

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Warga Rumbai Timur, Kota Pekanbaru, Riau

Yureya Nita^{*1}, Desti Puswati², Yeni Devita³, Dendy Kharisna⁴, Muhammad Rizki Ananda⁵, Tuti Maryuni⁶, Tengku Nursa'adah⁷

¹⁻⁷ Program Studi S1 Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru
e-mail: ^{*1}yureya.nita@payungnegeri.ac.id

Article History

Received: 2 Desember 2024

Revised: 7 Desember 2024

Accepted: 10 Desember 2024

DOI: <https://doi.org/10.58794/jdt.v4i2.1120>

Kata Kunci – Perilaku, Hidup, Bersih, Sehat, PHBS

Abstract – Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a form of manifestation of healthy living orientation in individual, family, and community culture, which aims to improve, maintain, and protect their health both physically, mentally, spiritually, and socially. PHBS aims to provide a learning experience or create conditions to improve knowledge, attitudes, and behaviors so that people are aware, willing and able to practice clean and healthy living behaviors. This service was carried out because there are still many residents who are still not aware of the cleanliness of the home environment, and their personal hygiene. This community service activity is carried out by health counseling methods by providing education to residents of RT 003, RW 012, East Rumbai, Pekanbaru, Riau. The time for the implementation of the service is in June 2024. Participants in PHBS community service activities are residents in RT 003/RW012 East Rumbai District, Pekanbaru City, Riau. The number of participants who took part in this activity was 18 people with an age range of 25 – 50 years. The result of this health counseling is that most of the participants can understand the material well. This is evidenced by the number of enthusiastic questions to gain knowledge and information related to PHBS. The results of the pre-test evaluation were 67%, and after health counseling, the results of the post-test of participants became more than 85%. By holding this activity, the residents of East Rumbai should understand more about PHBS, and it will be useful in the future for residents to maintain the health of themselves, their home environment, and the surroundings. Suggestion which is expected after receiving education related to PHBS can apply new knowledge by maintaining personal hygiene, home, home environment, and surroundings.

Abstrak – Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. PHBS bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat. Pengabdian ini dilaksanakan karena masih banyaknya warga yang masih kurang sadarnya terhadap kebersihan lingkungan rumah, dan kebersihan dirinya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan metode penyuluhan kesehatan dengan memberikan edukasi kepada warga RT 003, RW 012, Rumbai Timur, Pekanbaru, Riau. Waktu pelaksanaan pengabdian pada bulan Juni 2024. Peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat PHBS adalah warga di RT 003/RW012 Kecamatan Rumbai Timur, Kota Pekanbaru, Riau. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini 18 orang dengan rentang usia 25 – 50 tahun. Hasil dari penyuluhan kesehatan ini adalah sebagian besar para peserta dapat memahami materi dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya yang bertanya dengan antusias untuk mendapatkan pengetahuan dan informasi berkaitan dengan PHBS. Hasil evaluasi pretest 67%, dan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan hasil posttest peserta menjadi lebih dari 85%. Hendaknya dengan diadakannya kegiatan ini, warga Rumbai Timur semakin paham tentang PHBS, dan bermanfaat untuk kedepannya bagi warga untuk menjaga kesehatan dirinya, lingkungan rumah, dan sekitar. Saran yang diharapkan setelah mendapatkan edukasi terkait PHBS dapat menerapkan ilmu baru dengan menjaga personal hygiene, rumah, lingkungan rumah, dan sekitar.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan kebutuhan semua manusia [1]. Pemenuhan kebutuhan kesehatan dapat dipengaruhi oleh faktor pejamu (host), agens (agen penyakit) dan environment (lingkungan) [2]. Keseimbangan ketiga faktor tersebut dapat berubah sesuai dengan keadaan masing-masing faktor. Salah satu faktor yang perlu diwaspadai adalah faktor lingkungan. Keadaan lingkungan yang tidak sehat dapat mempengaruhi faktor lainnya. Faktor-faktor dasar yang mempengaruhi dan penentu kesehatan meliputi faktor biologik, pemeliharaan kesehatan (medical care) dan kesejahteraan keluarga, pola dan cara hidup (life style), keadaan sosial ekonomi dan faktor lingkungan [3].

Terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab utama diare yaitu tidak memadainya penyediaan air bersih, air tercemar oleh tinja, kekurangan sarana kebersihan, pembuangan tinja yang tidak higienis, kebersihan perorangan dan lingkungan yang buruk serta penyiapan dan penyimpanan makanan tidak seharusnya dilakukan [4]. Lingkungan yang tidak sehat akibat pencemaran air dan sanitasi yang tidak baik menyumbang 80-90% penyebab terjadinya diare. Hal ini terlihat dari proporsi kejadian diare pada balita terbesar pada rumah tangga yang memiliki tempat sampah tidak memenuhi syarat yaitu sebesar 93,3%. Hasil analisis hubungan antara kepemilikan jamban dengan kejadian diare pada balita terlihat bahwa nilai $p = 0,002 < 0,05$ yang artinya terdapat hubungan antara kepemilikan jamban dengan kejadian diare pada balita. Hal ini terlihat dari proporsi kejadian diare pada balita terbesar pada rumah tangga yang memiliki jamban tidak memenuhi syarat yaitu sebesar 70,8%. Hasil analisis hubungan antara praktik higiene ibu dengan kejadian diare pada balita juga menunjukkan terdapat hubungan antara praktik higiene ibu dengan kejadian diare pada balita. Hal ini terlihat dari proporsi kejadian diare pada balita terbesar pada ibu yang memiliki praktik higiene ibu yang kurang baik yaitu sebesar 76,3% [5].

Hasil penelitian Wibowo tahun 2023 [6] menemukan bahwa balita yang memiliki keluhan diare yaitu 37,8%. Pengamanan sampah rumah tangga diketahui tidak memenuhi syarat dan terdapat keluhan diare balita yaitu sebesar 42,4%, Cuci Tangan Pakai Sabun yang tidak memenuhi syarat dan terdapat keluhan diare balita sebesar 60,6%, dan Saluran Pembuangan Air Limbah yang tidak memenuhi syarat dan terdapat keluhan diare balita sebesar 20%, Jamban sehat dan Stop Buang Air Besar Sembarangan memenuhi syarat dan tidak terdapat keluhan diare balita. Balita dengan sarana air bersih yang tidak memenuhi syarat berisiko mengalami kejadian diare sebesar 6,057 kali dari pada balita yang memiliki sarana air bersih memenuhi syarat.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. PHBS bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat [7]. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan masyarakat merupakan upaya untuk mencegah penyakit, membuat lingkungan yang sehat terbebas dari penyakit, serta meningkatkan kualitas kesehatan untuk tubuh [8].

PHBS merupakan serangkaian tindakan dan kebiasaan yang dilakukan oleh individu, keluarga, dan masyarakat untuk menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan serta tubuh, yang berperan penting dalam pencegahan penyakit [9]. Manfaat PHBS secara umum adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau dan mampu menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut menjadi penting untuk dilakukan agar masyarakat sadar dan dapat mencegah serta mengantisipasi atau menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang mungkin muncul. Selain itu, dengan menerapkan dan mempraktikkan PHBS diharapkan masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Dalam implementasinya, kebermanfaatannya PHBS ini dapat diterapkan di berbagai area, seperti sekolah, tempat kerja, rumah tangga, dan masyarakat.

Pengabdian kepada masyarakat ini penting karena PHBS merupakan program yang sering dilakukan oleh berbagai lembaga ataupun dinas terkait. Pengabdian ini dilakukan kepada warga di RT 003 / RW 012 Kecamatan Rumbai Timur. Jarak lokasi pengabdian dari kampus pengabdian lebih kurang 6 Km. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. Edukasi PHBS ini juga hendaknya memberikan pengalaman belajar dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku sehingga peserta sadar, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat.

2. METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Rumbai Timur RT 003, RW 012, Kota Pekanbaru, Riau. Waktu pelaksanaan pengabdian Tanggal 30 Juni 2024. Peserta dalam kegiatan pengabdian PHBS adalah warga di RT 003/RW012 Kecamatan Rumbai Timur. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini 18 orang dengan rentang usia 25 – 50 tahun. Usia ini di pilih karena sangat berguna bagi masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup bersih

sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal inilah yang menjadi fokus kegiatan kali ini. Berdasarkan permasalahan yang sudah diidentifikasi, maka metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini menggunakan metode penyuluhan kesehatan. Adapun tahapan- tahapan kegiatan yang dilakukan ditunjukkan pada diagram alir berikut :

1. Studi Lapangan
Studi lapangan dilakukan untuk mengumpulkan data dari beberapa warga (ibu-ibu) yang berbeda. Melalui studi ini, dapat mengamati dan memahami secara lebih mendalam tentang bagaimana perilaku masyarakat dalam membersihkan rumah dan lingkungan sekitar rumahnya. Data yang terkumpul dari studi lapangan ini akan memberikan wawasan berharga yang sangat diperlukan dalam merancang kegiatan pendidikan kesehatan pada masyarakat secara menyeluruh.
2. Program Edukasi dan Penyuluhan
Mengembangkan program edukasi bagi warga / ibu-ibu tentang PHBS.
3. Evaluasi Dampak
Mengukur dampak nyata dari pendidikan kesehatan dalam program PHBS melalui pemantauan kebersihan dan kesehatan masyarakat terhadap pengetahuan terkait PHBS di Kecamatan Rumbai Timur, Pekanbaru.
4. Evaluasi Pre test dan Post test
Untuk melihat dan mengevaluasi pengetahuan ibu – ibu di RT 003/RW012 Kecamatan Rumbai Timur.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian Masyarakat ini telah memberikan pandangan mendalam tentang kebersihan dan kesehatan melalui pendidikan kesehatan terkait PHBS. Kegiatan penyuluhan “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)” berjalan dengan lancar. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 30 Juni 2024 di Kecamatan Rumbai Timur, Pekanbaru, Riau. Penyuluhan kesehatan materi terkait Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Manfaat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyuluhan kesehatan terkait PHBS



Gambar 2. Pelaksanaan pemeriksaan kesehatan

Setelah dipaparkan materi-materi tersebut, para peserta dapat memahaminya dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan mereka yang banyak bertanya dengan penuh antusias untuk mendapatkan pengetahuan dan informasi berkaitan dengan PHBS. Dibuktikan dengan sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan terkait PHBS hasil pre test

67%, dan setelah dilakukan evaluasi akhir /posttest para peserta lebih dari 85% dapat mengerti dan memahami bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat di rumah dan lingkungan rumah.

Tabel. 1

Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Usia	Dewasa Awal (26 - 35 tahun)	5	28%
	Dewasa Akhir (36 – 45 tahun)	10	55%
	Lansia Awal (46 – 55 tahun)	3	17%
	Total	18	100%

Tabel. 2

Distribusi Hasil Pre Test Post Test

Pengetahuan Stunting	N	Persentase
Pre test	18	67%
Post test	18	85%

4. SIMPULAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masih asing di telinga warga di Kecamatan Rumbai Timur RT 003 / RW 012 Pekanbaru, Riau. Saat ditanya mengenai PHBS, peserta penyuluhan belum tahu apa itu PHBS. Oleh karena itu dapat ditarik kesimpulan bahwa pentingnya edukasi mengenai PHBS agar masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalah sendiri dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan diri dan juga keluarga.

Tingkat ketercapaian target luaran dilapangan mencapai lebih dari 85% peserta semakin paham bagaimana pengertian PHBS, manfaat PHBS, gambaran perilaku PHBS, dan langkah bagaimana mencuci tangan dengan baik dan benar. Kelebihan yang didapat dari pengabdian ini adalah warga antusias untuk datang dan menyimak penyuluhan kesehatan yang diberikan, walaupun dengan kekurangannya masih adanya warga yang belum terlalu paham bagaimana menjaga kebersihan lingkungan rumahnya. Hendaknya dengan diadakannya kegiatan ini, warga Rumbai Timur semakin paham tentang pencegahan PHBS, dan bermanfaat untuk kedepannya bagi warga untuk menjaga kebersihan diri, lingkungan dan sekitar.

