

**PENYULUHAN KESEHATAN
MENGENAI PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT**

Neti Eka Jayanti, Laurika Ananta Ruth, Alfinia Widyastuti
STIKES Wiyata Husada Samarinda

**e-mail: nethie_imo@yahoo.co.id*

ABSTRAK

Penyuluhan sebagai Upaya Penguatan Peran Ibu dalam Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. 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 diupayakan dari yang tidak sehat menjadi hidup yang sehat serta menciptakan lingkungan yang sehat. Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari perorangan dan keluarga atau rumah tangga terutama ibu. Ibu mempunyai peran utama yang dapat membangun kesehatan dalam keluarga, maka diperlukan ibu yang mempunyai pengetahuan yang dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam rumah tangga serta aktif dalam meningkatkan status kesehatan keluarga. Tujuan dari pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya perilaku pola hidup bersih dan sehat. Metode yang digunakan adalah sosialisasi, diskusi dan tanya jawab, disesi terakhir dilakukan evaluasi kepada peserta tentang cara mencuci tangan yang benar dan dapat mempraktikkan 7 cara mencuci tangan tanpa melihat panduan dari brosur yang telah dibagikan. Hasil kegiatan ini adalah peserta yang mengikuti sosialisasi seluruhnya dapat memahami pemaparan yang sudah disampaikan. Seluruh peserta dapat melakukan 7 cara mencuci tangan yang benar. Saran kegiatan ini adalah pemberian edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebaiknya diberikan secara berkala sebagai upaya pengelolaan kesehatan di lingkungan sekitar masyarakat Posyandu Kelapa Gading Samarinda.

Kata Kunci : PHBS, pengetahuan, tatanan rumah tangga, warga masyarakat

ABSTRACT

Counseling as an Effort to Strengthen the Role of Mothers in the Implementation of Clean and Healthy Behavior. Clean and healthy behavior (PHBS) is a step that must be done to achieve optimal health degrees for everyone. Healthy conditions do not necessarily occur, but must always be sought from the unhealthy to a healthy life and create a healthy environment. Community empowerment must start from individuals and families or households, especially mothers. Mothers have the main role that can build health in the family, so it is necessary for mothers who have knowledge that can apply clean and healthy living behaviors (PHBS) in the household and are active in improving family health status. The purpose of this service is to increase knowledge about the importance of hygiene and healthy lifestyle behaviors. The method used was socialization, discussion and question and answer, the final session was conducted an evaluation to participants about how to wash hands properly and can practice 7 ways to wash hands without looking at the guidelines of the brochure that was distributed. The results of this activity are participants who participated in the socialization on average, understanding the presentations that have been delivered. All participants can do 7 ways to wash their hands properly. Suggestions for this activity are providing education about Clean and Healthy Behavior should be given regularly as an effort to manage health in the environment around the Kelapa Gading Posyandu community in Samarinda.

Keywords: PHBS, knowledge, household order, community members

Pendahuluan

Kesehatan merupakan salah satu kebutuhan pokok serta faktor penting yang mempengaruhi produktivitas dan kualitas sumber daya manusia. Gerakan pola hidup sehat di masyarakat sedang ditingkatkan melalui berbagai program yang dijalankan oleh pemerintah. Oleh karena itu, dalam mempercepat pembangunan kesehatan dan meningkatkan pelayanan kesehatan.

Pemerintah Provinsi Kaltim melakukan beberapa kebijakan seperti yang tertuang dalam Perda No. 04 tahun 2009 tentang Rencana Rencana Pembangunan Jangka Panjang Menengah Daerah 2009-2013. Tercapainya pembangunan di bidang kesehatan dengan membaiknya layanan kesehatan tentunya akan berdampak pada meningkatnya Indeks Pembangunan Manusia (IPM) dalam hal ini adalah masyarakat Kalimantan Timur. Sehingga, langkah strategis untuk mencetak manusia yang sehat, cerdas, aktif dan produktif adalah dengan mengajak masyarakat membiasakan berPerilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Perilaku Sehat adalah pengetahuan, sikap dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit, serta berperan aktif dalam Gerakan Kesehatan Masyarakat. (Dinkes.2016)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PBHS) adalah sebagai wujud operasional promosi kesehatan merupakan dalam upaya mengajak, mendorong kemandirian masyarakat

berperilaku hidup bersih dan sehat (Ekasari, 2015).

Melalui interaksi, informasi, komunikasi, dan sosialisasi dalam berbagai saluran, proses komunikasi pembangunan kemudian dianggap sebagai bentuk pencerahan, penguatan dan pembebasan dari ketergantungan dan keterbelakangan sehingga mempermudah menerima suatu inovasi yang ditunjukkan kepada mereka. Pada proses tersebut, informasi dibagi dan dimanfaatkan bersama-sama dan seluas-luas sebagai sesuatu yang berguna untuk kehidupannya. Sehingga peran tenaga kesehatan juga memegang andil dalam menentukan kemajuan perkembangan pembangunan kesehatan untuk terwujudnya pelayanan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat yang semakin membaik.

