

## ***Enhancing Students' Knowledge of Clean and Healthy Living Practices at MTs Darul Ulum Sasa, Ternate City***

### **Peningkatan Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di MTs Darul Ulum Sasa Kota Ternate**

**Mutmainnah<sup>1</sup>, Muhammad Subhan A. Sibadu<sup>1</sup>, Rufaidah Azzahrah<sup>1</sup>,  
Nurul Izzah H. L. Pasi<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Khairun, Ternate, 97719, Indonesia

Corresponding author: Mutmainnah, Prodi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Khairun, Ternate, 97719, Indonesia, Email: [mutmainnah@unkhair.ac.id](mailto:mutmainnah@unkhair.ac.id)

---

#### **Riwayat Artikel**

Diterima: 08 Januari 2026

Disetujui: 28 Januari 2026

Dipublikasi: 02 Februari 2026

#### **Keywords**

health education, knowledge improvement, PHBS

---

#### **Abstract**

*Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a promotive and preventive effort that plays a crucial role in preventing environment-based diseases, particularly among school-aged children in coastal areas. MTs Darul Ulum Sasa, located in the coastal area of Ternate City, is a school where the implementation of PHBS remains relatively low. This community service activity aimed to improve students' knowledge regarding PHBS through health education. A participatory approach was employed, consisting of pre-test, interactive educational sessions, discussions, and post-test. The activity was conducted on April 11, 2025, involving 18 students of MTs Darul Ulum Sasa. A multiple-choice questionnaire was used as the evaluation instrument to measure students' knowledge before and after the educational intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a significant increase in the mean knowledge score from  $59.09 \pm 29.10$  in the pre-test to  $79.55 \pm 15.27$  in the post-test, with a statistically significant difference ( $p < 0.05$ ). These findings indicate that PHBS education was effective in enhancing students' understanding of the importance of personal and environmental hygiene.*

---

#### **PENDAHULUAN**

Wilayah pesisir memiliki karakteristik sosial dan lingkungan yang kompleks (Siahaya et al., 2025). Masyarakat pesisir Maluku Utara, khususnya yang tinggal di Kota Ternate, hidup berdampingan dengan laut. Masyarakat pesisir sangat bergantung pada sumber daya kelautan sebagai penopang ekonomi dan kebutuhan sehari-hari (Ahmadin et al., 2025). Namun, tingginya aktivitas domestik dan minimnya kesadaran lingkungan menyebabkan permasalahan seperti pencemaran laut akibat sampah yang bersumber dari darat. Kebiasaan membuang sampah sembarangan bukan hanya mencemari lingkungan, tetapi juga menjadi sumber berkembangnya berbagai penyakit (Dhahir, 2020).

Penyakit-penyakit seperti diare, demam berdarah dengue (DBD), kecacingan, penyakit kulit, serta gangguan kesehatan gigi menjadi kasus umum yang menyerang masyarakat, terutama anak usia sekolah (Khairunnisa et al., 2022). Penelitian menunjukkan bahwa

rendahnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah berkorelasi dengan meningkatnya insiden penyakit-penyakit tersebut (Guspianto, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa PHBS merupakan komponen penting dalam mencegah penyakit berbasis lingkungan, khususnya pada komunitas rentan seperti siswa (Sari et al., 2025).

MTs Darul Ulum Sasa merupakan salah satu sekolah yang berada di wilayah pesisir Kota Ternate dan merepresentasikan tantangan kesehatan lingkungan yang umum dijumpai di kawasan tersebut. Selain itu, ketersediaan fasilitas Unit Kesehatan Sekolah (UKS) masih terbatas. UKS menjadi ujung tombak pemberdayaan sekolah dalam membiasakan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) serta meningkatkan derajat kesehatan peserta didik (Sella et al., 2023). Pengelolaan kebersihan lingkungan sekolah juga memerlukan penguatan lebih lanjut melalui peningkatan kesadaran warga sekolah (Isti'annah et al., 2023). Hal ini juga memerlukan dukungan sarana dan prasarana yang memadai agar tercipta lingkungan belajar yang sehat, nyaman, dan kondusif (Dini et al., 2025).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan serangkaian perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kualitas hidup (Abdullah & Mutmainnah, 2023). Implementasi PHBS yang konsisten tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga memberikan kontribusi positif terhadap lingkungan sekitar (Sulistiyorini et al., 2025). Penerapan PHBS di sekolah sangat penting untuk membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini (Priliana & Herlina, 2025). Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat menimba ilmu, tetapi juga sebagai agen perubahan perilaku sosial dan kesehatan di masyarakat. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan siswa tentang PHBS melalui pendekatan edukatif yang sistematis diharapkan mampu menurunkan risiko penyakit berbasis lingkungan serta menciptakan lingkungan belajar yang sehat, aman, dan produktif (Hartono et al., 2011).

