

**Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara  
Volume 1, April 2023  
Universitas Mataram, 23-24 Februari 2023**

**SOSIALISASI PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)  
DI DESA KWANG RUNDUN**

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

Universitas Mataram

Alamat korespondensi: rahmatululya710@gmail.com

Jl. Majapahit No.62, Mataram

**ABSTRAK**

Kuliah Kerja Nyata atau KKN merupakan salah satu kegiatan yang diselenggarakan oleh lembaga perguruan tinggi sebagai salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat. Dalam kegiatan KKN yang dilaksanakan di Desa Kwang Rundun, Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur, sekelompok mahasiswa melaksanakan berbagai kegiatan dengan sasaran utama pada potensi perilaku hidup bersih dan sehat atau desa sehat. Tujuan pelaksanaan kegiatan KKN ini adalah membantu menangani permasalahan yang ada di desa salah satunya yaitu masalah PHBS di masyarakat yang masih kurang. Isu sosial terkait PHBS di desa Kwang Rundun yang masih banyak ditemukan seperti kurangnya ketersediaan air bersih, kurangnya ketersediaan jamban yang sehat, kurangnya kesadaran masyarakat akan kebersihan diri sendiri dan lingkungan. Metode kegiatan yang dilaksanakan yaitu penyuluhan atau sosialisasi di Kantor Desa Kwang Rundun. Hasil kegiatan ini adalah penyuluhan PHBS berfokus pada tatanan rumah tangga atau masyarakat yang pusat sasarannya yaitu pasangan usia subur, ibu hamil atau ibu menyusui, anak dan remaja, usia lanjut, dan pengasuh anak. Selain itu dalam hal PHBS terdapat manfaat, hasil yang diperoleh yaitu kesehatan keluarga meningkat dan tidak mudah sakit, anak tumbuh sehat dan cerdas, produktivitas kerja anggota keluarga meningkat. Hasil kegiatan di atas menunjukkan bahwa kegiatan KKN ini telah mampu menjawab beberapa masalah yang ada di desa Kwang Rundun terkait perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

**Kata Kunci :** Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat, Kwang Rundun, Sosialisasi

**PENDAHULUAN**

Kuliah Kerja Nyata atau KKN merupakan salah satu kegiatan yang diselenggarakan oleh lembaga perguruan tinggi sebagai salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat. Salah satu Universitas yang menyelenggarakan KKN adalah Universitas Mataram. Kegiatan ini dilakukan dengan cara memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk berada di lapangan dalam bentuk tim dan diberikan berbagai macam jenis tema. Salah satu tema yang diberikan oleh Universitas kepada kelompok KKN Desa Kwang Rundun periode 2022/2023 yaitu Desa Sehat. Pemberian tema ini diberikan oleh pihak Universitas yang sebelumnya telah melakukan riset tentang permasalahan dan potensi yang ada di desa yang bersangkutan.

Desa Kwang Rundun adalah salah satu desa yang terletak di Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur, Provinsi Nusa Tenggara Barat. Berkaitan dengan tema yang telah diberikan yaitu Desa Sehat, kelompok KKN Desa Kwang Rundun melakukan pengamatan terhadap masyarakat dan lingkungan di desa tersebut. Berdasarkan hasil pengamatan, salah satu permasalahan yang didapatkan

di desa Kwang Rundun yaitu masalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang masih sulit diterapkan oleh masyarakat desa tersebut.

Menurut Azwar (2010) Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dimasyarakat (Depkes RI, 2007). Menteri Kesehatan Republik Indonesia telah membuat Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang mengatur upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat atau disingkat PHBS di seluruh Indonesia dengan mengacu kepada pola manajemen PHBS, mulai dari tahap pengkajian, perencanaan, dan pelaksanaan serta pemantauan dan penilaian. Upaya tersebut dilakukan untuk memberdayakan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya sehingga masyarakat sadar, mau, dan mampu secara mandiri ikut aktif dalam meningkatkan status kesehatannya.

Mangemba et al., (2021), menyatakan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur-jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat. PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari-hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat.

PHBS mencakup banyak perilaku yang harus dipraktikkan dalam rangka mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Pembinaan PHBS adalah upaya untuk menciptakan dan melestarikan perilaku hidup yang berorientasi kepada kebersihan dan kesehatan masyarakat, agar masyarakat dapat mandiri dalam mencegah dan menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang dihadapinya. Pembinaan PHBS dilaksanakan melalui penyelenggaraan promosi kesehatan (Kemenkes RI, 2011). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di rumah tangga diarahkan untuk memberdayakan setiap keluarga atau anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu menolong diri sendiri di bidang kesehatan dengan mengupayakan lingkungan yang sehat, mencegah dan menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang dihadapi, memanfaatkan sarana layanan kesehatan yang ada, serta berperan aktif mewujudkan kesehatan masyarakat (Kemenkes RI, 2016).

