

Peningkatan Pengetahuan Dengan Kesadaran Diri Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Aristoteles^{1*}, Anggi Restu Putri¹, Arifa Al Husnah¹, Detri Dipa Utami¹, Ayu Niara Kalwa¹, Amelda¹, Angel Anjelina¹, Ervina Rosa¹, Bambang Ari Anggara¹, Cahya Yulia Pratiwi¹, Citra Amelya¹

¹ Institut Ilmu Kesehatan dan Teknologi Muhammadiyah Palembang
Email: calvinaristo@yahoo.co.id

Abstrak

Masalah kesehatan masyarakat sampai saat ini masih menjadi perhatian. bagi pemerintah. Kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan masih rendah. Tingkat kesehatan masyarakat yang tidak merata dan sangat rendah khususnya terjadi pada masyarakat yang tinggal di pemukiman kumuh. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran, sehingga seseorang dapat meningkatkan status kesehatannya. Perilaku masyarakat yang masih tidak higienis ditambah lagi dengan tidak adanya sarana dan prasarana lingkungan yang mendukung berdampak pada kesehatan masyarakat yang tinggal pada pemukiman kumuh tersebut. Banyak masalah kesehatan masyarakat yang mungkin akan timbul akibat perilaku masyarakat dan kondisi lingkungan yang tidak memperhatikan kesehatan. Permasalahan yang ditemukan di kelurahan silaberanti khususnya di RT 26, 41 dan 42 kurangnya kesadaran masyarakat terhadap perilaku hidup bersih dan sehat, hal ini terlihat dari lingkungan

yang tidak bersih dan pembuangan sampah yang tidak pada tempatnya. Solusi yang dilakukan dalam mengatasi masalah ini dengan meningkatkan kesadaran masyarakat melalui kegiatan sosialisasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat dan melakukan gotong royong membersihkan lingkungan sekitarnya. Hasil kegiatan ini memberikan dampak yang positif terhadap masyarakat dengan persentase pemahaman baik 90% sehingga meningkatkan kesadaran diri terhadap perilaku hidup bersih dan sehat.

Kata kunci: Kesadaran Diri, Perilaku Hidup Bersih dan sehat

Abstract

Until now, public health problems are still a concern. for the government. Public awareness of the importance of health is still low. The level of public health is uneven and very low, especially in people living in slum settlements. Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a health behavior carried out with awareness, so that a person can improve their health status. Community behavior that is still unhygienic, coupled with the absence of supporting environmental facilities and infrastructure, has an impact on the health of people living in these slum settlements. Many public health problems may arise due to people's behavior and environmental conditions that do not pay attention to health. The problems found in the Silaberanti sub-district, especially in RT 26, 41 and 42, are a lack of public awareness of clean and healthy living behavior, this can be seen from an unclean environment and improper disposal of rubbish. The solution used to overcome this problem is by increasing awareness community through outreach activities about clean and healthy living behavior and working together to clean the surrounding environment. The results of this activity have a positive impact on society by providing good understanding 90% thereby increasing self-awareness of clean and healthy living behavior.

Keywords: Self-Awareness, Clean and Healthy Living Behavior

DOI: <https://doi.org/10.47134/comdev.v4i3.177>
*Correspondensi: Aristoteles
Email: calvinaristo@yahoo.co.id
Received: 10-02-2024
Accepted: 21-02-2024
Published: 24-02-2024



Journal of Community Development is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).
Copyright: © 2024 by the authors.

I. PENDAHULUAN

Institut Ilmu Kesehatan dan Teknologi (IKesT) Muhammadiyah Palembang merupakan salah satu perguruan tinggi di Sumatera Selatan.. Kewajiban setiap perguruan Tinggi Muhammadiyah, sebagaimana dijelaskan dalam Catur Dharma Perguruan Tinggi adalah pembinaan keimanan dan akhlakul karimah melaksanakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian Masyarakat. Implementasi pengabdian masyarakat dilaksanakan sebagai salah satu wujud kepedulian institusi kepada masyarakat. Sebagai salah satu institusi kesehatan yang ada di Palembang telah melaksanakan peran aktif dalam berbagai program pengabdian masyarakat khususnya di bidang kesehatan di setiap tahunnya (Darmawati & Indriawati, 2021)

Praktik Kerja Lapangan (PKL) merupakan wujud aplikasi terpadu antara sikap, kemampuan dan keterampilan yang diperoleh mahasiswa dibangku kuliah. Pelaksanaan praktik kerja lapangan (PKL) diberbagai perusahaan dan instansi sangat berguna bagi mahasiswa untuk menimba ilmu pengetahuan, keterampilan dan pengalaman dan mendapat kesempatan untuk mengembangkan cara berfikir, menambah ide-ide yang berguna, serta dapat menambah pengetahuan mahasiswa. sehingga mampu menumbuhkan rasa disiplin dan tanggung jawab mahasiswa terhadap apa yang ditugaskan nya.