## **METODE**

### ***Rancangan Study dan Lokasi***

Kegiatan pengabdian masyarakat (PKM) ini dilaksanakan sebagai bentuk upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesadaran serta pemahaman siswa sekolah menengah pertama mengenai pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Metode yang digunakan meliputi edukasi kesehatan melalui penyuluhan interaktif dan diskusi tanya jawab dengan bantuan media presentasi visual dan *banner*. Kegiatan ini dilaksanakan di MTs Darul Ulum Sasa, yang berlokasi di wilayah pesisir Kecamatan Ternate Selatan, Kota Ternate. Kegiatan dilaksanakan pada Jumat, 11 April 2025.

### ***Populasi dan Subjek***

Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak 18 siswa (i). Pelaksanaan kegiatan terdiri dari lima tahapan utama, yaitu sosialisasi dan koordinasi awal, *pre-test*, pemberian edukasi PHBS, diskusi dan tanya jawab, serta *post-test*. Edukasi dilaksanakan melalui ceramah interaktif yang disampaikan dengan bahasa sederhana dan disesuaikan dengan tingkat pemahaman siswa. Penyampaian materi didukung oleh media visual berupa slide presentasi dan *banner* edukatif untuk meningkatkan daya tarik dan pemahaman siswa.

### ***Prosedur Pengabdian Masyarakat***

Kegiatan dimulai dengan tahap koordinasi dan sosialisasi kepada pihak sekolah, termasuk kepala sekolah dan guru, untuk menjelaskan tujuan, manfaat, serta mekanisme pelaksanaan kegiatan edukasi PHBS. Tahap koordinasi dan sosialisasi merupakan tahapan penting sebagai landasan kerja sama dan dukungan institusional. Materi edukasi disampaikan melalui metode ceramah interaktif dengan bantuan media presentasi visual dan *banner*. Materi yang diberikan mencakup Pengertian dan langkah-langkah PBHS yang meliputi pola makan, pola istirahat, kebersihan, dan olahraga. Penyampaian materi disesuaikan dengan tingkat pemahaman siswa (i) agar mudah dipahami. Untuk memperkuat pemahaman dan meningkatkan partisipasi aktif siswa (i), kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab bertema PHBS. Siswa (i) diberikan kuis interaktif yang bertujuan membentuk suasana belajar yang menyenangkan dan komunikatif. Tim PKM juga memberikan bantuan peralatan UKS kepada pihak sekolah sebagai penunjang UKS.

