

## MEMBANGUN KESADARAN KESEHATAN WARGA DENGAN PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI DESA CIDOKOM KECAMATAN RUMPIN KABUPATEN BOGOR

Shella Rahmadani Kamila<sup>1</sup>, Nur Fadila Renhoat<sup>2</sup>, Satrio Malik Bawono<sup>3</sup>, Lhutfi Dimas Dwi Cahyo<sup>4</sup>, Siska Yuningsih<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K. H. Ahmad Dahlan, Cirende, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419.

<sup>2</sup>Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K. H. Ahmad Dahlan, Cirende, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419.

<sup>3,4</sup>Fakultas Hukum, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K. H. Ahmad Dahlan, Cirende, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419.

<sup>5</sup>Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cirende, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

[\\*shella09.srk@gmail.com](mailto:*shella09.srk@gmail.com)

### ABSTRAK

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu program kegiatan yang dibuat oleh Universitas Muhammadiyah Jakarta sebagai bentuk implementasi Catur Dharma Perguruan Tinggi Muhammadiyah. Dalam kondisi yang tidak memungkinkan mahasiswa tetap dituntut menjadi agen perubahan serta pelayan masyarakat yang baik. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sampai saat ini masih menjadi salah satu perilaku yang masih kurang untuk diperhatikan dan diterapkan dikalangan masyarakat luas. PHBS merupakan suatu pola hidup yang harus dilakukan dimulai dari kalangan keluarga dengan memperhatikan dan menjaga kesehatan tubuhnya. Pelaksanaan kegiatan KKN ini dilaksanakan secara langsung dengan turun ke lapangan. Program penyuluhan kesehatan tentang PHBS ini diikuti oleh ibu-ibu warga Kp. Babakan Sirna Desa Cidokom. Kegiatan ini dilaksanakan bertujuan supaya ibu-ibu dapat memulai mencegah terjangkitnya penyakit terutama pada anak-anaknya yang masih pada usia balita serta menerapkan PHBS di lingkungan keluarganya. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi mengenai PHBS, tata cara mencuci tangan dengan air dan sabun, pembagian poster PHBS dan pembagian sabun cuci tangan. Ibu-ibu yang hadir dalam acara penyuluhan tersebut terlihat antusias untuk mengikuti seluruh rangkaian acara hingga selesai.

**Kata Kunci:** PHBS, Perilaku, Penyuluhan,

### ABSTRACT

*Real Work Course (KKN) is one of the programs created by the University of Muhammadiyah Jakarta as a form of implementation of Catur Dharma Collage Muhammadiyah. In conditions that do not allow students to remain demanded to be agents of change and good public servants. Clean and Healthy Living behavior is still one of the behaviors that are still lacking to be considered and applied among the wider community. PHBS is a lifestyle that must be done starting from the family by paying attention to and maintaining the health of the body. The implementation of this KKN activity was carried out directly by going to the field. The health counseling Program about PHBS was attended by the Mothers of Kp residents. Babakan Sirna Village Cidokom. This activity is carried out so that mothers can start preventing the outbreak of diseases, especially in their children who are still at the age of toddlers and apply PHBS in their family environment. Counseling was carried out by providing material on PHBS, procedures for washing hands with water and soap, distribution of PHBS posters and distribution of hand washing soap. The mothers who attended the counseling event looked enthusiastic to follow the entire series of events to finish.*

