

Edukasi Dan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Masyarakat Desa Suka Raja

Siti Salwa Hanafiah¹, Syuaib Afri Mulana¹, Vioni Nabila Alyaza¹, Rosi Anggraini², Putri Kirana², Ayu Nani², Putri Lestari², Sri Handayani², Su AstriAsriatun², Sumarti Agustina², Suparmi², Fitri³, Indra Gunawan³, Gita Sopianti³, Desi Febriani³, Muhammad Fajri⁴, Rina S.E Sitindaon¹

¹Fakultas Kesehatan, ²Fakultas Kebidanan Dan Keperawatan, Fakultas Farmasi, ³Fakultas Hukum
Universitas Kader Bangsa
e-mail: kknkelompok14sukaraja@gmail.com

Abstrak

Edukasi dan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya penting untuk menjaga kebersihan lingkungan dan kesehatan. Salah satu perilaku yang perlu mendapat perhatian serius adalah kebiasaan membuang sampah sembarangan. Tujuan kegiatan penyuluhan (PHBS) ini adalah untuk mendorong Masyarakat untuk membuang sampah pada Tempatnya yang dilakukan melalui komunikasi secara langsung di masyarakat Desa Sukaraja. Metode pengolahan data yang digunakan dalam kegiatan ini adalah software SPSS, agar lebih mudah mendeteksi data tersebut. Berdasarkan hasil dari pengolahan data, yang ditemukan adalah 67,5% responden yang masih membakar sampah dikarenakan masyarakat tidak mengetahui cara pengolahan sampah yang baik sementara 12% responden mengungkapkan bahwa mereka membuang sampah sembarangan karena tidak ada tempat pembuangan, serta 8,4% responden membuang sampah dengan cara ditimbun dikarenakan Masyarakat belum mengetahui bagaimana pengolahan sampah dengan benar dan 4,8% responden yang membuang sampah disungai. Berdasarkan data yang diperoleh dapat diambil bahwa Masyarakat masih membakar sampah dikarenakan tempat pembuangan sampahnya belum disediakan, namun hal ini dapat kita ambil dari kegiatan penyuluhan dan edukasi ini untuk mendorong Masyarakat untuk merubah perilaku yang sehat seperti membuang sampah pada tempatnya.

Kata kunci: Edukasi, PHBS, sosialisasi

Abstract

Education and socialization of clean and healthy living behavior (PHBS) is one of the important efforts to maintain environmental cleanliness and health. One behavior that needs serious attention is the habit of littering. The purpose of this counseling activity (PHBS) is to encourage the community to dispose of waste in its place which is carried out through direct communication in the Sukaraja Village community. The data processing method used in this activity is SPSS software, to make it easier to detect the data. Based on the results of data processing, it was found that 67.5% of respondents still burned waste because the community did not know how to properly manage waste while 12% of respondents said that they littered because there was no landfill, and 8.4% of respondents disposed of waste by piling it up because the community did not know how to properly manage waste and 4.8% of respondents threw waste in the river. Based on the data obtained, it can be concluded that the community still burns waste because the landfill has not been provided, but we can take this from this counseling and education activity to encourage the community to change healthy behavior such as disposing of waste in its place.

Keywords: Education, PHBS, socialization

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah perilaku yang diterapkan oleh setiap orang dengan kesadaran sendiri yang dilakukan secara terus menerus setiap hari untuk mencapai derajat kesehatan sehingga dapat hidup dengan sehat dan aktif (Muchtar *et al.*, 2023). Tujuan PHBS adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar dengan kesadaran sendiri dapat menerapkan perilaku yang dapat menjaga dan meningkatkan kesehatan. Menjaga dan mencapai derajat kesehatan yang maksimal dapat dilakukan dengan perilaku sehat dan menjaga agar lingkungan tetap sehat sehingga dapat mencegah gangguan akibat penyakit. Untuk itu penerapan perilaku hidup bersih dan sehat menjadi tanggung jawab setiap orang (Rika Widianita, 2023).

