
Edukasi Kesadaran Ekologis dan Pola Hidup Sehat untuk Anak Usia Sekolah Dasar di Dusun Krikilan

Ririn Hestiningtyas^{1*}, Istiqomah², Azzumardin Syaidi³

¹Universitas Harkat Negeri

²Universitas Harkat Negeri

³Universitas Hamzanwadi

*Email: Ririn.hestiningtyas@harkatnegeri.ac.id

ABSTRACT

Ecological awareness and a healthy lifestyle need to be instilled from an early age as an effort to develop a caring character for the environment and health in elementary school children. A problem identified in Krikilan Hamlet is the children's low understanding of the importance of maintaining environmental cleanliness, sorting waste, and implementing clean and healthy living behaviors (PHBS) in their daily lives. This community service activity aims to increase ecological knowledge and awareness and develop healthy living habits in elementary school-aged children in Krikilan Hamlet. The implementation method is carried out through interactive education, educational games, handwashing demonstrations, waste sorting practices, healthy exercise, and simple plant planting. The activity involves elementary school-aged children with a participatory and fun approach. The results of the activity show an increase in children's understanding of the importance of protecting the environment and implementing a healthy lifestyle. The children showed high enthusiasm in participating in the activities and were able to practice clean living and environmental care behaviors in simple ways. This program has a positive impact on developing a caring character for the environment and health from an early age..

Keywords: *Ecological Awareness, Healthy Lifestyle, Elementary School Children, Environmental Education, PHBS.*

ABSTRAK

Kesadaran ekologis dan pola hidup sehat perlu ditanamkan sejak usia dini sebagai upaya membentuk karakter peduli lingkungan dan kesehatan pada anak sekolah dasar. Permasalahan yang ditemukan di Dusun Krikilan adalah masih rendahnya pemahaman anak mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, memilah sampah, serta menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ekologis serta membangun kebiasaan hidup sehat pada anak usia sekolah dasar di Dusun Krikilan. Metode pelaksanaan dilakukan melalui edukasi interaktif, permainan edukatif, demonstrasi cuci tangan, praktik pemilahan sampah, senam sehat, dan penanaman tanaman sederhana. Kegiatan melibatkan anak-anak usia sekolah dasar dengan pendekatan partisipatif dan menyenangkan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman anak mengenai pentingnya menjaga lingkungan dan menerapkan pola hidup sehat. Anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti kegiatan serta mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan peduli lingkungan secara sederhana. Program ini memberikan dampak positif terhadap pembentukan karakter peduli lingkungan dan kesehatan sejak dini.

Kata Kunci: *Kesadaran Ekologis, Pola Hidup Sehat, Anak Sekolah Dasar, Edukasi Lingkungan, PHBS*

PENDAHULUAN

Pendidikan lingkungan dan kesehatan merupakan bagian penting dalam pembentukan karakter anak sejak usia dini. Anak usia sekolah dasar berada pada tahap perkembangan yang sangat potensial untuk

menerima pembiasaan perilaku positif, termasuk perilaku peduli lingkungan dan pola hidup sehat (Aryanti, 2020). Kesadaran ekologis menjadi salah satu aspek penting dalam mendukung pembangunan berkelanjutan karena mampu membentuk sikap peduli terhadap lingkungan sekitar (Andira et al., 2026). Fenomena kerusakan lingkungan dan rendahnya kesadaran menjaga kebersihan masih menjadi persoalan di berbagai daerah, termasuk di lingkungan pedesaan. Anak-anak sering kali belum memahami pentingnya membuang sampah pada tempatnya, memilah sampah organik dan anorganik, menjaga kebersihan diri, serta menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari (Aryanti, 2020). Kondisi tersebut dapat berdampak pada kesehatan lingkungan maupun kesehatan individu.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan upaya untuk menciptakan lingkungan yang sehat melalui perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, penerapan PHBS pada anak sekolah dasar penting dilakukan untuk meningkatkan kualitas kesehatan dan mencegah berbagai penyakit. Edukasi mengenai PHBS dapat dilakukan melalui pembelajaran yang interaktif dan praktik langsung agar lebih mudah dipahami oleh anak-anak. Beberapa penelitian dan kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa edukasi lingkungan dan pola hidup sehat mampu meningkatkan kesadaran dan perilaku positif anak sekolah dasar (Saraswati et al., 2026). Selain itu, edukasi PHBS melalui demonstrasi dan praktik langsung juga efektif meningkatkan pemahaman siswa mengenai kebersihan diri dan lingkungan (Utami et al., 2026).

