



Efektivitas Edukasi Media Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat: Literature Review

Siti Nurhasanah^{1*}, Nazwa Fadila Kurnia², Nasywa Nur Fadila³, Wike Mey
Dwiyantri⁴, Enjel Pahmi Maulana⁵, Lilis Lismayanti⁶

^{1*-6} Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah
Tasikmalaya, Indonesia
Email: sn371037@gmail.com

Abstract. *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a promotive and preventive effort that contributes to improving public health. Knowledge level is a factor influencing the success of PHBS implementation, so health education is needed to improve public understanding. One widely used educational medium is leaflets because they can convey information concisely, clearly, attractively, and easily understood. This study aims to analyze the effectiveness of education using leaflets on increasing knowledge of Clean and Healthy Living Behavior through a literature review approach. Literature was obtained from Google Scholar and the Garuda Portal by analyzing 16 national scientific articles published in 2021–2026 according to predetermined inclusion and exclusion criteria. The results of the study indicate that health education using leaflets consistently increases the knowledge of target groups, including early childhood, school students, families, and the community. Most studies reported an increase in knowledge scores after the intervention with statistically significant test results ($p < 0.05$). Leaflets are considered effective because they are able to present health information concisely, attractively, easily understood, and can be read again after the educational activity. Thus, leaflet media can be used as an alternative effective health promotion media to increase public knowledge about Clean and Healthy Living Behavior..*

Keywords: *Clean and Healthy Living Behavior; health education; knowledge; leaflet; health promotion*

Abstrak. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya Promotif dan preventif yang berkontribusi dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Tingkat pengetahuan menjadi faktor yang memengaruhi keberhasilan penerapan PHBS sehingga edukasi kesehatan diperlukan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat. Salah satu media edukasi yang banyak digunakan adalah leaflet karena mampu menyampaikan informasi secara singkat, jelas, menarik, serta mudah dimengerti. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas edukasi menggunakan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat melalui pendekatan literature review. Literatur diperoleh dari Google Scholar dan Portal Garuda dengan menganalisis 16 artikel ilmiah nasional yang dipublikasikan pada tahun 2021–2026 sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Hasil kajian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan media leaflet secara konsisten meningkatkan pengetahuan kelompok sasaran, meliputi anak usia dini, siswa sekolah, keluarga, dan masyarakat. Sebagian besar penelitian melaporkan peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi dengan hasil uji statistik yang signifikan ($p < 0,05$). Media leaflet dinilai efektif karena mampu menyajikan informasi kesehatan secara ringkas, menarik, mudah dipahami, serta dapat dibaca kembali setelah kegiatan edukasi. Dengan demikian, media leaflet dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif media promosi kesehatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

Kata kunci: Edukasi kesehatan; leaflet; pengetahuan; Perilaku Hidup Bersih dan Sehat; promosi kesehatan.

1. LATAR BELAKANG

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah tindakan yang dilakukan dengan sadar dan berdasarkan pengetahuan, keinginan, serta kemampuan individu untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan. Pelaksanaan PHBS merupakan langkah

promosi dan pencegahan yang bertujuan untuk menghindari penyakit dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Keberhasilan PHBS dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tingkat pengetahuan masyarakat tentang perilaku hidup yang sehat (Nastiti et al., 2023). Pemahaman yang baik dapat membantu dalam membentuk sikap dan perilaku sehat yang positif. Penelitian oleh Rahmayani et al. (2023) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan penerapan PHBS di lingkungan rumah tangga.

Salah satu cara untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang PHBS adalah melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam memperdalam pemahaman, membangun sikap yang positif, dan mendorong perubahan perilaku. Penggunaan media edukasi yang tepat sangat diperlukan agar informasi dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh target audiens. Leaflet adalah salah satu media yang umum digunakan karena dapat menyampaikan informasi dengan cara yang singkat, jelas, menarik, mudah dipahami, dan dapat dibaca kembali. Beberapa studi menunjukkan bahwa pendidikan menggunakan media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan tentang PHBS di berbagai kelompok sasaran (Sihite et al., 2024).