### ***Variabel dan Instrumen***

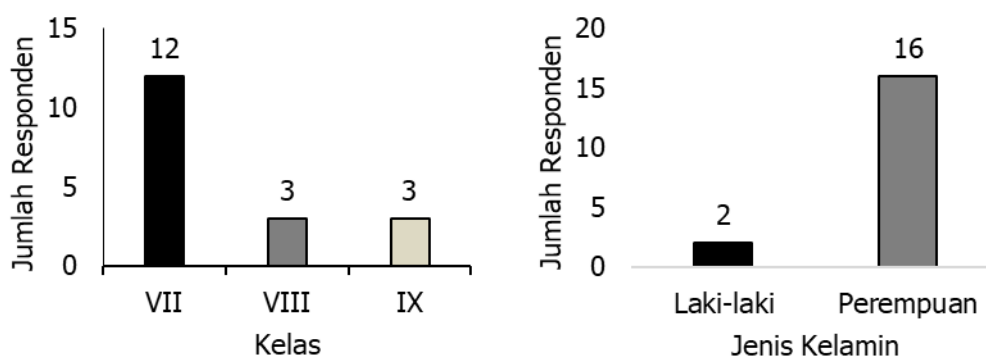
Siswa (i) diberikan instrumen *pre-test* berupa angket berisi soal pilihan ganda terkait definisi PHBS, pencegahan penyakit, pola hidup sehat (makan, istirahat, kebersihan), serta peran olahraga bagi kesehatan. Instrumen yang digunakan pada kegiatan ini mengacu pada instrumen yang digunakan oleh Mutmainnah dan Sibadu (2025). *Pre-test* ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta sebelum diberikan materi edukatif (Adri, 2020). Setelah sesi edukasi selesai, siswa (i) diberikan *post-test* dengan soal yang sama seperti *pre-test* untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah kegiatan edukasi (gambar 5). Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* digunakan sebagai indikator efektivitas kegiatan (Badiani, 2023). Kegiatan ditutup dengan sesi dokumentasi bersama siswa (i).

### ***Analisis Data***

Hasil *pre-test* dan *post-test* dianalisis menggunakan *Wilcoxon Test*, yaitu uji nonparametrik untuk membandingkan dua data berpasangan sebelum dan sesudah intervensi. Uji ini digunakan karena tidak memerlukan asumsi normalitas data. Perbedaan dinyatakan signifikan apabila nilai *p-value* < 0,05, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah kegiatan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

MTs Darul Ulum Sasa Kota Ternate adalah sekolah menengah pertama yang berlokasi di Jl. Pertamina, Kelurahan Sasa, Kecamatan Ternate Selatan, Kota Ternate, Provinsi Maluku Utara. Sekolah ini didirikan pada 25 Juli 2007 dan saat ini terakreditasi B (BAN-PDM, 2025). Kegiatan edukasi PHBS yang dilaksanakan di MTs Darul Ulum Sasa bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa terkait pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sebagai bagian dari upaya pencegahan penyakit berbasis lingkungan. Kegiatan dilakukan melalui rangkaian sistematis meliputi *pre-test*, penyampaian materi edukatif, dan *post-test* sebagai evaluasi. Berdasarkan Gambar 7 sebanyak 18 siswa (i) kelas VII, VIII, dan IX terlibat dalam kegiatan ini dengan komposisi siswa kelas VII (66%), kelas VIII (17%), dan kelas IX (17%) sedangkan berdasarkan variasi jenis kelamin yaitu perempuan (89%) dan 2 laki-laki (11%).



Gambar 1. Distribusi responden berdasarkan kelas (a) dan Jenis Kelamin (b)

Pada awal kegiatan, siswa diberikan *pre-test* yang berisi 10 soal pilihan ganda terkait pengetahuan PHBS, seperti definisi dan langkah-langkah PHBS. Soal terdiri dari 10 pertanyaan tertutup (*Close-Ended Questions*) tipe benar atau salah (*True or False Questions*). Kelebihan dari *close-ended question* yakni memudahkan responden dalam menjawab, jawaban akan lebih fokus, serta mudah untuk dianalisis (Abdullah et al., 2025). Selanjutnya, materi edukatif disampaikan secara interaktif menggunakan ceramah dan diskusi, dibantu media visual selama  $\pm 30$  menit. Setelah materi selesai, siswa mengerjakan *post-test* dengan soal yang sama dengan *pre-test*. Proses pembelajaran yang diawali dengan pelaksanaan *pre-test* dan diakhiri dengan *post-test* bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal siswa serta mengukur sejauh mana perkembangan kognitif siswa setelah menerima materi pembelajaran (Effendy, 2016). Desain *pre-test* dan *post-test* dinilai tepat digunakan untuk menggambarkan perubahan pengetahuan secara objektif sebagai dampak dari kegiatan penyuluhan (Amin et al., 2025).

