

Edukasi dan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Masyarakat Desa Betung Selatan

Yeti Atriyan¹, Rensalia Pramita², Shabilla Putri W³, Esta Miranda⁴, Anggy Lorenza⁵, Larasati Putri⁶, Rara Suci S⁷, Rifka Dela Gebyka⁸, Junianto⁹, Aprian¹⁰, Lilis Sukma Dewi¹¹, Malita¹², Marita Eka Sari¹³, Rizki Agustri Wahyudi¹⁴

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14 Universitas Kader Bangsa

e-mail: kknkelompok20betungselatan@gmail.com

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah kebiasaan yang diterapkan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari guna mencapai tingkat kesehatan optimal. Program edukasi dan sosialisasi PHBS di Desa Betung Selatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya perilaku hidup sehat. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, demonstrasi, serta survei kepuasan masyarakat. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kesadaran dalam menjaga kebersihan lingkungan dan penerapan pola hidup sehat. Hasil survei menunjukkan bahwa 85% warga mulai rutin mencuci tangan dengan sabun, 90% memiliki tempat sampah tertutup, dan 80% menerapkan pola makan sehat. Penelitian ini menegaskan pentingnya edukasi kesehatan sebagai bagian dari upaya meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Kata kunci: PHBS, Edukasi, Sosialisasi, Kesehatan Masyarakat, Desa Betung Selatan

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a habit applied by the community in daily life to achieve optimal health. The PHBS education and socialization program in Betung Selatan Village aims to increase public awareness of the importance of healthy living behavior. The methods used include counseling, demonstrations, and community satisfaction surveys. The results showed an increase in awareness of maintaining environmental cleanliness and implementing a healthy lifestyle. Survey results show that 85% of residents routinely wash their hands with soap, 90% have closed trash bins, and 80% adopt a healthy diet. This study emphasizes the importance of health education as part of efforts to improve the quality of life of the community.

Keywords: PHBS, Education, Socialization, Public Health, Betung Selatan Village

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan suatu kebiasaan yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Penerapan PHBS mencakup berbagai aspek, mulai dari kebersihan pribadi, kebersihan lingkungan, hingga pola konsumsi makanan sehat. Masyarakat yang memiliki kesadaran tinggi terhadap PHBS dapat mengurangi risiko penyakit menular serta meningkatkan kesejahteraan hidup secara keseluruhan (Kemenkes RI, 2021).

Namun, di beberapa daerah, termasuk Desa Betung Selatan, kesadaran masyarakat terhadap pentingnya PHBS masih tergolong rendah. Beberapa permasalahan yang sering ditemukan antara lain kebiasaan membuang sampah sembarangan, kurangnya akses terhadap fasilitas kebersihan, serta minimnya edukasi mengenai pola hidup sehat (WHO, 2020). Faktor-faktor ini menyebabkan meningkatnya angka kejadian penyakit berbasis lingkungan seperti diare, infeksi saluran pernafasan akut (ISPA), dan demam berdarah dengue (DBD). Selain itu, pemahaman masyarakat tentang manfaat menjaga kebersihan diri dan lingkungan masih kurang optimal, sehingga perlu adanya intervensi berupa edukasi dan sosialisasi yang berkelanjutan.

Pemerintah melalui berbagai program kesehatan telah berupaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya PHBS. Salah satu pendekatan yang dilakukan adalah melalui penyuluhan langsung kepada masyarakat dengan melibatkan berbagai pihak, termasuk akademisi, tenaga kesehatan, dan tokoh masyarakat. Dengan adanya pendekatan yang sistematis

dan terstruktur, diharapkan perubahan perilaku masyarakat terhadap penerapan PHBS dapat terwujud secara bertahap dan berkelanjutan (Muchtar et al., 2023).

