

Bibliotherapy melalui Buku Cerita Bergambar Terhadap Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak SD Kelas Bawah

Bibliotherapy Using Picture Books in Improving Knowledge of Clean and Healthy Living Behaviours Among Lower-Year Primary School Children

Putri Aprillia Brilliant Pratama^{1*}, Rifzul Maulina¹, Sulistiyah¹

¹Departemen Kebidanan, ITSK RS dr. Soepraoen, Malang, Indonesia

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat/PHBS) is an important effort to improve children's health status from an early age. However, PHBS implementation in Indonesia remains low. Only 39.1% of households comprehensively practice PHBS, while handwashing with soap reaches only 27.2%. In schools, around 29% of elementary schools lack adequate handwashing facilities, and 18% do not have separate toilet facilities. These conditions contribute to diseases among children, including diarrhea, skin infections, and Acute Respiratory Infections (ARI). The limited effectiveness of conventional learning methods indicates the need for more engaging health education strategies, such as bibliotherapy using illustrated storybooks. This study aimed to analyze differences in PHBS knowledge levels before and after bibliotherapy intervention among lower-grade elementary school students. A quantitative pre-experimental one group pretest–posttest design was used. The sample consisted of 30 third-grade students at MI Sunan Gunung Jati Malang selected through total sampling. Data were collected using a PHBS knowledge questionnaire before and after three bibliotherapy sessions using illustrated storybooks. Data were analyzed using the Wilcoxon test with a significance level of $p < 0.05$. The results showed an increase in the average knowledge score from 1.83 to 2.13. Students with good knowledge increased from 20.0% to 36.7%, while those with low knowledge decreased from 36.7% to 23.3%. The Wilcoxon test showed $p = 0.020$, indicating a significant difference before and after intervention. Bibliotherapy using illustrated storybooks demonstrated an increase in PHBS knowledge and has the potential to serve as an alternative health education strategy in primary schools.

Keywords: behavior, bibliotherapy, elementary school, health education

Article history:

Submitted 13 April 2026

Accepted 13 Juni 2026

Published 02 Agustus 2026

PUBLISHED BY:

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

Address:

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru,
Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

Email:

info@salnesia.id, jika@salnesia.id

Phone:

+62 85255155883



Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya penting untuk meningkatkan status kesehatan anak sejak dini. Namun, implementasi PHBS di Indonesia masih rendah. Hanya 39,1% rumah tangga yang menerapkan PHBS secara komprehensif, sedangkan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun hanya mencapai 27,2%. Di lingkungan sekolah, sekitar 29% sekolah dasar belum memiliki fasilitas cuci tangan yang memadai, dan 18% belum memiliki fasilitas toilet terpisah. Kondisi ini berkontribusi terhadap kejadian penyakit pada anak, termasuk diare, infeksi kulit, dan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA). Terbatasnya efektivitas metode pembelajaran konvensional menunjukkan perlunya strategi pendidikan kesehatan yang lebih menarik, seperti biblioterapi menggunakan buku cerita bergambar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan PHBS sebelum dan sesudah intervensi biblioterapi pada siswa sekolah dasar kelas rendah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental *one group pretest-posttest*. Sampel terdiri atas 30 siswa kelas III di MI Sunan Gunung Jati Malang yang dipilih melalui teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan PHBS sebelum dan sesudah tiga sesi biblioterapi menggunakan buku cerita bergambar. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari 1,83 menjadi 2,13. Siswa dengan pengetahuan baik meningkat dari 20,0% menjadi 36,7%, sedangkan siswa dengan pengetahuan rendah menurun dari 36,7% menjadi 23,3%. Uji *Wilcoxon* menunjukkan $p = 0,020$, yang mengindikasikan adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi. Biblioterapi menggunakan buku cerita bergambar menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan PHBS dan berpotensi menjadi salah satu alternatif strategi pendidikan kesehatan di sekolah dasar.