**Keywords:** PHBS, Behavior, Counseling

## 1. PENDAHULUAN

Universitas Muhammadiyah Jakarta menjadi perguruan tinggi yang mempunyai peranan sangat penting dalam menentukan keberhasilan pembangunan sumber daya manusia yang tercermin jelas pada tugas utamanya dan umumnya dikenal dengan Catur Dharma Perguruan Tinggi, yakni: (a) pendidikan dan pengajaran, (b) penelitian, (c) pengabdian masyarakat, (d) Al-Islam dan Kemuhammadiyah. Dalam pelaksanaannya tidak hanya dilakukan dan menjadi kewajiban pada dosen semata, melainkan juga pada mahasiswa. KKN (Kuliah Kerja Nyata) merupakan suatu program yang diselenggarakan oleh Universitas Muhammadiyah Jakarta sebagai salah satu bentuk implementasi dalam Catur Dharma Perguruan Tinggi Muhammadiyah (PTM). Pelaksanaan KKN demikian, diharapkan dapat meningkatkan empati mahasiswa dan dapat memberikan sumbangan penyelesaian persoalan yang ada di masyarakat. Selain itu kegiatan KKN juga menjadi bagian integral dari kurikulum program studi yang dapat meningkatkan kecerdasan, intelektual, dan sosial. Program dilaksanakan dengan menyelaraskan kegiatan riset dan pengabdian kepada masyarakat dari dosen dan mahasiswa lintas keilmuan serta tetap membawa nilai-nilai Al Islam Kemuhammadiyah (AIK).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau biasanya disebut dengan PHBS merupakan sebuah cerminan dari pola hidup yang dilakukan mulai dari kalangan keluarga dengan memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga yang dilakukan atas kesadaran masing-masing disetiap kegiatan yang dilakukan. PHBS dapat diartikan sebagai salah satu upaya pencegahan terhadap suatu penyakit (preventif) dan dapat meningkatkan derajat kesehatan (promotif). Sehingga, perilaku ini diharapkan dapat diterapkan oleh seluruh golongan masyarakat salah satunya dikalangan anak usia dini (Julianti, Nasirun, & Wembrayarli, 2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sendiri memang harus diterapkann dalam kehidupan sehari-hari oleh seluruh lapisan masyarakat sebagai salah satu upaya untuk menjaga kesehatannya. Anak merupakan kelompok masyarakat yang dinilai paling rentan terhadap penyakit, dimulai dari anak usia dini dimana mereka berusia 0 sampai dengan usia sekitar 6 tahun biasanya akan berkaitan dengan kebersihan individu maupun lingkungannya. Beberapa penyakit yang dapat

muncul akibat dari kurangnya penerapan PHBS terutama pada kelompok anak, yaitu diare, cacangan, sakit gigi, sakit kulit, gizi burk dan lain sebagainya (Ayu, Kurniawan , Ahsan, & Anam, 2018).

Dalam rencana strategi Departemen Kesehatan pada Tahun 2005-2009 yang terdapat dalam Keputusan menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 331/Menkes/SWV/2006 ditetapkan bahwa Rencana Jangka Panjang Nasional, Visi Departemen Kesehatan adalah “Masyarakat yang Mandiri untuk Hidup Sehat”. Hal tersebut, artinya masyarakat Indonesia dapat menyadari, mengenali, mencegah, dan juga mengatasi permasalahan kesehatan yang akan dihadapi, sehingga masyarakat dapat terbebas dari gangguan kesehatan yang disebabkan oleh penyakit yang disebabkan akibat bencana, lingkungan, maupun perilaku yang tidak mendukung hidup sehat (Astuti, Ayun, & Marfuah, 2021).

Berdasarkan pernyataan dari Departemen Kesehatan pada tahun 2013, pemberdayaan masyarakat harus dilakukan dimulai dari yang terdekat yaitu keluarga. Hal tersebut karena keluarga merupakan modal utama untuk dapat membangun masa depan yang perlu dijaga serta dilindungi kesehatannya. Dalam pelaksanaannya PHBS memiliki 10 indikator yang digunakan untuk dipraktikan oleh seluruh keluarga di Indonesia, yaitu pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan, bayi di beri ASI eksklusif, menimbang bayi setiap 1 bulan sekali, ketersediaan air bersih, ketersediaan jamban sehat, memberantas jentik nyamuk, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, tidak merokok dalam rumah, melakukan aktivitas fisik setiap hari dan makan buah dan sayur (Nurhajati, 2015).

Pada saat ini Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masih menjadi salah satu perhatian khusus bagi pemerintah Indonesia. Hal tersebut disebkan karena PHBS menjadi tolak ukur dari pencapaian untuk meningkatkan cakupan kesehatan dalam program *Sustainable Development Goals* (SDGs) sebagai upaya untuk mencegah dampak jangka pendek dari peningkatan kesehatan pada tiga tempat, antara lain keluarga, masyarakat umum, dan sekolah (Ridlo & Wati, 2020).