Kelurahan silaberanti menjadi salah satu kelurahan terbesar di wilayah kecamatan Seberang Ulu I kota Palembang, Provinsi Sumatera Selatan. Sisi sebelah utara berbatasan dengan kelurahan 9/10 ulu, sebelah selatan berbatasan dengan kelurahan plaju darat kecamatan plaju, sebelah timur berbatasan dengan kelurahan 8 ulu dan sebelah barat berbatasan dengan kelurahan 13 ulu kecamatan seberang ulu I. Kelurahan silaberanti mencakup 43 RT dengan total penduduk sebanyak 16.042 orang. Pekerjaan masyarakat kelurahan silaberanti cukup bervariasi, sehingga setiap penduduk yang ada pada setiap RT memiliki mata pencarian yang berbeda-beda mulai dari PNS, TNI/POLRI, Wiraswasta, Petani dan sebagainya.

Pemerintah setempat seperti kelurahan, RW, RT dan masyarakat di kelurahan silaberanti RW 06 berupaya mengatasi kasus kanker payudara, stunting dan pola hidup bersih sehat.. Pola hidup bersih sehat pun menjadi faktor terbesar dalam menentukan tingkat kesehatan di masyarakat, permasalahan ini akan menjadi pusat perhatian kita, kita berharap dengan adanya bantuan dan perhatian dari Pemerintah kota Palembang, agar ibu hamil bisa melahirkan bayi dengan sehat dan aman, perihal pola hidup bersih sehat pun menjadi prioritas. Pemerintah kota Palembang juga akan menyosialisasikan tentang stunting, PHBS dan kanker kepada masyarakat/keluarga agar mereka tahu bagaimana cara pencegahan, pengobatan hingga nantinya masalah kesehatan yang tidak mengalami peningkatan ataupun perluasan (Dafiq et al., 2022)

PKLT yang dilaksanakan oleh mahasiswa Program Profesi Ners, Diploma IV, S1 Gizi, Teknologi Laboratorium Medis, Diploma III Kesehatan Lingkungan, Diploma III Kebidanan, Diploma III Keperawatan, Diploma III Fisioterapi. Adapun kegiatan PKL yang dilakukan terdiri dari beberapa tahap kegiatan meliputi survey wilayah binaan, kemudian melakukan (PTD) Pertemuan Tingkat Desa dengan perangkat desa setempat. Selanjutnya melakukan Pengambilan data (observasi lokasi pengabdian dan pengumpulan data) kemudian melakukan analisis data dan menentukan prioritas masalah, selanjutnya melakukan MMD (Musyawarah Masyarakat Desa) untuk menentukan implementasi yang harus dilakukan di RW 006 tepatnya RT 26, 41 dan 42.