Kata Kunci: biblioterapi, perilaku, pendidikan kesehatan, sekolah dasar

*Penulis Korespondensi:

Putri Aprillia Brilliant Pratama, email: putribrilliant2404@gmail.com



This is an open access article under the CC-BY license

Highlight:

- Terjadi pergeseran positif pada pemahaman siswa, ditandai dengan meningkatnya proporsi pengetahuan kategori baik dan berkurangnya kategori rendah setelah intervensi.
- Terbukti terdapat perbedaan tingkat pengetahuan PHBS yang bermakna antara sebelum dan sesudah intervensi diberikan.
- Penggunaan buku cerita bergambar terbukti membantu siswa memahami materi kebersihan diri dan sanitasi secara lebih menarik, interaktif, dan konkret.

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya penting dalam meningkatkan derajat kesehatan anak sejak usia dini. Namun, Indonesia masih menghadapi berbagai tantangan terkait perilaku kesehatan dasar, terutama praktik kebersihan diri dan sanitasi pada anak sekolah dasar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011). Data UNICEF menunjukkan bahwa lebih dari 646 juta anak sekolah di dunia belum memiliki fasilitas cuci tangan pakai sabun di Sekolah, sedangkan 427 juta anak belum memiliki akses sanitasi yang layak. Di Indonesia, hanya 39,1% rumah tangga yang menerapkan PHBS secara komprehensif dengan kebiasaan mencuci tangan

pakai sabun menjadi indikator terendah (27,2%) (UNICEF, 2024). Selain itu, sekitar 29% sekolah dasar belum memiliki fasilitas cuci tangan yang memadai dan 18% belum memiliki jamban terpisah bagi siswa laki-laki dan perempuan. Kondisi ini menyebabkan penerapan PHBS di sekolah belum optimal (Dinas Kesehatan Kota Malang, 2024).

Rendahnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit pada anak, seperti diare, kecacingan, infeksi kulit, serta Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA). Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2023 terdapat angka kejadian diare pada anak usia sekolah mencapai 6,8%, sementara kasus infeksi kulit ditemukan pada sekitar 10–15% siswa sekolah dasar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Di Kota Malang, tercatat lebih dari 11.000 kasus diare dan 6,2% kasus kecacingan pada anak sekolah dasar yang berkaitan dengan rendahnya praktik kebersihan diri dan sanitasi (Dinas Kesehatan Kota Malang, 2024). Kurangnya pengetahuan anak mengenai PHBS dipengaruhi oleh metode pendidikan kesehatan yang cenderung monoton, kurang melibatkan interaksi aktif, dan minim partisipasi siswa selama proses pembelajaran (Fradianto *et al.*, 2022). Kondisi tersebut menyebabkan pemahaman anak terkait PHBS belum sepenuhnya diikuti dengan perubahan perilaku dalam aktivitas sehari-hari.

Salah satu pendekatan edukasi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan pemahaman PHBS pada anak adalah bibliotherapy menggunakan buku cerita bergambar. Metode ini memanfaatkan cerita sebagai sarana penyampaian pesan kesehatan sehingga lebih menarik dan mudah dipahami oleh anak usia sekolah dasar. Penelitian Anggraeni dan Kurniawati (2022) menunjukkan bahwa bibliotherapy berbasis cerita bergambar mampu meningkatkan minat belajar anak sekaligus membantu mereka memahami informasi kesehatan secara lebih efektif. Selain itu, media visual dan naratif dianggap lebih sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak sekolah dasar sehingga materi PHBS dapat diterima secara lebih konkret dan mudah dipahami. Penelitian Saragih (2019) menemukan adanya peningkatan kemampuan mencuci tangan menggunakan sabun setelah penerapan bibliotherapy pada siswa sekolah dasar. Meskipun demikian, penelitian mengenai bibliotherapy dalam konteks PHBS masih relatif terbatas, terutama yang menggunakan media cerita bergambar pada siswa sekolah dasar kelas bawah. Sebagian besar penelitian sebelumnya juga lebih banyak menitik beratkan pada aspek emosional dibandingkan pengukuran peningkatan pengetahuan PHBS secara khusus.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan penelitian mengenai efektivitas bibliotherapy melalui buku cerita bergambar terhadap pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak sekolah dasar kelas bawah. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif strategi pendidikan kesehatan yang lebih menarik, interaktif, dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar.