Berdasarkan permasalahan inilah maka kami membuat program dengan mengusung tema “Membangun Kesadaran Kesehatan Warga dengan Penyuluhan Perilaku Hidup bersih dan

Sehat (PHBS) di Desa Cidokom Kecamatan Rumpin Kabupaten Bogor” yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan mengenai pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sehingga masyarakat dapat segera sadar akan pentingnya PHBS untuk mencegah penyakit. Program ini dilaksanakan di Desa Cidokom, Kecamatan Rumpin, Kabupaten Bogor dengan memberikan penyuluhan PHBS, mempraktikkan bagaimana tata cara mencuci tangan dengan baik dan benar serta menempelkan poster dan memberikan sabun kepada masyarakat.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan di Kp. Babakan Sirna RT.004/011 Desa Cidokom, Kecamatan Rumpin, Kabupaten Bogor. Kegiatan ini diikuti oleh ibu-ibu warga Cidokom yang memiliki balita dan bertempat tinggal disekitar wilayah mitra.

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan dengan melalui beberapa rangkaian kegiatan sebagai berikut:

- 1) Pembukaan acara oleh wakil Kelompok Kecil 4 KKN
- 2) Penyuluhan tentang PHBS
- 3) Kuis Mengenai PHBS
- 4) Penempelan Poster
- 5) Pembagian Sabun Cuci Tangan Kepada Peserta
- 6) Penutup

Pelaksanaan program ini dilaksanakan pada Jum’at, 12 Agustus 2022 pukul 08.00- Selesai.

## 3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

### Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan secara *offline* yang bertempat di PAUD Mutiara Bunda di Kp. Babakan Sirna RT.004/RW.011 Desa Cidokom, Kecamatan Rumpin, Kabupaten Bogor. Program ini dijalankan oleh anggota Kelompok Kecil 4 yang telah dibentuk di dalam Kelompok KKN 14. Kegiatan ini bertujuan untuk untuk memberikan pengetahuan mengenai pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sehingga masyarakat dapat segera sadar akan pentingnya PHBS untuk mencegah penyakit dan dapat segera menerapkannya.

Program penyuluhan ini diikuti oleh ibu-ibu yang memiliki balita di wilayah Kp. Babakan

Sirna Desa Cidokom. Jumlah peserta yang dihadirkan juga sudah berdasarkan keputusan kelompok dengan melihat kondisi saat ini yang terjadi tidak memungkinkan untuk menghadirkan banyak peserta terlibat pada program ini. Adapun nama-nama anggota Kelompok Kecil 4 dan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL), seperti yang terdapat pada tabel 1 dibawah ini.

**Tabel 1.** Nama-Nama Anggota Kelompok Kecil 4 KKN

Kelompok Kecil 4 KKN DPL : Siska Yuningsih S. I. Kom, M. I. Kom		
No.	Nama	Fakultas
1.	Shella Rahmadani Kamila	Fakultas Kesehatan Masyarakat
2.	Nur Fadila Renhoat	Fakultas Agama Islam
3.	Satrio Malik Bawono	Fakultas Hukum
4.	Lhutfi Dimas Dwi Cahyo	Fakultas Hukum

Setelah dilakukan koordinasi dan disepakati seluruh anggota Kelompok Kecil 4 menuju ke tempat pengabdian di Kp. Babakan Sirna Desa Cidokom, Kecamatan Rumpin, Kabupaten Bogor, dengan membawa surat pengantar dari LPPM UMJ untuk diserahkan kepada pihak Ketua RT 004 Desa Cidokom. Setelah proses perizinan dengan mengantarkan surat selesai dilaksanakan, kegiatan KKN di desa Cidokom mulai pada hari Jum’at, 12 Agustus 2022. Kegiatan dilakukan dengan pembukaan oleh perwakilan Kelompok Kecil 4 dan dilanjutkan dengan pemberian materi penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada ibu-ibu.



**Gambar 1.** Penyampaian Materi PHBS



**Gambar 2.** Pemberian sabun cuci tangan kepada ibu-ibu Desa Cidokom



**Gambar 3.** Kuis dan pemberian hadiah kepada pemenang kuis

Penyuluhan yang diberikan dengan menjelaskan mengenai pengertian Stunting, penyebab terjadinya stunting, dan cara pencegahan stunting, cara bagaimana meningkatkan nafsu makan anak, menjelaskan tata cara mencuci tangan dengan baik dan benar dengan menggunakan sabun. Selain itu, kemudian dilakukan penempelan poster dan pemberian sabun kepada seluruh ibu-ibu desa Cidokom.