2. METODE

Pelaksanaan edukasi dan sosialisasi PHBS dilakukan melalui beberapa tahapan yang dirancang untuk mencapai hasil yang optimal. Berikut adalah metode yang digunakan:

A. Penyuluhan dan Sosialisasi

- Dilakukan dalam bentuk diskusi interaktif dan presentasi menggunakan media visual untuk menjelaskan pentingnya PHBS (Salim et al., 2022).
- Materi yang disampaikan mencakup kebersihan lingkungan, cara mencuci tangan yang benar, pengelolaan sampah, serta pola hidup sehat.
- Masyarakat diberikan modul edukasi yang berisi panduan PHBS agar dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

B. Demonstrasi dan Praktik Langsung

- Simulasi mencuci tangan dengan sabun sesuai dengan standar WHO untuk memastikan masyarakat memahami teknik yang benar (WHO, 2021).
- Demonstrasi cara membuang sampah dengan benar serta pengelolaan limbah rumah tangga agar tidak mencemari lingkungan.
- Penyuluhan mengenai pola makan sehat dengan contoh menu bergizi seimbang untuk mencegah malnutrisi dan penyakit kronis.
- Pemberian contoh-contoh konkret dari praktik PHBS yang berhasil di daerah lain sebagai studi kasus untuk memotivasi masyarakat.

C. Survei dan Evaluasi

- Dilakukan sebelum dan sesudah kegiatan untuk mengukur efektivitas program.
- Masyarakat diberikan kuesioner mengenai kebiasaan hidup bersih dan sehat sebelum dan setelah sosialisasi.
- Data yang diperoleh dianalisis untuk mengetahui sejauh mana perubahan perilaku masyarakat setelah mengikuti kegiatan edukasi ini.
- Wawancara dengan tokoh masyarakat untuk mendapatkan umpan balik mengenai kendala yang dihadapi dalam penerapan PHBS (Maulani et al., 2021).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan terhadap 90 responden di Desa Betung Selatan, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 1. Sarana Dan Prasarana di Desa Betung Selatan

| No. | Sarana | Prasarana | Jumlah |
|-----|--------------------|---|------------------|
| 1. | Sarana peribadatan | a. Masjid b. Mushola d. Gedung serbaguna / Gedung olahraga Desa Betung Selatan e. Balai desa | 2 3 1 1 |
| 2. | Pendidikan | a. Paud al barokah b. Mi nurul ikhwan betung c. SMP amania betung d. SMA amania betung | 1 1 1 1 |
| 3. | Kesehatan | a. Puskesmas abab b. Polindes | 1 1 |
| 4. | Olahraga | a. Gedung olahraga (lapangan badminton) b. Lapangan sepak bola | 1 1 |

Tabel 2. Perubahan Kebiasaan Masyarakat Setelah Sosialisasi

| No. | Kebiasaan | Sebelum Sosialisasi | Sesudah Sosialisasi |
|-----|--|---------------------|---------------------|
| 1. | Membuang sampah pada tempatnya | 60% | 92% |
| 2. | Menggunakan air bersih untuk minum dan memasak | 70% | 95% |
| 3. | Menghindari genangan air untuk mencegah DBD | 50% | 87% |
| 4. | Melakukan olahraga rutin minimal 3x seminggu | 30% | 75% |

Tabel 3. Hasil Koensioner Penerapan PHBS

| No. | Indikator | Sebelum Sosialisasi | Sesudah Sosialisasi |
|-----|--|---------------------|---------------------|
| 1. | Masyarakat yang rutin mencuci tangan sebelum makan | 45% | 85% |
| 2. | Rumah tangga dengan tempat sampah tertutup | 50% | 90% |
| 3. | Masyarakat yang menerapkan pola makan sehat | 40% | 80% |
| 4. | Kesadaran dalam menjaga kebersihan lingkungan | 55% | 88% |

Diagram 1. Diagram data apakah keluarga ada saluran pembuangan air limbah

Diagram 1 menunjukkan dimana anda membuang limbah keluarga. Jumlah responden yang disurvei sebanyak 90 orang, terdiri dari 49 keluarga membuang limbah ke got (54,4%), 29 keluarga membuang limbah ke bak penampungan (32,2%), 2 keluarga membuang limbah ke sungai (2,2%), 1 keluarga membuang limbah ke sembarang tempat (1,1%), dan 9 keluarga membuang limbah ke selokan (10,0%). Berdasarkan deskripsi data tersebut diketahui mayoritas Masyarakat Desa Betung Selatan membuang limbah keluarga ke got yaitu sebanyak 54,4%.