Meskipun banyak penelitian telah membuktikan keuntungan media leaflet dalam pendidikan PHBS, hasilnya masih bervariasi tergantung pada populasi, metode intervensi, dan indikator PHBS yang diterapkan. Oleh karena itu, diperlukan kajian literatur untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas edukasi dengan menggunakan media leaflet dalam peningkatan pengetahuan tentang PHBS. Tinjauan pustaka ini bertujuan untuk menganalisis sejauh mana media leaflet efektif sebagai sarana pendidikan PHBS dan memberikan referensi bagi tenaga kesehatan, lembaga pendidikan, serta pemangku kebijakan dalam pengembangan program promosi kesehatan.

2. KAJIAN TEORITIS

2.1 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dilakukan secara sadar untuk menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan individu, keluarga, dan masyarakat. PHBS bertujuan mencegah penyakit, meningkatkan kualitas hidup, serta menciptakan lingkungan yang sehat melalui upaya promotif dan preventif. Keberhasilan

penerapan PHBS dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan promosi kesehatan yang berkelanjutan (Widiyanto, 2025).

a. Edukasi Kesehatan

Edukasi kesehatan merupakan upaya promosi kesehatan melalui penyampaian informasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat. Edukasi yang dilakukan dengan metode dan media yang tepat dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai PHBS (Sasmitha et al., 2020).

b. Media Leaflet dalam Edukasi Kesehatan

Leaflet merupakan media edukasi cetak yang menyajikan informasi secara singkat, jelas, dan mudah dipahami. Leaflet dapat dibaca kembali setelah kegiatan edukasi sehingga membantu meningkatkan pemahaman sasaran. Penggunaan leaflet terbukti efektif sebagai media promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai PHBS (Jamalludin et al., 2025).

c. Pengetahuan sebagai Outcome Edukasi Kesehatan

Pengetahuan merupakan indikator awal keberhasilan edukasi kesehatan karena menunjukkan tingkat pemahaman seseorang terhadap informasi yang diterima. Peningkatan pengetahuan menjadi dasar terbentuknya perilaku hidup bersih dan sehat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media leaflet efektif meningkatkan pengetahuan mengenai PHBS (Jamalludin et al., 2025).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode tinjauan pustaka dengan pendekatan deskriptif untuk mengevaluasi efektivitas pendidikan melalui media leaflet dalam meningkatkan pemahaman mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Langkah-langkah penelitian mencakup identifikasi masalah, pencarian literatur, pemilihan artikel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, pengumpulan data, analisis, dan penyusunan hasil penelitian.

Pencarian literatur dilakukan dengan mengikuti kerangka PICO (Populasi, Intervensi, Perbandingan, Hasil) melalui database Google Scholar dan Portal Garuda dengan kata kunci "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat" OR "PHBS", "leaflet", "edukasi kesehatan", "promosi kesehatan", dan "pengetahuan". Artikel yang dicari merupakan publikasi dari tahun 2021 sampai 2026.

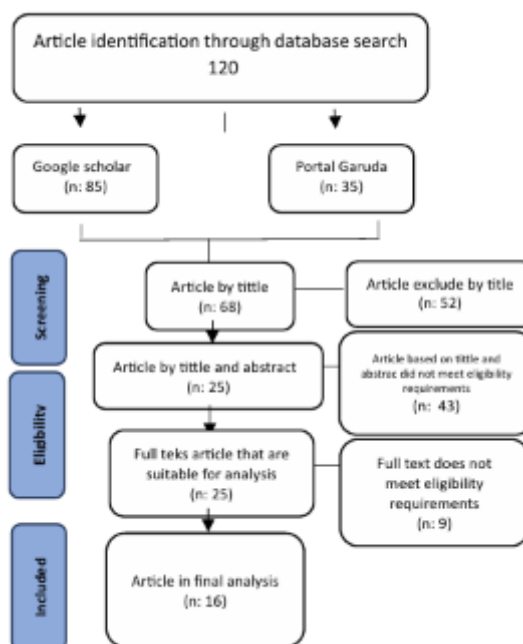
Elements	Deskripsi
P (Populition)	Masyarakat dengan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) mengenai mencuci tangan dengan sabun (CTPS) yang masih rendah
I (Intervention)	Promosi kesehatan menggunakan media leaflet sebagai sarana edukasi kesehatan
C (Comparison)	Sebelum diberikan intervensi leaflet atau dibandingkan dengan media promosi kesehatan lain
O (Outcome)	Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang PHBS dan cuci tangan pakai sabun