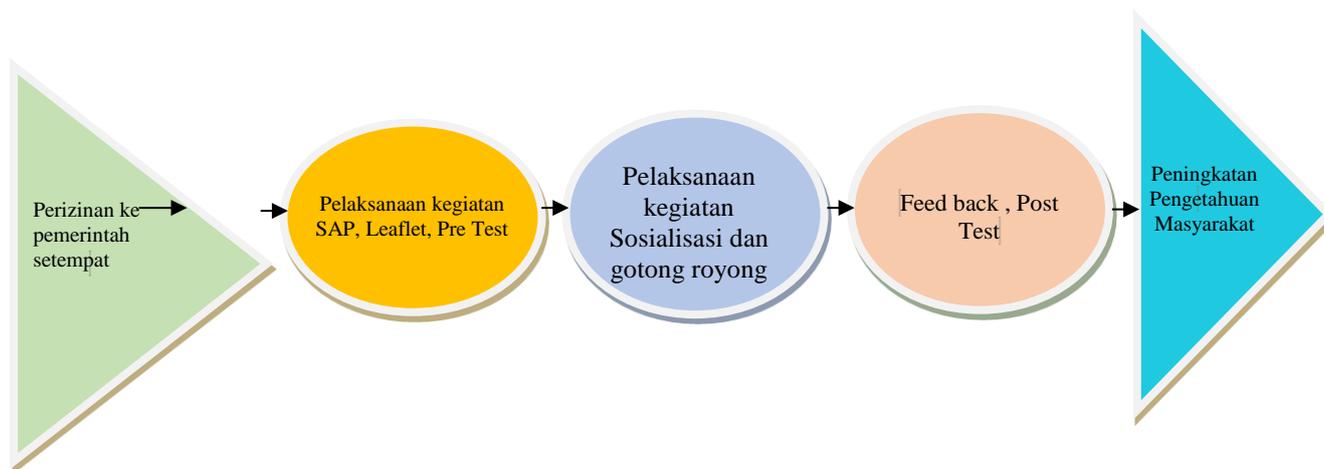
Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah masalah yang banyak ditemukan di Kelurahan silaberanti khususnya di RT 26,41 dan 42. Berdasarkan hasil pendataan dapat dilihat dari persentase cara

membuang sampah 224ocial224kan di kelurahan Silaberanti RW 006 RT 26, 41 dan 42 menunjukkan sebanyak 11 responden membuang sampah di Sungai (5,24%), 92 responden membuang sampah dengan cara dibakar (43,81%), 10 responden membuang sampah dengan cara ditimbun (4,76%), 97 responden membuang sampah dengan cara dibuang di Halaman Rumah (46,19%). Pada persentase penggunaan septic tank di Kelurahan Silaberanti RW 006 RT 26, 41 dan 42 menunjukkan sebanyak 173 responden Buang Air Besar di Jamban yang mempunyai Septic tank (82,4%) dan sebanyak 37 responden tidak Buang Air Besar di Jamban yang mempunyai Septic tank (17,6%).

Salah satu penyebab masalah perilaku hidup bersih dan sehat adalah kurangnya pemahaman terhadap dampak yang dapat ditimbulkan dari lingkungan yang tidak bersih (Hermawan, et al, 2020). Pengetahuan seseorang akan dipengaruhi oleh beberapa 224ocial, antara lain 224ocial224 224ocial224kan, pekerjaan, umur, 224ocial lingkungan dan 224ocial 224ocial budaya. Solusi yang dilakukan dalam mengatasi masalah ini adalah dengan memberikan sosialisasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang dilanjutkan dengan kegiatan gotong royong di kelurahan silaberanti RT 26, 41 dan 42 Palembang (Khamidah, 2011)

II. METODE

Kegiatan pendidikan kesehatan ini dilakukan melalui 4 tahap yaitu tahap perizinan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi seperti yang ditunjukkan pada gambar 1 berikut ini :



Gambar 1. Metode Pelaksanaan Kegiatan

a. Perizinan

Kegiatan akan dilakukan dengan adanya perizinan dari pemerintah setempat terkait sosialisasi Pendidikan kesehatan berupa "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat". Adapun jenis kegiatan yang akan dilakukan antara lain: edukasi tentang PHBS dan kegiatan gotong royong oleh Mahasiswa PKLT 2024 IKesT Muhammadiyah Palembang.

b. Persiapan kegiatan

Persiapan pengabdian masyarakat dimulai dengan memastikan sasaran khususnya dalam hal jumlah peserta, menyiapkan absensi kehadiran peserta dan berita acara kegiatan menyiapkan perlengkapan untuk kegiatan pengabdian masyarakat (SAP dan leaflet).

c. Kegiatan Pelaksanaan

Kegiatan sosialisasi dan gotong royong dilakukan pada tanggal 28 Januari 2024. Kegiatan diikuti oleh seluruh masyarakat Kelurahan silaberanti Kegiatan berjalan dengan lancar dan tertib, kegiatan telah terealisasi dan terdokumentasi dengan baik. Masyarakat bersemangat mengikuti kegiatan gotong royong dari Rt 26,42,42. Kegiatan ini diharapkan menjadi kegiatan yang teralisasi sebanyak seminggu sekali untuk menjaga kebersihan dan ketertiban masyarakat kelurahan silaberanti.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Sosialisasi Penyuluhan PHBS

