



Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sidemen, Kabupaten Karangasem Tahun 2024

Counseling on the Implementation of Clean and Healthy Living Behavior in the Working Area of UPTD Puskesmas Sidemen, Karangasem Regency in 2024

I Nyoman Sujaya¹, D.A.A. Posmaningsih^{1*}, I Wayan Jana¹, I Wayan Sali¹, Ni Made Priska Adelia¹, Kadek Dea Aristha Astriyani Nubakthi¹

¹Poltekkes Kemenkes Denpasar

*Korespondensi

D.A.A. Posmaningsih

Email: dewaayuposmaningsih@gmail.com

Riwayat Artikel:

Disubmit tanggal 29 April 2025

Direvisi tanggal 28 April 2025

Diterima tanggal 15 April 2025

Abstract

Sidemen sub-district is one of the sub-districts in Karangasem Regency with a total population in 2023 of 40,692 people with an area of 35.39 km². Based on the location of the area, Sidemen sub-district has an air temperature that tends to be cool and humid. Being in a hilly area also affects the availability of clean water in several villages in Sidemen sub-district. PHBS counseling and triggering of STBM pillars targeting the community in the working area of UPTD Puskesmas Sidemen. Counseling with material on the application of PHBS in the school environment and triggering the STBM pillars with community targets in Dukuh Hamlet, Talibeng Village. Counseling activities run smoothly with counseling participants who are enthusiastic about participating in activities, while triggering activities for the STBM pillars have not been successful because the community is not ready to make a commitment to change so that it is hoped that a clean and healthy environment will be created and can reduce the incidence of environment-based infectious diseases.

Keyword : Counseling, Triggering, Health

© The Author(s). 2021 **Open Access**



Artikel ini telah

didistribusikan

berdasarkan atas ketentuan Lisensi

Internasional Creative Commons

Attribution 4.0

Abstrak

Kecamatan Sidemen merupakan salah satu kecamatan yang berada di Kabupaten Karangasem dengan jumlah total penduduk pada tahun 2023 sebanyak 40.692 jiwa dengan luas wilayah seluas 35,39 km². Berdasarkan letak wilayahnya, kecamatan Sidemen memiliki suhu udara yang cenderung sejuk dan lembab. Berada di daerah perbukitan juga mempengaruhi ketersediaan air bersih di beberapa desa di kecamatan Sidemen. Penyuluhan PHBS serta pemicuan pilar STBM dengan sasaran masyarakat di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sidemen. Penyuluhan dengan materi penerapan PHBS di lingkungan sekolah serta pemicuan pilar STBM dengan sasaran masyarakat di Dusun Dukuh, Desa Talibeng. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar dengan peserta penyuluhan yang antusias mengikuti kegiatan, sedangkan kegiatan pemicuan pilar STBM belum berhasil dikarenakan masyarakat yang belum siap membuat komitmen perubahan sehingga diharapkan terciptanya lingkungan yang bersih dan sehat serta dapat menurunkan angka kejadian penyakit menular berbasis lingkungan.

Kata kunci: Penyuluhan, Pemicuan, Kesehatan

Latar Belakang

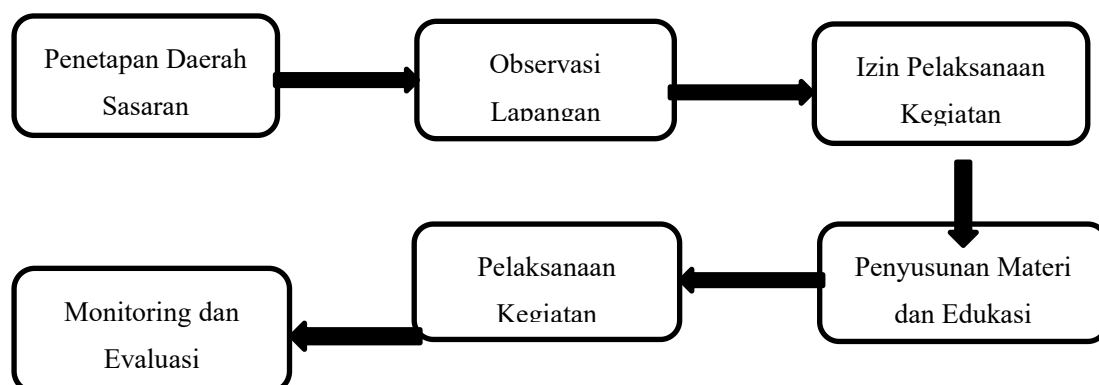
Perilaku adalah suatu tindakan atau perbuatan yang bisa diamati bahkan dapat dipelajari. Perilaku kesehatan merupakan suatu respon seseorang terhadap rangsangan terhadap suatu penyakit. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dilakukan atas kesadaran seseorang sehingga anggota keluarga atau keluarga tersebut dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat (1). Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM) adalah pendekatan untuk mengubah perilaku higienis dan saniter melalui pemberdayaan masyarakat dengan cara pemucuan. STBM merupakan pendekatan dan paradigma baru pembangunan sanitasi di Indonesia yang mengedepankan pemberdayaan masyarakat dan perubahan perilaku (2).