Dusun Krikilan merupakan salah satu wilayah yang memiliki potensi lingkungan yang baik, namun masih diperlukan upaya edukasi untuk meningkatkan kesadaran ekologis dan kebiasaan hidup sehat pada anak-anak. Berdasarkan hasil observasi awal, ditemukan bahwa sebagian anak masih membuang sampah sembarangan, kurang memahami pentingnya mencuci tangan dengan benar, serta belum terbiasa menjaga kebersihan lingkungan sekitar. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesadaran ekologis dan pola hidup sehat bagi anak usia sekolah dasar di Dusun Krikilan. Program ini diharapkan mampu memberikan pemahaman, pengalaman, dan pembiasaan positif sehingga anak-anak dapat menerapkan perilaku peduli lingkungan dan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Dusun Krikilan dengan sasaran utama anak usia sekolah dasar. Program pengabdian dirancang sebagai bentuk edukasi untuk meningkatkan kesadaran ekologis dan penerapan pola hidup sehat pada anak-anak melalui pendekatan partisipatif dan berbasis komunitas. Dalam proses pelaksanaannya, masyarakat setempat, orang tua, serta tokoh lingkungan turut dilibatkan untuk mendukung keberlangsungan kegiatan dan pembiasaan perilaku positif pada anak. Tahap awal kegiatan dilakukan melalui proses pengorganisasian komunitas dengan melakukan observasi lingkungan dan identifikasi kebutuhan masyarakat. Tim pengabdian melakukan komunikasi dengan warga dan pihak terkait untuk mengetahui kondisi lingkungan serta kebiasaan anak-anak dalam menjaga kebersihan dan menerapkan perilaku hidup sehat. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian anak masih memiliki kebiasaan membuang sampah sembarangan, belum memahami pemilahan sampah, dan belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara optimal.

Berdasarkan hasil identifikasi tersebut, tim pengabdian bersama masyarakat menyusun rencana kegiatan edukasi yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik anak usia sekolah dasar. Proses perencanaan dilakukan secara kolaboratif dengan mempertimbangkan kondisi lingkungan, fasilitas yang tersedia, serta bentuk kegiatan yang menarik dan mudah dipahami anak-anak. Keterlibatan masyarakat dalam proses perencanaan bertujuan agar program dapat berjalan secara efektif dan berkelanjutan. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah metode edukatif-partisipatif dengan pendekatan *learning by doing*. Strategi ini dipilih karena anak usia sekolah dasar lebih mudah memahami materi melalui praktik langsung dan aktivitas yang menyenangkan. Penyampaian materi dilakukan melalui diskusi interaktif, permainan edukatif, demonstrasi, dan praktik langsung sehingga peserta tidak hanya menerima pengetahuan secara teoritis tetapi juga memperoleh pengalaman nyata dalam menerapkan perilaku peduli lingkungan dan hidup sehat.

Tahapan kegiatan pengabdian meliputi persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim pengabdian menyiapkan materi edukasi, media pembelajaran, alat demonstrasi cuci tangan, tempat sampah organik dan anorganik, serta alat pendukung kegiatan lainnya. Pada tahap pelaksanaan, kegiatan dilakukan melalui edukasi mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, pemilahan sampah, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), praktik mencuci tangan yang benar, senam sehat bersama, dan kegiatan penanaman tanaman sederhana. Tahap evaluasi dilakukan melalui observasi terhadap keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung serta kemampuan anak-anak dalam mempraktikkan materi yang telah diberikan. Evaluasi juga dilakukan melalui tanya jawab sederhana untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta mengenai pentingnya menjaga lingkungan dan menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan edukasi mampu meningkatkan antusiasme, pemahaman, dan kesadaran anak-anak terhadap pentingnya menjaga kesehatan dan lingkungan sekitar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "*Edukasi Kesadaran Ekologis dan Pola Hidup Sehat untuk Anak Usia Sekolah Dasar di Dusun Krikilan*" dilaksanakan melalui serangkaian kegiatan edukatif dan praktik langsung yang melibatkan anak-anak usia sekolah dasar, masyarakat sekitar, serta tim pengabdian dari Universitas Harkat Negeri. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak terhadap pentingnya menjaga lingkungan serta menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan observasi lingkungan dan identifikasi kebutuhan masyarakat di Dusun Krikilan. Berdasarkan hasil observasi ditemukan bahwa masih rendahnya kesadaran anak-anak terhadap kebersihan lingkungan, seperti membuang sampah sembarangan, kurangnya kebiasaan mencuci tangan, serta minimnya pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan tubuh. Oleh karena itu, tim pengabdian menyusun program edukasi berbasis praktik dan pendampingan langsung.

