



EFEKTIVITAS EDUKASI KESEHATAN TERHADAP PENINGKATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS): LITERATURE REVIEW

Ananda Maudia*, Teten Tresnawan, Susilawati

Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi, Jl. Karamat No. 36, Kota Sukabumi, Jawa Barat, 43122, Indonesia

*anandamaudia9@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya pemberdayaan masyarakat agar mampu mengenali, mencegah, dan mengatasi masalah kesehatan secara mandiri melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Rendahnya penerapan PHBS di masyarakat, termasuk di wilayah perkotaan, berkontribusi terhadap tingginya angka penyakit berbasis lingkungan dan perilaku. Edukasi kesehatan merupakan intervensi promotif yang berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik PHBS pada masyarakat. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas edukasi kesehatan terhadap peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat melalui pendekatan *literature review* berbasis PRISMA dengan penelusuran pada database Google Scholar, PubMed, dan Scopus tahun 2022–2026, sehingga diperoleh 10 artikel dari 1.470 artikel yang teridentifikasi, dilakukan penghapusan duplikasi, seleksi judul dan abstrak, serta penilaian kelayakan teks lengkap berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, sehingga diperoleh 10 artikel terpilih yang dianalisis secara naratif. Hasil sintesis menunjukkan bahwa edukasi kesehatan secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan masyarakat terkait PHBS ($p < 0,05$), dengan efektivitas yang dipengaruhi oleh metode penyampaian, media edukasi, dan durasi intervensi. Kesimpulannya, edukasi kesehatan merupakan strategi promotif berbasis bukti yang efektif dalam meningkatkan PHBS pada masyarakat.

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

THE EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION IN IMPROVING CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOR (PHBS): A LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a community empowerment effort to enable people to recognize, prevent, and independently address health problems through the application of clean and healthy living behaviors in daily life. The low implementation of PHBS in the community, including in urban areas, contributes to high rates of environment- and behavior-based diseases. Health education is a promotive intervention that plays an important role in improving community knowledge, attitudes, and practices related to PHBS. This study aimed to analyze the effectiveness of health education on improving clean and healthy living behavior among the community through a PRISMA-based literature review approach, searching Google Scholar, PubMed, and Scopus databases from 2022–2026, resulting in 10 articles selected from 1,470 articles identified, duplicates were removed, and the remaining records underwent title and abstract screening and full-text eligibility assessment based on inclusion and exclusion criteria, resulting in 10 selected articles that were analyzed narratively. Synthesis results show that health education significantly improves community knowledge, attitudes, and practices related to PHBS ($p < 0.05$), with effectiveness influenced by delivery method, educational media, and intervention duration. In conclusion, health education is an evidence-based promotive strategy that is effective in improving PHBS in the community.

Keywords: clean and healthy living behavior; community; health education; health promotion; PHBS

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok, atau

masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan serta berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Meiyofilani et al., 2026). PHBS mencakup berbagai tatanan, meliputi rumah tangga, sekolah, tempat kerja, tempat umum, dan fasilitas kesehatan, dengan indikator utama seperti kebiasaan mencuci tangan pakai sabun, penggunaan air bersih, pengelolaan sampah yang tepat, konsumsi gizi seimbang, aktivitas fisik teratur, serta tidak merokok. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menetapkan PHBS sebagai salah satu program prioritas dalam upaya promotif dan preventif untuk menurunkan beban penyakit menular maupun tidak menular di masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Data menunjukkan bahwa penerapan PHBS di masyarakat Indonesia masih belum optimal, tercermin dari masih tingginya angka kejadian penyakit berbasis lingkungan seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut, dan penyakit kulit yang erat kaitannya dengan praktik kebersihan yang kurang memadai. Rendahnya penerapan PHBS dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tingkat pengetahuan, sikap, ketersediaan sarana dan prasarana, dukungan lingkungan sosial, serta akses terhadap informasi kesehatan yang tepat (Kalsum et al., 2025). Kondisi ini turut menjadi tantangan bagi wilayah perkotaan yang berkembang di Indonesia, di mana dinamika kepadatan penduduk dan mobilitas masyarakat yang tinggi dapat memengaruhi konsistensi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Edukasi kesehatan merupakan salah satu intervensi promotif yang paling banyak diterapkan dalam upaya meningkatkan PHBS di masyarakat. Edukasi kesehatan bekerja melalui penyampaian informasi yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, dan pada akhirnya mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat (Sahalessy et al., 2026). Berbagai metode edukasi kesehatan telah dikembangkan dan diterapkan, mulai dari penyuluhan konvensional, pendekatan kelompok sosial, penggunaan media audiovisual, hingga edukasi berbasis keterampilan (*skill-based health education*) yang melibatkan partisipasi aktif sasaran (Omura et al., 2024). Setiap metode edukasi memiliki karakteristik dan tingkat efektivitas yang berbeda-beda bergantung pada konteks sasaran, durasi intervensi, dan media yang digunakan.

