

Sosialisasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Kp. Gandaria Sanggo RT 001 RW 086

Rifqi Satria Aditama¹, Zulfah Khoerih², Siti Azizah³, Reza Eka Yudha⁴

^{1,2,3,4} Universitas Yatsi Madani, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Siti Azizah

E-mail: azizahsitiazizah0@gmail.com

Abstrak

Tujuan utama dilakukannya phbs adalah untuk memastikan kebersihan dan kesehatan tubuh. Karena itu gerakan phbs dapat melindungi tubuh dari serangan berbagai macam virus dan bakteri penyebab penyakit tertentu. Metode yang digunakan dalam kegiatan melalui serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan/edukasi, lembar pertanyaan pre test/post test tentang phbs, dan gotong royong. Komunitas dibentuk melalui serangkaian kegiatan yaitu: koordinasi dengan pengurus rt, dan tokoh masyarakat memberikan pelayanan kesehatan tentang phbs, memberikan pendidikan kesehatan tentang phbs, memberikan door prize usai kegiatan pemberian edukasi phbs kepada masyarakat. Kesimpulan yang diperoleh terhadap warga di kampung gandaria sanggo, masih kurangnya sumber informasi mengenai phbs menyebabkan masyarakat cenderung abai dengan kesehatan lingkungannya. Hal ini dibuktikan dengan masih banyak sampah berserakan di jalan maupun saluran air, tidak mencuci tangan dengan sabun secara berkala, merokok di dalam rumah, dll.

Kata kunci - Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat, Gandaria Sanggo, Gotong Royong

Abstrak

The main purpose of phbs is to ensure body cleanliness and health. Therefore phbs movement can protect the body from attacks of various kinds of viruses and bacteria causing certain diseases. The methods used in activities go through a series of stages, including counseling/education, pre-test/post-test question sheets about phbs, and mutual cooperation. The community was formed through a series of activities, namely: coordination with rt management, and community figures providing health services about phbs, providing health education about phbs, giving door prizes after activities providing phbs education to the community. The conclusion obtained from residents in gandaria sanggo village, the lack of information resources regarding phbs causes the community to tend to be ignorant of their environmental health. This is evidenced by the still a lot of garbage lit on the streets and water canals, not regularly washing hands with soap, smoking in the house, etc

Keyword – Clean and Healthy Living Behavior, Gandaria Sanggo, Mutual Cooperation

PENDAHULUAN

Program penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) berusaha memberikan Pelajaran melalui pengalaman kepada setiap orang, anggota keluarga, sekumpulan, dan Masyarakat umum tentang bagaimana menolong diri sendiri dengan masalah kesehatan dan berkontribusi pada pembentukan Masyarakat yang sehat dilingkungannya. Pola penerapan perilaku hidup bersih dan sehat adalah jenis perilaku yang didasarkan pada kesadaran sebagai pembelajaran agar individu dapat menolong diri sendiri dengan masalah kesehatan. Kondisi ini adalah salah satu jenis pencerminan yang bermanfaat yang membantu Masyarakat mengidentifikasi dan mengetahui masalah yang dihadapi oleh anggota keluarga (Patihlaiya, H. L., & Rahman, H. 2018)

Gandaria Sanggo adalah salah satu kampung yang terletak di Kecamatan Rajeg, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten. Kelompok pengabdian masyarakat di kampung Gandaria Sanggo melakukan pengamatan terhadap masyarakat dan lingkungan di kampung Gandaria Sanggo tersebut. Berdasarkan hasil pengamatan, salah satu permasalahan yang didapat di kampung Gandaria Sanggo yaitu masalah Perilaku bersih dan sehat yang masih sulit diterapkan oleh Masyarakat desa tersebut.

