

GERAKAN MASYARAKAT UNTUK MELAKUKAN PRILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI LINGKUNGAN NELAYAN II SUNGAILIAT

**Rima Berti Anggraini¹, Maryana²,
Email Korespondensi: rimabertianggraini@gmail.com**

^{1,2}Ilmu Keperawatan, Institut Citra Internasional, Indonesia

Abstrak

PHBS merupakan komponen strategis pembangunan kesehatan yang optimal. Program PHBS adalah bentuk pemberdayaan masyarakat bersifat preventif dan promotif dengan cara yang sangat mudah dan murah, Tetapi hasilnya sangat luar biasa untuk meningkatkan derajat kesehatan. Melakukan cuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya merupakan hal yang mudah untuk dilakukan dan sangat erat kaitannya dengan pemeliharaan kesehatan dalam kehidupan sehari – hari. tetapi masih rendahnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga PHBS menyebabkan masih tingginya penyakit. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan ini terdiri dari tahap persiapan, Tahap kerja dan evaluasi. Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi dan menghasilkan kesepakatan untuk melakukan kegiatan gotong royong dan mencuci tangan 6 langkah. Kesimpulan dalam kegiatan ini bahwa masyarakat nelayan II sangat antusias dalam mengikuti kegiatan sosialisasi dan menyadari pentingnya menerapkan PHBS untuk mencegah penyakit.

Kata Kunci : Gerakan Masyarakat, Prilaku Hidup Bersih dan Sehat, Mencuci tangan 6 langkah.

COMMUNITY MOVEMENT TO CARRY OUT CLEAN AND HEALTHY BEHAVIOR IN THE FISHERMEN ENVIRONMENT II SUNGAILIAT

Abstract

PHBS is a strategic component of optimal health development. The PHBS program is a form of community empowerment that is preventive and promotive in a very easy and inexpensive way, but the results are extraordinary to improve the degree of health. However, the low public awareness about the importance of maintaining PHBS causes the disease to remain high. The methods used in this socialization consist of the preparatory stage, the work stage and the evaluation. Socialization activities are carried out using lecture and discussion methods and produce agreements to carry out mutual assistance activities and hand washing 6 steps. The conclusion in this activity is that the fishing community II is very enthusiastic in participating in socialization activities and realizes the importance of implementing PHBS to prevent disease.

Keywords : Community Movement, Clean and healthy Behaviour, Handwashing 6 steps

Pendahuluan

Prilaku Hidup Bersih dan sehat merupakan prilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya (Luthhviatin et al, 2012). Pengetahuan tentang derajat kesehatan individu atau masyarakat merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh dalam peningkatan sumber daya manusia sehingga menempati peranan penting dalam pembangunan nasional indonesia. Pentingnya pemberdayaan manusia atau masyarakat ini dikarenakan apabila kurangnya pengetahuan tentang kesehatan lingkungan akan mengakibatkan lingkungan yang tidak sehat dalam suatu masyarakat, sehingga akan menimbulkan masalah kesehatan seperti munculnya berbagai macam penyakit menular.

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 4 tahun 2019 tentang Standar Teknis Pemenuhan Mutu Pelayanan Dasar pada Standar Pelayanan Minimal (SPM) bidang kesehatan, ada 6 (enam) dari 12 (dua belas) indikator SPM yang sekaligus menjadi indikator PHBS. Indikator PHBS dapat dicapai dengan melakukan

kegiatan promotif, preventif, dan deteksi dini. PHBS merupakan komponen strategis pembangunan kesehatan dalam dokumen Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (Kemenkes RI, 2018). Hal ini tercermin dalam misi mewujudkan kualitas hidup manusia Indonesia yang tinggi, maju, dan sejahtera. Misi ini dijabarkan dalam strategi dan arah kebijakan yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan gizi masyarakat pada seluruh siklus kehidupan, baik pada tingkat individu, keluarga, dan masyarakat dalam Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (layya, 2018)

Program PHBS adalah bentuk pemberdayaan masyarakat bersifat preventif dan promotif dengan cara yang sangat mudah dan murah, namun hasilnya sangat luar biasa serta akan berdampak kepada kuantitas dan kualitas Indeks Keluarga Sehat (IKS) dan Indeks Individu Sehat (IIS) (Surahmawati,2018).

Upaya memelihara dan meningkatkan kesehatan individu harus menjadi kesadaran setiap individu. Masyarakat juga diharapkan bisa mengenali penyebab dan gejala

penyakit, sehingga dapat mencegah dan mengatasi permasalahan kesehatannya sendiri. Salah satu manfaat diterapkan perilaku hidup bersih dan sehat pada tatanan rumah tangga, yaitu anggota rumah tangga tidak mudah sakit, produktivitas meningkat, serta anak tumbuh sehat dan cerdas. Manfaat yang paling terukur, jika melakukan pencegahan penyakit adalah biaya yang dikeluarkan akan jauh lebih sedikit dibandingkan mengobati penyakit (Patilaya, 2018)

Manfaat PHBS di lingkungan Rumah Tangga agar setiap anggota keluarga dapat terbiasa untuk menerapkan pola hidup sehat, sehingga meminimalkan masalah kesehatan dan tidak mudah terkena penyakit. Penerapan PHBS di rumah tangga akan menciptakan keluarga sehat, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas keluarga. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, 2013, dan 2018 memperlihatkan proporsi rumah tangga yang melakukan PHBS selama sepuluh tahun terakhir mengalami peningkatan sekitar 28%. Gambaran secara rinci proporsi PHBS lima tahunnya yaitu 11,2% (2007) menjadi

