

Peningkatan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Keluarga Wilayah Kerja Puskesmas Parigi

Munaya Fauziah¹, Aida Absari Akhyar², Chusnul Desty Rizki³

¹⁻³Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta

Email: munya.fauziah@umj.ac.id

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dilakukan atas kesadaran seseorang sehingga anggota keluarga atau keluarga tersebut dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Depkes RI, 2011). Kegiatan ini diawali dengan mencari data terkait capaian indikator PHBS di Puskesmas Parigi. Untuk menunjang data yang sudah ada, dilakukan survey menggunakan kuisisioner mengenai pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat tentang Kesehatan Ibu dan Anak. Survey ini dilakukan di Posyandu-posyandu yang ada di wilayah UPT. Pelaksanaan penyuluhan Posyandu Angrek jatuh pada hari : Senin, 23 Maret 2022 dan pelaksanaan penyuluhan Posyandu Elang 1 pada hari : selasa, 24 Maret 2022. Kedua nya dilaksanakan di posyandu kedua tempat, penyampaian informasi mengenai bahaya dan dampak merokok di dalam rumah dilakukan dengan mendistribusikan 21 leaflet sesuai ibu rumah tangga yang hadir. berdasarkan hasil pre dan post test dapat dinyatakan informasi yang telah disampaikan, dapat menambah pengetahuan dan menggugah kesadaran masyarakat untuk pemberian ASI secara eksklusif.

Kata Kunci: PHBS, Penyuluhan, Prilaku

ABSTRACT

Clean and Healthy Life Behavior (PHBS) is a collection of behaviors that are carried out on a person's consciousness so that family or family members can help themselves in the health sector and play an active role in health activities in the community (Ministry of Health, 2011). This activity begins with looking for data related to the achievement of PHBS indicators at the Parigi Health Center. To support the existing data, a survey was conducted using a questionnaire regarding the knowledge, attitudes and behavior of the community regarding Maternal and Child Health. This survey was conducted at Posyandu in the UPT area. The implementation of the Orchid Posyandu counseling took place on: Monday, March 23, 2022 and the implementation of the Elang 1 Posyandu counseling on: Tuesday, March 24, 2022. Both were held at the posyandu in both places, the delivery of information about the dangers and impacts of smoking in the house was carried out by distributing 21 leaflet according to the housewives present. Based on the results of the pre and post tests, it can be stated that the information that has been conveyed can increase knowledge and raise public awareness for exclusive breastfeeding.

Pendahuluan

Permasalahan kesehatan yang terdapat di masyarakat sangatlah banyak serta bermacam-macam. Penelusuran dari rumah ke rumah ialah cara sangat efisien buat mengenali secara nyata masalah kesehatan yang sesungguhnya dialami oleh warga. Sikap Hidup Bersih serta Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan sikap yang dipraktikkan atas bawah pemahaman selaku hasil pendidikan, yang menjadikan seorang, keluarga, kelompok atau warga sanggup membantu dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan serta berfungsi aktif dalam mewujudkan kesehatan warga. PHBS ialah salah satu strategi pemerintah Kementerian Kesehatan buat menggapai tujuan pembangunan Millenium 2015 lewat rumusan visi serta misi Indonesia Sehat (Depkes, 2007). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dilakukan atas kesadaran seseorang sehingga anggota keluarga atau keluarga tersebut dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Depkes RI, 2011).