Berdasarkan hasil observasi, terdapat beberapa permasalahan yang terjadi pada masyarakat di kampung Gandaria Sanggo, diantaranya yaitu masih minimnya kesadaran tentang kebersihan lingkungan sekitar, hal ini ditandai dengan banyaknya penumpukan sampah di sekitar pemukiman rumah warga, di pinggir pinggir jalan, serta di daerah sekitar aliran selokan dan juga di tempat umum. Adapun masalah lainnya yaitu masyarakat kurang aktif dalam bergotong royong dan kurang nya keinsiatifan dalam kegiatan, sehingga untuk melakukan kegiatan gotong royong sulit dilakukan secara bersama, yang akhirnya, terjadi penurunan rasa kebersamaan khususnya dalam kegiatan gotong royong. Berdasarkan dari permasalahan tersebut, maka Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Yatsi Madani Semester 5D berupaya untuk membantu masalah-masalah tersebut melalui pelaksanaan Edukasi Kesehatan tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan melalui serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan/edukasi, lembar pertanyaan pre test/post test tentang PHBS, dan Gotong royong. Komunitas dibentuk melalui serangkaian kegiatan yaitu: koordinasi dengan pengurus RT, dan tokoh masyarakat memberikan pelayanan kesehatan tentang PHBS, memberikan pendidikan kesehatan tentang PHBS, memberikan door prize usai kegiatan pemberian edukasi PHBS kepada Masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program Pengabdian Masyarakat melalui edukasi PHBS oleh mahasiswa Universitas Yatsi Madani berjalan dengan baik dan lancar. menyatakan bahwa menciptakan hidup yang sehat sebenarnya adalah perilaku yang mudah dan murah untuk dilakukan. Pola hidup bersih dan sehat merupakan hal yang seharusnya diterapkan oleh setiap orang. Edukasi PHBS yang dilakukan merupakan bentuk kegiatan yang tidak hanya sekedar memberikan pengetahuan, tetapi juga memberikan keterampilan kepada para orang tua untuk menerapkan PHBS dalam rumah tangga.

Pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat merupakan salah satu upaya untuk melindungi diri, keluarga, dan lingkungan. Observasi lingkungan terhadap warga di Kampung Gandaria Sanggo, masih kurangnya sumber informasi mengenai PHBS menyebabkan masyarakat cenderung abai dengan kesehatan lingkungannya. Hal ini dibuktikan dengan masih banyak sampah berserakan di jalan maupun saluran air, tidak mencuci tangan dengan sabun secara berkala, merokok di dalam rumah, dll (Mailoa, A. V., Kurniasari, M. D., & Messakh, T. S. 2017).

Tujuan utama dilakukannya PHBS adalah untuk memastikan kebersihan dan kesehatan tubuh. Karena itu gerakan PHBS dapat melindungi tubuh dari serangan berbagai macam virus dan bakteri

penyebab penyakit tertentu. Sudah kita ketahui bahwa telah banyak macam penyakit yang disebabkan oleh bakteri dari lingkungan yang kotor, oleh sebab itu kami mengajak masyarakat untuk membersihkan lingkungan-lingkungan di sekitar rumah. Supaya masyarakat tidak terjangkit penyakit yang disebabkan oleh lingkungan yang kotor.

Adapun cara melakukan kegiatan PHBS yaitu dengan cara sebagai berikut:

1. Cuci tangan menggunakan sabun dan air yang mengalir
2. Jaga kebersihan rumah dan sekitar rumah
3. Konsumsi makanan yang sehat
4. Olahraga secara rutin
5. Hindari gaya hidup tidak sehat

Semua perilaku kesejahteraan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Perilaku hidup yang sehat merupakan hal yang lumrah dilakukan oleh seseorang baik yang secara sadar maupun tidak sadar. Perilaku seseorang dapat mempengaruhi keadaan kesehatan seseorang itu sendiri. Perilaku yang baik dalam menjaga kesehatan dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang menjadi lebih baik dan lebih sejahtera (Aswadi, Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati. (2017).

Oleh karena itu kita harus menghindari faktor-faktor penyebab dari timbulnya penyakit kedalam tubuh kita, sehingga kita terhindar dari penyakit dan kita selalu hidup sehat. Pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat merupakan salah satu upaya untuk melindungi diri, keluarga, dan lingkungan demi terwujudnya PHBS yang dapat membawa manfaat bagi seluruh elemen masyarakat (Julianti, R. Nasirun, & Wembrayarli 2018)

Adapun upaya yang dapat dilakukan untuk mewujudkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) salah satunya adalah dengan melakukan kegiatan gotong royong untuk membersihkan lingkungan. Dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat, kami dari Universitas Yatsi Madani Semester 5D menerapkan budaya PHBS dengan mengajak masyarakat melakukan gotong royong di kampung Gandaria Sanggo. Gotong royong yang kami lakukan yaitu membersihkan jalanan desa, membersihkan selokan, membersihkan halaman rumah warga, serta membersihkan tempat pembuangan sampah masyarakat kampung Gandaria Sanggo. Kegiatan gotong royong ini kami lakukan bersama-sama dengan warga kampung Gandaria Sanggo, tentunya sebelum melaksanakan kegiatan Pengabdian Masyarakat kami sudah terlebih dahulu meminta persetujuan dan verifikasi dari bapak Suambi selaku ketua Rt kampung Gandaria Sanggo, dan juga meminta persetujuan dan arahan dari masyarakat setempat.



