

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA REMAJA DI SOS CHILDRENS VILLAGE MEULABOH

*Clean And Healthy Living Behavior Education for Adolescents at SOS Childrens
Village Meulaboh*

Meutia Paradhiba¹, Maiza Duana², Rubi Rimonda³

^{1,2,3} Prodi Kesmas, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Teuku Umar

*Corresponding Author: meutiaparadhiba@utu.ac.id

Abstrak

Hidup bersih dan sehat merupakan suatu hal yang seharusnya memang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh masyarakat sebagai salah satu cara menjaga kesehatannya. Mengingat kesehatan merupakan hal penting bagi setiap manusia mulai dari bekerja dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Indonesia telah membuat pedoman pembinaan PHBS yang tertuang dalam peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang mengatur upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat diseluruh Indonesia dengan mengacu kepada pola manajemen PHBS, mulai dari tahap pengkajian, perencanaan dan pelaksanaan serta pemantauan dan penilaian. Kurangnya pengetahuan tentang perilaku hidup bersih sehat maka akan menimbulkan dampak buruk di lingkungan serta pribadi setiap individu. Lingkungan yang kumuh juga akan menimbulkan berbagai macam penyakit menular seperti diare, demam berdarah, tipoid, muntaber dan sebagainya. Pengabdian kepada masyarakat ini langsung dilakukan kepada remaja di SOS Childrens Village Meulaboh. Peserta yang diikuti dalam kegiatan ini berjumlah 34 orang. Kegiatan pengabdian ini mendapat respon yang positif baik dari remaja maupun dari pihak pengurus SOS Childrens Village. Hasil dari kegiatan ini adalah pemahaman yang komprehensif tentang Perilaku bersih dan sehat sehingga remaja tersebut dapat menjalani perilaku kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat.

Abstract

Clean and healthy living is something that should be applied in everyday life by the community as a way to maintain their health. Given that health is important for every human being starting from work and activities in everyday life. Indonesia has made guidelines for PHBS guidance contained in the regulation of the Minister of Health of the Republic of Indonesia Number: 2269/MENKES/PER/XI/2011 which regulates efforts to improve clean and healthy living behavior throughout Indonesia by referring to PHBS management patterns, starting from the assessment, planning and implementation stages as well as monitoring and assessment.

Lack of knowledge about clean and healthy living behavior will have a negative impact on the environment and the personality of each individual. A slum environment will also cause various infectious diseases such as diarrhea, dengue fever, typhoid, vomiting and so on. This community service was conducted directly to teenagers at SOS Childrens Village Meulaboh. The participants included in this activity amounted to 34 people. This

community service activity received a positive response from both the adolescents and the SOS Childrens Village management.

The result of this activity is a comprehensive understanding of clean and healthy behavior so that adolescents can live a clean and healthy daily life behavior

1. PENDAHULUAN

Hidup bersih dan sehat merupakan suatu hal yang seharusnya memang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh masyarakat sebagai salah satu cara menjaga kesehatannya. Mengingat kesehatan merupakan hal penting bagi setiap manusia mulai dari bekerja dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat juga disebut sebagai PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat yang mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalan komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku, melalui pendekatan pimpinan (advokasi), bina suasana (social support) dan pemberdayaan masyarakat (empowerman) sebagai suatu upaya untuk membantu masyarakat untuk mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dalam tatanan masing-masing, agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan. (Maryunani A, 2013).

Indonesia telah membuat pedoman pembinaan PHBS yang tertuang dalam peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang mengatur upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat diseluruh

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

Program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalan komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku, melalui pendekatan pimpinan (advokasi), bina suasana (social support) dan pemberdayaan masyarakat (empowerman) sebagai suatu upaya untuk membantu masyarakat untuk mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dalam tatanan masing-masing, agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan. (Maryunani A, 2013).

Kurangnya pengetahuan tentang perilaku hidup bersih sehat maka akan menimbulkan dampak buruk di lingkungan serta pribadi setiap individu. Lingkungan yang kumuh juga akan menimbulkan berbagai macam penyakit menular seperti diare, demam berdarah, tipoid, muntaber dan sebagainya.

2. METODE

Pengabdian yang telah dilakukan dalam kegiatan ini berupa penyuluhan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Pengabdian kepada masyarakat ini langsung dilakukan

kepada remaja di SOS Childrens Village Meulaboh. Peserta yang diikutkan dalam kegiatan ini berjumlah 34 orang. Waktu pelaksanaan penyuluhan ini pada hari Sabtu, 1 Juni 2024 di laksanakan di SOS Childrens Village, Desa Taruna Meulaboh, mulai pukul 08.00 s/d selesai.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini mendapat respon yang positif baik dari remaja maupun dari pihak pengurus SOS Childrens Village. Materi yang diberikan oleh tim pengabdian meliputi pengetahuan tentang cuci tangan pakai sabun dengan benar, menggunakan air bersih, makan makanan yang sehat dan bergizi dan memberantas jentik nyamuk seminggu secara rutin.

