

## PENGABDIAN MASYARAKAT

**Edukasi Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Rumah Tangga di  
Kelurahan Teladan Barat Lingkungan VIII****Yuli Riskiya<sup>1</sup>, Heppy Jelita sari Batubara <sup>2</sup>**<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara<sup>2</sup>Bagian Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara**Email korespondensi:** [yuliriskiia@gmail.com](mailto:yuliriskiia@gmail.com)

**Abstrak:** Penerapan prilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam masyarakat masih rendah karena kurangnya edukasi dan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat prilaku hidup bersih dan sehat serta risiko jika tidak menerapkan prilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Jurnal ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai prilaku hidup bersih dan sehat dalam rumah tangga, sehingga masyarakat mau dan sadar serta mampu secara mandiri terlibat aktif dalam penerapan prilaku hidup bersih dan sehat. Metode pengabdian masyarakat ini menggunakan penyuluhan sebagai peningkatan pengetahuan masyarakat tentang prilaku hidup bersih dan sehat di tatanan rumah tangga. Kegiatan ini dilakukan di Kelurahan Teladan Barat Lingkungan VIII. Hasil dari pengabdian masyarakat ini diperoleh adanya peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberikan penyuluhan dan adanya perubahan prilaku masyarakat untuk menjalankan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci:** edukasi, PHBS, Rumah Tangga.

**PENDAHULUAN**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah program khusus dari pemerintah Indonesia. Program ini bertujuan meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Indonesia secara keseluruhan. Program PHBS dijalankan melalui proses edukasi kepada masyarakat. Dengan ini, tiap individu diharapkan menjadi sadar kesehatan dan mampu menjalankan perilaku bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-harinya. Terdapat lima tatanan Perilaku Hidup Bersih

dan Sehat yang ditetapkan oleh pemerintah, yaitu PHBS di rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan, dan tempat umum.

Dasar untuk mewujudkan kesehatan di masyarakat pada tatanan PHBS adalah ruang lingkup di rumah tangga. Hal ini dikarenakan rumah tangga merupakan sumber utama terbentuknya prilaku dalam pola hidup bersih dan sehat. Sasaran primer atau indikator PHBS pada tatanan rumah tangga dianggap dapat mencerminkan dan mewakili keseluruhan prilaku hidup bersih dan sehat

yaitu, pemberian ASI eksklusif, persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, menimbang balita setiap bulan, menggunakan air bersih, mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir, menggunakan jamban sehat, memberantas sarang nyamuk minimal sekali seminggu, mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari, melakukan aktifitas fisik setiap hari dan tidak merokok. Dengan menerapkan 10 perilaku hidup bersih dan sehat tersebut di tingkat rumah tangga, diharapkan bisa meningkatkan kualitas kesehatan pribadi serta keluarga.

Permasalahan kesehatan seringkali muncul di masyarakat tanpa disadari dan diketahui penyebabnya. Hal ini terjadi karena masih rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan. Beberapa masalah kesehatan yang sering muncul di masyarakat adalah masih tingginya angka kematian ibu dan anak, gizi buruk, penyakit menular dan tidak menular serta gaya hidup yang tidak sehat. Maka untuk meningkatkan PHBS di masyarakat membutuhkan sebuah upaya pemberdayaan masyarakat melalui promosi kesehatan seperti edukasi atau penyuluhan kepada masyarakat.

Penyuluhan kesehatan merupakan metode yang dapat diaplikasikan dalam tindakan preventif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dan menjaga kesehatan individu maupun masyarakat. Melalui metode penyuluhan maka pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok dan masyarakat luas.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang PHBS di rumah tangga guna mencapai tingkat kesehatan yang setinggi-tingginya.

## **METODE**

Metode yang digunakan pada pengabdian ini adalah edukasi atau penyuluhan PHBS

yang dilaksanakan pada 29 Agustus 2022 di Kelurahan Teladan Barat Lingkungan VIII. Dalam kegiatan ini saya memberikan edukasi dan berinteraksi langsung kepada masyarakat dengan menggunakan media poster.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan metode edukasi atau penyuluhan kepada warga Lingkungan VIII Kelurahan Teladan Barat. Kegiatan pengabdian PHBS ini disambut baik oleh masyarakat sekitar karena dapat menambah pengetahuan mereka tentang pola hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Survei awal dilakukan untuk melakukan kajian situasi di bidang kesehatan yang ada di Lingkungan VIII, hasilnya menunjukkan adanya kebutuhan informasi tentang program PHBS di kalangan keluarga, diketahui bahwa banyak masyarakat merasa belum mendapatkan informasi tentang PHBS.