Perilaku kesehatan yang buruk menyebabkan seseorang berisiko mengalami penyakit. Melalui perilaku kesehatan yang baik maka risiko penyakit juga rendah sehingga dapat membentuk kualitas diri untuk hidup produktif (Sari *et al.*, 2024). Tubuh yang sehat diperoleh dari penerapan kebiasaan baik sehingga dapat beraktivitas dengan normal tanpa gangguan penyakit (Sapalas *et al.*, 2022). Mencapai sumberdaya manusia yang berkualitas menjadi salah satu prioritas dalam kebijakan pemerintah karena peningkatan kualitas manusia dapat mendukung pelaksanaan pembangunan bangsa (Rusdyana *et al.*, 2019). Sumber daya manusia yang berkualitas didukung dengan kesehatan jasmani, mental yang tangguh dan sikap sosial yang baik (Rengas *et al.*, 2021). PHBS memiliki lima ruang lingkup di antaranya adalah pada tatanan rumah tangga, tempat kerja, fasilitas kesehatan, institusi pendidikan dan tatanan tempat umum. PHBS merupakan bentuk praktik tentang perilaku masyarakat baik individu maupun kelompok dengan berlandaskan kesadaran, yang merupakan hasil dari proses pembelajaran sehingga menjadikan masyarakat tersebut dapat secara mandiri menolong diri sendiri dari belenggu pola hidup tidak sehat dan derajat kesehatannya dapat ditingkatkan. Dasar untuk mewujudkan kesehatan di masyarakat khususnya PHBS dimulai dari ruang lingkup rumah tangga (Nasution, 2020).

Beberapa literatur yang disertakan dan menjadi acuan dalam pembuatan jurnal ini menekankan besarnya risiko kesehatan yang akan dialami apabila seseorang tidak menjaga kebersihan. Salah satu pokok bahasan utamanya adalah usaha untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya kebersihan lingkungan dengan tujuan membentuk sumber daya manusia yang berkualitas. Literatur di atas juga berfokus pada tatanan dasar terbentuknya perilaku hidup bersih dan sehat yaitu rumah tangga. Hal ini dikarenakan besarnya kontribusi kesadaran masyarakat dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat, menjadikan rumah tangga sebagai media utama pembentukan karakter masyarakat yang sadar akan pentingnya kebersihan lingkungan dimulai dari lingkungan rumah. Oleh sebab itu, pendidikan kesehatan dibutuhkan dalam proses pembentukan karakter tersebut.

Berdasarkan pada permasalahan tersebut di atas, kami berharap dapat menyelesaikannya melalui kegiatan KKN. Ada pun permasalahan seperti PHBS tentang cuci tangan pakai sabun di Desa Sukaraja Kecamatan Penungkal (Maulani *et al.*, 2021). Melalui kegiatan KKN ini, mahasiswa dapat turut berperan serta dalam start up penanggulangan pandemi Covid-19 dan diharapkan dapat meningkatkan kewaspadaan dan pemahaman di kalangan masyarakat luas. Mahasiswa dapat berpartisipasi dalam start-up pandemi Covid-19 dan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman di kalangan masyarakat umum (Wati & Ridlo *et al.*, 2020).

2. METODE

Dalam melakukan kegiatan penyuluhan harus menggunakan metode pelaksanaan yang sistematis digunakan. Selama kesempatan, pengabdian akan melakukan kegiatan sosialisasi melalui penyuluhan (PHBS) di Desa Sukaraja Kecamatan Penungkal, kegiatan ini melalui masyarakat desa Sukaraja akan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 15 Februari di Kantor Desa Sukaraja (Agustina *et al.*, 2023). Adapun indikator keberhasilan kegiatan ini yaitu berupa peningkatan pemahaman masyarakat Sukaraja tentang perilaku hidup bersih sehat (PHBS). Dan dilakukannya proses pembagian kuesioner kepada masyarakat Desa Sukaraja untuk memecahkan permasalahan mengenai edukasi perilaku sehat dan bersih (PHBS) secara tatap muka dengan pertanyaan sebagai berikut (Qomariah & Nursaid *et al.*, 2022).

No	Pertanyaan	A	B	C	D	E
1	Dimana anda membuang limbah keluarga	Got	Bak penampungan	Sungai	Sembarangan tempat	Selokan
2	Bagaimana anda membuang sampah keluarga	Dibakar	Dibuangan sembarangan	Ditimbun	keterangan lain	Dibuang disungai/selokan



Gambar 1. Dokumentasi penyuluhan kegiatan PHBS

Dokumentasi penyuluhan ini menunjukkan kepedulian kami terhadap masyarakat Desa Sukaraja untuk meningkatkan kesadaran diri untuk melakukan cara PHBS dengan benar seperti mencuci tangan menggunakan sabun.



Gambar 2. Dokumentasi pemberian kuisioner kepada warga dalam kegiatan PHBS

Dokumentasi ini dilakukan saat menjelaskan sistem cara menjawab kuisioner yang baik dan benar dikarenakan masyarakat kurang memahami cara sistem ini.