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain pra-eksperimental (*pre-experimental design*) menggunakan model *one group pretest–posttest*. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian bertujuan mengukur perubahan tingkat pengetahuan siswa secara objektif melalui data numerik yang dianalisis menggunakan statistik. Desain *one group pretest–posttest* digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran sebelum intervensi (*pretest*) dan sesudah intervensi (*posttest*) pada kelompok yang sama tanpa melibatkan kelompok kontrol, sehingga perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan dapat diketahui.

Penelitian dilaksanakan di MI Sunan Gunung Jati Malang pada bulan Januari 2026. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada beberapa pertimbangan, antara lain sekolah memiliki siswa kelas bawah yang sesuai dengan karakteristik penggunaan media cerita bergambar, belum pernah memperoleh edukasi PHBS melalui metode bibliotherapy, serta masih ditemukan perilaku kebersihan diri yang kurang optimal berdasarkan hasil observasi awal peneliti, seperti kebiasaan mencuci tangan yang belum dilakukan secara konsisten. Selain itu, pihak sekolah memberikan dukungan dan izin terhadap pelaksanaan penelitian sehingga kegiatan intervensi dapat berjalan secara terstruktur.

Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas III MI Sunan Gunung Jati Malang yang berjumlah 30 siswa dan terdiri atas satu kelas aktif pada tahun ajaran 2025/2026. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Pemilihan siswa kelas III dilakukan karena mereka berada pada tahap perkembangan kognitif operasional konkret, sehingga dianggap mampu memahami isi cerita bergambar, mengikuti diskusi interaktif, serta mengisi kuesioner secara mandiri. Selain itu, siswa kelas III dinilai lebih representatif dibandingkan siswa kelas yang lebih rendah karena kemampuan membaca dan memahami instruksi sudah lebih baik. Di sisi lain, siswa kelas bawah dianggap lebih membutuhkan penguatan edukasi PHBS sejak usia dini dibandingkan siswa kelas yang lebih tinggi.

Penentuan populasi tersebut juga mempertimbangkan karakteristik siswa yang relatif homogen dari aspek usia, lingkungan belajar, serta kurikulum sekolah sehingga dapat memberikan gambaran awal mengenai tingkat pengetahuan PHBS pada siswa sekolah dasar di lingkungan tersebut. Selama penelitian berlangsung, peneliti melakukan koordinasi dengan wali kelas dan pihak sekolah untuk mengatur jadwal intervensi agar seluruh siswa dapat mengikuti setiap rangkaian kegiatan secara lengkap. Peneliti juga mendampingi siswa selama proses pengisian kuesioner dan pelaksanaan intervensi guna meminimalkan bias informasi serta mencegah terjadinya *drop out*. Seluruh subjek mengikuti penelitian hingga tahap *posttest* selesai dilakukan.

Variabel penelitian terdiri atas variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen dalam penelitian ini adalah intervensi bibliotherapy menggunakan buku cerita bergambar bertema Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Adapun variabel dependennya adalah tingkat pengetahuan siswa mengenai PHBS yang mencakup aspek kebersihan diri, kebiasaan hidup sehat, dan sanitasi lingkungan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner pengetahuan PHBS yang terdiri dari 10 soal pilihan ganda. Jawaban benar diberi skor 1, sedangkan jawaban salah diberi skor 0, sehingga total skor berada pada rentang 0–10. Selanjutnya, skor dikonversikan ke dalam bentuk persentase dan dikelompokkan menjadi tiga kategori tingkat pengetahuan, yaitu baik (76–100%), sedang (56–75%), dan rendah ($\leq 55\%$). Tingkat pengetahuan dikategorikan rendah (skor 1), sedang (skor 2), dan baik (skor 3). Analisis deskriptif dilakukan untuk menghitung nilai rata-rata (mean) dari kategori tersebut. Selain kuesioner, digunakan pula lembar observasi untuk menilai keterlaksanaan intervensi yang meliputi tahapan kegiatan dan partisipasi siswa selama proses bibliotherapy berlangsung.