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. 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 (3).

Institusi pendidikan dipandang sebagai sebuah tempat yang strategis untuk mempromosikan kesehatan. Sekolah juga merupakan institusi yang efektif untuk mewujudkan pendidikan kesehatan, dimana peserta didik dapat diajarkan tentang maksud perilaku sehat dan tidak sehat serta konsekuensinya. Selain itu, usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai PHBS dan berpotensi sebagai agent of change untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat. Pelaksanaan PHBS di sekolah dapat dimulai dari hal yang sederhana seperti mencuci tangan dengan sabun. Meningkatnya perilaku cuci tangan yang benar (cuci tangan dengan air yang mengalir dan sabun), setelah buang air besar, sebelum makan serta sebelum menyiapkan makanan maka perilaku ini bermanfaat untuk meningkatkan pencapaian derajat kesehatan. Dampak dari pengetahuan dan pemahaman yang kurang tentang PHBS diduga menjadi salah satu faktor penyebab tingginya kasus penyebaran penyakit menular seperti diare, DBD, dan lain-lain (4) (5).

Metode Pengabdian

Metode pengabdian masyarakat ini yang nantinya akan diterapkan yaitu serangkaian proses kegiatan yang sudah terstruktur serta ditata secara sistematis. Berikut merupakan gambaran proses kegiatan:



Dari tahapan diatas dapat dideskripsikan sebagai berikut:

A. Penetapan Daerah Sasaran

Pada penetapan daerah sasaran sesuai dengan data dan hasil observasi dengan pihak UPTD. Puskesmas Sidemen, Kecamatan Sidemen, Kabupaten Karangasem.

B. Observasi lapangan

Dalam melakukan observasi lapangan, dilakukan untuk mengetahui kondisi daerah sasaran.

C. Izin Pelaksanaan Kegiatan

Melakukan koordinasi baik dengan pihak desa maupun sekolah yang akan dijadikan sebagai lokasi pengabdian masyarakat.

D. Penyusunan Materi dan Edukasi

Menyusun materi dan edukasi yang akan diberikan pada saat kegiatan pengabdian masyarakat.

E. Pelaksanaan Kegiatan

Dalam pelaksanaan kegiatan, dilakukan penyuluhan serta pemicuan kepada masyarakat di wilayah kerja UPTD. Puskesmas Sidemen.

F. Monitoring dan Evaluasi

Dilaksanakan monitoring perkembangan kegiatan yang telah berjalan serta evaluasi keberhasilan program pengabdian masyarakat.

Hasil dan Pembahasan

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Pengabdian Masyarakat

Kecamatan Sidemen merupakan salah satu kecamatan yang berada di Kabupaten Karangasem dengan jumlah total penduduk pada tahun 2023 sebanyak 40.692 jiwa dengan luas wilayah seluas 35,39 km². Pada Kecamatan Sidemen terdapat 10 desa yang berada di lingkup wilayah kerja dari UPTD. Puskesmas Sidemen. Kecamatan Sidemen terletak diantara kecamatan Selat disisi utara, kecamatan Manggis disisi timur serta di sisi selatan dan barat berbatasan dengan kabupaten Klungkung. Kecamatan Sidemen merupakan daerah dataran tinggi dan perbukitan. Daerah ini memiliki ketinggian antara 300-500 meter diatas permukaan laut. Berdasarkan letak wilayahnya, kecamatan Sidemen memiliki suhu udara yang cenderung sejuk dan lembab. Berada di daerah perbukitan juga mempengaruhi ketersediaan air bersih di beberapa desa di kecamatan Sidemen. Mayoritas masyarakatnya merupakan petani serta sebagian besar masyarakat memilih untuk merantau ke kota atau daerah maju lainnya.