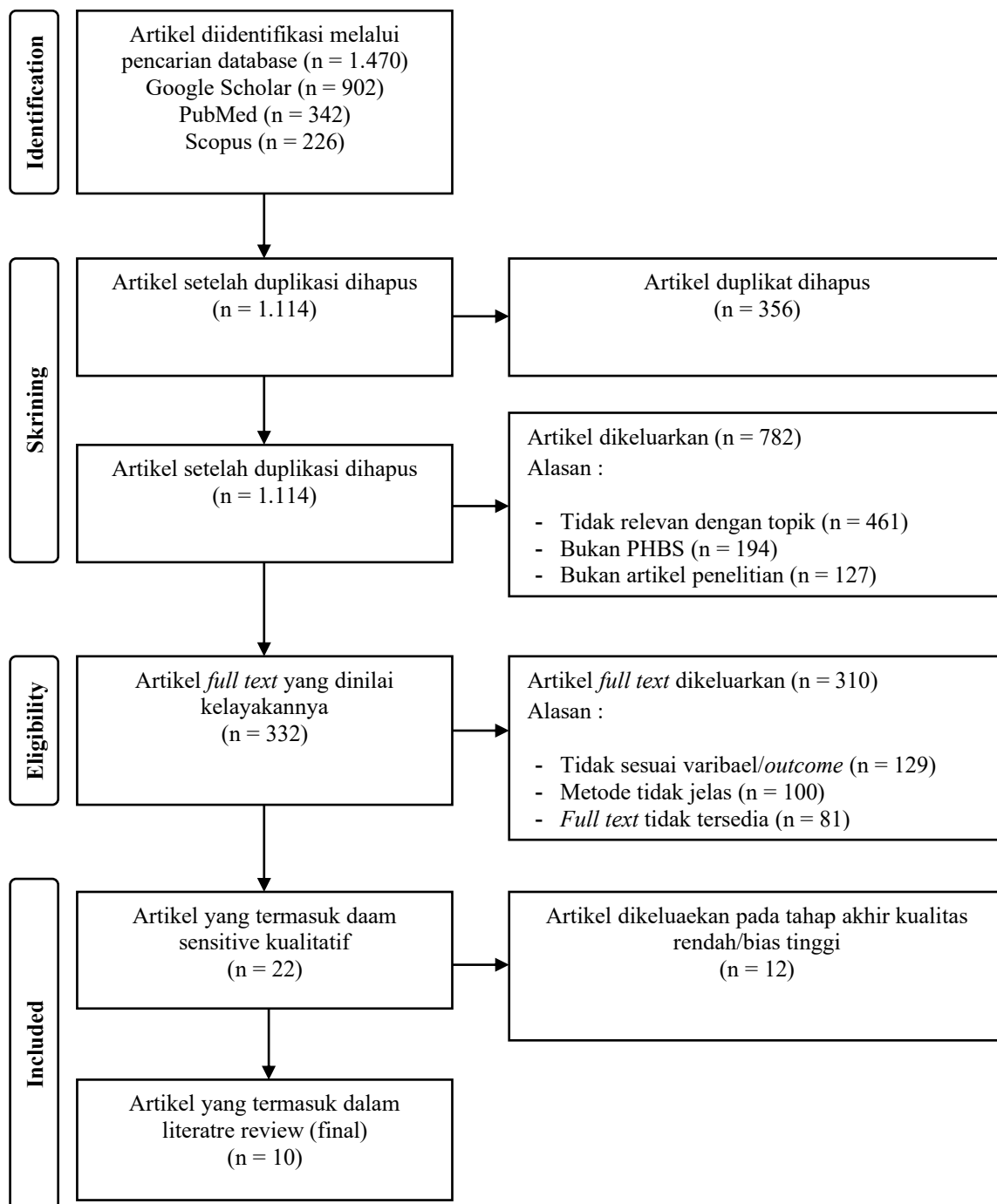
Bukti ilmiah dari berbagai studi baik pada tataran nasional maupun internasional secara konsisten menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang terstruktur mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik PHBS pada berbagai kelompok sasaran, mulai dari anak usia sekolah hingga masyarakat umum (Ismail et al., 2024; Chen et al., 2024). Meskipun demikian, efektivitas edukasi kesehatan tidak selalu konsisten pada seluruh domain perilaku; beberapa studi melaporkan bahwa perubahan pada aspek sikap memerlukan durasi intervensi yang lebih panjang dibandingkan perubahan pengetahuan atau tindakan (Kalsum et al., 2025). Selain itu, intervensi yang bersifat multikomponen dan melibatkan penguatan kelembagaan masyarakat turut memberikan hasil yang lebih kompleks dan memerlukan periode evaluasi jangka panjang untuk melihat dampak yang bermakna (Quattrochi et al., 2025).