5. SARAN

Saran untuk warga Kecamatan Rumbai Timur RT 003 / RW 012 Pekanbaru Riau, diharapkan setelah mendapatkan edukasi terkait PHBS dapat menerapkan ilmu baru dengan menjaga personal hygiene, rumah, lingkungan rumah, dan sekitar. Hendaknya untuk pengabdian masyarakat lebih lanjut yaitu dengan dilakukannya observasi dan pengecekan bagaimana peserta dapat melaksanakan PHBS pada kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Rektor, seluruh staf dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan motivasinya terhadap keberhasilan pengabdian ini kepada tim. Terimakasih juga kami ucapkan kepada ibu-ibu dan warga RT 003, RW 012, Rumbai Timur, Tim Kementerian Sosial Pendamping Keluarga Harapan, Rumbai Timur, Kota Pekanbaru, Riau, dan semua pihak yang telah membantu jalannya pengabdian masyarakat ini, sehingga pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] RB. Asyim and Yulianto, "Perilaku Konsumsi Obat Tradisional dalam Upaya Menjaga Kesehatan Masyarakat Bangsawan Sumenep," *J. Keperawatan*, vol. Vol. 15, no. No. 2, p. 2, 2022.
- [2] A. Susilawaty, *Epidemiologi Lingkungan*, vol. 21, no. 1. Padang: PT. GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI, 2022.
- [3] S. Maywati, R. Arie Gustaman, R. Riyanti, J. Kesehatan Masyarakat, and F. Ilmu Kesehatan, "Environmental Sanitation As a Determinant of the Incidence of Diarrhea Diseases in Toddlers At the Bantar Health Center Tasikmalaya City," *J. Heal. Sci. Gorontalo J. Heal. Sci. Community*, pp. 219–229, 2023, [Online]. Available: <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/gojhes/index>.
- [4] D. Santi, S. A. Nasution, D. Riastawaty, N. Nurzia, F. Kedokteran, and U. A. Jambi, "Hubungan Antara Sanitasi Lingkungan dengan Kejadian Diare pada Anak Sekolah Dasar Di wilayah Kerja Puskesmas Simbur Naik Tahun 2023," *J. Kabar Kesehat. Masy. (Journal Public Heal. News)*, vol. 1, pp.

- 6–11, 2023.
- [5] K. Abidin, A. Ansariadi, and I. L. M. Thaha, “Faktor Air, Sanitasi, Dan Higiene Terhadap Kejadian Diare Pada Balita Di Permukiman Kumuh Kota Makassar,” *Hasanuddin J. Public Heal.*, vol. 3, no. 3, pp. 301–311, 2022, doi: 10.30597/hjph.v3i3.22002.
- [6] M. A. A. Wibowo and R. K. Kusumawardani, “Gambaran Sanitasi, Hygiene, Dan Keluhan Diare Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di UPTDPuskesmas Rengas Kota Tangerang Selatan Tahun 2023,” *J. Relig. Public Heal.*, vol. 6, no. 1, pp. 1–12, 2024, doi: 10.15408/jrph.v6i1.37745.
- [7] Ari Angga Rianto, “Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Menengah Pertama,” *J. Anestesi*, vol. 1, no. 4, pp. 356–362, 2023, doi: 10.59680/anestesi.v1i4.796.
- [8] A. D. A.-G. Wicaksana, A. S. Yeni, D. Pratiwi, and S. N. Roza, “Pengenalan Perilaku Hidup Bersih (Phbs) Dan Sehat Kepada Anak Usia Sekolah Di Wilayah Kerja Puskesmas Desa Pauh Angit Hulu,” *J. Compr. Sci.*, vol. 1, no. 2, pp. 113–118, 2022, doi: 10.59188/jcs.v1i2.20.
- [9] K. Kristanto *et al.*, “Perilaku hidup bersih dan sehat serta bebas dari stunting,” *J. Ilm. Multidisiplin Terpadu*, vol. 8, no. 8, pp. 159–161, 2024.