

## Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Desa Dayah Mon Ara, Kecamatan Kuta Makmur, Kabupaten Aceh Utara

Khairuman<sup>1</sup>, Srie Wahyuni<sup>2</sup>, Ellianufara<sup>3</sup>, Dafi Siddiq<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Abulyatama

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama

\*e-mail: [khairuman\\_fikes@abulyatama.ac.id](mailto:khairuman_fikes@abulyatama.ac.id)<sup>1</sup>, [srie\\_fikes@abulyatama.ac.id](mailto:srie_fikes@abulyatama.ac.id)<sup>2</sup>, [Ellianufara@gmail.com](mailto:Ellianufara@gmail.com)<sup>3</sup>, [Siddiq2804@gmail.com](mailto:Siddiq2804@gmail.com)<sup>4</sup>

Submitted:07-12-2024

Revised:20-12-2024

Accepted:25-12-2024

Publish:29-12-2024

### Abstract

*This community service activity aims to increase public knowledge and awareness about Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) through outreach in Dayah Mon Ara Village, Kuta Makmur District, North Aceh Regency. The method used was counseling with a participatory approach and evaluation using pre-test and post-test for 40 participants. The evaluation results showed a significant increase in participants' knowledge about PHBS. Before socialization, only 31.3% of participants had good knowledge, while after socialization, this figure increased to 68.7%. These results indicate that outreach activities are effective in increasing public understanding of the importance of PHBS. In this service, the relationship between knowledge and attitudes towards Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in Dayah Mon Ara Village, Kuta Makmur District, North Aceh Regency is also analyzed. The method used was descriptive with a qualitative approach, involving 40 respondents who were interviewed using a questionnaire. Statistical analysis using the chi-square test shows that there is a significant relationship between knowledge ( $p$ -value = 0.000) and attitude ( $p$ -value = 0.000) with PHBS practices. These findings indicate that increasing knowledge and forming positive attitudes is very important to encourage clean and healthy living behavior in society. Therefore, more effective health education programs are needed to support widespread implementation of PHBS, especially among housewives who act as agents of change in their communities.*

**Key words:** Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), knowledge, attitude

### Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui sosialisasi di Desa Dayah Mon Ara, Kecamatan Kuta Makmur, Kabupaten Aceh Utara. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dengan pendekatan partisipatif dan evaluasi menggunakan pre-test dan post-test kepada 40 peserta. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta tentang PHBS. Sebelum sosialisasi, hanya 31,3% peserta yang memiliki pengetahuan baik, sedangkan setelah

sosialisasi, angka tersebut meningkat menjadi 68,7%. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya PHBS. Dalam Pengabdian ini juga dianalisis hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Desa Dayah Mon Ara, Kecamatan Kuta Makmur, Kabupaten Aceh Utara. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kualitatif, melibatkan 40 responden yang diwawancarai menggunakan kuesioner. Analisis statistik menggunakan uji chi-square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ( $p$ -value = 0.000) dan sikap ( $p$ -value = 0.000) dengan praktik PHBS. Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif sangat penting untuk mendorong perilaku hidup bersih dan sehat di masyarakat. Oleh karena itu, program edukasi kesehatan yang lebih efektif diperlukan untuk mendukung implementasi PHBS secara luas, terutama di kalangan ibu rumah tangga yang berperan sebagai agen perubahan dalam komunitas mereka.

**Kata kunci:** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), pengetahuan, sikap

## 1. PENDAHULUAN

WHO (World Health Organization) memberikan pengertian sehat dengan konsep yang lebih positif melalui beberapa karakteristik sebagai berikut: melihat individu merupakan sebuah sistem secara menyeluruh, mengidentifikasi sehat bukan hanya dengan lingkungan internal melainkan juga lingkungan eksternal, serta menghargai pentingnya peran individu dalam hidup. Ekspansi di bidang kesehatan bertujuan untuk penambahan kesadaran, kemampuan, serta kesediaan hidup sehat bagi setiap penduduk Indonesia demi terwujudnya derajat kesehatan yang setinggi-tingginya. Karena hal ini sejalan dengan tujuan pada Sustainability Development Goals (SDG's). Ada beberapa tujuan pada SDG's yang terkait dengan lingkungan diantaranya adalah PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). (Kemenkes RI, 2017).