Program-program yang terdapat dalam program PHBS tidak membuat perbedaan indikator penilaian untuk wilayah atau kawasan tertentu, seperti wilayah pantai, wilayah desa atau wilayah kota. Oleh sebab itu, dalam pelaksanaan program PHBS di seluruh kawasan Indonesia juga menggunakan 10 indikator PHBS yang harus dipraktikkan di rumah tangga karena dianggap mewakili atau dapat mencerminkan keseluruhan perilaku hidup bersih dan sehat. Indikator PHBS tersebut terdiri dari pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan, bayi diberi ASI eksklusif, menimbang balita setiap bulan, ketersediaan air bersih, ketersediaan jamban sehat, memberantas jentik nyamuk, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, tidak merokok dalam rumah, melakukan aktifitas fisik setiap hari serta makan buah dan sayur (Promkes Depkes, 2009). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 menunjukkan penduduk yang telah memenuhi kriteria PHBS baik sebesar 38,7%. Terdapat lima provinsi dengan pencapaian di atas angka nasional yaitu DI Yogyakarta (59,4%), Bali (53,7%), Kalimantan Timur (52,4%), Jawa Tengah (51,2%) dan Sulawesi Utara (50,4%). Sedangkan provinsi dengan pencapaian PHBS rendah berturut-turut adalah Gorontalo (33,8%), Riau (30,1%), Sumatera Barat (28,2%), Nusa Tenggara Timur (26,8%) dan Papua (24,4%) (Depkes RI, 2011).

Tingkat Pengetahuan serta Perilaku Warga nyatanya sangat mempengaruhi dengan Sikap Hidup Bersih dan Sehat. Perihal ini telah dibuktikan lewat penelitian oleh Desi. Tidak hanya itu, pada riset Desi juga dibuktikan kalau ada ikatan yang signifikan antara pekerjaan dengan Sikap Hidup Bersih dan Sehat. (Notoadmojo, 2007). Bersumber pada hasil Riskedas (Studi kesehatan bawah) tahun 2007 bisa dikenal, kalau rumah tangga yang sudah mempraktikkan Sikap Hidup Bersih serta Sehat (PHBS) baru menggapai angka 38,7%, sebaliknya sasaran yang wajib dicapai oleh Kementrian Kesehatan ialah sebesar 70% rumah tangga telah mempraktik. Dari latar belakang di atas, menyatakan betapa pentingnya perilaku untuk

hidup bersih dan sehat terutama pada tatanan ruah tangga di wilayah UPT. Parigi, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang tingkat perilaku hidup bersih dan sehat pada tatanan rumah tangga di wilayah puskesmas Parigi.

Berdasarkan permasalahan diatas, melalui kegiatan PBL kami merumuskan upaya untuk melakukan solusi atas masalah yang ada seperti mengadakan penyuluhan tentang PHBS, kegiatan PBL ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai salah satu bentuk partisipasi keluarga dalam rumah tangga dalam menerapkan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat demi terwujudnya keluarga yang sejahtera dan sehat, baik dari segi fisik, mental, spiritual, maupun ekonomi sehingga terciptanya generasi yang berkualitas.

Metode Penelitian

Kegiatan ini diawali dengan mencari data terkait capaian indikator PHBS di Puskesmas Parigi. Untuk menunjang data yang sudah ada, dilakukan survey menggunakan kuisioner mengenai pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat tentang Kesehatan Ibu dan Anak. Survey ini dilakukan di Posyandu-posyandu yang ada di wilayah UPT. Penelitian ini dilakukan pada masyarakat Kelurahan Parigi, Kecamatan Pondok aren, Kota Tangerang Selatan, Banten tahun 2022. tepatnya di Puskesmas Parigi yang dilaksanakan pada tanggal 23 Mei 2022 sampai dengan 24 Mei 2022. Teknik pengumpulan data menggunakan cara penyuluhan kepada masyarakat di posyandu anggrek dan elang, sebelum melakukan penyuluhan kami memberikan ibu ibu yang hadir mengisi Pre test dan sesudah penyuluhan di berikan post test agar mengetahui apakah ada perubahan dari prilaku hidup sehat.

