

SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DAN DI DESA FULOLO KECAMATAN BOTOMUZOI KABUPATEN NIAS

Nike Apkartini Lase^{1*}, Dewi Risman Yanti Zebua², Zonima Lase³

^{1*,2,3}Program Studi Manajemen, Universitas Nias, Gunungsitoli, Indonesia

nikeapkartini@gmail.com

dewizebua@gmail.com

zonimalase@gmail.com

Abstract

The Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) socialization activity is a form of community service that aims to raise public awareness of the importance of independent health maintenance. Activities were implemented in Fulolo Village, Botomuzoi District, Nias Regency. Methods included initial observation, direct counseling, interactive discussions, and distribution of educational materials. The results showed a significant increase in the community's understanding of PHBS practices. A reference from a similar study at SDN 01 Bantar shows that this educational approach greatly impacts the improvement of healthy behaviors, especially handwashing with soap. Therefore, this activity is important for promoting and preventing illness to achieve a healthy village in a sustainable manner.

Keywords: PHBS, Socialization, Health Education, Fulolo Village, Behavior Change.

Abstrak

Kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan secara mandiri. Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Fulolo, Kecamatan Botomuzoi, Kabupaten Nias. Metode yang digunakan meliputi observasi awal, penyuluhan langsung, diskusi interaktif, dan pemberian materi edukasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat yang signifikan terhadap praktik PHBS. Referensi dari studi serupa di SDN 01 Bantar menunjukkan bahwa pendekatan edukasi ini sangat berpengaruh terhadap peningkatan perilaku sehat, terutama cuci tangan pakai sabun. Oleh karena itu, kegiatan ini penting untuk mendorong dan mencegah penyakit guna mewujudkan desa sehat yang berkelanjutan.

Kata Kunci: PHBS, Sosialisasi, Edukasi Kesehatan, Desa Fulolo, Perubahan Perilaku

Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya strategis pemerintah untuk meningkatkan kesehatan masyarakat melalui upaya preventif dan promotif. PHBS mencakup perilaku sadar (Kementerian Kesehatan RI, 2018) yang dilakukan individu dan kelompok untuk menjaga kebersihan pribadi, keluarga, dan lingkungan. Perilaku tersebut meliputi mencuci tangan pakai sabun, menggunakan jamban sehat, dan mengelola sampah dengan baik (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Meskipun PHBS telah menjadi program nasional, pelaksanaannya masih menghadapi tantangan, terutama di daerah pedesaan. Menurut (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan, 2018), sekitar 33,5% rumah tangga tidak memiliki akses terhadap sanitasi yang layak, dan hanya 50% penduduk yang rutin mencuci tangan pakai sabun. Rendahnya kesadaran akan PHBS berkontribusi terhadap tingginya kejadian penyakit berbasis lingkungan, seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), dan penyakit kulit.

Kegiatan ini menyasar sebuah desa di Kecamatan Botomuzoi, Kabupaten Nias. Menurut data (Badan Pusat Statistik, 2024), sebagian besar penduduk di desa ini bekerja di bidang pertanian dan perkebunan, dengan pendapatan rata-rata per bulan kurang dari Rp1.500.000. Akses terhadap air