2. Hasil kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa kegiatan penyuluhan serta pemicuan yang dilakukan di wilayah kerja UPTD. Puskesmas Sidemen mengambil materi penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta pemicuan pilar 1 STBM yaitu Stop Buang Air Besar Sembarangan (SBS). Pada saat melakukan kegiatan penyuluhan, materi yang diberikan merupakan materi yang ringan dan mudah dipahami serta diterapkan anak-anak dirumah maupun di sekolah tetapi memiliki pengaruh yang besar bagi kesehatan. Adapun materi yang diberikan adalah contoh penerapan PHBS di lingkungan sekolah seperti cuci tangan pakai sabun (CTPS), mengonsumsi makanan sehat, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga teratur, pemberantasan sarang nyamuk (PSN), tidak merokok, membuang sampah pada tempatnya, serta melakukan kegiatan kerja bakti di lingkungan sekolah. Dalam prosesnya, kegiatan

penyuluhan ini tidak menemui kendala baik dari segi persiapan maupun pelaksanaan. Anak-anak sekolah dasar sebagai audience pada kegiatan ini sangat antusias mengikuti kegiatan penyuluhan sehingga tercipta suasana penyuluhan yang aktif dan kondusif. Beberapa anak juga sudah mampu menjelaskan apa yang dimaksud dengan PHBS serta sudah menerapkan contoh PHBS baik di lingkungan sekolah maupun rumah.

Pelaksanaan kegiatan pemicuan dilakukan di Desa Talibeng, Kecamatan Sidemen yang dicanangkan akan melaksanakan deklarasi ODF (*Open Defecation Free*) pada tahun 2024. Pada tahapan pra pemicuan dilakukan observasi serta advokasi dengan pihak Desa Talibeng sehingga diperoleh data kepemilikan jamban sebagai acuan penentuan tempat kegiatan pemicuan. Selanjutnya, berdasarkan data yang telah diperoleh, Dusun Dukuh dipilih berdasarkan data kepemilikan jamban yang masih kurang dari 100%. Kegiatan pemicuan dilakukan dengan melibatkan warga dusun Dukuh baik yang sudah ataupun belum memiliki jamban. Hal ini bertujuan agar nantinya warga yang sudah memiliki jamban dapat menjadi natural leader bagi warga yang belum memiliki jamban untuk membuat komitmen membangun jamban sehat. Selama kegiatan berlangsung, seluruh warga berpartisipasi aktif dalam diskusi. Meskipun selama kegiatan berlangsung belum ditemukan natural leader akan tetapi masyarakat sudah berani berargumen serta memberikan saran kepada masyarakat lainnya. Pada akhir kegiatan, disimpulkan bahwa kegiatan pemicuan yang telah dilaksanakan dikatakan belum berhasil dikarenakan tidak adanya komitmen yang ditanda tangani oleh masyarakat untuk melakukan perubahan dengan alasan faktor ekonomi serta letak geografis wilayah yang kurang mendukung.

Luaran yang diharapkan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan serta pemicuan di Kecamatan Sidemen, Kabupaten Karangasem yaitu dapat memberikan wawasan serta menambah pengetahuan masyarakat terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) khususnya di lingkungan sekolah dan rumah tangga sehingga diharapkan terciptanya lingkungan yang bersih dan sehat. Selain itu, kegiatan pemicuan juga dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya penerapan 5 Pilar STBM di lingkungan sehingga diharapkan dapat menurunkan angka kejadian penyakit menular berbasis lingkungan.

B. Pembahasan

Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Perlunya penerapan PHBS (Pola Hidup Bersih dan Sehat) di lingkungan sekolah adalah untuk menciptakan lingkungan yang bersih, sehat, nyaman, dan mampu untuk menciptakan pendidikan kesehatan, yang bermanfaat besar dalam peningkatan kesejahteraan siswa (6) (7).