Hasil

Tabel 1.1 Distribusi Pengetahuan Sebelum Penyuluhan Posyandu Anggrek

Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
Kurang	2	15.4%
Baik	11	84.6%
Total	13	100

Berdasarkan tabel diatas distribusi pengetahuan *post-test* Posyandu Anggrek di wilayah Puskesmas Parigi terdapat 2 orang dengan pengetahuan kurang (15,4%) dan 11 orang dengan pengetahuan baik (84,6%)

Tabel 1.2
Penyuluhan

Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
Kurang	0	0%
Baik	8	100%
Total	8	100

Distribusi Pengetahuan Sesudah Posyandu Anggrek

Berdasarkan tabel diatas distribusi pengetahuan *pre-test test* Posyandu Anggrek di wilayah Puskesmas Parigi terdapat 13 orang dengan pengetahuan baik (100%). Hal ini berarti membuktikan bahwa pengetahuan peserta telah bertambah setelah menyimak materi.

Tabel 1.3 Distribusi Pengetahuan Sebelum Penyuluhan Posyandu Elang 1

Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
Kurang	0	0
Baik	13	100%
Total	13	100

Berdasarkan tabel diatas distribusi pengetahuan *post-test* Posyandu Elang 1 di wilayah Puskesmas Parigi terdapat 2 orang dengan pengetahuan kurang (25%) dan 6 orang dengan pengetahuan baik (75%).

Tabel 1.4 Distribusi Pengetahuan Sesudah Penyuluhan Posyandu Elang 1

		(%)
Kurang	0	0%
Baik	8	100%
Total	8	100

Berdasarkan tabel diatas distribusi pengetahuan *pre-test test* Posyandu Elang 1 di wilayah Puskesmas Parigi terdapat 8 orang dengan pengetahuan baik (100%). Hal ini berarti membuktikan bahwa pengetahuan peserta telah bertambah setelah menyimak materi.

Tabel 1.5 Pengaruh Pemberian Penyuluhan

Pengetahuan		N	Mean (Rata- Rata)	SD	SE	P Value
Sebelum Anggrek	penyuluhan	13	76.5	7.183	1.992	0,003
Sesudah Anggrek	penyuluhan	13	86.5	5.547	1.538	
Sebelum Elang 1	penyuluhan	8	71.8	10.670	3.772	
Sebelum Elang 1	penyuluhan	8	82.5	6.547	2.315	

Rata-rata skor pengetahuan sebelum penyuluhan adalah 8,08 dengan standar deviasi 1,935. Setelah dilakukan penyuluhan, rata-rata skor pengetahuan yang didapatkan adalah 9,15 dengan standar deviasi 1,144. Terlihat perbedaan nilai rata-rata sebelum dan sesudah penyuluhan adalah 1,07. Hasil uji statistik didapatkan nilai 0,003 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.



Gambar 1 Pembagian Pre Test dan Post Test



Gambar 2 Pembagian Poster



Gambar 3 Penjelasan Mengenai Pola Hidup Sehat

Pembahasan

Kegiatan ini bernama (SEBEN TAR KOK) Sehat dan Bersih Tanpa Asap Rokok edukasi kesehatan yang mengedukasi para ibu rumah tangga memakai media poster yang dibagikan dan penjelasan terkait pentingnya menghindari asap rokok di area rumah. Tujuan kegiatan ini sesuai dengan deskripsi kegiatannya yakni memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai bahayanya asap rokok di area rumah sebagai salah satu bentuk partisipasi keluarga dalam rumah tangga dalam menerapkan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat demi terwujudnya keluarga yang sejahtera dan sehat.

(SEBEN TAR KOK) Sehat dan Bersih Tanpa Asap Rokok dilakukan secara offline bertatap muka dengan para ibu posyandu Angrek dan Elang 1 di Wilayah Puskesmas Parigi pada hari senin 23 Mei 2022 sampai selasa 24 Mei 2022. Pelaksanaan kegiatan ini dibantu para ibu kader, ibu Rw dan Rt

yang mana menghimbau para ibu untuk datang ke agenda penyuluhan (SEBEN TAR KOK) Sehat dan Bersih Tanpa Asap Rokok.