Tabel 1 Kerangka PICO

Kriteria untuk inklusi terdiri dari artikel penelitian yang ditulis dalam bahasa Indonesia, dapat diakses dalam format teks lengkap, dipublikasikan pada rentang tahun 2021 hingga 2026, membahas pendidikan kesehatan melalui penggunaan leaflet yang berkaitan dengan PHBS, menyajikan data peningkatan pengetahuan, serta menerapkan desain penelitian kuantitatif atau quasi-experimental. Sementara itu, kriteria untuk eksklusi termasuk artikel yang tidak dapat diakses dalam format teks lengkap, artikel yang merupakan duplikat, bukan hasil dari penelitian, atau tidak mengimplementasikan leaflet sebagai bagian dari intervensi.

Proses pemilihan artikel mengikuti langkah-langkah PRISMA yang mencakup identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan yang dimasukkan. Dari proses seleksi tersebut, ditemukan 16 artikel yang memenuhi kriteria dan dianalisis dalam penelitian ini.

Tabel Prisma



Informasi yang diambil mencakup nama penulis, tahun terbit, subjek yang diteliti, rancangan studi, metode intervensi, alat yang digunakan, dan temuan dari penelitian. Selanjutnya, data dianalisis secara deskriptif dengan pendekatan naratif melalui kegiatan perbandingan, pengelompokan, dan penggabungan untuk menunjukkan seberapa efektif pendidikan yang menggunakan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

Penelitian literatur dikerjakan melalui basis data Google Scholar dan Portal Garuda untuk publikasi yang diterbitkan pada tahun 2021 hingga 2026. Mengacu pada langkah-langkah PRISMA, berhasil ditemukan 16 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan kemudian dianalisis. Aspek-aspek artikel yang dianalisis meliputi penulis, tahun terbit, jenis penelitian, subjek penelitian, intervensi, alat yang digunakan, serta hasil utama dari penelitian yang disajikan dalam Tabel 2.

No.	Penulis & Tahun	Design	Sampel	Intervensi	Hasil
1.	Zul Adhayani Arda R, Maesarah, Nur Hamdani Nur, dan Nur Aisa Taki, 2021.	Pengabdian kepada masyarakat dengan desain pretest– penyuluhan– posttest	30 siswa SMP Negeri 1 Dulupi	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Siswa belajar lebih banyak tentang cuci tangan melalui penyuluhan PHBS.
2.	Rahmayani, Sri Rosita, & Raudhatun Nuzul Za (2023)	Studi analitik kuantitatif dengan rancangan potong lintang	Sebanyak 94 orang merespons dari total 1457 anggota masyarakat, dengan menggunakan teknik accidental sampling	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Terdapat keterkaitan antara pemahaman dan perilaku keluarga dengan pelaksanaan PHBS di lingkungan rumah tangga di area kerja Puskesmas Simeulue Timur. Nilai p untuk pengetahuan adalah 0,000 dan untuk sikap adalah 0,049, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan.
3.	Ayu Dewi Nastiti, Erik Kusuma, R.A Helda Puspitasari, & Dwining Handayani (2023)	Pengabdian kepada masyarakat (PkM) dengan metode edukasi/penyuluhan	25 peserta masyarakat Desa Logowok	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Edukasi PHBS meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

4.	Siti Nurjanah, Dian Nintyasari Mustika, Dewi Puspitaningrum, & Midatussholihsh (2026)	Pengabdian Masyarakat	25 siswa usia 3– 5 tahun	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Pemahaman dan kebiasaan mencuci tangan para siswa meningkat, sebagian besar dapat melaksanakan enam tahap mencuci tangan dengan tepat.
5.	Toni dkk. (2024)	Pengabdian masyarakat / penyuluhan	Siswa TK ABA Jatisari	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Anak-anak menyadari seberapa penting menjaga kebersihan tangan serta dapat melakukan cuci tangan dengan baik, meski mereka masih memerlukan bantuan.
6.	Haryanti, Darmini, & Bhandesa (2023)	Pre- eksperimental one group pretest-posttest	35 anak usia 10– 12 tahun	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Penyuluhan meningkatkan pengetahuan cuci tangan anak secara signifikan ($p<0,05$).

