

Sosialisasi PHBS Rumah Tangga untuk Meningkatkan Kesehatan Keluarga di Majelis Taklim Al-Muhajirin, Makassar

Muh. Syaiful Akbar^{*1}, Amaliah Amriani Amran Saru¹, Rukman Muslimin¹, Andi Citra Pratiwi¹, Faisal¹

¹Jurusan Biologi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Makassar

**Corresponding Email: Syaiful.akbar@unm.ac.id*

Artikel Info

Submisi:
10 Oktober 2025
Penerimaan:
10 November 2025
Terbit:
22 November 2025

Keywords:

PHBS, rumah tangga,
Keluarga.

ABSTRAK

Kesehatan keluarga merupakan fondasi utama dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Salah satu upaya penting untuk mewujudkannya adalah penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tingkat rumah tangga. Namun, masih banyak keluarga yang belum menerapkan PHBS secara optimal karena keterbatasan pengetahuan dan akses informasi. Kegiatan sosialisasi ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga di Majelis Taklim Al-Muhajirin tentang PHBS rumah tangga. Kegiatan dilaksanakan di Perumahan Dosen Universitas Hasanuddin (Unhas) Antang, Makassar, wilayah yang berdekatan dengan Tempat Pembuangan Akhir (TPA) Antang dan berisiko terhadap pencemaran lingkungan. Sebanyak 20 peserta mengikuti kegiatan menggunakan metode ceramah, pembagian leaflet, dan diskusi interaktif. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test menggunakan kuesioner terstruktur. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari 4,45 menjadi 4,85, dengan selisih 0,40 poin. Sebanyak 80% peserta mengalami peningkatan pengetahuan, 20% tetap, dan tidak ada yang mengalami penurunan. Sosialisasi PHBS terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini memiliki implikasi positif terhadap upaya pencegahan penyakit dan peningkatan kesehatan keluarga, khususnya di wilayah dengan risiko kesehatan lingkungan yang tinggi.

Pendahuluan

Kesehatan keluarga merupakan fondasi utama dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Namun, masih banyak rumah tangga yang belum sepenuhnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), baik karena keterbatasan pengetahuan, kebiasaan yang kurang mendukung, maupun minimnya akses informasi kesehatan. Kondisi ini berdampak pada tingginya angka penyakit berbasis lingkungan seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), dan penyakit kulit, yang sebenarnya dapat dicegah melalui penerapan PHBS sederhana di tingkat rumah tangga (Kemenkes RI, 2019).

PHBS rumah tangga menjadi pilar penting dalam upaya preventif dan promotif kesehatan masyarakat. Rumah tangga berperan besar dalam membentuk perilaku kesehatan melalui kebiasaan menjaga kebersihan, penyediaan makanan sehat, dan keterlibatan anggota keluarga dalam menjaga pola hidup aktif (Callender et al., 2020; Escobedo-Monge et al., 2021). Dukungan dan keterlibatan keluarga sangat menentukan keberhasilan pembiasaan perilaku sehat di masyarakat (Hartini et al., 2017).

Wilayah Perumahan Dosen Universitas Hasanuddin (Unhas) Antang,

Makassar, merupakan salah satu kawasan yang berdekatan dengan Tempat Pembuangan Akhir (TPA) Antang. Kondisi geografis ini menjadikan masyarakat sekitar berpotensi terpapar bau sampah, pencemaran udara, dan risiko kontaminasi lingkungan yang berdampak pada kesehatan. Lingkungan dengan risiko paparan limbah seperti ini memerlukan peningkatan kesadaran dan pengetahuan masyarakat untuk menerapkan PHBS secara konsisten sebagai langkah mitigasi terhadap penyakit berbasis lingkungan (Febry et al., 2021). Dalam konteks tersebut, ibu rumah tangga memiliki peran sentral dalam menerapkan PHBS karena berperan langsung dalam pengelolaan kebersihan rumah, penyediaan makanan sehat, dan pembiasaan perilaku higienis pada anggota keluarga (Flattum et al., 2015). Oleh karena itu, peningkatan kapasitas pengetahuan ibu rumah tangga mengenai PHBS sangat penting untuk memperkuat ketahanan kesehatan keluarga di wilayah sekitar TPA Antang.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan untuk memberikan edukasi dan sosialisasi tentang PHBS kepada ibu-ibu Majelis Taklim Al-Muhajirin yang berdomisili di kawasan tersebut. Melalui kegiatan ini diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku menuju gaya hidup bersih dan sehat, sebagai langkah nyata dalam pencegahan penyakit serta peningkatan kualitas kesehatan masyarakat di lingkungan berisiko tinggi.