Kesimpulan

(SEBEN TAR KOK) Sehat dan Bersih Tanpa Asap Rokok edukasi kesehatan yang mengedukasi para ibu rumah tangga memakai media poster yang dibagikan dan penjelasan terkait pentingnya menghindari asap rokok di area rumah. Tujuan kegiatan ini sesuai dengan deskripsi kegiatannya yakni memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai bahaya nya asap rokok di area rumah sebagai salah satu bentuk partisipasi keluarga dalam rumah tangga dalam menerapkan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat demi terwujudnya keluarga yang sejahtera dan sehat. (SEBEN TAR KOK) Sehat dan Bersih Tanpa Asap Rokok dilakukan secara offline bertatap muka dengan para ibu posyandu Anggrek dan Elang 1 di Wilayah Puskesmas Parigi pada hari senin 23 Mei 2022 sampai selasa 24 Mei 2022.

Harapkan untuk masrakat bisa lebih perhatian terkait bahaya asap rokok yang memang dampak nya menumpuk akan menyebabkan penyakit dikemudian hari, Bagi para pembaca laporan ini disarankan untuk membaca laporan ini dengan seksama dan mempertimbangkan segala hal dalam sub judul evaluasi kegiatan dan keterbatasan intervensi Pengalaman Belajar Lapangan 2 Individu ini sebelum membuat rencana kegiatan, terutama untuk rencana kegiatan serupa sehingga ada perbaikan dari tahun sebelumnya..

Daftar Pustaka

- Andriansyah, Y., & Rahmantari, D. N. (2013). PENYULUHAN DAN PRAKTIK PHBS (PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT) DALAM MEWUJUDKAN MASYARAKAT DESA PEDULI SEHAT. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*, 45-46.
- Firaningsih, D., Sitorus, S. B., Nurfatimah, N., Longgupa, L. W., & Ramadan , K. (2021). Edukasi Kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat bagi ibu di Desa Kasiguncu, Poso. *COMMUNITY EMPOWERMENT*, 1101.
- Gunawan, S., Drew, C., Nindi R, D. C., Henyta, & Sari, K. P. (2018). PENYULUHAN “PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT (PHBS)” DALAM RANGKA PROGRAM

TENTARA MANUNGGAL MASUKDESA (TMMD) WILAYAH KODIM 0510
TIGARAKSA, TANGERANG. *Bakti Masyarakat Indonesia*, 133-135.

Husna, I., & Marcellia, S. (2019). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SISWA
SD NEGERI 5 TELUK PANDAN KABUPATEN PESAWARAN PROVINSI
LAMPUNG. *Pengabdian Farmasi Malahayati*, 18.

Lianzi, I., & Pitaloka, E. (2014). HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG ROKOK DAN
PERILAKU MEROKOK PADA STAF ADMINISTRASI UNIVERSITAS ESA
UNGGUL. *Jurnal Inohim*, 67-74.

Maulani, H., Fransisca, Amal, R. I., & Farokhah, L. (2021). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih
dan Sehat (PHBS) dengan Mencuci Tangan Pakai Sabun di Kelurahan Cipondoh Makmur
Kecamatan Cipondoh Kota Tangerang. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM
UMJ*, 2-3.

Mirawati, Nurfitriani, Zulfiarini, F. M., & Cahyati, W. H. (2018). Perilaku Merokok pada
Remaja Umur 13-14 Tahun. *HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH
AND DEVELOPMENT*, 308.

Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & I T Agustin. (2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat
(PHBS) pada Anak Sekolah. *ABDIMAS UMTAS*, 46-48.

Purnaningrum, W. D., Joebagio, H., & Murti, B. (2017). Association Between Cigarette
Advertisement, Peer Group, Parental Education, Family Income, and Pocket Money with
Smoking Behavior among Adolescents in Karanganyar District, Central Java. *Health
Promotion and Behavior*, 148-150.

Wati, P. D., & Ridlo, I. A. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di
Kelurahan Rangkah Kota Surabaya. *Promkes*, 48-50.