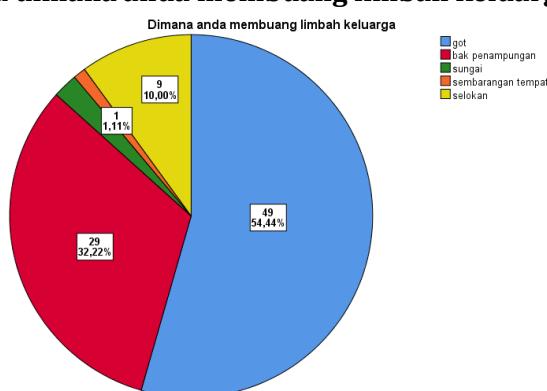
Diagram 2. Diagram data dimana anda membuang limbah keluarga

Diagram 2 menunjukkan bagaimana anda membuang sampah keluarga. Jumlah responden yang disurvei sebanyak 90 orang, terdiri dari 24 keluarga membuang sampah dengan dibakar (26,7%), 3 keluarga membuang sampah disembarang tempat (3,3%), 55 keluarga membuang

sampah dengan ditimbun (61,1%), 7 keluarga membuang sampah ditempat lain (7,8%), dan 1 keluarga membuang sampah di sungai / selokan (1,1%). Berdasarkan deskripsi data tersebut diketahui mayoritas Masyarakat Desa Betung Selatan membuang sampah keluarga dengan ditimbun yaitu sebanyak 61,1%.

Gambar 1. Dokumentasi penyuluhan kesehatan di SMP Amaniah



Gambar 2. Pembersihan desa dan pembagian bak sampah



Gambar 3. Dokumentasi Melaksanakan kegiatan MMD (musyawarah Masyarakat Desa)



Dengan meningkatnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya PHBS, diharapkan angka kejadian penyakit berbasis lingkungan dapat berkurang secara signifikan (Muchtar et al., 2023). Selain itu, program ini juga menguatkan keterlibatan masyarakat dalam menjaga kesehatan lingkungan secara mandiri. Dengan adanya pendampingan dan pemantauan berkelanjutan, diharapkan perubahan positif ini dapat terus berlangsung dan menjadi bagian dari budaya masyarakat. Dukungan dari pemerintah daerah, tenaga kesehatan, serta komunitas setempat sangat diperlukan untuk menjaga keberlanjutan program ini agar dapat menjangkau lebih banyak masyarakat di masa mendatang (Salim et al., 2022).

Sebagai langkah lanjutan, direkomendasikan untuk melakukan sosialisasi secara berkala dan menambahkan fasilitas pendukung seperti tempat sampah yang memadai, sarana air bersih, serta program kesehatan berbasis masyarakat agar penerapan PHBS semakin optimal. Selain itu, keterlibatan generasi muda dalam program edukasi PHBS juga perlu ditingkatkan agar perilaku hidup sehat dapat diwariskan kepada generasi berikutnya (WHO, 2021).

4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan edukasi yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa program edukasi dan sosialisasi PHBS di Desa Betung Selatan telah berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kebersihan lingkungan dan menerapkan pola hidup sehat. Program

ini tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga pada perubahan perilaku nyata yang dapat berdampak positif dalam jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam keberhasilan program edukasi dan sosialisasi PHBS ini. Secara khusus, kami menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada Kepala Desa Betung Selatan beserta seluruh perangkat desa yang telah memberikan izin dan dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada masyarakat Desa Betung Selatan yang dengan antusias mengikuti edukasi dan sosialisasi serta bersedia mengadopsi kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kami juga mengapresiasi bimbingan dan arahan dari tim dosen pembimbing Universitas Kader Bangsa Palembang yang telah memberikan dukungan akademik dan teknis selama program berlangsung. Tidak lupa, terima kasih kepada rekan-rekan mahasiswa yang telah bekerja keras dalam perencanaan, pelaksanaan, serta evaluasi program ini sehingga dapat berjalan dengan baik dan mencapai hasil yang diharapkan. Selain itu, kami juga mengapresiasi tenaga kesehatan setempat yang turut serta dalam memberikan edukasi dan mendukung implementasi program PHBS.

Akhir kata, kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas segala bentuk dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang telah membantu kelancaran kegiatan ini. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat jangka panjang bagi masyarakat Desa Betung Selatan dan dapat menjadi inspirasi bagi komunitas lain dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