Gambar 1.
Pemaparan Materi PHBS Oleh Mahasiswa/I UYM

Kegiatan Penyuluhan Pola Hidup Sehat dan Kesehatan Lingkungan oleh mahasiswa UYM diawali dengan melakukan pengurusan perizinan di Rumah Bapak Suambi selaku RT, Kecamatan Rajeg, Kabupaten Tangerang. Kegiatan ini bekerja sama dengan masyarakat. kampung Gandaria untuk melakukan edukasi mengenai PHBS dan melibatkan mahasiswa/i.

Materi penyuluhan PHBS disampaikan oleh Mahasiwa/i Univesitas Yatsi Madani yang merupakan tenaga kesehatan di kampung Gandaria Sanggo. Kegiatan penyuluhan PHBS dilaksanakan pada Minggu, 15 Desember 2024 bertempat di kampung Gandaria Sanggo dengan jumlah undangan sebanyak 30 orang. Sasaran dari kegiatan ini yaitu seluruh masyarakat. Kegiatan ini dihadiri oleh beberapa masyarakat setempat.



Gambar 2.
Gotong Royong Bersama Masyarakat

Tujuan dari kegiatan penyuluhan PHBS adalah untuk meningkatkan kualitas. kesehatan individu dan masyarakat yang terlibat pada setiap aspek kehidupan di kampung. Gandaria Sanggo. Selama kegiatan berlangsung, masyarakat Gandaria Sanggo cukup antusias dengan adanya kegiatan penyuluhan PHBS yang dilaksanakan oleh mahasiswa/i. Masyarakat yang datang mendengarkan dengan baik materi PHBS yang ditampilkan dalam bentuk ceramah dan pengisian kuesioner. Masyarakat juga interaktif dalam berdiskusi pada saat kegiatan berlangsung. Terdapat peningkatan pemahaman masyarakat setelah diberikan penyuluhan terkait PHBS, dan munculnya kesadaran masyarakat akan kebersihan lingkungan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan semacam ini perlu terus dilakukan secara rutin di kampung Gandaria Sanggo untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat



Gambar 3.
Foto Bersama dengan Peserta Penyuluhan PHBS

KESIMPULAN

Pelaksanaann penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) oleh mahasiswa/i Universitas Yatsi Madani di Kampung Gandaria Sanggo telah terlaksana dan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat. Masyarakat kampung Gandaria Sanggo sangat antusias dengan kegiatan ini. dengan adanya kegiatan ini dapat menyadarkan pentingnya melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat. Harapan dari dilaksanakannya kegiatan ini adalah praktik PHBS yang disosialisasikan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari masyarakat dan dilakukan untuk seterusnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu kesuksesan pengabdian masyarakat ini. Kegiatan ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa adanya dukungan dari berbagai pihak, baik dalam bentuk materi ataupun non materi. Karena itu ucapan terima kasih disampaikan kepada ketua RT Bapak Suambi yang telah memberikan izin melaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat pada Kampung Gandaria Sango yang dikelola dan menerima pelaksana pemberian Edukasi dengan baik serta menunjang kegiatan sehingga mendukung kelancaran proses edukasi kesehatan . Terima kasih pula disampaikan kepada Masyarakat yang secara antusias ikut membantu dan mendukung serta menunjang seluruh proses kegiatan edukasi yang direncanakan sehingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Fadlina rahmatul ulya, anggi susanti, sintiadina yulianti, pangeran muhammad waliyullah, muhammad akbar, cutsalsabila putri aj, hafiz salman al farisi, muhammad haeril anwar, nandita agus riyanti, widia lestari, sarkono. 2023. "*sosialisasi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) di desa kwang rundun.*"
- Habibah nasution, roma diana, anggi saputra, putri khodijah, nur hadimah, elwina sari, riski sapitri, sulaiman lubis, & muhammad randi. (2024). *Meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat phbs dengan gotong royong di desa padang garugur*. Jurnal kabar masyarakat, <https://doi.org/10.54066/jkb.v2i1.1589>
- Mangemba, D., Musaidah, & Normalia. (2021). Mewujudkan Masyarakat Desa Sehat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Creating A Healthy Village

- CommunityThrough Clean and Healthy Living Behavior Education 1. Jurnal Pengabdian Masyarakat Lentora, 1(1), 23–26
- Perawatan, j. M., prima, k., nababan, t., libertini, f., sitorus, r. S., program,), pendidikan, s., keperawatan, f., & kebidanan, d. (2020), *penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) di kampung nelayan sebrang counseling on clean and healthy living behavior (phbs) in sebrang fishing village 1*.
- Purwanto, Bambang. (2021). Indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam PIS-PK. Kementerian Kesehatan. promkes.kemendes.go.id