Tabel 1. Hasil evaluasi penyuluhan

	Mean $\pm$ SD	Min-Maks	Pvalue
Pre-test	59,09 $\pm$ 29,10	0-100	0.008
Post-test	79,55 $\pm$ 15,27	30-100	

Evaluasi melalui *post-test* menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan siswa (lihat Tabel 1). Nilai *pre-test* terendah 0 dan tertinggi 100 dengan rata-rata  $59,09 \pm 29,10$  sedangkan nilai *post-test* terendah 30 dan tertinggi 100 dengan rata-rata  $79,55 \pm 15,27$ . Berdasarkan hasil analisa secara statistik menggunakan *Wilcoxon Test*, pengetahuan siswa meningkat secara signifikan ( $P < 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa penyampaian materi penyuluhan kepada siswa (i) MTs Darul Ulum Sasa Kota Ternate dipahami dengan baik. Hasil ini menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif dalam menyampaikan pesan kesehatan secara sederhana namun bermakna. Temuan ini sejalan dengan hasil kegiatan PKM Mutmainnah dan Sibadu (2025) yang menunjukkan bahwa edukasi PHBS di Pesantren Hidayatullah Kota Ternate secara signifikan meningkatkan pemahaman dan kesadaran santri terhadap kebersihan pribadi dan lingkungan. Peningkatan pengetahuan ini tidak hanya terbukti dari hasil *pre-test* dan *post-test*. Dengan demikian, kegiatan edukasi yang dilaksanakan di MTs Darul Ulum Sasa memiliki dampak positif yang selaras dengan temuan di dua lokasi berbeda tersebut. Pendekatan yang komunikatif, kontekstual, dan partisipatif terbukti dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai PHBS

dan diharapkan dapat mendorong penerapan kebiasaan sehat secara mandiri dan berkelanjutan.

## KESIMPULAN

Kegiatan edukasi PHBS di MTs Darul Ulum Sasa, Kota Ternate, berhasil meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan, terbukti dari kenaikan nilai rata-rata *pre-test* ( $59,09 \pm 29,10$ ) menjadi *post-test* ( $79,55 \pm 15,27$ ) dengan hasil uji statistik menunjukkan perbedaan bermakna ( $p < 0,05$ ). Hasil kegiatan menunjukkan perlunya penguatan edukasi PHBS secara berkelanjutan, didukung kebijakan sekolah sehat, sarana UKS yang memadai, serta kolaborasi sekolah dan pihak eksternal (puskesmas dan perguruan tinggi) untuk mendorong penerapan PHBS secara berkelanjutan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Khairun sebagai fasilitator pelaksanaan kegiatan PKM, serta kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) Universitas Khairun atas dukungan dan hibah pendanaan yang diberikan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