**Gambar 1. Foto kegiatan**

Penguatan pemahaman atau pengetahuan tentang PHBS dilakukan dengan cara penyampaian materi dalam bentuk edukasi langsung kepada masyarakat. Selanjutnya dilakukan sesi tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada warga untuk menyampaikan segala sesuatu yang berkaitan dengan PHBS. Materi PHBS disampaikan dengan menjelaskan ruang lingkup dari

PHBS yaitu 10 perilaku berPHBS seperti pemberian ASI eksklusif, persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, menimbang balita setiap bulan, menggunakan air bersih, mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir, menggunakan jamban sehat, memberantas sarang nyamuk minimal sekali seminggu, mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari, melakukan aktifitas fisik setiap hari dan tidak merokok.



Gambar 2. Penyuluhan kesehatan

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini di Kelurahan Teladan Barat Lingkungan VIII dengan berbagai rangkaian kegiatan dengan meningkatkan edukasi terhadap masyarakat Kelurahan Teladan Barat Lingkungan VIII. Edukasi dilakukan dengan media non elektronik yaitu menggunakan poster yang menarik sehingga mudah dipahami oleh masyarakat.

Selain itu hal yang diperlukan dalam terlaksananya perilaku hidup bersih dan sehat adalah penanganan pemerintah setempat agar mengadakan program terintegrasi yang dapat meningkatkan ekonomi serta pengetahuan masyarakat tentang PHBS. Hal ini dikarenakan penanganan dengan merencanakan program tepat sasaran dan meningkatkan kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan KKN mandiri ini, penulis juga mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Lurah Kelurahan Teladan Barat dan masyarakat yang telah memberikan kerjasama yang baik dalam kegiatan KKN mandiri ini serta pihak-pihak yang turut serta dalam kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Susianti S, Rudiyanto W, Windarti I, Zuraida R. Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Rumah Tangga di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *JPM (Jurnal Pengabdian Masyarakat RuwaJurai)*.2022;6(1):1.doi:10.23960/jpm611-5
2. Nasution AS. Edukasi PHBS di Tatanan Rumah Tangga Untuk Meningkatkan Perilaku Sehat. *J Abdidias*. 2020;1(2):28-32.doi:10.31004/abdidias.v1i2.9
3. Kusumawardani NP. Masalah PHBS\_Parklane. 2014:1-81. <https://promkes.kemkes.go.id/materi-pra-wnpg-bidang-4-materi-phbs>.
4. Fadila RA, Rachmayanti RD. Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Tatanan Rumah Tangga di Kota Surabaya Indonesia. *Media Gizi Kesmas*. 2021;10(2):213. doi:10.20473/mgk.v10i2.2021.213-221.
5. DepKes RI. 10 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Rumah Tangga. *Dep Kesehatan RI*. 2014:1-48.

6. Patilaiya H. La, & Rahman, H. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 2 (2), 251.
7. Irawan, A. Y. (2014). Hubungan Antara Aspek Kesehatan Lingkungan Dalam PHBS Rumah Tangga Dengan Kejadian Penyakit Diare Di Kecamatan Karangreja Tahun 2012. *Unnes Journal of Public Health*, 2 (4).
8. Aprizah A. Hubungan karakteristik Ibu dan Perilaku Hidup Bersih Sehat ( PHBS ) Tatanan Rumah Tangga dengan kejadian Stunting. *J Kesehat Saelmakers PERDANA*. 2021;4(1):115-123.
9. Oktariani L, Aulia ID, Sari RS. Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Ibu Rumah Tangga Di Wilayah Kota Tangerang. *Syntax Idea*. 2021;3(4):848. doi:10.36418/syntax-idea.v3i4.1150.
10. Boekoesoe, Lintje, Robiyah, Rahayu, & Yantu, Veybe M. (2016). Dan Status Ekonomi Masyarakat Clean and Healthy Life Behavior in Household Arrangements Reviewed From the Aspect of Knowledge and Status of. 241-257.