Kegiatan pertama berupa penyuluhan mengenai kesadaran ekologis yang disampaikan melalui metode ceramah interaktif, permainan edukatif, dan media visual. Materi yang diberikan meliputi pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, memilah sampah organik dan anorganik, hemat air, serta menjaga kelestarian lingkungan sekitar. Anak-anak terlihat antusias mengikuti kegiatan, terutama saat praktik membuang sampah sesuai jenisnya dan kegiatan menanam tanaman di lingkungan sekitar.

Kegiatan kedua berupa edukasi pola hidup sehat yang meliputi pentingnya mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan diri, mengonsumsi makanan sehat, serta pentingnya aktivitas fisik. Pada tahap ini, peserta melakukan praktik langsung mencuci tangan menggunakan sabun dan mengikuti senam sehat bersama. Selain itu, dilakukan pembagian poster edukasi sederhana agar anak-anak dapat mengingat kembali materi yang telah diberikan.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya perubahan perilaku dan peningkatan kesadaran anak-anak terhadap lingkungan dan kesehatan. Anak-anak mulai membiasakan membuang sampah pada tempatnya, menjaga kebersihan lingkungan sekolah dan rumah, serta memahami pentingnya hidup sehat. Perubahan sosial sederhana juga mulai terlihat melalui munculnya kebiasaan kerja sama menjaga kebersihan lingkungan antar anak. Selain itu, beberapa anak mulai menunjukkan sikap kepedulian dengan mengingatkan teman-temannya untuk menjaga kebersihan dan menerapkan pola hidup sehat. Kondisi tersebut menunjukkan munculnya kesadaran baru menuju perubahan perilaku sosial yang lebih positif di lingkungan Dusun Krikilan.

PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis praktik langsung efektif dalam meningkatkan kesadaran ekologis dan pola hidup sehat pada anak usia sekolah dasar. Anak-anak cenderung lebih mudah memahami materi ketika pembelajaran

dilakukan secara interaktif dan disertai aktivitas nyata (Irma Maulidia & Ibnu Muthi, 2025). Kegiatan seperti praktik memilah sampah, mencuci tangan, dan menanam tanaman memberikan pengalaman langsung yang memperkuat pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.

Kesadaran ekologis merupakan bagian penting dalam pembentukan karakter peduli lingkungan sejak usia dini. Menurut Afriyeni (2018) pendidikan lingkungan, pembiasaan perilaku menjaga lingkungan pada anak dapat membentuk sikap bertanggung jawab terhadap lingkungan sosial dan alam sekitarnya. Dalam kegiatan ini, perubahan perilaku anak terlihat dari meningkatnya kepedulian terhadap kebersihan lingkungan serta munculnya kebiasaan membuang sampah pada tempatnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa proses pendampingan tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga mampu membentuk tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, edukasi pola hidup sehat memberikan dampak positif terhadap pemahaman anak mengenai pentingnya menjaga kesehatan diri (Jumareng et al., 2025). Anak-anak mulai memahami hubungan antara kebersihan diri dengan kesehatan tubuh. Pendekatan praktik langsung pada kegiatan mencuci tangan dan senam sehat terbukti mampu meningkatkan partisipasi aktif peserta (Rosmawati et al., 2025). Hal ini sejalan dengan teori belajar konstruktivistik yang menyatakan bahwa pengetahuan akan lebih mudah dipahami apabila peserta didik terlibat langsung dalam proses pembelajaran (Zulaika et al., 2022).

Kegiatan pengabdian ini juga menunjukkan adanya perubahan sosial sederhana di lingkungan masyarakat. Anak-anak tidak hanya menjadi peserta kegiatan, tetapi juga mulai berperan sebagai agen perubahan kecil di lingkungan sekitarnya. Munculnya sikap saling mengingatkan antar teman untuk menjaga kebersihan dan hidup sehat menjadi indikator terbentuknya kesadaran kolektif dalam masyarakat (Anggraeni & Abdullah, 2025). Perubahan tersebut merupakan bentuk transformasi sosial awal yang dapat berkembang apabila dilakukan pendampingan secara berkelanjutan.