23,6% (2013) dan kemudian 39,1% (Riskesdas, 2018)

Kurangnya pengetahuan juga mempengaruhi perilaku seseorang termasuk perilaku dalam bidang kesehatan sehingga bisa menjadi penyebab tingginya angka penyebaran suatu penyakit yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan mempunyai resiko penularan dan penyebaran yang cukup tinggi. Berdasarkan kondisi yang ada di wilayah nelayan II sungailiat terdapat beberapa permasalahan yaitu: a. Masih rendahnya kesadaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), masih kurangnya sosialisasi mengenai pentingnya PHBS pada masyarakat khususnya anggota karang taruna. b. Masih rendahnya kesadaran sebagian kecil masyarakat untuk berperilaku hidup bersih dan sehat, di dukung dengan pola hidup masyarakat yang berdampak pada penurunan, kualitas tempat tinggal, dan c. Kurangnya kepedulian masyarakat dan pengambilan kebijakan terhadap program-program yang bersifat preventif dan promotif (pencegahan dan promosi). Berdasarkan latar belakang diatas sangat penting untuk dilakukan sosialisasi tentang PHBS.

Metode pelaksanaan

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini mencakup penyuluhan kesehatan tentang PHBS melalui beberapa tahap yaitu tahap persiapan, Tahap Kerja dan evaluasi.

1. Tahap persiapan

Dalam tahap persiapan ini yang dilakukan oleh penyuluh adalah dimulai mempersiapkan tempat yang presentatif untuk dilakukan penyuluhan, mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan. Alat dan bahan yang digunakan dalam penyuluhan ini menggunakan Power Point dan Proyektor. Pada tahap ini lebih berfokus kepada persiapan alat dan bahan yang menarik sehingga tidak menimbulkan kebosanan dari peserta penyuluhan.

2. Tahap Kerja

Pada tahap kerja dimulai dengan orientasi dan perkenalan dari pemateri penyuluhan, kemudian dilakukan pemaparan tentang materi PHBS yang meliputi pengertian PHBS, manfaat menjaga kesehatan diri dan lingkungan, dampak dari tidak menjaga PHBS, ciri – ciri lingkungan Sehat. dalam tahap ini mengupas tentang hal hal yang

berkaitan dengan PHBS sehingga diharapkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat tentang PHBS dapat meningkat.

3. Tahap evaluasi

Pada tahap evaluasi akan dilakukan umpan balik kepada peserta terkait dengan materi yang sudah diberikan untuk mengukur peningkatan pemahaman dan pengetahuan peserta dengan melakukan sesi tanya jawab.

Hasil dan pembahasan

Tabel 1
Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Jumlah
Laki - Laki	10
Perempuan	18
Total	28

Berdasarkan tabel diatas, jumlah peserta perempuan lebih banyak dibandingkan jumlah peserta laki – laki. Berdasarkan dari hasil kegiatan yang dimulai dengan tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi didapatkan hasil bahwa masyarakat memahami tentang pentingnya menjaga kebersihan individu dan lingkungan, dampak kesehatan yang akan muncul apabila tidak melakukan kebersihan diri dan

lingkungan. Dalam pelaksanaan kegiatan ini, tim menerapkan pendekatan seperti metode ceramah, tanya jawab, dan refleksi yang disesuaikan dengan temuan dilapangan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar. Dalam menerapkan pendekatan seperti adanya sesi tanya jawab dengan warga, membuat jalannya penyuluhan kesehatan ini menjadi lebih menarik dan menambah pengetahuan warga sehingga lebih antusias dalam melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat. Sasaran dalam kegiatan ini sebagai mitra untuk membangun lingkungan PBHS sehingga derajat kesehatan akan meningkat. Kegiatan lain yang dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan selain melakukan sosialisasi tentang PHBS, yaitu dilakukan gotong royong membersihkan lingkungan dan mengajarkan melakukan cuci tangan yang baik dan benar dengan metode 6 langkah.



Gambar 1. Gotong Royong membersihkan lingkungan



Gambar 2. Melakukan cuci tangan dengan metode 6 Langkah



Gambar 3. Sosialisasi PHBS

Kesimpulan dan saran

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan, kesimpulan dalam kegiatan ini adalah peserta sangat antusias dalam mensukseskan kegiatan ini dan memahami bahwa perilaku hidup bersih dan sehat merupakan hal yang penting sebagai usaha preventif dan menghindari penyakit. Saran yang dapat diajukan dari kegiatan ini adalah pentingnya kesadaran masyarakat dan rutinitas pendampingan dari petugas kesehatan untuk melakukan sosialisasi tentang PHBS.

Daftar Pustaka

- Andriansyah, Y., dkk (2013). Penyuluhan dan praktik PHBS (perilaku hidup bersih sehat) dalam mewujudkan masyarakat desa peduli sehat. *Jurnal : Inovasi dan Kewirausahaan*, 2(1), 45–50
- Ayu, S. dkk (2018). Peningkatan kesehatan melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sejak dini di desa Hargomulyo Gedangsari Gunung Kidul. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 20–27.
- Kemenkes RI (2018). Peran Penting PHBS guna Pencegahan Penyakit.
- Layya, dkk (2016). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam tatanan rumah tangga berbasis kerusakan akibat tsunami di wilayah kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmu Kebencanaan (JIKA)*, 3(1), 19–26.
- Luthviation, N., Zulkarnain, E., Istiaji, E., Rohkmah, D., et al. (2012). *Dasar-dasar Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jember: Jember University Press
- Patilaiya, H. L., & Rahman, H. (2018). *Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat*.