Metode

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Perumahan Dosen Universitas Hasanuddin (Unhas) Antang, Makassar, pada bulan Agustus 2025. Sasaran kegiatan adalah ibu-ibu majelis ta'lim yang secara rutin mengadakan pertemuan bulanan, dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang. Kelompok ini dipilih karena memiliki peran penting sebagai motor penggerak penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam keluarga maupun lingkungan sekitar.

Tim pengabdian terdiri atas dosen dari Jurusan Biologi, Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Makassar, yang berperan dalam penyusunan materi, penyampaian edukasi, fasilitasi diskusi, serta dokumentasi kegiatan. Selain itu terdapat pengambilan data pre-test dan post-test serta monitoring kegiatan.

Tahapan kegiatan meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut. Pada tahap persiapan, tim melakukan koordinasi dengan pengurus majelis ta'lim, menyusun materi edukasi, serta menyiapkan media penyuluhan berupa leaflet dan presentasi interaktif. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi, sesi tanya jawab seperti cuci tangan pakai sabun dan pengelolaan sampah rumah tangga. Kegiatan berlangsung selama satu hari dengan durasi sekitar dua jam, disesuaikan dengan jadwal pertemuan majelis ta'lim.

Proses evaluasi dilakukan dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test* sederhana untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta, serta diskusi reflektif di akhir kegiatan guna mengetahui pemahaman dan kesiapan peserta dalam menerapkan PHBS di rumah tangga. Teknik analisis yang digunakan bersifat deskriptif, yaitu membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk melihat peningkatan skor rata-rata pengetahuan peserta.

Indikator keberhasilan kegiatan ini diukur dari peningkatan pengetahuan peserta minimal 20% setelah diberikan edukasi, partisipasi aktif peserta dalam diskusi, serta adanya komitmen dari ibu-ibu majelis ta'lim untuk menerapkan PHBS di rumah tangga masing-masing. Tindak lanjut dilakukan dengan membagikan leaflet edukasi yang dapat dijadikan bahan bacaan di rumah serta mendorong peserta untuk menyebarkan informasi kepada keluarga dan lingkungan sekitar. Kegiatan diharapkan tidak hanya meningkatkan

pengetahuan, tetapi juga menumbuhkan budaya sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil dan Pembahasan

Hasil pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu-ibu majelis ta'lim mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Berdasarkan evaluasi pre-test dan post-test, sebagian besar peserta mengalami peningkatan nilai setelah diberikan edukasi. Hal ini mengindikasikan bahwa metode edukasi partisipatif yang dipadukan dengan praktik langsung mampu memberikan pemahaman yang lebih efektif.

Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test PHBS

No	Pre-Test	Post-Test	Selisih
1	4.5	5.0	0.5
2	5.0	5.0	0.0
3	4.0	4.5	0.5
4	4.5	5.0	0.5
5	4.0	4.5	0.5
6	5.0	5.0	0.0
7	4.0	4.5	0.5
8	4.5	5.0	0.5
9	5.0	5.0	0.0
10	4.0	4.5	0.5
11	4.5	5.0	0.5
12	4.0	4.5	0.5
13	4.5	5.0	0.5
14	4.5	5.0	0.5
15	4.5	5.0	0.5
16	4.0	4.5	0.5
17	5.0	5.0	0.0
18	4.5	5.0	0.5
19	4.0	4.5	0.5
20	4.5	5.0	0.5

Hasil pada Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas peserta (80%) mengalami peningkatan pengetahuan terkait PHBS setelah diberikan edukasi, sementara 20% peserta tidak mengalami perubahan nilai, dan tidak ada satupun peserta yang mengalami penurunan. Temuan ini menegaskan bahwa kegiatan yang dilaksanakan berhasil memberikan dampak positif secara luas bagi hampir seluruh peserta yang terlibat.

Tabel 2, rata-rata nilai pre-test sebesar 4,45 meningkat menjadi 4,85 pada post-test, dengan selisih rata-rata sebesar 0,4 poin. Walaupun secara angka peningkatannya terlihat tidak terlalu besar, namun hal ini

cukup signifikan dalam konteks edukasi singkat yang dilakukan hanya dalam satu kali pertemuan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mampu memahami dan menginternalisasi konsep PHBS yang disampaikan. Peningkatan ini juga didukung dengan hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* pada Tabel 3. untuk melihat pengaruh intervensi yang diberikan terhadap perubahan pengetahuan peserta.