Kajian yang mengintegrasikan bukti terbaru dari studi nasional dan internasional secara komprehensif mengenai efektivitas edukasi kesehatan terhadap peningkatan PHBS pada masyarakat, khususnya yang relevan dengan konteks masyarakat perkotaan di Indonesia, masih terbatas. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi kesehatan terhadap peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada masyarakat melalui pendekatan *literature review* berbasis PRISMA dengan sumber studi empiris terbaru tahun 2022–2026, yang mencakup 5 artikel nasional dan 5 artikel internasional.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *literature review* yang didasarkan pada topik "Efektivitas Edukasi Kesehatan terhadap Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Masyarakat" melalui kerangka kerja PICO sebagai berikut: P (*Population*): masyarakat umum,

termasuk anak usia sekolah dan kelompok dewasa; I (*Intervention*): edukasi kesehatan dalam berbagai metode dan media; C (*Comparison*): tanpa edukasi kesehatan, edukasi konvensional, atau kondisi sebelum intervensi (*pre-test*); O (*Outcome*): peningkatan pengetahuan, sikap, dan/atau tindakan PHBS. Basis data yang digunakan adalah Google Scholar, PubMed, dan Scopus. Kata kunci yang digunakan adalah "edukasi kesehatan", "*health education*", "perilaku hidup bersih dan sehat", "PHBS", "*clean and healthy living behavior*", "*hygiene behavior*", "masyarakat", "*community*" dengan operator Boolean (AND, OR). *Search string* lengkap: ("*health education*" OR "edukasi kesehatan" OR "penyuluhan kesehatan") AND ("PHBS" OR "*clean and healthy living behavior*" OR "*hygiene behavior*" OR "perilaku hidup bersih dan sehat") AND ("masyarakat" OR "*community*").



Gambar 1. Diagram alur PRISMA pada proses seleksi artikel

Kriteria kelayakan. Kriteria inklusi yang digunakan adalah: (1) artikel yang dipublikasikan pada tahun 2022–2026; (2) tersedia dalam bentuk *full text* dengan akses terbuka (*open access*); (3)

menggunakan bahasa Indonesia atau Inggris; (4) berjenis penelitian kuantitatif (*quasi experiment, randomized controlled trial, systematic review, meta-analysis*); (5) memiliki kesesuaian variabel penelitian yaitu edukasi kesehatan sebagai intervensi dan peningkatan PHBS (pengetahuan, sikap, dan/atau tindakan) sebagai luaran utama; (6) terdiri dari kombinasi artikel nasional dan internasional untuk memberikan perspektif yang komprehensif. Kriteria eksklusi meliputi: artikel berupa opini, editorial, atau ulasan tanpa data primer/sintesis sistematis; artikel yang tidak melaporkan hasil intervensi edukasi secara kuantitatif; serta artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian setelah pembacaan *full text*.