PHBS atau Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah gambaran pola hidup pada keluarga yang secara terus menerus dalam menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Hal ini bertujuan agar anggota keluarga dapat memaksimalkan upaya dirinya sendiri dalam bidang kesehatan sehingga dapat memberikan kontribusi serta berperan aktif pada kegiatan kesehatan secara lebih luas di masyarakat.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga merupakan upaya dalam menyadarkan keluarga termasuk seluruh anggota keluarga agar memiliki kemampuan dan kemauan dalam melakukan praktek PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan keluarga dan melakukan pencegahan terhadap resiko terjadinya penyakit, serta menjadi proteksi diri dari ancaman penyakit dan berperan aktif dalam gerakan

kesehatan masyarakat. Implementasi PHBS dapat mewujudkan rumah tangga atau keluarga yang sehat dan juga dapat menciptakan dukungan lingkungan yang sehat.

Menurut WHO (2017), tiap tahunnya kurang lebih 2,2 juta jiwa di negara-negara berkembang utamanya anak-anak meninggal dunia akibat bermacam penyakit yang diakibatkan oleh minimnya air minum yang sehat serta sanitasi hygiene yang kurang baik. Pelayanan serta persediaan sanitasi yang mencukupi, persediaan air yang sehat, sistem pembuangan sampah yang mencukupi dapat menekan angka kematian akibat diare hingga 65% dan penyakit-penyakit yang lain sebanyak 26%. Pemahaman masyarakat Indonesia yang masih rendah terhadap kebersihan yang sangat mempengaruhi terhadap kesehatan, penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) dan diare merupakan 2 penyakit utama yang diakibatkan oleh lingkungan yang kurang bersih.

PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dalam tatanan rumah tangga terdiri dari 10 indikator meliputi: persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan, ASI eksklusif, menimbang bayi dan balita secara rutin, menggunakan air bersih, cuci tangan pakai sabun, menggunakan jamban sehat, memberantas jentik nyamuk, makan buah dan sayur setiap hari, aktivitas fisik, dan tidak merokok di dalam rumah.

Di Indonesia, Kementerian Kesehatan terus mendorong implementasi PHBS untuk mendukung pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs). Sebagai langkah konkret untuk mendukung tujuan tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi PHBS dilakukan di Desa Dayah Mon Ara. Sasaran kegiatan ini adalah ibu rumah tangga, mengingat peran mereka yang strategis dalam menjaga kesehatan keluarga. Tujuan utama kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang PHBS sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode sosialisasi yang melibatkan 40 peserta dari Desa Dayah Mon Ara. Tahapan kegiatan meliputi:

- **Persiapan:** Penyusunan materi sosialisasi tentang 10 indikator PHBS.
- **Pelaksanaan:** Penyuluhan dilakukan di balai desa dengan metode ceramah dan diskusi interaktif. Peserta diberikan materi edukasi tentang PHBS serta praktik cuci tangan pakai sabun.
- **Evaluasi:** Penilaian dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta tentang PHBS. Tabel berikut menyajikan hasil pre-test dan post-test:

Tabel 1. Pengukuran Perubahan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Sosialisasi PHBS

<b>Kategori Pengetahuan</b>	<b>Sebelum Sosialisasi</b>	<b>Setelah Sosialisasi</b>
Baik	31,3% (12 peserta)	68,7% (27 peserta)
Cukup	42,5% (17 peserta)	25,0% (10 peserta)
Kurang	26,2% (11 peserta)	6,3% (3 peserta)

Dari tabel tersebut, dapat dilihat bahwa jumlah peserta yang memiliki pengetahuan baik meningkat dari 12 orang (31,3%) menjadi 27 orang (68,7%) setelah sosialisasi. Penurunan juga terjadi pada kategori pengetahuan kurang, dari 11 orang (26,2%) menjadi 3 orang (6,3%).

Peningkatan ini menunjukkan efektivitas kegiatan sosialisasi dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang PHBS. Materi yang disampaikan selama sosialisasi meliputi pentingnya cuci tangan pakai sabun, penggunaan jamban sehat, konsumsi air bersih, dan pengelolaan sampah rumah tangga

Berdasarkan hasil pengumpulan data penelitian yang dilakukan melalui wawancara langsung kepada masyarakat di Desa Dayah Mon Ara Kecamatan Kuta Makmur Kabupaten Aceh Utara dengan menggunakan kuesioner yang kemudian diolah dengan aplikasi SPSS menggunakan uji chi-square. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa kelompok umur yang tertinggi pada 36-43 tahun sebanyak 14 responden (52.5%) dan terendah pada umur 27-35 tahun sebanyak 8 responden (47.5%). Pekerjaan responden yang terdiri dari guru, honorer, dan ibu rumah tangga, terbanyak sebagai ibu rumah tangga (81.2%) kemudian sebagai guru (13.8%) dan sebagai honorer (5.0%). Sedangkan pada variabel pendidikan responden, tingkat Sekolah Dasar (SD) adalah yang tertinggi yaitu 19 responden (33.7%) dan SMP adalah yang terendah sebesar 13 responden (16.3%).