Tabel 2. Perbandingan Rata-rata Pre-Test dan Post-Test PHBS

Variabel	Rata-Rata
Pre-Test	4.45
Post-Test	4.85
Selisih	0.40

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank Test*, diperoleh nilai $Z = -3.924$ dengan signifikansi $p = 0.000 (< 0.05)$. Nilai Z negatif menunjukkan bahwa sebagian besar nilai post-test lebih tinggi dibandingkan pre-test, sehingga arah perubahannya adalah peningkatan pengetahuan setelah intervensi. Karena nilai $p < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa perbedaan tersebut signifikan secara statistik. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 4,45 menjadi 4,85 dengan selisih 0,40 poin, menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi efektif meningkatkan pengetahuan peserta mengenai PHBS. Dengan demikian, metode edukasi partisipatif yang digunakan terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran dan perilaku hidup bersih dan sehat di kalangan ibu rumah tangga.

Tabel 3. Hasil Uji *Wilcoxon Signed-Rank Test*

Tes Statistik	PHBS PrePost
Z-Score	-3.924
P-Values (2-tailed)	0.000

Karakteristik wilayah tempat kegiatan ini dilaksanakan juga penting untuk dicermati. Lingkungan tersebut berada relatif dekat dengan Tempat Pembuangan Akhir (TPA) Antang, Makassar. Pada

kondisi tertentu, bau sampah dari TPA dapat tercium hingga ke kompleks perumahan warga. Situasi ini meningkatkan urgensi penerapan PHBS, karena masyarakat di wilayah tersebut berpotensi lebih rentan terhadap risiko kesehatan akibat paparan pencemaran udara, pencemaran air, maupun keberadaan vektor penyakit dari timbunan sampah.



Gambar 1. Pengisian *Pre-test* oleh peserta

Penelitian sebelumnya menegaskan adanya keterkaitan antara kedekatan dengan TPA dan potensi gangguan kesehatan masyarakat. Farisa Hidayatullah (2020) menemukan bahwa warga yang tinggal di sekitar TPA lebih berisiko mengalami gangguan saluran pernapasan dan penyakit kulit akibat paparan polusi udara dan air lindi. Penelitian lain oleh Onasis dkk. (2023) juga melaporkan bahwa keberadaan TPA terbuka dapat meningkatkan populasi lalat dan nyamuk sebagai vektor penyakit diare dan demam berdarah. Sementara itu, Aura dkk. (2024) menunjukkan bahwa bau sampah dan pencemaran lingkungan dari TPA menurunkan kualitas hidup warga yang tinggal di sekitar area tersebut, baik dari aspek kesehatan fisik maupun kenyamanan sosial.



Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi PHBS Rumah Tangga

Peningkatan pengetahuan peserta setelah kegiatan menunjukkan efektivitas pendekatan berbasis edukasi partisipatif dalam mengubah perilaku kesehatan. Hal ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan *Health Belief Model* (HBM) yang menjelaskan bahwa perubahan perilaku terjadi ketika individu menyadari risiko kesehatan (*perceived susceptibility*), memahami manfaat perilaku sehat (*perceived benefits*), dan merasa mampu melakukannya (*self-efficacy*) (Rosenstock, 1974). Edukasi yang diberikan melalui metode ceramah interaktif dan diskusi mendorong peserta untuk mengaitkan risiko lingkungan di sekitar TPA dengan kebutuhan menjaga kesehatan keluarga, sehingga meningkatkan kesadaran dan motivasi berperilaku sehat.

Selain itu, pendekatan berbasis komunitas seperti majelis ta'lim memiliki peran strategis dalam memperkuat praktik PHBS. Komunitas keagamaan berfungsi sebagai *agent of change* sosial yang dapat menumbuhkan norma dan nilai bersama terkait perilaku sehat (Khasanah et al., 2024). Partisipasi aktif anggota majelis ta'lim dalam kegiatan ini tidak hanya

memperkuat transfer pengetahuan, tetapi juga membangun dukungan sosial yang berkelanjutan. Model partisipatif ini relevan dengan konsep *community-based health promotion*, di mana keberhasilan intervensi sangat bergantung pada keterlibatan dan kepemilikan komunitas terhadap isu kesehatan (Green, L. W., & Kreuter, 2005).

Namun, kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, waktu pelaksanaan yang relatif singkat (satu kali pertemuan) membuat perubahan perilaku belum dapat diamati secara mendalam. Kedua, jumlah peserta yang terbatas (20 orang) membatasi generalisasi hasil ke populasi yang lebih luas. Selain itu, evaluasi yang digunakan hanya mengukur aspek kognitif (pengetahuan), belum mencakup aspek afektif dan perilaku nyata. Untuk pengembangan ke depan, kegiatan serupa disarankan dilakukan secara berkelanjutan dengan sesi pendampingan atau follow-up guna memantau perubahan perilaku peserta. Replikasi kegiatan dapat dilakukan di komunitas lain yang memiliki kondisi lingkungan berisiko, seperti wilayah sekitar tempat pembuangan sampah atau daerah padat penduduk. Program juga dapat dikembangkan dengan melibatkan kader kesehatan atau tokoh agama sebagai fasilitator lokal agar pesan PHBS lebih berkelanjutan dan kontekstual dengan nilai-nilai masyarakat setempat.