*Correspondent Author: nikeapkartini@gmail.com

bersih terbatas, dan sebagian besar rumah tidak memiliki fasilitas cuci tangan yang memadai. Hanya 38% dari 50 kepala rumah tangga yang disurvei memiliki fasilitas cuci tangan, dan hanya 24% yang rutin mencuci tangan sebelum makan atau setelah buang air besar. Masyarakat memiliki budaya gotong royong yang kuat, namun belum sepenuhnya berorientasi pada upaya menjaga kesehatan lingkungan. Berdasarkan situasi tersebut, rumusan masalah kegiatan ini adalah: (1) rendahnya pemahaman masyarakat tentang PHBS, (2) perlunya edukasi yang berkelanjutan, dan (3) belum optimalnya peran tokoh masyarakat dalam sosialisasi kesehatan. Kegiatan ini berfokus pada tiga indikator utama PHBS: cuci tangan, penggunaan jamban sehat, dan pengelolaan sampah rumah tangga.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan praktik masyarakat tentang PHBS, mendorong perubahan perilaku melalui pendekatan edukasi berbasis masyarakat, dan melibatkan tokoh masyarakat serta tenaga kesehatan dalam penyebaran informasi. Kegiatan ini didasarkan pada hasil penelitian sebelumnya. Misalnya, (Suhendy et al., 2023) menemukan bahwa skor pemahaman siswa meningkat dari 85,65 menjadi 93,04 setelah menerima edukasi PHBS melalui desain pretes-postes. Studi lain oleh (Lestari & Hidayat, 2022) menunjukkan bahwa melibatkan tokoh masyarakat dalam penjangkauan secara signifikan meningkatkan adopsi perilaku sehat. Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini merupakan solusi edukasi yang dirancang berdasarkan data lokal, aplikatif, dan berkelanjutan.

Metode Pelaksanaan

Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan melalui pendekatan edukasi partisipatif yang dirancang untuk mendorong perubahan perilaku masyarakat menuju hidup bersih dan sehat (PHBS). Tahapan kegiatan meliputi identifikasi masalah melalui observasi lapangan dan wawancara singkat dengan kepala keluarga dan tenaga kesehatan, pembuatan materi edukasi berbasis kebutuhan lokal, pemberian penyuluhan di balai desa, dan evaluasi hasil kegiatan. Penyuluhan diberikan secara langsung kepada 45 peserta, meliputi ibu rumah tangga, remaja, dan tokoh masyarakat. Media yang digunakan berupa kombinasi media presentasi, leaflet, poster, dan demonstrasi langsung enam langkah mencuci tangan pakai sabun (Kemenkes RI, 2020). Diskusi interaktif dilakukan untuk menggali pemahaman awal peserta tentang PHBS dan memberikan ruang bagi mereka untuk berbagi pengalaman dan kendala terkait implementasinya. Evaluasi capaian dilakukan secara kualitatif dengan menggunakan dua instrumen utama: (1) tanya jawab lisan sebelum dan sesudah kegiatan untuk menilai peningkatan pengetahuan dan (2) observasi perilaku peserta selama praktik dan diskusi. Keberhasilan diukur berdasarkan kemampuan peserta dalam menjelaskan konsep dasar PHBS, ketepatan mereka dalam mendemonstrasikan cuci tangan, dan komitmen mereka untuk mempraktikkan perilaku sehat di rumah. Lebih lanjut, target pencapaian dianalisis dari perspektif sosial, termasuk partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan dan inisiatif tokoh masyarakat dalam menyebarluaskan informasi kepada masyarakat luas. Hasil observasi menunjukkan bahwa pendekatan ini meningkatkan pemahaman individu dan membangun kesadaran kolektif akan hidup bersih dan sehat sebagai bagian dari budaya masyarakat.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosialisasi PHBS di Desa Fulolo diikuti oleh 45 peserta dari berbagai lapisan masyarakat, terdiri atas ibu rumah tangga, remaja, dan tokoh masyarakat. Sebelum kegiatan, hanya sekitar 40% peserta yang memahami pentingnya mencuci tangan pakai sabun. Namun, setelah kegiatan, angka ini meningkat menjadi 82%, yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan. Selain itu, 82% peserta dapat menjelaskan manfaat dan praktik mencuci tangan yang benar, suatu peningkatan yang mencerminkan efektivitas pendekatan edukasi partisipatif yang digunakan.



Gambar 1. Suasana kegiatan sosialisasi PHBS yang melibatkan ibu rumah tangga, remaja, dan tokoh masyarakat di Desa Fulolo.