Intervensi bibliotherapy dilakukan sebanyak tiga sesi dalam satu minggu, yaitu pada hari Senin, Rabu, dan Jumat dengan durasi masing-masing 60 menit. Setiap sesi meliputi tahap pembukaan, pembacaan buku cerita bergambar secara interaktif, diskusi dan refleksi, serta penutup. Materi diberikan secara bertahap yang mencakup kebersihan diri, kebersihan lingkungan, serta penggunaan air bersih dan sanitasi.

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu pemberian *informed consent* kepada orang tua atau wali siswa, pelaksanaan *pretest* untuk mengetahui pengetahuan awal siswa, pemberian intervensi *bibliotherapy*, dan pelaksanaan *posttest* untuk mengukur tingkat pengetahuan setelah intervensi diberikan.

Analisis data dilakukan menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik subjek dan distribusi tingkat pengetahuan, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Uji normalitas data dilakukan menggunakan Shapiro–Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50 subjek. Jika data berdistribusi normal maka digunakan uji *paired sample t-test*, sedangkan apabila data tidak berdistribusi normal digunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan ITSK RS dr. Soepraen Malang dengan nomor KEPK-EC/468/1/2026. Seluruh subjek telah mendapatkan *informed consent*, dan kerahasiaan data dijaga sesuai prinsip etik penelitian kesehatan selama proses penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik umum subjek

Karakteristik umum subjek dalam penelitian ini meliputi usia, jenis kelamin, serta tingkat pendidikan orang tua. Ketiga aspek tersebut dipilih karena dianggap mampu memberikan gambaran dasar mengenai latar belakang demografis dan sosial subjek yang berpotensi mempengaruhi hasil penelitian. Deskripsi rinci mengenai distribusi karakteristik subjek tersebut disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik umum subjek

Usia	n	%
9 tahun	26	86,67
10 tahun	4	13,33
Jenis kelamin		
Pria	11	36,67
Perempuan	19	63,33
Tingkat Pendidikan Orang Tua		
Sekolah Dasar	7	23,3
Sekolah Menengah Pertama	9	30,0
Sekolah Menengah Atas	8	26,7
Universitas	6	20,0
Total	30	100,0

Sumber: Data primer, 2026

Karakteristik subjek yang direkam dalam Tabel 1 menggambarkan bahwa mayoritas siswa berusia 9 tahun 26 siswa (86,67%) sedangkan hanya 4 siswa (13,33%) berusia 10 tahun. Homogenitas usia ini memberikan dasar yang kuat bagi validitas internal penelitian, karena variabel usia telah sejak awal distabilkan sehingga perubahan pengetahuan lebih mungkin disebabkan oleh intervensi daripada perbedaan perkembangan kognitif antar usia.

Usia subjek yang terkonsentrasi pada rentang 9–10 tahun menunjukkan bahwa subjek penelitian berada pada periode *middle childhood*, yaitu fase ketika anak mulai

mampu memahami hubungan sebab-akibat sederhana, mengikuti instruksi bertahap, serta menghubungkan informasi baru dengan pengalaman sehari-hari. Karakteristik ini sesuai dengan penggunaan *bibliotherapy* melalui buku cerita bergambar karena pesan PHBS tidak hanya disampaikan secara verbal, tetapi juga melalui ilustrasi dan alur cerita yang lebih konkret. Penelitian [Bánfai-Csonka et al. \(2022\)](#) menjelaskan bahwa pesan kesehatan berbasis gambar dan cerita dapat membantu pembentukan *health literacy* pada anak karena informasi kesehatan disajikan dengan bentuk yang mudah diamati, dikenali, dan dihubungkan dengan aktivitas harian. Pada penelitian [Knisel et al. \(2020\)](#) juga menemukan bahwa intervensi promosi *health literacy* pada anak sekolah dasar usia 6–12 tahun mampu meningkatkan kemampuan anak dalam memahami informasi kesehatan, dengan peningkatan yang tidak bergantung secara bermakna pada usia maupun jenis kelamin. Temuan tersebut memperkuat kesesuaian pemilihan siswa kelas III sebagai subjek karena rentang usia yang relatif homogen dapat mengurangi variasi perkembangan kognitif antarsiswa.