Kegiatan diikuti oleh 50 masyarakat yaitu masyarakat dari keluarahan 006 kegiatan dilaksanakan dengan lancar dan tertib, kegiatan ini juga terealisasi dengan adanya dokumentasi kegiatan ini diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat tentang PHBS (Perilaku hidup bersih dan sehat)



Gambar 2. Sosialisasi PHBS

2. Pelaksanaan Kegiatan Gotong Royong

Kegiatan diikuti oleh seluruh masyarakat kelurahan silaberanti, kegiatan berjalan dengan lancar dan tertib, kegiatan telah terealisasi dan terdokumentasi dengan baik Masyarakat bersemangat mengikuti kegiatan gotong royong dari Rt 26,42,42. Kegiatan ini diharapkan menjadi kegiatan yang teralisasi sebanyak seminggu sekali untuk menjaga kebersihan dan ketertiban masyarakat kelurahan silaberanti



Gambar 3. Gotong Royong

3. Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan Mencuci Tangan Yang Baik dan Benar

Kegiatan yang dilakukan dengan banyak responden 50 orang. Kegiatan ini telah di realisasikan dengan tertib dan lancar, dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh responden. Kegiatan ini bertujuan agar semua warga Kelurahan silaberanti memahami pentingnya mencuci tangan

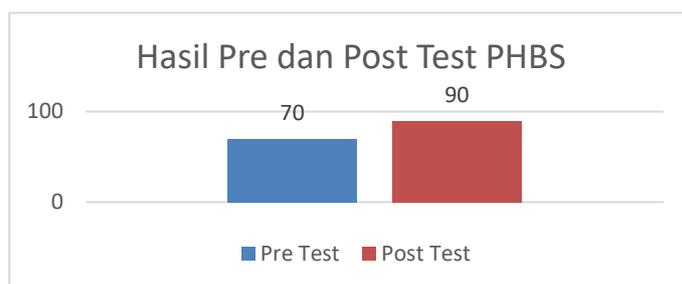


Gambar 4. Penyuluhan Mencuci Tangan

Hasil kegiatan pengabdian ini mencakup evaluasi penyuluhan dan evaluasi dari perilaku hidup bersih dan sehat. Untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari kegiatan yang diberikan, sebelum pelaksanaan sosialisasi PHBS diberikan pre test terlebih dahulu dengan tanya jawab. Penyuluh memberikan beberapa

pertanyaan kepada beberapa warga masyarakat. Selanjutnya penyuluh memberikan materi melalui pemberian leaflet mengenai PHBS, yang meliputi cara pembuangan sampah, penggunaan jamban yang sehat, penggunaan air bersih. Setelah penyuluhan selesai, diberikan post test dengan menggunakan tanya jawab. Berdasarkan data hasil pengamatan pre test, diketahui bahwa sekitar 70% peserta tidak mengerti tentang PHBS serta 30% telah mempunyai pengetahuan yang baik mengenai PHBS dengan persentase 90%.

Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, nilai hasil pengamatan meningkat, yaitu masyarakat menjadi lebih mengerti tentang PHBS. Selain pre test dan post test, dilakukan juga kegiatan gotong royong untuk membersihkan lingkungan sekitar yang mendapat tanggapan baik dari Masyarakat di kelurahan silaberanti RT 26,41 dan 42.



Gambar 5. Hasil Pree dan Post Test

Perilaku yang sehat dan kemampuan masyarakat untuk memilih dan mendapatkan pelayanan kesehatan yang bermutu sangat menentukan keberhasilan pembangunan kesehatan, oleh karena itu salah satu upaya kesehatan pokok atau misi sektor kesehatan adalah mendorong kemandirian masyarakat untuk hidup sehat. Salah satu misi pembangunan kesehatan di Indonesia adalah menggerakkan dan memberdayakan masyarakat untuk ber Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) merupakan langkah yang harus dilakukan untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bagi setiap orang. Kondisi sehat tidak serta merta terjadi, tetapi harus senantiasa kita upayakan dari tidak sehat menjadi hidup yang sehat serta menciptakan lingkungan yang sehat (Oktariani et al, 2021).