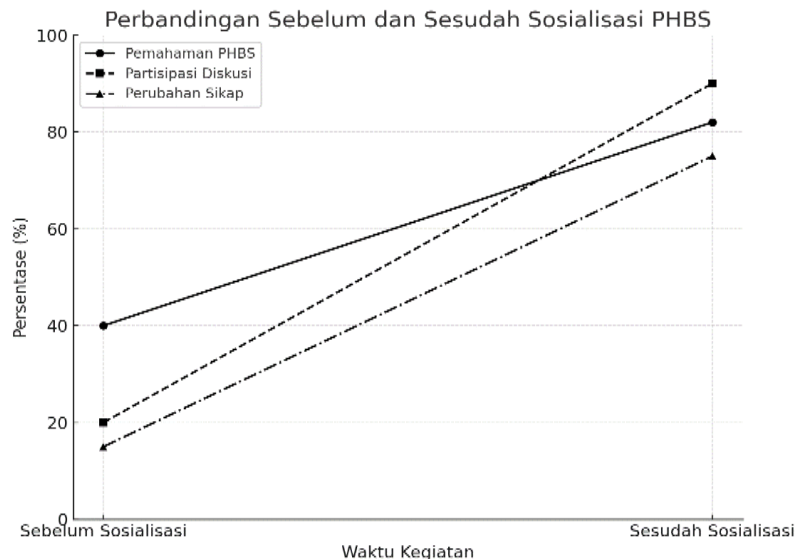
Partisipasi aktif dalam diskusi juga menunjukkan perkembangan positif. Sebelum kegiatan, hanya sekitar 20% peserta yang aktif berdiskusi, tetapi pasca kegiatan angka ini meningkat menjadi 90%. Peserta menunjukkan antusiasme dengan mengajukan berbagai pertanyaan seputar PHBS, seperti cara membangun fasilitas cuci tangan sederhana, pengelolaan sampah rumah tangga, serta penggunaan jamban sehat. Perubahan ini memperlihatkan bahwa ketika pendekatan edukatif dilakukan secara langsung, interaktif, dan relevan dengan kebutuhan lokal, maka masyarakat lebih terdorong untuk terlibat (Hadi & Kurniawan, 2020).

Perubahan sikap juga teridentifikasi. Hanya 15% warga yang menyatakan niat untuk menerapkan PHBS secara mandiri sebelum kegiatan, namun setelah sosialisasi, angka ini meningkat menjadi 75%. Selain menyatakan komitmen, beberapa warga juga mulai menunjukkan inisiatif seperti membuat tempat cuci tangan dari galon bekas dan menempatkannya di depan rumah mereka. Hal ini selaras dengan prinsip promosi kesehatan yang menekankan pentingnya pelibatan aktif individu dan komunitas dalam proses perubahan perilaku (WHO, 2023).

Tabel 1. Perbandingan Indikator PHBS Sebelum dan Sesudah Sosialisasi di Desa Fulolo

Indikator PHBS	Sebelum Sosialisasi (%)	Sesudah Sosialisasi (%)	Perubahan (Δ)
Pemahaman tentang cuci tangan	40%	82%	+42%
Partisipasi dalam diskusi	20%	90%	+70%
Niat menerapkan PHBS di rumah	15%	75%	+60%
Penggunaan jamban sehat	32%	71%	+39%
Pengelolaan sampah rumah tangga	27%	68%	+41%

Peningkatan tiga indikator utama program: pemahaman, partisipasi diskusi, dan niat perubahan sikap pada Gambar 2. Secara keseluruhan, pendekatan partisipatif terbukti mendorong internalisasi nilai PHBS secara efektif. Studi oleh Suhendy et al. (2023) mendukung temuan ini, di mana peningkatan skor pemahaman siswa terhadap PHBS terbukti signifikan setelah mendapat penyuluhan langsung. Demikian pula, penelitian Langkapura et al. (2022) menemukan bahwa pelibatan tokoh masyarakat berperan besar dalam mendorong perubahan perilaku warga desa.



Gambar 2. Perbandingan Pemahaman, Partisipasi, dan Perubahan Sikap Sebelum dan Sesudah Sosialisasi PHBS.