Karakteristik usia subjek juga mendukung pemanfaatan media cerita sebagai strategi edukasi kesehatan. [Conrad et al. \(2020\)](#) menemukan bahwa *storybook* yang memuat penjelasan kausal tentang penularan penyakit dapat meningkatkan pengetahuan anak dan mendorong perilaku adaptif terhadap sumber kontaminasi. [Penyami et al. \(2025\)](#) melaporkan peningkatan pengetahuan dan praktik etika batuk pada anak sekolah setelah edukasi menggunakan *storybook* dan leaflet, dengan analisis Wilcoxon yang menunjukkan perubahan signifikan setelah intervensi. Hasil tersebut memiliki kedekatan dengan penelitian ini karena sama-sama menggunakan pendekatan edukasi berbasis cerita pada anak usia sekolah serta menilai perubahan pengetahuan kesehatan setelah perlakuan. Pada materi PHBS, visualisasi perilaku seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan diri, menggunakan jamban, dan menjaga lingkungan sekolah menjadi lebih mudah dipahami ketika disajikan dalam alur cerita yang dekat dengan pengalaman anak.

Berdasarkan jenis kelamin, subjek perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki, yaitu 19 siswa (63,33%) dan 11 siswa (36,67%). Komposisi ini perlu dibaca sebagai gambaran demografis, bukan sebagai dasar penarikan kesimpulan mengenai perbedaan efektivitas intervensi menurut jenis kelamin karena penelitian ini tidak melakukan analisis stratifikasi berdasarkan gender. [Teng \(2024\)](#) menunjukkan bahwa keterlibatan anak dalam membaca buku bergambar interaktif dapat berbeda menurut jenis kelamin, sehingga karakteristik gender tetap perlu dicatat dalam penelitian berbasis media visual dan naratif. Akan tetapi, [Knisel et al. \(2020\)](#) menemukan bahwa peningkatan *health literacy* pada intervensi anak sekolah dasar tidak dipengaruhi secara bermakna oleh jenis kelamin. Dengan komposisi subjek yang didominasi perempuan, hasil peningkatan pengetahuan PHBS tetap dapat menggambarkan respons kelompok kelas terhadap intervensi, tetapi belum dapat menyimpulkan bahwa anak perempuan atau laki-laki memiliki respons yang lebih baik terhadap *bibliotherapy*.

Tingkat pendidikan orang tua yang bervariasi menunjukkan adanya perbedaan potensi dukungan literasi kesehatan di lingkungan keluarga. Subjek dengan orang tua berpendidikan sekolah dasar sebesar 23,3%, sekolah menengah pertama 30,0%, sekolah menengah atas 26,7%, dan perguruan tinggi 20,0%. Variasi ini penting karena pendidikan orang tua dapat memengaruhi akses informasi kesehatan, cara orang tua menjelaskan perilaku hidup bersih dan sehat, serta pembiasaan kesehatan anak di rumah. [de Buhr dan Tannen \(2020\)](#) menemukan bahwa literasi kesehatan orang tua berkaitan dengan beberapa perilaku kesehatan anak, termasuk konsumsi buah dan sayur, aktivitas fisik, serta kebiasaan menyikat gigi. Pada Penelitian [Asil et al. \(2025\)](#) juga

menemukan hubungan antara literasi kesehatan orang tua dengan tingkat pendidikan, status kesehatan anak, serta pilihan akses layanan kesehatan. Berdasarkan temuan tersebut, pendidikan orang tua dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai faktor latar yang berpotensi memengaruhi kesiapan awal anak dalam menerima pesan PHBS.