7.	Eka Saptawulan dkk., 2025	Pre-experimental design (one group pretest-posttest)	100 ibu baduta, teknik purposive sampling	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Promosi kesehatan menggunakan ceramah, leaflet, dan video
8.	Vanchapo, Merlin, Nale, & Tade (2022)	Pengabdian masyarakat	Masyarakat Dusun II Desa Manusak	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Aktivitas meningkatkan kesadaran masyarakat dan mendorong orang untuk menerapkan gaya hidup bersih dan sehat.
9.	Mikawati dkk., 2022	Pengabdian masyarakat/deskriptif	Masyarakat Desa Parang	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Pemahaman masyarakat tumbuh dan para peserta terlibat secara aktif selama acara.
10.	Rahmaniza, Rohmi Fadhli, & Pristika Ramayani (2024).	Pre-experimental	Masyarakat rumah tangga	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Terdapat peningkatan pemahaman masyarakat setelah dilakukannya promosi kesehatan.
11.	Mikawati, Malik Zainuddin Malik, Suriyani, I Ketut	Pengabdian masyarakat	35 siswa dan 5 guru	Edukasi kesehatan menggunakan	Pemahaman dan kemampuan siswa berkembang

	Wijaya, & Muaningsih (2023).			media leaflet tentang CTPS.	dalam pelaksanaan mencuci tangan.
12.	Simanullang dkk., 2023	Pre-experimental	Siswa kelas III–V	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Pengetahuan siswa bertambah setelah menerima pendidikan melalui bahan leaflet.
13.	Suryani dkk., 2024	Pengabdian masyarakat	Masyarakat setempat	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Sekarang masyarakat lebih memahami pentingnya menjalani gaya hidup bersih dan sehat.
14.	Ni Made Dewi Susanti, Endang Sri Wahyuni, & Riska Yanuarti (2023).	Pre-experimental	Responden penelitian	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Setelah intervensi, pengetahuan responden tentang cuci tangan pakai sabun meningkat.
15.	Paridah, Helsa Yulia, Meizi, & Sri Rezki (2025).	Pre-experimental	Siswa SDN 36 Kendari	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Leaflet tentang CTPS diberikan, meningkatkan pengetahuan siswa.

16.	Nastiti dkk. (2023)	Pengabdian masyarakat	25 masyarakat	Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet tentang CTPS.	Pendidikan meningkatkan pengetahuan masyarakat.
-----	------------------------	-----------------------	---------------	---	---

Tabel 2 Karakteristik Artikel yang Dianalisis

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar penelitian menggunakan desain pre-experimental one group pretest-posttest, sedangkan beberapa penelitian menggunakan desain quasi-experimental. Responden penelitian terdiri atas anak usia dini, siswa sekolah, keluarga, dan masyarakat. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian melaporkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai PHBS setelah pemberian edukasi menggunakan media leaflet yang ditunjukkan melalui peningkatan skor pengetahuan maupun hasil uji statistik yang signifikan.

4.2 Pembahasan

Hasil literature review menunjukkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Temuan tersebut konsisten pada sebagian besar artikel yang dianalisis meskipun penelitian dilakukan pada karakteristik responden, lokasi, dan desain penelitian yang berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa media leaflet mampu menyampaikan informasi kesehatan secara ringkas, jelas, dan mudah dipahami sehingga mendukung peningkatan pengetahuan masyarakat.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan menjadi langkah awal dalam mendorong perubahan perilaku hidup bersih dan sehat. Leaflet memiliki keunggulan karena mudah digunakan, dapat dibaca kembali setelah kegiatan edukasi, serta membantu memperkuat pemahaman terhadap materi yang disampaikan.