## DAFTAR REFERENSI

- Abdullah, A., Disi, M. Z. A., & Hartina, S. (2025). Peningkatan Kemandirian Kesehatan Masyarakat Pesisir melalui Pendidikan Kesehatan Dasar di SMPN 10 Kota Ternate. *Buletin Pengabdian*, 5(3), 180–186. <https://doi.org/10.24815/bulpen.v5i3.47105>
- Abdullah, A., & Mutmainnah. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Santri Pondok Pesantren Al-Quran Babussalam Al-Mughtariyah Cabang Kepulauan Selayar. *Pekan : Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(2), 23–29.
- Adri, R. F. (2020). Pengaruh Pre-Test terhadap Tingkat Pemahaman Mahasiswa Program Studi Ilmu Politik pada Mata Kuliah Ilmu Alamiah Dasar. *Menara Ilmu*, XIV(1), 81–85.
- Ahmadin, Hasbi, I., Alpihan, Salim, K., Prastiyo, E. B., Maifizar, A., Arfa, D., Rusdi, Sakaria, F. S., Wardani, E. Y., Sembada, P. T. S., Mustopa, Husni, A., & Elsera, M. (2025). *Sosiologi Masyarakat Pesisir*. Penerbit Widina Media Utama.
- Amin, S., Anisa, A., Afifah, F. N., Nurahman, R. P., Destian, L., Fuadah, I. S., & Saputra, E. Y. (2025). Optimalisasi Penyuluhan Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan Keluarga Pasien Tentang Penyakit Asma: Studi Pretest-Posttest di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi Dan Perubahan*, 5(3), 199–207. <https://doi.org/10.59818/jpm.v5i3.1654>
- Badianti, A. (2023). Efektivitas Pre-Test dan Post-Test dalam Pembelajaran Listening di Kalangan Mahasiswa. *Tarbwai: Journal on Islamic Education*, 7(1), 110–120.
- BAN-PDM. (2025). *Data Sekolah MTs Darul Ulum Sasa*. BAN-PDM. <https://ban-pdm.id/satuanpendidikan/60205726>
- Dhahir, D. F. (2020). Shaping and Maintaining Anti-Littering Behavior of The Community in Indonesia. *The 2nd International Conference of Interdisciplinary Research on Green Environmental Approach for Sustainable Development*, 575. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/575/1/012212>
- Dini, A. R., Permana, D., Fitriani, E., Ramadhani, F., Ananda, H. A., & Gemaini, A. (2025). Implementasi Edukasi PHBS oleh Mahasiswa KKN terhadap Perubahan Perilaku Kesehatan di SDN 10 Mara sebagai Upaya Menuju Lingkungan Belajar yang Bersih, Aman, dan Nyaman. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(3), 40901–40912.
- Effendy, I. (2016). Pengaruh Pemberian Pre-Test dan Post-Test terhadap Hasil Belajar Mata Diklat HDW.DEV.100.2.A pada Siswa SMK Negeri 2 Lubuk Basung. *Volt: Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknik Elektro*, 1(2), 81–88. <https://doi.org/10.30870/volt.v1i2.2873>

- Guspianto. (2024). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Praktik Mencuci Tangan Pakai Sabun di SD 23/VII Desa Tuo Ilir Kabupaten Tebo. *Medic*, 7(1), 62–67.
- Hartono, B., Pramudho, K., Rauf, R., Setiaji, B., Gempari, R., Zuraida, & Ismoyowati. (2011). *Pedoman Pembinaan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Isti'annah, Zaini, T. B., & Taryan. (2023). Manajemen Strategi Kebersihan Lingkungan Sekolah. *Pesan-Trend: Jurnal Pesantren Dan Madrasah*, 2(2), 101–105.
- Khairunnisa, A., Maryanah, A., Nabila, S. P., & Luli, M. K. (2022). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa-Siswi MI Muhammadiyah 01 Depok. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 2(1), 141–147. <https://doi.org/10.53801/jpmsk.v2i1.91>
- Mutmainnah, & Sibadu, M. S. A. (2025). Peningkatan Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Hidayatullah Kota Ternate. *Indra: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 54–58. <https://doi.org/10.29303/indra.v6i2.455> Article
- Priliana, W. K., & Herlina, T. (2025). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar: Meningkatkan Kesadaran dan Penerapan PHBS untuk Kesehatan Siswa. *Jurnal Abdimas Pamenang*, 3(1), 61–64.
- Sari, T. B., Ningsih, A. P., & Sudirham. (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), 129–136. <https://doi.org/10.36722/jpm.v7i2.4054>
- Sella, S., Febriawati, H., & Afriyanto. (2023). Peran Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dalam Pembinaan Sekolah Sehat. *Ihsan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 167–176. <https://doi.org/10.30596/ihsan.v5i2.15101>
- Siahaya, A. N., Latumahina, F. S., Lewerissa, Y. A., Wattimena, J. A. Y., Bachry, S., Ayu, F., Supriyati, W., Rusdi, Anandari, A. A., L. M. R. T., Ahmed, Y., & Wardani, E. Y. (2025). *Pulau-Pulau Kecil dan Lingkungan Wilayah Pesisir*. Penerbit Widina Media Utama.
- Sulistiyorini, D., Diponegoro, A. P. D. R., Cahya, I. D., Al-Hamdy, M. H., Putri, N. S. A., Permana, R. D., Basoriyah, T., & Rahmadini, T. (2025). Gerakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Rumah Tangga sebagai Pilar Pencegahan Penyakit di Kelurahan Srengseng Sawah, Jagakarsa, Jakarta Selatan. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 363–372. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v6i1.565>