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan sosialisasi PHBS pada ibu-ibu Majelis Ta'lim di Perumahan Dosen Unhas Antang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 4,45 pada pre-test menjadi 4,85 pada post-test, dengan selisih sebesar 0,40 poin. Sebanyak 80% peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah mengikuti kegiatan, sementara 20% tetap, dan tidak ada peserta yang mengalami penurunan. Hasil ini menunjukkan bahwa metode edukasi partisipatif melalui ceramah interaktif, leaflet, dan diskusi kelompok efektif dalam

meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai PHBS, khususnya di lingkungan berisiko seperti sekitar TPA Antang. Ke depan, kegiatan serupa disarankan dilakukan secara berkelanjutan dan diperluas ke komunitas lain untuk memperkuat perubahan perilaku hidup bersih dan sehat di tingkat rumah tangga.

Daftar Pustaka

- Aura, A. C., Adriansa, M. W., Tala'a, N. I., Bakri, N., Mustainah, M., Kurnia, I., & Haryono, D. (2024). Analisis Dampak Pencemaran Udara Akibat Operasional Tempat Pembuangan Akhir Sampah Di Kelurahan Kawatuna. *Jurnal ADMINISTRATOR*, 6(2), 134–139. <https://doi.org/10.55100/administrator.v6i2.92>
- Callender, C., Velazquez, D., Adera, M., Dave, J. M., Olvera, N., Chen, T. A., Alford, S., & Thompson, D. (2020). How minority parents could help children develop healthy eating behaviors: Parent and child perspectives. *Nutrients*, 12(12), 1–12. <https://doi.org/10.3390/nu12123879>
- Escobedo-Monge, M. F., Torres-Hinojal, M. C., Barrado, E., Escobedo-Monge, M. A., & Marugán-Miguelsanz, J. M. (2021). Zinc nutritional status in a series of children with chronic diseases: A cross-sectional study. *Nutrients*, 13(4). <https://doi.org/10.3390/nu13041121>
- Farisa Hidayatullah, S. A. M. (2020). Literature Review: Gangguan Saluran Penapasan Akibat Pencemaran Udara di Lingkungan Tempat Pembuangan Akhir (TPA). *Jurnal Kesehatan*, 2(2), 1–9.
- Febry, F., Rahmiwati, A., & Arinda, D. F. (2021). Balanced Nutrition and Nutrition Status of Schoolchildren in Rural Areas of Ogan Komering Ilir District South Sumatra Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 154–163. <https://doi.org/10.26553/jikm.2021.12>

- 2.154-163
- Flattum, C., Draxten, M., Horning, M., Fulkerson, J. A., Neumark-Sztainer, D., Garwick, A., Kubik, M. Y., & Story, M. (2015). HOME Plus: Program design and implementation of a family-focused, community-based intervention to promote the frequency and healthfulness of family meals, reduce children's sedentary behavior, and prevent obesity. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0211-7>
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). *Health program planning: An educational and ecological approach (4th. edition)*. McGraw-Hill.
- Hartini, N., Ariana, A. D., Dewi, T. K., & Kurniawan, A. (2017). Improving urban environment through public commitment toward the implementation of clean and healthy living behaviors. *Psychology Research and Behavior Management*, 10, 79–84. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S101727>
- Khasanah, S. U., Atmowidjoyo, S., Madian, M., & Hanafi, A. (2024). Meningkatkan Peran dan Fungsi Majelis Taklim Sebagai Wadah Pendidikan dan Penguatan Karakter Masyarakat. *Jurnal Abdimas Le Muhtamam*, 4(2), 78–89. <https://doi.org/10.46257/jal.v4i2.1086>
- Onasis, A., Razak, A., Barlian, E., Dewata, I., Sugriarta, E., Lindawati, L., & Hidayanti, R. (2023). Pengendalian Nyamuk Aedes Sp Oleh Keluarga Terhadap Risiko Keruangan. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 22(3), 237–244. <https://doi.org/10.14710/jkli.22.3.237-244>.
- Rosenstock IM, Strecher VJ, Becker MH. Social learning theory and the Health Belief Model. *Health Educ Q*. 1988 Summer;15(2):175-83. doi:
- 10.1177/109019818801500203.
PMID: 3378902.