (2025). *Analisis Metode Pembelajaran Partisipatif dalam Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas III SD Muhammadiyah Jatiyoso*. 12(1), 330–342.
- Elda Felani, Khusnul Fitria Istiqomah, & Inese Nurul Indah Sari. (2025). Implementasi Strategi Participatory Action Research (PAR) untuk Mengoptimalkan Pengelolaan Sampah Berbasis Sekolah: Sebuah Pendekatan Inovatif dan Berkelanjutan. *AN NAJAH (Jurnal Pendidikan Islam dan Sosial Keagamaan)*, 4(3), 21–27.

- Fajriani, L. N., Ariani, F., Solehah, N. Z., Ardian, J., & Jauhari, M. T. (2024). Penguatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Anak Usia Dini di PAUD Az-Zahra. *Alamatana: Jurnal Pengabdian Masyarakat UNW Mataram*, 5(3), 293–297. <https://doi.org/10.51673/jaltn.v5i3.2307>
- Fandi, F., Arniyanti, A., Kasim, E., & Nurbaiti, N. (2022). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(3), 1908. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i3.2199>
- Farida Kartini, M. Hakimi, Fitnaningsih Endang Cahyawati, Christiana, I., Siti Nurul Fadhilah Sari, Okta Zenita Siti Fatimah, & Ana Rofika. (2024). Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak TK ABA An-Nur. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 3(1), 41–49. <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i1.391>
- Febria Nur Fitri Laeli. (2022). Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak di KB Mutiara Bangsa Wanatirta Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes. *Skripsi*, 30–31.
- Fentiani, M. (2024). *Peran Guru dalam Membentuk Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Peserta Didik di Taman Kanak-kanak Darus Sholah Jember*. (Skripsi tidak diterbitkan). Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq, Jember.
- Husna, D. R. (2025). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di RA At Thoyyibah Singogalih Tarik Sidoarjo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 6–11. <https://doi.org/10.59971/jpkm.v2i1.176>
- Kaloko, N., Sihombing, N., Lubis, SA, & Tanjung, TPR (2025). Peran Strategis Pendidikan dan Kesehatan dalam Pembangunan Ekonomi: Membangun Sumber Daya Manusia untuk Masa Depan. *Pusat Publikasi Ilmu Manajemen*, 3(1), 291–298. <https://doi.org/10.59603/ppiman.v3i1.707>
- Marsya, R. N. (2024). Hubungan Peran Orang Tua dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia 4 – 6 Tahun. *Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 1.
- Munzirin, RM, & Afiani, N. (2023). Pentingnya Pendidikan Kesehatan pada Usia Dini. *Penelitian Administrasi Pelayanan Kesehatan dan Sains Kesehatan*, 4(2), 74–76. <https://doi.org/10.58258/rehat.v3i1.6647>
- Nadyastari, I. (2023). *Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Anak Usia Dini di TK Melati Tondo Kecamatan Mantikulore*. 1–111.
- Purnima, E. (2022). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di KB/TK Al Azhar 8 Jakapermai Bekasi. *Science and Education Journal (SNEJ)*, 1, 186–204. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/%0A1>.
- Riadi, R., Sipahutar, A. L., Pratama, B. F., Situmorang, D. A., Ramahwati, D., Sari, D. P., Fathia Arifah Suri, Tungkup, H. P. L., Wibowo, J. Y., Rahma, Y. I., & Rahmat, Z. Z. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa TK Tunas Bangsa. *Dirkantara Indonesia*, 1(2), 65–70. <https://doi.org/10.55837/di.v1i2.36>
- Sandri, M., Hija Sabila, I., Azzahra Qotrunnada, F., Nur Septianawati, L., Suryo Aditiya, D., Andrian, A., Hendrico Abadi, M., Fahri, W., Cahya Mardani, H., Hakiki, M. R., & Seti Utami, S. (2025). Pengembangan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dan Edukasi Perilaku Hidup dan Sehat (PHBS) pada Masyarakat di Lingkungan Ra-Al Kautsar, Tangerang Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 3(4), 961–968. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.493>
- Setiyawati, A., Suci Wulandari, R., & Novitasari, L. (2021). Pencapaian Aspek Perkembangan Anak Usia Dini Selama Pembelajaran Daring di Masa Covid-19. *Jurnal Mentari*, 1, 51–59.
- Suaib, F., Almahdali, F., Yunitasari, G., Bande, N., Veronika, O., & Rahayu, P. (2023). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Program Cuci Tangan, dan Sikat Gigi di SD. *Jurnal Pengembangan Masyarakat*, 4(6), 13474–13476.
- Wahyuni, E. S., Wulandari, E., & Prastiwi, S. (2025). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk Anak-Anak Siswa KB-TK Noor Fadjar Kota Malang*. 4(1), 63–68. <https://doi.org/10.56742/jpm.v4i2.113>
- Wijayanti, W., Wianti, S., & Febriyanti, K. (2024). Peningkatan Pemahaman dan Keterampilan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Kelas IV SDN Petoran. *Daarul Ilmi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 74–86. <https://doi.org/10.52221/daipkm.v2i2.742>
- Yani, L. Y. (2023). Urgensi Pendidikan Karakter di Institusi Pendidikan Kesehatan di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 14(1), 73–81. <https://doi.org/10.21831/jpka.v14i1.54137>
- Zuhra, H. H., Filasofa, L. M. K., & Mursid, M. (2025). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Program Sekolah Ramah Anak PAUD. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(1), 70–81. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i1.903>