Ekstraksi data. Tahap pencarian artikel dilakukan secara sistematis melalui tiga basis data utama. Artikel yang tidak sesuai dengan kriteria inklusi dikeluarkan secara bertahap. Setelah diperoleh artikel yang memenuhi kriteria inklusi, penilaian kualitas dilakukan menggunakan *Critical Appraisal Skills Programme (CASP)* untuk menjamin bahwa hanya studi dengan kualitas metodologi yang memadai dimasukkan dalam sintesis. Penelusuran dilakukan dalam dua tahap: Tahap pertama berfokus pada kriteria umum (tahun publikasi 2022–2026, *full text open access*, bahasa Indonesia atau Inggris); Tahap kedua berfokus pada kesesuaian dengan kerangka PICO serta keseimbangan proporsi artikel nasional dan internasional. Data diekstraksi secara terstandar meliputi: nama peneliti, tahun publikasi, negara/asal jurnal (nasional/internasional), desain penelitian, jumlah sampel, metode dan media edukasi kesehatan yang digunakan, instrumen pengukuran PHBS, dan hasil utama (nilai p, perbedaan rerata *pre-post*).

HASIL

Hasil pencarian artikel melalui database Google Scholar, PubMed, dan Scopus memperoleh 1.470 artikel. Setelah proses penghapusan duplikasi dan seleksi bertahap berdasarkan judul, abstrak, serta kesesuaian *full text*, diperoleh 10 artikel yang memenuhi seluruh kriteria inklusi dan dianalisis dalam penelitian ini, terdiri dari 5 artikel nasional dan 5 artikel internasional. Penilaian kualitas studi menggunakan CASP menunjukkan bahwa kesepuluh artikel terpilih memenuhi kriteria kelayakan kualitatif dengan skor sedang hingga tinggi.

Tabel 1.
Analisis Artikel

No	Topik	Peneliti	Desain	Populasi & Sampel	Hasil
1	Efektivitas Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Siswa SDN 025 Sinambek Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi.	(Meiyofilani et al., 2026)	Quasi Experiment, One Group Pre-Post Test	Siswa SDN 025 Sinambek, Kecamatan Kuantan Tengah, Kabupaten Kuantan Singingi	Edukasi PHBS secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa terkait perilaku hidup bersih dan sehat ($p < 0,05$), menegaskan efektivitas edukasi kesehatan sebagai strategi promotif dan preventif dalam mencegah penyakit berbasis lingkungan pada anak usia sekolah.
2	Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Perubahan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	(Sahalessy et al., 2026)	Pre-Experimental, One Group Pre-Post Test	Masyarakat di wilayah kerja Puskesmas setempat	Edukasi kesehatan berpengaruh signifikan terhadap perubahan perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat, dengan peningkatan bermakna pada indikator pengetahuan, sikap, dan praktik PHBS setelah diberikan intervensi edukasi.
3	Efektivitas Media Promosi Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	(Mufidah et al., 2024)	Quasi Experiment, Pre-Post Test	Masyarakat sasaran promosi kesehatan	Media promosi kesehatan yang digunakan dalam edukasi PHBS efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat secara signifikan, menunjukkan bahwa pemilihan media edukasi turut memengaruhi keberhasilan perubahan perilaku hidup bersih dan sehat.