Dalam pelaksanaan program PHBS di seluruh kawasan Indonesia, digunakan 10 indikator PHBS yang harus dipraktikkan di rumah tangga karena dianggap mewakili atau dapat mencerminkan keseluruhan perilaku hidup bersih dan sehat (Purwanto, 2021). Beberapa indikator tersebut adalah:

1. Pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan.
2. Bayi di beri ASI eksklusif.
3. Menimbang balita setiap bulan.
4. Ketersediaan air bersih.
5. Ketersediaan jamban sehat.
6. Memberantas jentik nyamuk.
7. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun.
8. Tidak merokok dalam rumah.
9. Melakukan aktifitas fisik setiap hari.
10. Makan buah dan sayur.

Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari rumah tangga atau keluarga, karena rumah tangga yang sehat merupakan asset atau modal pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Beberapa anggota rumah tangga mempunyai masa rawan terkena penyakit menular dan penyakit tidak menular, oleh karena itu untuk mencegah penyakit tersebut, anggota rumah tangga perlu diberdayakan untuk melaksanakan PHBS (Depkes, 2013). Pelaksanaan kegiatan PHBS di rumah tangga dimulai dari tatanan lingkungan terkecil yaitu RT, RW, Dusun, Kampung, dan Desa/Kelurahan.

Tujuan dari kegiatan KKN ini adalah untuk membantu menangani beberapa permasalahan yang ada di desa Kwang Rundun salah satunya yaitu masalah PHBS di masyarakat yang masih kurang.

Berbagai macam masalah terkait PHBS di desa Kwang Rundun yang masih banyak ditemukan seperti kurangnya ketersediaan air bersih, kurangnya ketersediaan jamban yang sehat, kurangnya kesadaran masyarakat akan kebersihan diri sendiri dan lingkungan, kecenderungan masyarakat merokok di dalam rumah, serta kurangnya kesadaran masyarakat terhadap kesehatan tubuh. Dengan adanya masalah-masalah tersebut, Mahasiswa KKN Universitas Mataram periode 2022/2023 membuat satu program kerja untuk membantu mengatasi beberapa masalah PHBS yang ada di Desa Kwang Rundun yaitu dengan melaksanakan penyuluhan dengan tema PHBS.

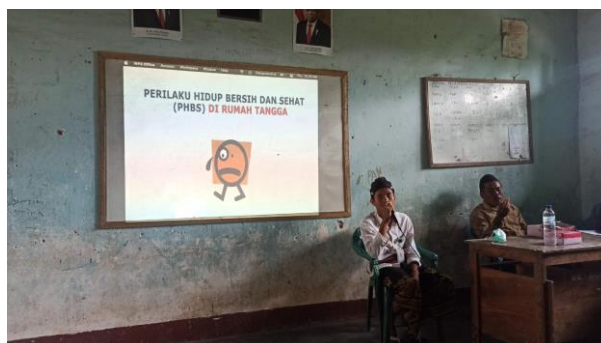
#### METODE KEGIATAN

Berdasarkan permasalahan PHBS di Desa Kwang Rundun yang telah dipaparkan sebelumnya, maka metode yang digunakan oleh kelompok KKN Universitas Mataram periode 2022/2023 untuk menjawab persoalan-persoalan terkait PHBS yaitu dengan memberikan edukasi atau penyuluhan kepada masyarakat Desa Kwang Rundun. Kegiatan penyuluhan PHBS ini dilaksanakan pada Kamis 29 Desember 2022 bertempat di MI YAQIN 3 Kwang Rundun dan menghadirkan pemateri dari pihak Puskesmas Kecamatan Jerowaru.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program kerja Sosialisasi PHBS oleh mahasiswa KKN Tematik Universitas Mataram berjalan dengan baik dan lancar. Natsir (2019), menyatakan bahwa menciptakan hidup yang sehat sebenarnya adalah perilaku yang mudah dan murah untuk dilakukan, apabila dibandingkan dengan biaya yang harus dikeluarkan untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan. 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.