Tingkat pengetahuan PHBS sebelum dan setelah intervensi

Sebelum diberikan intervensi biblioterapi, sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan sedang mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Setelah intervensi dilakukan, terjadi peningkatan jumlah siswa dengan kategori pengetahuan baik serta penurunan pada kategori pengetahuan rendah. Perubahan distribusi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi tingkat pengetahuan PHBS sebelum dan setelah intervensi

Kategori	<i>Pretest</i> n (%)	<i>Posttest</i> n (%)
Rendah	11 (36,7%)	7 (23,3%)
Sedang	13 (43,3%)	12 (40,0%)
Baik	6 (20,0%)	11 (36,7%)
Total	30 (100%)	30 (100%)

Sumber: Data primer, 2026

Berdasarkan Tabel 2, sebelum intervensi sebagian besar siswa berada pada kategori pengetahuan sedang (43,3%) dan rendah (36,7%), sedangkan hanya 20,0% siswa yang memiliki pengetahuan baik. Setelah diberikan biblioterapi melalui buku cerita bergambar, jumlah siswa dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 36,7%, sementara kategori pengetahuan rendah menurun menjadi 23,3%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa intervensi biblioterapi memberikan perubahan positif terhadap tingkat pengetahuan siswa mengenai PHBS.

Rendahnya tingkat pengetahuan awal siswa dapat dipengaruhi oleh metode pendidikan kesehatan yang kurang bervariasi dan masih menggunakan pendekatan konvensional. Berdasarkan hasil observasi awal serta wawancara dengan guru kelas, edukasi PHBS di sekolah umumnya diberikan melalui metode ceramah singkat tanpa dukungan media interaktif maupun penggunaan buku cerita bergambar secara khusus. Selain itu, penyampaian materi PHBS belum dilakukan secara terstruktur dan berkesinambungan sehingga siswa cenderung cepat merasa bosan dan kurang aktif selama proses pembelajaran. Kondisi ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa metode pembelajaran satu arah kurang efektif dalam meningkatkan pemahaman kesehatan pada anak usia sekolah dasar karena belum mampu menciptakan pengalaman belajar yang menarik dan bermakna (Putri *et al.*, 2024).

Di samping itu, materi PHBS yang bersifat aplikatif membutuhkan media pembelajaran yang konkret dan mudah dipahami oleh anak. Pada tahap usia sekolah dasar, siswa lebih mudah menerima informasi melalui media visual dan pengalaman kontekstual dibandingkan penjelasan teoritis semata. Oleh sebab itu, penggunaan buku cerita bergambar dalam bibliotherapy dianggap sesuai untuk membantu siswa memahami konsep PHBS melalui situasi yang dekat dengan kehidupan sehari-hari mereka.

Setelah intervensi bibliotherapy diberikan, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan siswa mengenai PHBS. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa persentase siswa dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 20,0% menjadi 36,7%,

sedangkan kategori pengetahuan rendah mengalami penurunan dari 36,7% menjadi 23,3%. Walaupun kategori pengetahuan sedang masih mendominasi, hasil tersebut menunjukkan adanya perubahan positif setelah pelaksanaan intervensi.

Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa bibliotherapy melalui media buku cerita bergambar mampu membantu siswa memahami materi PHBS secara lebih efektif. Penggunaan cerita dan ilustrasi membuat informasi kesehatan menjadi lebih menarik, mudah dipahami, serta sesuai dengan karakteristik belajar anak sekolah dasar. Dalam proses ini, siswa tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga terlibat aktif melalui kegiatan membaca, mendengarkan cerita, dan mendiskusikan isi materi sehingga pemahaman yang diperoleh menjadi lebih bermakna.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa media naratif visual efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan pada anak sekolah dasar (Verika *et al.*, 2026). Media cerita bergambar membantu siswa mengaitkan informasi kesehatan dengan pengalaman sehari-hari sehingga materi lebih mudah dipahami dan diingat. Selain itu, perpaduan unsur visual dan naratif juga dapat meningkatkan perhatian serta motivasi belajar siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Perubahan pengetahuan PHBS sebelum dan sesudah biblioterapi

Tabel 3 menyajikan hasil uji *wilcoxon* yang digunakan untuk melihat perubahan sebelum dan setelah intervensi biblioterapi terhadap pengetahuan siswa tentang PHBS. Hasil analisis menunjukkan nilai *Z* sebesar -2,324 dengan nilai signifikansi (*Sig. 2-tailed*) sebesar 0,020. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari 1,83 menjadi 2,13.