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa pengetahuan yang tertinggi adalah pengetahuan yang baik yaitu 16 responden (68.7%) sedangkan pengetahuan yang kurang baik sebesar 6 responden (31.3%). Pada variabel sikap yang tertinggi pada kategori setuju yaitu 18 responden (77.5%) sedangkan kurang setuju sebesar 5 responden (22.5%). Pada variabel PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) yang tertinggi adalah PHBS yang baik sebesar 51.4% (11 responden) dan terendah pada PHBS yang kurang baik sebesar 48.8% (10 responden).

Sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dengan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) di Desa Dayah Mon Ara Kecamatan Kuta Makmur Kabupaten Aceh Utara. Berdasarkan uji chi-square pada tabel 4 menunjukkan bahwa p-value sebesar 0.000 yang artinya nilai  $p < 0.05$ , maka hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis null ( $H_0$ ) ditolak. Sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan sikap dengan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) Desa Dayah Mon Ara Kecamatan Kuta Makmur Kabupaten Aceh Utara.





Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah rumah tangga yang melakukan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) sebesar 51.2% (41 responden) dan yang belum menerapkan PHBS sebesar 48.8% (39 responden). Praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga bertujuan untuk mencapai rumah tangga yang sehat, yang artinya rumah tangga yang memiliki kemampuan untuk menjaga, meningkatkan, serta melindungi kesehatan setiap anggota rumah tangga dari gangguan ancaman penyakit serta kurang kondusifnya lingkungan untuk praktik hidup bersih dan sehat. (Maryunani A, 2013).

#### Hubungan Pengetahuan dengan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat)

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa pengetahuan berhubungan dengan PHBS dengan p-value sebesar 0.000. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil yang didapatkan oleh (Azrimaidaliza, 2013) yaitu terdapat hubungan pengetahuan dengan PHBS pada ibu rumah

tangga di Kelurahan Koto Lalang Kota Padang. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Zitty A.R Koe, Barens Joseph, 2015) yang dilakukan pada pelajar SD Inpres Sukur dengan hasil terdapat hubungan antara pengetahuan dengan PHBS siswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu rumah tangga yang menjadi responden pada penelitian ini mengetahui tentang 10 indikator PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) yang terdiri dari: persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, pemberian ASI eksklusif, balita ditimbang, penggunaan air bersih, cuci tangan, penggunaan jamban, pemberantasan jentik, konsumsi buah dan sayur, aktivitas fisik dan tidak merokok di dalam rumah.

Penelitian lain yang sejalan yaitu penelitian yang melihat hubungan pengetahuan dengan PHBS di Desa Banjarsari Kulon, Kecamatan Sumbang, Kabupaten Banyumas yang menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara tingkat pengetahuan dengan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga. Hal ini dibuktikan dengan angka signifikan 0,000 dengan arah hubungan positif sebesar 0,421 sehingga menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan praktik PHBS pada tatanan rumah tangga. (Widyastuti and Hilal, 2018)

Perilaku pada diri seseorang atau suatu masyarakat dapat dipermudah atau dipredisposisi melalui pengetahuan tentang sesuatu. Misalnya perilaku ibu untuk memeriksakan kehamilannya akan dipermudah apabila ibu tersebut mengetahui manfaat dari pemeriksaan kehamilan dan ibu tersebut mengetahui kepada siapa dan dimana pemeriksaan kehamilan tersebut dapat dilakukan. Hal ini menunjukkan ada korelasi hubungan yang signifikan atau bermakna antara pengetahuan dengan perilaku. (Rayhana and Triana, 2016)

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan di wilayah RW 04 Kelurahan Pekayon Kecamatan Pasar Rebo Jakarta Timur yang menunjukkan hasil uji statistik dengan  $p\text{-value}=0,097 > 0,05$ , menyimpulkan tidak terdapat hubungan pengetahuan dengan perilaku PHBS (Irasti and Widodo, 2017).

#### Hubungan Sikap dengan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat)

Berdasarkan uji statistik didapatkan bahwa terdapat hubungan sikap dengan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dengan  $p\text{-value}=0,000$ . Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan kepada ibu rumah tangga RW.012 Kelurahan Kebalen dengan hasil terdapat hubungan antara sikap ibu rumah tangga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). (Rayhana and Triana, 2016)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam hal ini ibu rumah tangga memberikan sikap positif terhadap praktik PHBS dalam tatanan rumah tangga.

Walaupun masih ada responden yang memiliki sikap positif tetapi belum mempraktikkan PHBS berdasarkan 10 indikator tersebut.

Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini adalah penelitian di wilayah kerja Puskesmas Kuta Makmur dengan nilai  $p=0,016$  ( $p<0,05$ ), dimana terbukti  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga. Pada penelitian ini juga didapatkan bahwa meskipun terjadi perubahan sikap dan perilaku pada masyarakat yang menunjukkan pada kehidupan yang sehat, akan tetapi perubahan itu belum bersifat menyeluruh dan didapatkan masih banyak yang mempunyai perilaku atau kebiasaan-kebiasaan kurang sehat. (Karim, 2018)

Penelitian yang tidak sejalan dengan penelitian ini adalah penelitian penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada tatanan rumah tangga di Kelurahan Gurun Laweh Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Kota Padang dengan hasil tidak terdapat hubungan sikap keluarga dengan penerapan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat), nilai  $p$ value 0,701 ( $p>0,05$ ). (Cumayunaro and Komalasari, 2018).

Sikap keluarga yang memberikan dukungan pada penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sangat mempengaruhi terjadinya perilaku yang baik dalam praktik PHBS. Bersumber pada perihal tersebut keluarga wajib mempertahankan perilaku yang positif tersebut dengan metode peningkatan pengetahuan yang dimilikinya. Dengan pengetahuan yang baik serta sikap yang menunjang hingga menghasilkan perilaku yang baik pada pelaksanaan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. (Hermawan and Somantri, 2020)

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi PHBS di Desa Dayah Mon Ara berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkesinambungan untuk memastikan penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Ada hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan Perilaku hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Desa Dayah Mon Ara Kecamatan Kuta Makmur Kabupaten Aceh Utara.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Dayah Mon Ara Kecamatan Kuta Makmur Kabupaten Aceh Utara, diperoleh beberapa temuan penting:

1. Karakteristik Responden



- Kelompok umur terbanyak adalah 36-43 tahun (52.5%), sedangkan kelompok umur terendah adalah 27-35 tahun (47.5%).
- Sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (81.2%), diikuti oleh guru (13.8%) dan honorer (5.0%).
- Tingkat pendidikan responden terbanyak adalah Sekolah Dasar (33.7%), sedangkan terendah adalah SMP (16.3%).

## 2. Pengetahuan Responden

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang PHBS, yaitu sebanyak 68.7%. Hanya 31.3% yang memiliki pengetahuan kurang baik.

## 3. Sikap Responden

Responden yang memiliki sikap setuju terhadap pentingnya PHBS adalah 77.5%, sedangkan responden dengan sikap kurang setuju sebesar 22.5%.

## 4. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

PHBS yang baik ditemukan pada 51.4% responden, sedangkan PHBS yang kurang baik sebesar 48.8%.

## 5. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan PHBS

- Uji chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan PHBS ( $p\text{-value} = 0.000, p < 0.05$ ).
- Terdapat pula hubungan yang signifikan antara sikap dengan PHBS ( $p\text{-value} = 0.000, p < 0.05$ ).

## Implikasi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap yang baik berkontribusi pada perilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, upaya peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif masyarakat melalui program edukasi kesehatan sangat diperlukan untuk mendukung implementasi PHBS secara lebih efektif.

## Saran

Untuk meningkatkan keberlanjutan program ini, diperlukan kolaborasi dengan puskesmas setempat dan tokoh masyarakat. Selain itu, pelatihan lanjutan dapat diberikan kepada kader kesehatan desa agar mereka dapat menjadi agen perubahan dalam mempromosikan PHBS

Rumah tangga atau keluarga, khususnya ibu, diharapkan untuk lebih meningkatkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) melalui peningkatan pengetahuan dan sikap. Karena mayoritas responden adalah ibu rumah tangga, mereka dapat diberdayakan sebagai agen perubahan dengan melibatkan mereka dalam kegiatan kelompok atau komunitas kesehatan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Pedoman Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmawati, N., & Susilowati, S. (2020). Pengaruh Edukasi PHBS terhadap Pengetahuan dan Perilaku Masyarakat. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(3), 123-130.
- Sari, Y., & Prasetyo, R. (2021). Hubungan PHBS dengan Penurunan Kasus ISPA pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 16(2), 89-95.
- Ramadanti, T., & Hidayati, L. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PERAN PETUGAS KESEHATAN DENGAN PHBS RUMAH TANGGA. *EPIDEMICA (Journal of Public Health)*, 4(1).
- Susianti, S., Windarti, I., & Zuraida, R. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Rumah Tangga di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *JPM (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Ruwa Jurai*, 6(1), 1-5.
- Nasution, A. S. (2020). Edukasi PHBS di Tatanan Rumah Tangga Untuk Meningkatkan Perilaku Sehat. *Jurnal Abdidias*, 1(2), 28-32.