Untuk mendorong masyarakat melakukan PHBS maka kegiatan penyuluhan & informasi tentang PHBS menjadi sangat penting. Kegiatan penyuluhan ini diharapkan dapat mengatasi masalah yang terkait dengan PHBS.

Untuk mengatasi hal tersebut maka penulis akan mengadakan penyuluhan mengenai Pola Hidup bersih dan Sehat di Rumah Tangga di posyandu Kelapa Gading Sehat wilayah Kerja puskesmas Wonorejo.

Metode

Metode kegiatan dalam penyuluhan ini adalah melalui sosialisasi, diskusi, tanya jawab dan pemecahan kasus dengan tahapan sebagai berikut:

a. Persiapan

1. Melakukan perizinan kepada Puskesmas Wonorejo untuk sosialisasi pada wilayah kerja puskesmas tersebut yaitu di Posyandu Kelapa Gading Samarinda.
 2. Menyiapkan brosur atau leaflet terkait PHBS yang akan dibagikan dan disosialisasikan kepada masyarakat.
- b. Pelaksanaan
- Pengabdian dilaksanakan pada hari selasa tanggal 25 Juni 2019 di 17 Februari 2019 di Posyandu Kelapa Gading Samarinda. Pengabdi menjelaskan manfaat PHBS dalam kehidupan sehari-hari dan Pengabdi melakukan demo 7 langkah cuci tangan yang baik dan benar dan diikuti oleh peserta.

Hasil

a. Karakteristik Peserta

Tabel 1 Jumlah peserta berdasarkan usia

Usia	n	%
<20 tahun	0	0
20-35 tahun	15	75
>35 tahun	5	25
Total	20	100

Berdasarkan data diatas sebagian besar peserta berusia 20-35 tahun yaitu 15 peserta (75%).

Tabel 2 Jumlah peserta berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	0	0
Perempuan	20	100
Total	20	100

Berdasarkan data diatas seluruh

peserta berjenis kelamin perempuan yaitu 20 peserta (100%).

Tabel 3 Jumlah peserta berdasarkan pendidikan

Pendidikan	n	%
SD	1	5
SMA	8	40
D3	9	45
S1	2	10
Total	20	100

Berdasarkan data diatas peserta dominan berpendidikan diploma (D3) yaitu 9 peserta (45%).

Tabel 4 Jumlah peserta berdasarkan pengetahuan tentang PHBS

Interval Skor	Frekuensi	%
>80	14	70
60-80	5	25
<59	1	5
Total	20	100

Berdasarkan data diatas menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan mayoritas peserta memiliki pengetahuan baik (skor >80) sebanyak 14 peserta (70%) sedangkan peserta yang memiliki pengetahuan yang kurang (skor <59) hanya 1 peserta (5%).

b. Respon Peserta

Sebagian peserta belum tahu 7 cara mencuci tangan yang baik dan benar, peserta antusias melakukan praktek mencuci tangan.

c. Dampak

1. Peserta mengetahui manfaat PHBS dalam tatanan rumah tangga
2. Menarik minat ibu rumah tangga dalam memberikan edukasi kepada

keluarganya tentang cara mencuci tangan yang benar

3. Memberikan pengalaman belajar terkait PHBS untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku melalui pendekatan pimpinan (advokasi), bina sosial (social support) dan pemberdayaan masyarakat (empowerment)
4. Pemberian edukasi ini berguna dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.
5. Dengan adanya sosialisasi ini akan dapat merubah sikap yang terbentuk melalui pengamatan pada perilakunya sendiri yang merupakan pandangan, perasaan tetapi disertai dengan kecenderungan bertindak sesuai dengan objek yang ingin dilakukan.

Dokumentasi



Gambar 1. Pembagian Leaflet



Gambar 2. Sosialisasi PHBS



Gambar 3. Foto bersama kader posyandu

Kesimpulan

Kegiatan pemberian edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat masyarakat sekitar Posyandu Kelapa Gading Samarinda dapat dilaksanakan sesuai tujuan yang diharapkan. Peserta yang mengikuti sosialisasi secara keseluruhan dapat memahami dengan pemaparan yang sudah disampaikan.

Rekomendasi

Pemberian edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebaiknya diberikan secara berkala sebagai upaya pengelolaan kesehatan di lingkungan sekitar masyarakat Posyandu Kelapa Gading Samarinda.

Referensi

- Depkes. 2011. *Informasi Pengendalian Penyakit Menular dan Penyehatan Lingkungan*. Jakarta: Depkes RI.
- Ekasari, dkk. 2015. *Keperawatan Komunitas Upaya Memandirikan Masyarakat Untuk Hidup Sehat*. Jakarta: Trans Info Media
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Prilaku*.

Jakarta: Rineka Cipta
Syaifuddin Azwar. 2015. Sikap
Manusia Teori dan
Pengukurannya. Yogyakarta:
Pustaka
Taufiq, M., Nyorong, M., dan
Riskiyani, S. 2013. Gambaran
Perilaku Hidup Bersih Dan

Sehat (PHBS) Masyarakat Di
Kelurahan Parangloe Kecamatan
Tamalanrea Kota Makassar.
Makasar : Universitas
Hasanuddin Makassar