No	Topik	Peneliti	Desain	Populasi & Sampel	Hasil
4	Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Masyarakat di Desa Sibowi Wilayah Kerja Puskesmas Kamaipura Kabupaten Sigi	(Kalsum et al., 2025)	Quasi Experiment, Pre-Post Test	Masyarakat Desa Sibowi, wilayah kerja Puskesmas Kamaipura, Kabupaten Sigi	Penyuluhan kesehatan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan tindakan masyarakat sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan, meskipun tidak ditemukan pengaruh signifikan pada aspek sikap, mengindikasikan perubahan sikap memerlukan durasi intervensi yang lebih panjang.
5	Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)	(Widiastuti, 2025)	Pre-Experimental, One Group Pretest-Posttest	Masyarakat Desa Pahandut (n=100)	Edukasi kesehatan secara signifikan meningkatkan pengetahuan ($p<0,001$) dan perilaku PHBS masyarakat setelah intervensi, dinilai melalui kuesioner pengetahuan dan perilaku serta observasi langsung, menegaskan efektivitas edukasi terstruktur pada populasi umum.
6	Promoting Healthy Practices Among Schools and Children in Rural Bangladesh: A Randomised Controlled Trial of Skill-Based Health Education	(Omura et al., 2024)	Cluster Randomized Controlled Trial	180 sekolah dasar di Distrik Jhenaidah, Bangladesh	Edukasi kesehatan berbasis keterampilan (SBHE) yang disampaikan mingguan selama satu tahun secara signifikan meningkatkan praktik kebersihan sekolah dan anak, termasuk perbaikan tingkat kontaminasi tangan (ATP) pascaintervensi dibandingkan kelompok kontrol.
7	Hand Hygiene Education Components Among First-Year Nursing Students: A Cluster Randomized Clinical Trial	(Chen et al., 2024)	Cluster Randomized Clinical Trial	270 mahasiswa keperawatan tahun pertama di Hong Kong	Program edukasi kebersihan tangan yang menyertakan video instruksional secara signifikan meningkatkan kualitas cuci tangan dan persentase langkah yang dilakukan dengan benar dibandingkan kelompok kontrol, menegaskan efektivitas media audiovisual dalam edukasi PHBS.
8	The Effects of School-Based Hygiene Intervention Programme: Systematic Review and Meta-Analysis	(Ismail et al., 2024)	Systematic Review & Meta-Analysis (39 uji coba, 22 negara)	Anak usia sekolah dari 39 uji coba di 22 negara	Intervensi kebersihan berbasis sekolah meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik kebersihan (SMD=2,30) serta meningkatkan praktik cuci tangan (RR=1,75) dan menurunkan ketidakhadiran akibat infeksi (RR=0,74) dibandingkan kurikulum standar.
9	Effects of a Community-Driven Water, Sanitation, and Hygiene Intervention on Diarrhea, Child Growth, and Local Institutions	(Quattrochi et al., 2025)	Cluster-Randomized Controlled Trial	332 desa (121 klaster) di empat provinsi, Republik Demokratik Kongo	Program WASH berbasis komunitas meningkatkan skor indeks kelembagaan air-sanitasi-kebersihan secara signifikan serta meningkatkan akses terhadap sumber air dan sanitasi yang lebih baik, meskipun belum menunjukkan efek signifikan terhadap prevalensi diare dan status pertumbuhan anak dalam jangka menengah.
10	Impact of an Educational Intervention on Water, Sanitation and Hygiene Knowledge, Attitudes, and Practices in Early Childhood Development Centres in Low-Socio-Economic Areas in the Nelson Mandela Bay, South Africa	(Melariri et al., 2024)	Quasi-Experimental, One Group Pre-Post Test	51 praktisi PAUD (ECD) di Nelson Mandela Bay, Afrika Selatan	Edukasi WASH (setara indikator PHBS terkait air bersih, sanitasi, dan kebersihan) secara signifikan meningkatkan skor pengetahuan ($p<0,001$), sikap ($p<0,001$), dan praktik ($p=0,001$), menunjukkan bahwa edukasi terstruktur efektif memperbaiki KAP (knowledge, attitude, practice) WASH pada tenaga pengasuh anak usia dini.

PEMBAHASAN

Sintesis dari 10 artikel yang dianalisis (5 artikel nasional dan 5 artikel internasional) secara konsisten menunjukkan bahwa edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan/atau tindakan masyarakat terkait PHBS ($p < 0,05$). Alih-alih dibahas satu per satu berdasarkan urutan artikel, sintesis berikut dikelompokkan ke dalam tiga tema utama: (1) efektivitas berdasarkan metode intervensi, (2) perbedaan dampak pada domain pengetahuan, sikap, dan tindakan, serta (3) peran durasi intervensi dan penguatan kelembagaan dalam keberlanjutan perubahan perilaku.