Meskipun hasil penelitian menunjukkan kecenderungan yang sama, terdapat variasi pada desain penelitian, jumlah responden, karakteristik sasaran, dan instrumen yang digunakan. Perbedaan tersebut dapat memengaruhi besarnya peningkatan pengetahuan pada masing-masing penelitian. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya

disarankan menggunakan cakupan database yang lebih luas dan metode systematic review atau meta-analisis agar diperoleh bukti ilmiah yang lebih kuat mengenai efektivitas media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan PHBS.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Literature review ini menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Berdasarkan analisis terhadap 16 artikel, sebagian besar penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi menggunakan media leaflet. Oleh karena itu, leaflet dapat digunakan sebagai salah satu media promosi kesehatan yang efektif untuk mendukung peningkatan pengetahuan masyarakat tentang PHBS. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan cakupan database yang lebih luas dan melibatkan artikel internasional agar diperoleh bukti ilmiah yang lebih kuat.

DAFTAR REFERENSI

- Arda, Z. A., Maesarah, Nur, H. N., & Taki, N. A. (2021). Peningkatan pengetahuan tentang PHBS siswa SMP Negeri 1 Dulupi melalui penyuluhan kesehatan, Kabupaten Boalemo. *Global Abimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 93–99.
- Haryanti, N. F., Darmi, A. A. A. Y., & Bhandesa, A. M. (2023). Pengaruh penyuluhan kesehatan PHBS cuci tangan terhadap tingkat pengetahuan cuci tangan pada anak usia 10–12 tahun di Banjar Panca Bineka Desa Adat Tanjung Benoa. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(1), 58–65.
- Herman, Chandrawati, A. A., Delva, E., & Azizah, N. (2025). *Edukasi cuci tangan pakai sabun sebagai upaya pencegahan penyakit pada siswa sekolah dasar di Kota Parepare*.
- Jamalludin, M., Bagaskara, D., Krisnawaty, A., Nurdianti, P., & Ruliyandari, R. (2025). *Effectiveness of leaflet media on PHBS knowledge and attitudes in the elderly and pre-elderly in Jogokariyan Village*. *Jurnal EduHealth*, 16(1). <https://doi.org/10.54209/eduhealth.v16i01>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Kementerian Kesehatan RI.

- Made, R. N., Kurnisa, E., Pratiwi, D., Anggraeni, I., & Surahman, F. (2025). *Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat Jalan Gedang RT.04 Kota Bengkulu*.
- Mikawati, M., Malik, M. Z., Suriyani, S., Wijaya, I. K., & Muaningsih, M. (2022). Penyuluhan kesehatan tentang cuci tangan dengan enam langkah pada masyarakat. *Idea Pengabdian Masyarakat*.
- Nastiti, A. D., Kusuma, E., Puspitasari, R. A. H., & Handayani, D. (2023). Penguatan edukasi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dalam tatanan rumah tangga sebagai upaya menciptakan keluarga ber-PHBS. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), 1693–1699. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.9477>
- Notoatmodjo, S. (2021). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* (Edisi revisi). Rineka Cipta.
- Nurjanah, S., Mustika, D. N., Puspitaningrum, D., & Mindiatussholihah. (2026). Edukasi cara cuci tangan yang benar di PP Taman Belia Klipang Kota Semarang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 8(1), 52–57.
- Paridah, Yulia, H., Meizi, & Rezki, S. (2025). *Peningkatan pengetahuan siswa SDN 36 Kendari tentang cuci tangan pakai sabun melalui leaflet*.
- Pengaruh Media Promosi Kesehatan terhadap Pengetahuan Cuci Tangan Pakai Sabun*. (2024).
- Peningkatan Pengetahuan Siswa SDN 36 Kendari tentang Cuci Tangan Pakai Sabun melalui Leaflet*. (2024)
- Putri, R. A., Sofiyanti, I., & Isfaizah. (2023). Edukasi dan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah. *Indonesian Journal of Community Empowerment*, 5(2), 173–177. <https://doi.org/10.35473/ijce.v5i2.2678>
- Rahmaniza, R., Fadhli, R., & Ramayani, P. (2024). *Efektivitas promosi kesehatan terhadap perubahan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada tatanan rumah tangga di Kelurahan Pebatuan*.
- Rahmayani, R., Rosita, S., & Za, R. N. (2023). Hubungan pengetahuan dan sikap keluarga tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan penerapan PHBS pada

tatanan rumah tangga di wilayah kerja Puskesmas Simeulue Timur. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(1), 332–338.