IV.KESIMPULAN

Kegiatan yang telah dilakukan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri masyarakat terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), program kesehatan yang berikaitan dengan lingkungan sekitar serta dapat memahami fasilitas kebutuhan sarana dan prasarana seperti menyediakan tempat pembuangan sampah, fasilitas untuk pemeriksaan kesehatan dan meningkatkan kesadaran untuk hidup sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Rektor IKesT Muhammadiyah Palembang, Ketua PKLT 2024 beserta jajarannya, DPL Kelompok 27, Ketua RW 006 dan Ketua RT 26, 41 dan 42.

DAFTAR PUSTAKA

- Diana, F. M., Susanti, F., & Irfan, A. (2014). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol. 8, No. 1. p-ISSN : 1978- 3833, e-ISSN: 2442-6725. Diakses dari : jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/article/view/123/128. Pada Tanggal 14 April 2017
- Hermawan, S., Prayogo, N., & Prayogo, D. (2020). Kampung Warna Warni Berperilaku Hidup Sehat Dan Bersih. *Jurnal LeECOM (Leverage, Engagement, Empowerment of Community)*, 2(1), 1–16. <https://doi.org/10.37715/leecom.v2i1.1414>
- Oktariani, L., Aulia, I. D., & Sari, R. S. (2021). Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Ibu Rumah Tangga Di Wilayah Kota Tangerang. *Syntax Idea*, 3(4), 848–856. <https://doi.org/10.46799/syntax-idea.v3i4.1150>
- Lembaran, T., & Republik, N. (2014). *Data Kesehatan Lingkungan*.
- Prasetyo, D. (2020). *Masyarakat*. 1(1), 163–175. <https://doi.org/10.38035/JMPIS>
- Ii, B. A. B. (2009). *BAB II KAJIAN TEORIA. Tinjauan tentang Masyarakat Masyarakat dalam istilah bahasa Inggris adalah*. 115–118.
- Wahyudo, Riyan., Setiawan, Gigih., Fattima, Eliza Techa., Morfi, Chicy Widya, Program Kesehatan Masyarakat Keliling (Prosmiling) Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Tahfidzul Quran Daarul Huffazz. *JPM Ruwa Jurai*, Volume 2, Nomor 1, 20-23.
- Erna, I., & Wahyuni. (2011). Gambaran Karakteristik Keluarga Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga di Desa Karangasem Wilayah Kerja Puskesmas Tanon II Sragen. *Gaster : Jurnal Kesehatan*, 8(2), 741–749.
- <http://jurnal.stikesaisyiyah.ac.id/index.php/gaster/article/view/25> Ernawati, H., & Mahmudah, S. A. (2016). Strategi pengembangan desa wisata seni & kerajinan kasongan, bangunjiwo, bantul, yogyakarta. *Jurnal Kepariwisataaan*, 10, 49–64. <http://ejournal.stipram.ac.id/index.php/kepariwisataan/article/view/91>
- Gustami, S. P., Wardani, L. K., Setiawan, A. H., & Art, C. (2014). Craft Arts and Tourism in Ceramic Art Village of Kasongan in Yogyakarta. *Journal of Arts and Humanities*, 3(2), 37–49.
- <https://doi.org/10.18533/journal.v3i2.147> Indriawati, R., & Syaifudin, S. (2020). Relationship between Demographic Factors and Body Mass Index with the Prevention of Hypertension in Adolescents. *Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(2), 72–78. <https://doi.org/10.26911/thejphb.2020.05.02.01>
- Indriawati, R., & Usman, S. (2018). Pemberdayaan Masyarakat sebagai Upaya Deteksi Dini Faktor Risiko Hipertensi. *Jurnal Surya Masyarakat*, 1(1), 59.
- <https://doi.org/10.26714/jsm.1.1.2018.59-63> Karuniawati, B., & Berlina Putrianti. (2020). Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dalam Pencegahan Penularan Covid-19. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 8(2), 34–53.
- Kemenkes. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan No. 2406 TAHUN 2011 Tentang Pedoman Umum Penggunaan Antibiotik, 4.
- Nurmala, I., Rahman, F., Nugoho, A., Erliyani, N., Laily, N., Anhar, VY., (2018). 9 786024 730406. Permatasari, D., Kep, I., Ns, M., Kartinah, A., & Kep, S. (2013).
- Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Leafleat Dengan Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Minuman Keras. <http://eprints.ums.ac.id/26014/>