Tabel 3. Analisis perubahan pengetahuan PHBS sebelum dan sesudah biblioterapi

Kelompok	N	Rata-rata	Z	Sig.(2-tailed)
Pretest	30	1,83		
Posttest	30	2,13	-2. 324	0,020*

Keterangan: *Uji *wilcoxon*, signifikan jika *p-value* < 0,05

Peningkatan pengetahuan setelah pelaksanaan intervensi menunjukkan bahwa penggunaan media naratif visual dapat membantu siswa memahami materi kesehatan secara lebih menarik dan konkret. Dalam penelitian ini, siswa tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga terlibat aktif dalam kegiatan membaca, mendengarkan cerita, serta mendiskusikan isi cerita yang berkaitan dengan PHBS. Keterlibatan aktif tersebut memudahkan siswa dalam memahami dan mengingat informasi kesehatan yang disampaikan. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa media cerita bergambar dan pembelajaran berbasis narasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan pada anak sekolah dasar (Liasari *et al.*, 2025).

Pembahasan penelitian ini mengacu pada pendekatan konstruktivisme sebagai landasan teori utama. Teori konstruktivisme menjelaskan bahwa pengetahuan dibangun oleh anak melalui pengalaman belajar yang bermakna dan kontekstual. Dalam penelitian ini, buku cerita bergambar berperan sebagai media yang membantu siswa menghubungkan materi PHBS dengan situasi yang mereka temui dalam kehidupan sehari-hari, sehingga konsep mengenai kebersihan diri dan sanitasi menjadi lebih mudah dipahami. Penggunaan ilustrasi dan cerita yang dekat dengan pengalaman anak juga

membuat proses pembelajaran lebih interaktif dan tidak monoton.

Walaupun hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan, sebagian besar siswa masih berada pada kategori pengetahuan sedang setelah intervensi diberikan. Hal tersebut menunjukkan bahwa bibliotherapy belum sepenuhnya mampu mengoptimalkan pemahaman seluruh siswa. Oleh karena itu, penerapan bibliotherapy dapat dipadukan dengan metode pembelajaran lain, seperti praktik langsung, diskusi kelompok, maupun penggunaan media audiovisual agar pemahaman siswa mengenai PHBS menjadi lebih optimal. Kombinasi berbagai metode pembelajaran dianggap penting karena karakteristik belajar anak sekolah dasar umumnya memerlukan variasi stimulus agar tetap fokus dan aktif selama kegiatan pembelajaran berlangsung.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bibliotherapy berbasis buku cerita bergambar dapat dijadikan salah satu alternatif strategi pendidikan kesehatan yang efektif dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar. Selain mampu meningkatkan pengetahuan, metode ini juga dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran sehingga materi PHBS lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan. Penelitian hanya dilakukan di satu sekolah dengan jumlah sampel yang relatif sedikit sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, desain penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimental* tanpa kelompok kontrol, sehingga pengaruh intervensi tidak dapat dibandingkan dengan metode pembelajaran lainnya. Pengukuran pengetahuan juga dilakukan dalam waktu yang relatif singkat sehingga belum mampu menggambarkan keberlanjutan perubahan pengetahuan maupun perilaku siswa dalam jangka panjang.

KESIMPULAN

Biblioterapi menggunakan buku cerita bergambar menunjukkan adanya perbedaan tingkat pengetahuan PHBS yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi pada siswa sekolah dasar kelas bawah. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan skor pengetahuan siswa serta perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Pendekatan berbasis naratif dan visual dalam intervensi ini mampu membantu siswa memahami konsep kebersihan dan sanitasi secara lebih konkret, menarik, dan mudah dipahami. Oleh karena itu, bibliotherapy dengan media buku cerita bergambar dapat direkomendasikan sebagai salah satu strategi inovatif dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan di sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni WM, dan Kurniawati D. 2022. Efektivitas Metode Biblioterapi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Menarche di Sekolah Dasar. *Griya Widya: Journal of Sexual and Reproductive Health*, 1(2): 51–59. <https://doi.org/10.53088/griyawidya.v1i2.349>
- Asil EU, Aygun O, Duman A, Gungor N. 2025. The Relationship between Parental Health Literacy and Primary School Students' Anthropometric Measurements and General Health Status. *BMC Pediatrics*, 25: 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12887-025-05445-7>
- Bánfai-Csonka H, Betlehem J, Deutsch K, Derzsi-Horváth M, Bánfai B, Fináncz J, et.al., 2022. Health Literacy in Early Childhood: A Systematic Review of Empirical Studies. *Children*, 9(8): 1-12. <https://doi.org/10.3390/children9081131>
- Conrad M, Kim E, Blacker K, Walden Z, LoBue V. 2020. Using Storybooks to Teach