Peserta sangat antusias dan senang mengikuti penyuluhan kesehatan ini, dibuktikan dengan adanya beberapa peserta yang memberikan pertanyaan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Sebelum dilakukan penyuluhan, tim bertanya terlebih dahulu kepada peserta dan mengajukan pertanyaan terkait perilaku hidup bersih dan sehat, dan peserta yang menjawab dengan benar pertanyaan sebanyak 40%. Setelah dilakukan penyuluhan kepada siswa, diminta kembali untuk menjawab pertanyaan dan hasilnya sudah mencapai 80% dengan jawaban benar. Ringkasan kegiatan dimulai dari Pembukaan Acara Penyuluhan dimulai pada jam 10.00 WIB, acara berlangsung sekitar 50 menit setelah proses pembukaan, koordinator memperkenalkan diri dan memberi tahu tujuan dalam kegiatan penyuluhan kesehatan.

Setelah itu, penyuluh memberikan materi tentang perilaku hidup bersih dan sehat

Hidup bersih dan sehat merupakan suatu hal yang seharusnya memang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh masyarakat sebagai salah satu

cara menjaga kesehatannya. Mengingat kesehatan merupakan hal penting bagi setiap manusia mulai dari bekerja dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari. (Gitleman & Kleberger, 2014)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat harus dilakukan dan dipraktikkan secara terus menerus agar menjadi suatu pola kebiasaan yang mendukung untuk terbentuknya pola perilaku yang bersih dan sehat serta meningkatkan produktifitas, kualitas hidup dan ketahanan dari serangan berbagai macam penyakit. Selain itu, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat juga harus dilakukan oleh masyarakat, anggota keluarga, individu maupun kelompok agar dapat mendorong lingkungan yang berkualitas, karena dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dapat memiliki manfaat yang sangat banyak, mulai dari kefokuskan hingga kesejahteraan hidup di dalam anggota keluarga. Dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebenarnya sangatlah mudah bila dibandingkan harus mengeluarkan biaya yang mahal untuk pengobatan jika mengalami gangguan kesehatan. (Addin et al., 2021)

Tujuan utama dari gerakan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu – individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan.

4. KESIMPULAN

Salah satu bentuk pengabdian pada masyarakat yang dapat dilakukan adalah

dengan melakukan serangkaian kegiatan penyuluhan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada remaja di SOS Childrens Village, Desa Taruna Meulaboh.

Diharapkan penyuluhan Kesehatan ini dapat memberikan dampak bagi peningkatan derajat kesehatan khususnya di SOS Childrens Village, Desa Taruna Meulaboh dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang perilaku PHBS, mengetahui dan menyadari akan pentingnya ber-PHBS dan dapat menerapkan pola hidup sehat agar terhindar dari berbagai penyakit.

5. REFERENSI

Lubis, z. (2013). pengaruh penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anak tentang phbs di sekolah dasar negeri 065014 kelurahan namogajah kecamatan medan tuntungan tahun 2013. USU.

Kemenkes RI (2011) Panduan Pembinaan dan Penilaian Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Rumah Tangga Maryunani. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). In Jakarta: Trans Info Media; 2013.

Puspadewi, RH dan Briawan, D. 2014. Persepsi tentang pangan sehat, alasan pemilihan pangan dan kebiasaan makan sehat pada mahasiswa. J. Gizi pangan. November 2014, 9(3):211-218.

Soekidjo N. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 2010;50.

Irawati E. Gambaran Karakteristik Keluarga Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Tatanan Rumah

Tangga di Desa Karangasem Wilayah Kerja Puskesmas Tanon II Sragen. Gaster J Kesehat. 2011;8(2):741-9.

Sekar G, P.2 HS, F.3 GRP 2Sint. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Perilaku Hidup Bersih Poned X. 2018;7-14

Imbar AG, Tucunan AAT, Korompis GEC. Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Tatanan Rumah Tanggadi Desa Koreng Kecamatan Tareran Kabupaten Minahasa Selatan. Kesmas. 2018;7(4).

Prihatmono Ig, Rahmayani I. Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga Di Rt 07/Rw 03 Dusun Ambarrukmo, Caturtunggal, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Med Respati. 2017;12(1).

Yovani Suci Ramadhan Ysr. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga Di Kelurahan Aia Pacah Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang Tahun 2015. Universitas Andalas; 2016.

LAMPIRAN DOKUMENTASI KEGIATAN