DAFTAR PUSTAKA

- Asda, P., & Sekarwati, N. (2020). Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Dan Kejadian Penyakit Infeksi9. Dalam Keluarga Di Wilayah Desa Donoharjo Kabupaten Sleman. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(1), 1. <https://doi.org/10.32382/jmk.v11i1.1237>.
- Dekye, Ongko, J. S., Phangestu, T., & Rudianto, V. (2021). Sosialisasi Pentingnya Menjaga Kebersihan Lingkungan Guna Meningkatkan Kesadaran Terhadap Lingkungan. *National Conference for Community Service Project (NaCosPro); Vol 3 No 1 (2021): The 3rd National Conference of Community Service Project 2021DO - 10.37253/Nacospro.V3i1.5998*, 3, 635–641. <https://journal.uib.ac.id/index.php/nacospro/article/view/5998>
- Dinkes Kota Palembang. (2021). *Profil Kesehatan Kota Palembang Tahun 2020*. Palembang. <https://dinkes.palembang.go.id/tampung/dokumen> /dokumen-176-1097.pdf (March 29, 2022).
- Elisa, Ainun Mardiyah, Happy Sri Rezeki, & Pohan, H. M. (2024). Edukasi Pengelolaan Sampah Rumah Tangga Di Kelurahan Aek Parmbunan Kota Sibolga. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambei Manoktok Hitei*, 4(1), 109–114. <https://doi.org/10.36985/em064212>
- Kahfi, A. (2017). Tinjauan Terhadap Pengelolaan Sampah. *Jurisprudentie : Jurusan Ilmu Hukum Fakultas Syariah Dan Hukum*, 4(1), 12. <https://doi.org/10.24252/jurisprudentie.v4i1.366>.
- Khoiriyah, H. (2021). Analisis Kesadaran Masyarakat Akan Kesehatan Terhadap Upaya Pengelolaan Sampah di Desa Tegorejo Kecamatan Pegandon Kabupaten Kendal. *Indonesian Journal of Conservation*, 10(1), 13–20. <https://doi.org/10.15294/ijc.v10i1.30587>
- Muhammad Raihan Febriansyah. (2023). Pemberdayaan Masyarakat melalui Pengembangan Olahan Ikan Asap Sagarurung di Kecamatan Talang Ubi Kabupaten Pali. *Jurnal Al-Tatwir*, 10(1), 57–70. <https://doi.org/10.35719/altatwir.v10i1.69>
- Nagong, A. (2021). Studi Tentang Pengelolaan Sampah Oleh Dinas Lingkungan Hidup Kota Samarinda Berdasarkan Peraturan Daerah Kota Samarinda Nomor 02 Tahun 2011 Tentang Pengelolaan Sampah. *Jurnal Administrative Reform*, 8(2), 105. <https://doi.org/10.52239/jar.v8i2.4540>
- Presiden RI. Kebijakan Dan Strategi Nasional Pengelolaan Sampah Rumah Tangga Dan Sampah

- Sejenis Sampah Rumah Tangga [Internet]. *Jakarta: Departemen Hukum dan Hak Asasi Manusia*; 2017. 1–15 p. Available from: <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/73225/perpres-no-97-tahun-2017>
- Romlah, S. N., Puspita, R. R., & Ratnasari, D. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak dalam Pencegahan Penyakit Diare di MI Nurul Hidayah Tamansari Rumpin Bogor. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 2(1), 118– 124.
- Shabrina, A., Nuraini, K., & Naufal, A. (2023). Strategi Kampanye Kebersihan Lingkungan Oleh Pandawara Group Melalui Media Tiktok. *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS)*, 2, 1544–1556. <https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/view/930>
- Tumimomor, A. Y. S., & Lasso, A. H. (2024). Partisipasi Masyarakat Dalam Pengelolaan Sampah Rumah Tangga Di Kampung Iklim Ngadirejo. *Nuansa Akademik: Jurnal Pembangunan Masyarakat*, 9(1), 133–148. <https://doi.org/10.47200/jnajpm.v9i1.2289>
- Wandra, Toni et al. (2016). Promosi Kesehatan: Aku Sehat Sekolahku Sehat Prestasiku Meningkat. *Jakarta: Kementerian Kesehatan RI*. <https://promkes.kemkes.go.id/download/jmf/files17911lembar> balik sekolah.pdf (February 19, 2022).
- Wildawati, D. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengelolaan Sampah Rumah Tangga Berbasis Masyarakat Di Kawasan Bank Sampah Hanasty Kota Solok. *Human Care Journal*, 4(3), 149. <https://doi.org/10.32883/hcj.v4i3.503>
- Yasin, Z., Mumpuningtias, E. D., & Faizin, F. (2018). Faktor Lingkungan yang Berhubungan dengan Kejadian Diare pada Balita di Puskesmas Batang-Bantang Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 3(1), 39–46.