- Children about Illness Transmission and Promote Adaptive Health Behavior: A Pilot Study. *Frontiers in Psychology*, 11: 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00942>
- de Buhr E, dan Tannen A. 2020. Parental Health Literacy and Health Knowledge, Behaviours and Outcomes in Children: A Cross-Sectional Survey. *BMC Public Health*, 20(1): 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08881-5>
- Dinas Kesehatan Kota Malang. 2024. Profil kesehatan Kota Malang Tahun 2023. Dinas Kesehatan Kota Malang.
- Fradianto I, Andriyanto A, Akbar N, Yulanda NA, Bahtiar. 2022. Improving Handwashing Behavior of School-Age Children Through a Game-Based Educational Program. *ASEAN Journal of Community Engagement*, 6(2): 324-334. <https://doi.org/10.7454/ajce.v6i2.1138>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2011. Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pedoman-phbs>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2024. Profil kesehatan Indonesia tahun 2023. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/172231123666a86244b83fd8.51637104.pdf
- Knisel E, Rupprich H, Wunram A, Bremer M, Desai C. 2020. Promotion of Elementary School Students' Health Literacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24): 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249560>
- Liasari I, Priyambodo RA, Jumriani, Aida WN, Azizah PN. 2025. Media Edukasi Kesehatan Gigi Berbasis Cerita Bergambar Digital: Pengembangan dan Uji Efektivitas pada Siswa Sekolah Dasar. *Media Kesehatan Gigi: Politeknik Kesehatan Makassar*, 24(2): 51-58. <https://doi.org/10.32382/mkg.v24i2.1925>
- Penyami Y, Angkasa MP, Sumarni S. 2025. Using Storybooks to Enhance Health Awareness among Schoolchildren at Risk of Tuberculosis. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 7(11): 1338-1343. <https://doi.org/10.33024/minh.v7i11.567>
- Putri LIE, Maulina R, Keswara NW. 2024. Pengaruh Penerapan Metode Bercerita dengan Media Audio Visual terhadap Kemampuan Bahasa Anak. *Jurnal Locus Penelitian dan Pengabdian*, 3(5): 403-412. <https://doi.org/10.58344/locus.v3i5.2573>
- Saragih S. 2019. Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Cuci Tangan terhadap Tingkat Pengetahuan Cuci Tangan Siswa/I Kelas V di SD Negeri 060971 Kemenangan Tani Kec. Medan Tuntungan Tahun 2018. *Excellent Midwifery Journal*, 2(1): 19-28. <https://jurnal.mitrahusada.ac.id/emj/article/download/71/39>
- Teng P. 2024. Gender Differences in Immersive Reading with Interactive Electronic Picture Books. *TEM Journal*, 13(4): 3175-3185. <https://doi.org/10.18421/TEM134-52>
- UNICEF. 2024. Water, Sanitation, and Hygiene (WASH) Acts 2023. UNICEF Indonesia. Jakarta: Unicef Indonesia. <https://www.unicef.org/indonesia/media/20846/file/WASH%20Acts%20Compilation%202023.pdf.pdf>
- Verika N, Astuti IT, Susanto H. 2026. Efektivitas Storytelling Edukatif terhadap Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran Anak dalam Pola Makan Sehat. *Essentia: Journal of Medical Practice and Research*, 2(1): 1-10. <https://doi.org/10.65310/e0fx3m20>