Penyuluhan atau ceramah konvensional merupakan metode yang paling banyak digunakan pada studi nasional. Meiyofilani et al. (2026) pada siswa SDN 025 Sinambek, Kabupaten Kuantan Singingi, Sahalessy et al. (2026) pada masyarakat umum di wilayah kerja Puskesmas, dan Kalsum et al. (2025) di Desa Sibowi, Kabupaten Sigi, seluruhnya membuktikan bahwa penyuluhan konvensional secara signifikan meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait PHBS. Namun demikian, Kalsum et al. (2025) menemukan bahwa metode ini tidak selalu cukup untuk mengubah sikap, mengindikasikan keterbatasan ceramah satu arah dalam membentuk keyakinan dan penerimaan personal terhadap PHBS.

Pemilihan media edukasi turut memengaruhi hasil. Mufidah et al. (2024) menunjukkan bahwa media promosi kesehatan yang dipilih secara tepat efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat, sementara Widiastuti (2025) melalui edukasi terstruktur disertai kuesioner dan observasi perilaku pada masyarakat Desa Pahandut membuktikan peningkatan bermakna pada pengetahuan ($p < 0,001$) maupun praktik PHBS. Kedua studi ini menegaskan bahwa penguatan materi dengan media visual dan instrumen evaluasi yang jelas dapat memperkuat efek edukasi dibandingkan ceramah tanpa media pendukung.

Pada tataran internasional, metode berbasis keterampilan (skill-based) dan media audiovisual menunjukkan hasil yang lebih kuat pada perubahan praktik yang terukur secara objektif. Omura et al. (2024) melalui cluster randomized controlled trial pada 180 sekolah dasar di Bangladesh membuktikan bahwa edukasi berbasis keterampilan yang disampaikan berkelanjutan selama satu tahun meningkatkan praktik kebersihan anak, termasuk penurunan tingkat kontaminasi tangan (ATP) yang diukur secara objektif. Chen et al. (2024) di Hong Kong menunjukkan bahwa komponen edukasi bervideo instruksional signifikan meningkatkan kualitas cuci tangan mahasiswa keperawatan dibandingkan kelompok kontrol. Konvergensi kedua studi ini dengan temuan Mufidah et al. (2024) pada konteks nasional menegaskan bahwa media audiovisual dan pendekatan berbasis keterampilan aktif lebih unggul dalam mengubah praktik nyata dibandingkan penyuluhan ceramah konvensional yang cenderung lebih efektif pada ranah pengetahuan.

Intervensi berskala lebih besar dan bersifat multikomponen turut memperkuat generalisasi temuan tersebut. Ismail et al. (2024) melalui systematic review dan meta-analysis terhadap 39 uji coba dari 22 negara membuktikan bahwa intervensi kebersihan berbasis sekolah secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik kebersihan ($SMD = 2,30$) serta praktik cuci tangan ($RR = 1,75$). Melariri et al. (2024) di Nelson Mandela Bay, Afrika Selatan, menambahkan bukti bahwa edukasi WASH (water, sanitation, and hygiene) yang setara dengan indikator PHBS terkait air bersih, sanitasi, dan kebersihan pada praktisi pendidikan anak usia dini secara signifikan meningkatkan skor pengetahuan ($p < 0,001$), sikap ($p < 0,001$), dan praktik ($p = 0,001$). Quattrochi et al. (2025) di Republik Demokratik Kongo menunjukkan bahwa program edukasi disertai penguatan kelembagaan komunitas meningkatkan indikator kelembagaan dan akses sanitasi secara signifikan, meskipun belum menunjukkan efek bermakna terhadap luaran kesehatan jangka menengah seperti prevalensi diare.