Gambar 3. Dokumentasi foto bersama kepada Masyarakat desa suka raja dalam kegiatan PHBS

Dokumentasi ini menunjukkan bahwa kegiatan PHBS ini berjalan sesuai dengan rancangan prosedur acara.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pembahasan yang diambil dari topik ini perilaku kesehatan yang buruk menyebabkan seseorang berisiko mengalami penyakit, melalui perilaku kesehatan yang baik maka risiko penyakit juga rendah sehingga dapat membentuk kualitas diri untuk hidup produktif (Nurjamilah *et al.*, 2023). Tubuh yang sehat diperoleh dari penerapan kebiasaan baik sehingga dapat beraktivitas dengan normal tanpa gangguan penyakit (Imran; Martono; Ulfah *et al.*, n.d.)

Pelaksanaan Kegiatan edukasi kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada hari sabtu tanggal 15 februari di kantor Desa Sukaraja. Adapun indikator keberhasilan kegiatan ini yaitu berupa peningkatan pemahaman Masyarakat Sukaraja tentang perilaku hidup bersih sehat (PHBS) (Salim *et al.*, 2022).

Tabel 1 Hasil Kuesioner Cara Pembuangan Limbah Keluarga

Aspek yang dinilai	Hasil percent
Dibakar	67,5
Dibuang sembarangan	12,0
Ditimbun	8,4
Dan keterangan lain	4,8
Dibuang disungai/ selokan	4,8
Total	100,0

Tabel 1 menunjukan hasil bahwa mayoritas responden cara pembuang limbah keluarga di bakar, dengan jumlah persentase sebanyak 67,5% dari seluruh subjek yang disurvei.

**Diagram 1.
Cara Pembuangan Limbah Keluarga**



Diagram 1. Hasil Persentase cara pembuangan limbah keluarga

Diagram 1 menunjukan hasil bahwa mayoritas responden cara pembuang limbah keluarga di bakar, dengan jumlah persentase sebanyak 67,5% dari seluruh subjek yang disurvei. Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan melalui kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Desa Sukaraja, dapat dilihat bahwa masih terdapat kebiasaan masyarakat yang kurang mendukung terhadap pengelolaan sampah yang baik. Berdasarkan data yang diperoleh, terdapat beberapa temuan penting yang perlu dibahas secara mendalam untuk memahami lebih jauh permasalahan yang ada.

Mayoritas responden yaitu 67,5% masih memilih untuk membakar sampah sebagai cara mengelola limbah mereka. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang dampak negatif pembakaran sampah terhadap kesehatan dan lingkungan, serta terbatasnya informasi tentang alternatif pengelolaan sampah yang lebih ramah lingkungan. Pembakaran sampah, meskipun menjadi pilihan praktis, memiliki dampak buruk bagi kualitas udara dan dapat

menimbulkan polusi yang merugikan kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, penting untuk memberikan penyuluhan lebih lanjut mengenai bahaya pembakaran sampah serta memperkenalkan alternatif pengelolaan sampah yang lebih sehat, seperti pemilahan sampah dan daur ulang.

Menurut (Mustaghfiroh et al., 2020) pengelolaan sampah adalah bidang yang berhubungan dengan pengaturan penimbunan, penyimpanan sementara, pengumpulan, pemindahan dan pengangkutan, pemrosesan dan pembuangan dengan cara yang sesuai prinsip-prinsip kesehatan masyarakat, ekonomi, teknik, perlindungan alam, serta keindahan. Pengelolaan sampah dianggap baik apabila sampah tersebut tidak menjadi tempat berkembang biak penyakit, tidak menimbulkan bau, serta tidak mencemari udara, air dan tanah.