Hasil pengabdian ini didukung oleh beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendidikan lingkungan dan pola hidup sehat sejak usia dini mampu meningkatkan perilaku positif anak terhadap kesehatan dan lingkungan. Program edukasi berbasis partisipatif juga dinilai efektif dalam membangun kesadaran sosial masyarakat karena peserta terlibat langsung dalam proses kegiatan. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat di Dusun Krikilan dapat menjadi salah satu bentuk implementasi pendidikan karakter berbasis lingkungan dan kesehatan bagi anak usia sekolah dasar.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran ekologis dan pola hidup sehat pada anak-anak di Dusun Krikilan. Program ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membangun budaya peduli lingkungan dan hidup sehat yang berkelanjutan di masyarakat.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai "*Edukasi Kesadaran Ekologis dan Pola Hidup Sehat untuk Anak Usia Sekolah Dasar di Dusun Krikilan*" telah terlaksana dengan baik melalui berbagai kegiatan edukatif dan praktik langsung yang melibatkan anak-anak, masyarakat, dan tim pengabdian dari Universitas Harkat Negeri. Program ini berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak-anak mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan serta menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Pelaksanaan kegiatan melalui metode edukatif-partisipatif dan pendekatan *learning by doing* terbukti efektif dalam membantu anak memahami materi secara lebih mudah dan menyenangkan. Kegiatan praktik seperti memilah sampah, mencuci tangan dengan benar, senam sehat, dan penanaman tanaman mampu menumbuhkan kebiasaan positif pada peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya perubahan perilaku anak-anak, seperti membiasakan membuang sampah pada tempatnya, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, serta meningkatnya kepedulian terhadap kesehatan.

Selain memberikan dampak pada aspek pengetahuan dan perilaku individu, kegiatan ini juga memunculkan perubahan sosial sederhana di lingkungan masyarakat. Anak-anak mulai menunjukkan sikap kerja sama dan saling mengingatkan untuk menjaga kebersihan serta menerapkan pola hidup sehat. Kondisi tersebut menunjukkan terbentuknya kesadaran kolektif sebagai langkah awal menuju budaya peduli lingkungan dan hidup sehat yang berkelanjutan di Dusun Krikilan.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat menjadi salah satu bentuk implementasi pendidikan karakter berbasis lingkungan dan kesehatan bagi anak usia sekolah dasar. Program serupa diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan agar dampak positif yang telah terbentuk dapat terus berkembang dalam kehidupan masyarakat.

DAFTAR RUJUKAN

- Afriyeni, Y. (2018). Pembentukan Karakter Anak Untuk Peduli Lingkungan Yang Ada Di Sekolah Adiwiyata Mandiri SDN 6 Pekanbaru Yeni Afriyeni Sekolah Tinggi Persada Bunda Pekanbaru. *Jurnal PAUD Lectura*, 1(2), 123.
- Andira, A., Adji, M. R., & Menanamkan, A. (2026). Menanamkan Kesadaran Sosial dan Ekologis pada Siswa Sekolah Dasar : Upaya Menuju Pendidikan untuk Pembangunan Berkelanjutan. *Didaktika Dwija Indria*, 14(1), 426–442.
- Anggraeni, D., & Abdullah, Z. (2025). Strategi Karang Taruna Jabal Noor Dalam Membangun Kesadaran Kolektif Pemuda Untuk Menjaga Kebersihan Lingkungan Di RT 09 Kelurahan Sidodadi. *eJournal Pembangunan Sosial*, 13(3), 85–95.
- Aryanti. (2020). Menjaga Kebersihan Sekolah dan Karakter Peduli Lingkungan Bagi Murid MI/SD di Indonesia. *Iais Sambas*, VI(1), 76–85.
- Irma Maulidia, & Ibnu Muthi. (2025). Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Multimedia dalam Meningkatkan Minat Belajar Matematika pada Siswa SD. *Mutiara : Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah*, 3(4), 10–24. <https://doi.org/10.59059/mutiara.v3i4.2624>
- Jumareng, H., Rusli, M., Sawali, L., Saman, A., & Rusdin, L. O. (2025). EDUKASI POLA HIDUP SEHAT BAGI SISWA SEKOLAH DASAR UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN TUBUH. *LITERA ABDI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2, 235–241.
- Rosmawati, E., Maulidya, S., Yunus, Z. A. I., Rahmadina, N., Oktaviana, A. W., Nusa, M., & Akbar, N. (2025). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Cuci Tangan dan Gosok Gigi. *Jurnal Inovasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 330–340. <https://doi.org/10.53621/jippmas.v5i2.627>
- Saraswati, D., Hadi, I., & Aryanti, E. (2026). Integrasi Nilai-Nilai Konservasi dalam Pendidikan Formal dan Nonformal untuk Meningkatkan Literasi Ekologis dan Kesadaran Keberlanjutan Generasi Muda. *Zona Jurnal Lingkungan*, 6496, 71–79.
- Utami, I. T., Hutasoit, J. R., & Prajnowita, D. (2026). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Melalui Edukasi Interaktif pada Siswa Sekolah Dasar di Banyuwangi. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 5(2), 1664–1672.
- Zulaika, A., Erlina, & Rachmat Sahputra. (2022). Implikasi Teori Belajar Konstruktivisme pada Pembelajaran Matematika. *Jurnal Pendidikan MIPA*, 12(1), 1–7.