Seluruh sepuluh artikel yang dianalisis konsisten melaporkan peningkatan pengetahuan PHBS setelah edukasi kesehatan, baik diukur melalui kuesioner (Meiyofilani et al., 2026; Sahalessy et al.,

2026; Widiastuti, 2025; Kalsum et al., 2025) maupun melalui meta-analisis skala besar (Ismail et al., 2024). Pengetahuan tampak menjadi domain yang paling responsif dan paling cepat berubah setelah intervensi edukatif, terlepas dari metode yang digunakan. Perubahan pada domain sikap menunjukkan pola yang lebih bervariasi. Kalsum et al. (2025) secara eksplisit melaporkan tidak ditemukannya pengaruh signifikan penyuluhan terhadap sikap masyarakat, berbeda dengan pengaruhnya yang signifikan terhadap pengetahuan dan tindakan pada studi yang sama. Sebaliknya, Melariri et al. (2024) yang menerapkan edukasi terstruktur dengan penguatan berulang melaporkan peningkatan sikap yang signifikan ($p < 0,001$). Perbedaan ini mengindikasikan bahwa perubahan sikap memerlukan durasi dan intensitas intervensi yang lebih besar dibandingkan perubahan pengetahuan, karena sikap terbentuk dari proses afektif dan keyakinan personal yang tidak serta-merta berubah hanya melalui penyampaian informasi satu kali.

Pada domain tindakan atau praktik, studi yang mengukur perubahan secara objektif (bukan hanya laporan mandiri) memberikan bukti yang lebih meyakinkan. Omura et al. (2024) mengukur tingkat kontaminasi tangan (ATP) secara langsung, sementara Chen et al. (2024) menilai kualitas teknik cuci tangan melalui observasi langsung; keduanya menunjukkan perbaikan praktik yang signifikan. Ismail et al. (2024) memperkuat temuan ini melalui penurunan ketidakhadiran akibat infeksi ($RR=0,74$) sebagai indikator luaran praktik kebersihan pada tingkat populasi. Temuan ini menegaskan bahwa pengukuran objektif memberikan bukti yang lebih kuat mengenai perubahan tindakan dibandingkan laporan mandiri semata.

Durasi dan intensitas intervensi tampak menjadi faktor penentu keberlanjutan perubahan perilaku. Studi dengan intervensi tunggal atau durasi pendek (Meiyofilani et al., 2026; Sahalessy et al., 2026; Widiastuti, 2025; Melariri et al., 2024) secara konsisten menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap segera setelah intervensi, namun umumnya belum mengevaluasi keberlanjutan perubahan tersebut dalam jangka menengah hingga panjang. Sebaliknya, Omura et al. (2024) yang menerapkan edukasi berkelanjutan selama satu tahun dan Quattrochi et al. (2025) dengan masa tindak lanjut hingga tiga tahun menunjukkan bahwa intervensi berjangka panjang mampu menghasilkan perubahan yang lebih terukur pada tingkat praktik dan kelembagaan, meskipun Quattrochi et al. (2025) juga menemukan bahwa penguatan kelembagaan belum tentu berdampak langsung pada luaran kesehatan seperti prevalensi diare dalam jangka menengah.

Secara keseluruhan, konvergensi bukti dari kelima studi nasional dan kelima studi internasional menggambarkan bahwa edukasi kesehatan merupakan strategi promotif yang efektif dalam meningkatkan PHBS pada masyarakat, dengan efektivitas yang dipengaruhi oleh metode penyampaian (penyuluhan konvensional versus pendekatan berbasis keterampilan atau media audiovisual), durasi dan intensitas intervensi, serta karakteristik populasi sasaran. Temuan bahwa perubahan sikap cenderung lebih sulit dicapai dibandingkan perubahan pengetahuan atau tindakan (Kalsum et al., 2025) memiliki implikasi penting bagi perencanaan program edukasi PHBS di berbagai konteks masyarakat perkotaan di Indonesia, yang perlu mempertimbangkan durasi intervensi yang memadai dan pendekatan yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat guna mencapai perubahan perilaku yang berkelanjutan.