Pengumpulan, pemilahan serta pengelolaan sampah dilakukan mula dari sumber utamanya, yaitu rumah tangga. Sampah tersebut harus dikelola sesuai dengan penggolongannya. Salah satu cara dari mengolah sampah anorganik adalah dengan melakukan daur ulang, yang merupakan faktor kunci dari konsep eko-efisiensi. Konsep ini menekankan penggunaan sumber daya secara efektif dan semaksimal mungkin. Sedangkan pengelolaan sampah anorganik dapat dilakukan dengan cara komposting. Teknik ini bertujuan untuk memanfaatkan sampah organik menjadi pupuk kompos dengan bantuan mikroorganisme. Regulasi pengelolaan sampah yang dibuat oleh pemerintah tertuang dalam UU No. 18 Pasal 7 Tahun 2008 (Sholihah, 2020).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari pembahasan yang telah dilakukan ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan masih banyak masyarakat yang belum mengetahui cara pembuangan limbah sampah keluarga yang benar. Dari data yang telah diperoleh masih tingginya masyarakat di desa Sukaraja melakukan pembuangan limbah keluarga dengan cara di bakar dengan presentase sebanyak 67,5% dan masyarakat yang menimbun sampah dengan persentase 8,4% serta masyarakat yang masih membuang sampah disungai dengan persentase 4,8%, karena minimnya pengetahuan tentang mengelola sampah dengan baik dan benar. Hal ini menandakan bahwa edukasi tentang pengolahan sampah yang ramah lingkungan sangat penting untuk mengubah kebiasaan tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada Kepala Desa dan pihak yang telah berkontribusi dalam kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Desa Sukaraja.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, A. T., Prastyo, A., Azwani, R., Muhid, A., Islam, U., Sunan, N., Surabaya, A., & Wonosari, J. (2023). Efektivitas program perilaku hidup sehat dan bersih (phbs) untuk membangun health consciousness pada lansia: literature review. *Jkj : Ppni*, 11(1), 235–246.
- Imran; Martono; Ulfah, M., Ramadhan, I., & Hidayah, R. Al. (n.d.). *Digulis Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada panti asuhan Jihadul Fitrah di Desa Rasau Jaya 1 di tengah pandemi*. 1(2), 41–45. <https://doi.org/10.26418/djpkm.v1i2.69208>
- Maulani, H., Fransisca, Amal, R. I., & Farokhah, L. (2021). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Mencuci Tangan Pakai Sabun di Kelurahan Cipondoh Makmur Kecamatan Cipondoh Kota Tangerang. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1–9.
- Muchtar Febriana, Suhadi, Zainuddin Asnia, K. R. E. S. O. (2023). EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA SD NEGERI 9 MORAMO, DESA RANOHA RAYA, KECAMATAN MORAMO, KABUPATEN KONAWE SELATAN. *Jurnal GEMBIRA (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(4), 2985–3346.
- Mustaghfiroh, U., Ni'mah, L. K., Sundusiyah, A., Addahlawi, H. A., & Hidayatullah, A. F. (2020). Implementasi Prinsip Good Environmental Governance Dalam Pengelolaan Sampah Di

- Indonesia. *Bina Hukum Lingkungan*, 4(2), 279. <https://doi.org/10.24970/bhl.v4i2.106>
- Nasution, A. S. (2020). Edukasi PHBS di Tatanan Rumah Tangga Untuk Meningkatkan Perilaku Sehat. *Jurnal Abdidas*, 1(2), 28–32. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i2.9>
- Nurjamilah, M., Rahman, A., & Anwar, A. S. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 01 Kampung Sawah Kabupaten Bogor. *Abdima Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, 2(1), 457–463.
- Qomariah, N., & Nursaid, N. (2022). Sosialisasi Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Saat Pandemi Covid 19. *Abdi Indonesia*, 2(1), 11–20.
- Rengas, P., Hinai, K., Humaizi, K. L., & Yusuf, M. (2021). Peningkatan Kesadaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anggota Karang Taruna Desa. *Dharma Raflesia Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 19(01), 146–153.
- Rika Widianita, D. (2023). PENGUATAN EDUKASI PHBS (PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT) DALAM TATANAN RUMAH TANGGA SEBAGAI UPAYA MENCIPTAKAN KELUARGA BER-PHBS Ayu. *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(I), 1–19.
- Rusdyana. (2019). Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Kelas V Sdn Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar. *Jurnal Wahana-Bio*, 19, 1–9.
- Salim, M. F., M. Syairaji, M. S., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 19. <https://doi.org/10.22146/jp2m.51342>
- Sapalas, R. A., Ahyar, N. P. D., Rahmah, S. N., Lubis, A. F., & Rosfiani, O. (2022). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Mewujudkan Kesejahteraan Masyarakat. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1–5.
- Sari, Y., Nailurrahmah, Q., Dzakiyyah, A., & ... (2024). Edukasi dan Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di SDN 1 & 2 Plosorejo. ... *Empowerment Journal*, 4(1), 1–8.
- Sholihah, K. K. A. (2020). Kajian Tentang Pengelolaan Sampah di Indonesia. *Kajian Tentang Pengelolaan Sampah Di Indonesia*, 03(03), 1–9.
- Wati, P. D. C. A., & Ridlo, I. A. (2020). Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 47. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.47-58>