Keterlibatan tokoh masyarakat juga sangat penting dalam mendukung keberlanjutan program. Kepala dusun dan kader Posyandu yang hadir dalam kegiatan menyatakan komitmennya untuk menyampaikan ulang materi kepada warga lainnya melalui forum warga dan pertemuan posyandu. Komitmen tersebut menunjukkan bahwa kegiatan ini tidak berhenti pada satu kali intervensi, melainkan menjadi awal dari penguatan kapasitas komunitas (Yuliana & Handayani, 2021). Selain itu, faktor budaya gotong royong yang sudah mengakar di Desa Fulolo memberikan peluang besar untuk mengembangkan program PHBS berbasis komunitas secara berkelanjutan. Studi oleh (Siregar & Simanjuntak, 2020). juga menegaskan bahwa keberhasilan PHBS di desa sangat dipengaruhi oleh budaya lokal dan dukungan sosial. Oleh karena itu, strategi sosialisasi harus disesuaikan dengan kondisi sosial dan budaya masyarakat setempat (Lestari & Hidayat, 2022).

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif baik secara individual maupun sosial. Hasil observasi menunjukkan bahwa masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga mulai menunjukkan perubahan nyata dalam sikap dan kebiasaan hidup sehat. Edukasi PHBS berbasis komunitas seperti ini penting untuk direplikasi di desa lain yang memiliki karakteristik serupa..

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Desa Fulolo berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat dan mendorong partisipasi dalam praktik hidup sehat. Pemahaman dan partisipasi aktif peserta dalam diskusi meningkat secara signifikan, serta munculnya inisiatif masyarakat untuk menerapkan praktik PHBS di rumah tangga. Keterlibatan tokoh masyarakat memperkuat efektivitas kegiatan dan membuka peluang penanggulangan kemiskinan melalui forum-forum lokal. Metode pendidikan partisipatif terbukti efektif dalam membangun kesadaran kolektif yang mendukung transformasi perilaku masyarakat secara bertahap (Nasution & Wahyuni, 2021). Untuk memastikan dampak jangka panjang, diperlukan tindak lanjut berupa pendampingan rutin, integrasi dengan program desa, dan penguatan peran kader sebagai fasilitator lokal dalam perubahan perilaku sehat.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Universitas Nias atas dukungan dan fasilitas yang telah diberikan selama melaksanakan penelitian ini. Penulis juga berterimakasih kepada Rekan-Rekan yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini sehingga berjalan sebagaimana mestinya.

Referensi

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. Badan Litbangkes, Kementerian Kesehatan RI.
- Hadi, R., & Kurniawan, B. (2020). Strategi Pemberdayaan Masyarakat dalam Promosi PHBS. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123–130.
- Kemenkes RI. (2020). *Panduan Praktik Cuci Tangan yang Baik dan Benar*. Direktorat Promosi Kesehatan, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Rumah Tangga. In *Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat*. Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Lestari, D. A., & Hidayat, M. T. (2022). Strategi Edukasi Kesehatan Berbasis Budaya Lokal. *Jurnal Sosial Humaniora*, 10(2), 88–96.
- Nasution, F., & Wahyuni, D. (2021). Pendampingan Partisipatif dalam Perubahan Perilaku Hidup Bersih. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 110–117.
- Siregar, R., & Simanjuntak, T. (2020). Budaya Lokal dan Dukungan Sosial dalam Penerapan PHBS. *Jurnal Pembangunan Sosial*, 8(1), 45–52.
- Statistik, B. P. (2024). Statistik Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara Tahun 2023. In *Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Utara* (Vol. 11, Issue 1, pp. 1–198). BPS Nias Utara. http://sciotea.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Suhendy, A., Putri, I., & Rahman, M. (2023). Efektivitas Edukasi PHBS Menggunakan Model Pre-Test dan Post-Test. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 12(1), 27–34.
- WHO. (2023). WHO EMRO | Health promotion and disease prevention through population-based interventions, including action to address social determinants and health inequity | Public health functions | About WHO. In *World Health Organization* (p. 1). WHO. <https://www.emro.who.int/about-who/public-health-functions/health-promotion-disease-prevention.html>
- Yuliana, R., & Handayani, S. (2021). Komitmen Tokoh Masyarakat dalam Program Kesehatan Berbasis Desa. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(2), 75–82.