SIMPULAN

Berdasarkan sintesis dari sepuluh artikel, edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada masyarakat dengan berbagai metode yang menunjukkan hasil signifikan ($p < 0,05$). Metode yang dianalisis mencakup penyuluhan konvensional, pendekatan kelompok sosial, edukasi berbasis media audiovisual, serta edukasi berbasis keterampilan yang melibatkan partisipasi aktif sasaran. Edukasi kesehatan secara konsisten meningkatkan pengetahuan dan tindakan PHBS, meskipun perubahan pada aspek sikap memerlukan durasi dan intensitas intervensi yang lebih besar. Studi nasional menegaskan aplikabilitas berbagai metode edukasi pada konteks masyarakat Indonesia dari tingkat sekolah dasar

hingga masyarakat umum, sementara studi internasional memperkuat generalisasi temuan melalui desain metodologi yang lebih ketat serta memberikan bukti tambahan mengenai pentingnya durasi intervensi dan penguatan kelembagaan dalam mencapai perubahan perilaku yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Chen, J., Yang, L., Mak, Y., Donoghue, M. O., Shi, C., Tsang, H., Lu, S., Zou, J., Qin, J., Xie, Y. J., Lai, T., Li, C., Cao, J., & Pittet, D. (2024). Hand Hygiene Education Components Among First-Year Nursing Students A Cluster Randomized Clinical Trial. *JAMA Network Open*, 7(6), 1–11. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2024.13835>
- Ismail, S. R., Radzi, R., Kamaruddin, P. S. N. M., Lokman, E. F., Lim, H. Y., Rahim, N. A., Yow, H. Y., Arumugam, D., Ngu, A., Low, A. C. Y., Wong, E. H., Patil, S., Madhavan, P., Nordin, R. Bin, Werf, E. van der, & Lai, N. M. (2024). The effects of school-based hygiene intervention programme: Systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 19(10), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0308390>
- Kalsum, U., Oktavia, S., Indratno, T. S., Sugiarti, D., Eko, T., Badarudin, H., Prayitno, Mulani, Ngaito, L. U., Arif, E. T., Usman, H. D., Djiko, R. A., Rahmatia, Febrianti, Reyhan, Amalinda, F., Indrawan, Sudirman, & Sandalayuk, M. (2025). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Masyarakat di Desa Sibowi Wilayah Kerja Puskesmas Kamaipura Kabupaten Sigi. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(4), 1948–1955. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i4.7239>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. <https://promkes.kemkes.go.id/agenda/phbs>
- Meiyofilani, Fitri, J. A., Yanti, R., & Yenita, R. N. (2026). Efektivitas Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Siswa SDN 025 Sinambek Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi. *Jurnal Kesehatan Lingkungan (JKL)*, 14(2), 29–32. <https://doi.org/10.33992/jkl.v16i1.5046>
- Melariri, P. E., Teare, J., Oyedele, O., Eastwood, K., & Ham-baloyi, W. (2024). Impact of an educational intervention on water , sanitation and hygiene knowledge , attitudes , and practices in early childhood development centres in low-socio-economic areas in the Nelson Mandela Bay , South Africa. *PLOS ONE*, 19(5), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303077>
- Mufidah, N. A. N., Isyofi, A. Q. A. Al, & Abdullah, S. A. (2024). Efektivitas Media Promosi Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS). *Vitamin : Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(1), 160–172. <https://doi.org/10.61132/vitamin.v2i1.111>
- Omura, M., Venkatesh, M., Khandaker, I., & Rahman, A. (2024). Promoting healthy practices among schools and children in rural bangladesh: a randomised controlled trial of skill-based health education. *BMC Public Health*, 24, 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20787-0>
- Quattrochi, J. P., Croke, K., Dohou, C., Ghib, L. S., Lokaya, Y., Coville, A., & Mvukiyehe, E. (2025). Effects of a community-driven water, sanitation, and hygiene intervention on diarrhea, child growth, and local institutions: A cluster-randomized controlled trial in rural Democratic Republic of Congo. *PLOS Medicine*, 22(23), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1004524>
- Sahalessy, Y., Latumenasse, R. A., Nasela, S. J., Kissya, T. A., & Claartje, M. M. D. (2026). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Perubahan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS). *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2), 905–913. <https://doi.org/10.59585/bajik.v4i2.1101>
- Widiastuti. (2025). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS). *Nursing Practice Journal*, 1(3), 88–95. <https://doi.org/10.65722/ezm5ee60>