Berdasarkan materi yang disampaikan oleh narasumber yaitu bapak Amirudin, penyuluhan tentang PHBS yang telah dilakukan berfokus pada tatanan rumah tangga. Sasaran PHBS di rumah tangga adalah seluruh anggota keluarga dalam rumah tangga seperti, pasangan usia subur, ibu hamil atau ibu menyusui, anak dan remaja, usia lanjut, dan pengasuh anak. PHBS di rumah tangga dan masyarakat berfokus pada 10 indikator yang telah dipaparkan sebelumnya. Manfaat PHBS di rumah tangga antara lain setiap anggota keluarga meningkat kesehatannya dan tidak mudah sakit, anak tumbuh sehat dan cerdas, produktivitas kerja anggota keluarga meningkat. Sedangkan manfaat PHBS di masyarakat adalah masyarakat mampu mengupayakan lingkungan sehat, masyarakat mampu mencegah dan mengulangi masalah-masalah kesehatan, masyarakat memanfaatkan layanan kesehatan yang ada, dan masyarakat mampu mengembangkan Upaya Kesehatan Bersumber Masyarakat (UKBM) seperti Posyandu, tabungan ibu bersalin, ambulans desa, dll.



Gambar 1.1 Pemaparan Materi PHBS oleh Bapak Amirudin Akbar

Kegiatan Penyuluhan Pola Hidup Sehat dan Kesehatan Lingkungan oleh mahasiswa KKN Tematik Universitas Mataram diawali dengan melakukan pengurusan perizinan di kantor desa Kwang Rundun, Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur. Kegiatan ini bekerja sama dengan pihak Puskesmas Kecamatan Jerowaru untuk melakukan edukasi mengenai PHBS dan melibatkan mahasiswa

KKN dalam pelaksanaannya. Materi penyuluhan PHBS disampaikan oleh bapak Amirudin Akbar yang merupakan tenaga kesehatan di Puskesmas Jerowaru. Kegiatan penyuluhan PHBS dilaksanakan pada Kamis, 29 Desember 2022 bertempat di MI YAQIN 3 Kwang Rundun dengan jumlah undangan sebanyak 30 orang. Sasaran dari kegiatan ini yaitu seluruh masyarakat desa Kwang Rundun. Kegiatan ini dihadiri oleh aparat dan staf kantor Desa Kwang Rundun, kader-kader kesehatan di desa, dan beberapa masyarakat setempat.



Gambar 1.2 Peserta penyuluhan PHBS

Tujuan dari kegiatan penyuluhan PHBS adalah untuk meningkatkan kualitas kesehatan individu dan masyarakat yang terlibat pada setiap aspek kehidupan di Desa Kwang Rundun. Selama kegiatan berlangsung, masyarakat Kwang Rundun cukup antusias dengan adanya kegiatan penyuluhan PHBS yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN. Masyarakat yang datang mendengarkan dengan baik materi PHBS yang ditampilkan dalam bentuk presentasi power point. Masyarakat juga interaktif dalam berdiskusi pada saat kegiatan berlangsung. Terdapat peningkatan pemahaman masyarakat setelah diberikan penyuluhan terkait PHBS, seperti beberapa masyarakat yang kembali memanfaatkan fasilitas kesehatan yaitu PUSTU di Desa Kwang Rundun dan munculnya kesadaran masyarakat akan kebersihan lingkungan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan semacam ini perlu terus dilakukan secara rutin di Desa Kwang Rundun untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.



Gambar 1.3 Foto Bersama dengan Peserta Penyuluhan PHBS

### KESIMPULAN

Pelaksanaan penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) oleh mahasiswa KKN Tematik UNRAM Desa Kwang Rundun telah terlaksana dan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat. Masyarakat dan lembaga pemerintahan desa sangat antusias dengan kegiatan ini. Kegiatan penyuluhan ini sangat penting untuk dilakukan secara berkelanjutan di Desa Kwang Rundun, 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.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Azrul. (2010). Pengantar Ilmu Kesehatan Lingkungan, Mutiara Sumber Widya. Jakarta, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Depkes RI. 2013. Hasil Riskesdas 2013. Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Mangemba, D., Musaidah, & Normalia. (2021). Mewujudkan Masyarakat Desa Sehat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Creating A Healthy Village Community Through Clean and Healthy Living Behavior Education 1. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Lentora*, 1(1), 23-26.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). PHBS. [promkes.kemkes.go.id/phbs](http://promkes.kemkes.go.id/phbs)
- Natsir, M. F. (2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 1(3), 54-59.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011. Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2011
- Purwanto, Bambang. (2021). Indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam PIS-PK. Kementerian Kesehatan. [promkes.kemkes.go.id](http://promkes.kemkes.go.id)