**Gambar 4** Foto bersama dengan ibu-ibu Desa Cidokom

Kegiatan diakhiri dengan berfoto bersama dengan ibu-ibu Desa Cidokom, pemilik Paud, dan siswa PAUD Mutiara Bunda.

## Evaluasi Kegiatan

Dalam pelaksanaan program tentunya tidak selalu berjalan tanpa adanya hambatan. Namun, hambatan-hambatan tersebut dapat dengan cepat ditangani oleh Kelompok Kecil 4 KKN supaya program dapat berjalan dengan baik. Dalam pelaksanaan program ini juga tentunya membutuhkan kerja sama, komunikasi yang baik, dan partisipasi seluruh anggota kelompok dalam menjalankan program.

Pada hasil pelaksanaan program yang dijalani, ibu-ibu yang hadir dan menjadi peserta mendengarkan dengan baik mengenai penyuluhan PHBS dan cukup aktif dalam merespon. Hal ini disadari karena Selama sesi penyuluhan kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, ibu-ibu *responsive* terhadap pertanyaan, perintah dan menyimak dengan baik materi yang diberikan oleh mahasiswa Kelompok Kecil 4 KKN UMJ Kelompok 14. Hal ini yang menjadi poin yang harus dipertahankan bagi kelompok untuk dapat memberikan hasil yang terbaik lagi kedepannya.

## 4. KESIMPULAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan suatu upaya untuk memperkuat budaya seseorang, kelompok, maupun masyarakat luas agar lebih peduli dan mengutamakan kesehatan untuk dapat mewujudkan kehidupan yang lebih berkualitas di masa yang mendatang.

Hasil pelaksanaan program kerja Kelompok Kecil 4 KKN Kelompok 14 Tahun 2022 di wilayah Kp. Babakan Sirna RT.004/011, Kecamatan Rumpin, Kabupaten Bogor yang dilaksanakan selama satu hari pada Jum'at, 12 Agustus 2022 selama melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata, anggota Kelompok Kecil 4 KKN diwajibkan untuk mengikuti kegiatan yang telah di agendakan. Seluruh kegiatan pelaksanaan program kerja Kelompok 4 KKN di Kp. Babakan Sirna berhasil berjalan dengan baik dan lancar. Ibu-ibu yang hadir dan ikut berpartisipasi baik dalam mendengarkan materi penyuluhan yang diberikan maupun saat menjawab kuis yang diberikan oleh anggota kelompok. Masyarakat yang hadir juga bersemangat dan mendukung kegiatan penyuluhan PHBS yang dilaksanakan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT beserta Nabi Muhammad SAW atas rahmat dan karunia yang diberikan-Nya sehingga penulis dapat melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dan menyelesaikan jurnal yang berjudul **"Membangun Kesadaran Kesehatan Warga dengan Penyuluhan Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) di Desa Cidokom Kecamatan Rumpin Kabupaten Bogor"** Dengan selesainya kegiatan pengabdian masyarakat ini, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada LPPM UMJ atas fasilitasnya, Ibu Siska Yuningsih, S. I. Kom, M. I. Kom selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) atas segala bimbingan, tenaga dan waktunya sehingga kegiatan kami ini bisa terlaksana dengan baik. Terimakasih kepada Kp. Babakan Sirna Rt. 004/011 Desa Cidokom, Kec.Rumpin Kab. Bogor. Terimakasih kepada Bapak Haerudin (selaku ketua RT 004) yang telah banyak membantu dalam proses perizinan dan lainnya. Terimakasih juga kepada teman-teman seluruh anggota Kelompok 14 KKN UMJ 2022 atas kerjasamanya, terimakasih karena sudah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, W., Ayun, & Marfuah. (2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah di Taman Bacaan Perigi, Kedaung, Sawangan, Depok. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol.2(2):315.
- Ayu, S. M., Kurniawan, A., Ahsan, M. A., & Anam, A. K. (2018). Peningkatan Kesehatan Melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sejak Dini di Desa Hargomulyo Gedang Sari Gunung Kidul. *Jurnal Pemberdayaan Hasil pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol.2(1):21-22.
- Julianti, R., Nasirun, M., & Wembrayarli. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup dan Sehat di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, Vol.3 (1):12-13.
- Nurhajati, N. (2015). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Kesehatan*, 2-4.
- Ridlo, I. A., & Wati, P. D. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Education*, Vol.8 (1):48-50.