Kegiatan penyuluhan PHBS di lingkungan sekolah merupakan kegiatan rutin yang dilakukan oleh UPTD Puskesmas Sidemen sebagai salah satu bentuk penerapan pemberdayaan masyarakat terkhusus bagi generasi muda sebagai agen perubahan di masa mendatang. Selain itu, kegiatan ini juga merupakan salah satu upaya preventif dimana penerapan PHBS di lingkungan sekolah ataupun di rumah diharapkan mampu menekan peningkatan kasus kejadian penyakit di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sidemen.

Pada saat melakukan kegiatan penyuluhan, materi yang diberikan merupakan materi yang ringan dan mudah dipahami serta diterapkan anak-anak dirumah maupun di sekolah tetapi memiliki pengaruh yang besar bagi kesehatan. Adapun materi yang diberikan adalah contoh penerapan PHBS di lingkungan sekolah seperti cuci tangan pakai sabun (CTPS), mengonsumsi makanan sehat, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga teratur, pemberantasan sarang nyamuk (PSN), tidak merokok, membuang sampah pada tempatnya, serta melakukan kegiatan kerja bakti di lingkungan sekolah.

Penyampaian materi dilakukan secara lisan dengan metode presentasi interaktif dimana selama penyampaian materi dilakukan pula tanya jawab dengan audience agar dapat membangun suasana selama kegiatan penyuluhan. Selain penyampaian materi, kegiatan penyuluhan dilanjutkan dengan mini games bersama anak-anak sekolah dasar yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan pemateri dalam menyampaikan materi serta sejauh mana daya tangkap audience terhadap materi yang telah disampaikan.

Dalam prosesnya, kegiatan penyuluhan ini tidak menemui kendala baik dari segi persiapan maupun pelaksanaan. Anak-anak sekolah dasar sebagai audience pada kegiatan ini sangat antusias mengikuti kegiatan penyuluhan sehingga tercipta suasana penyuluhan yang aktif dan kondusif. Beberapa anak juga sudah mampu menjelaskan apa yang dimaksud dengan PHBS serta sudah menerapkan contoh PHBS baik di lingkungan sekolah maupun rumah.

Kegiatan pemicuan pilar STBM (Sanitasi Total Berbasis Masyarakat) adalah proses mengubah perilaku higienis dan saniter melalui pemberdayaan masyarakat dengan cara pemicuan. Ini diterapkan melalui lima pilar, yaitu: Stop Buang Air Besar Sembarangan (SBS), Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), Pengelolaan Air Minum dan Makanan Rumah Tangga (PAMMRT), Pengelolaan Sampah Rumah Tangga (PSRT), Pengelolaan Air Limbah Domestik Rumah Tangga (PALDRT). Kegiatan pemicuan pilar STBM dilakukan dengan tujuan untuk menciptakan lingkungan yang kondusif, meningkatkan kebutuhan sanitasi, dan meningkatkan penyediaan akses sanitasi. Urgensi STBM saat ini di Indonesia adalah untuk memperbaiki kondisi sanitasi dalam rangka menurunkan stunting di Indonesia melalui perubahan perilaku sanitasi dan higiene masyarakat.

Pada prosesnya, kegiatan pemicuan dibagi menjadi tiga (3) tahapan yaitu pra pemicuan, pemicuan serta pasca pemicuan. Tahapan pra pemicuan terdiri dari persiapan peralatan, perizinan serta koordinasi dengan pihak puskesmas ataupun desa terkait kegiatan pemicuan. Pada tahap pemicuan dilakukan pengenalan, penyampaian maksud dan tujuan, bina suasana, identifikasi bahasa lokal, pemetaan sederhana, hitung tinja, transect walk, alur kontaminasi air, diskusi, kontrak sosial dan komitmen bebas BABS. Tahapan terakhir pada kegiatan pemicuan merupakan pasca pemicuan dimana pada tahapan ini terdapat proses evaluasi kegiatan dan monitoring

Pelaksanaan kegiatan pemicuan dilaksakan di Desa Talibeng yang dicanangkan akan melaksanakan deklarasi ODF (Open Defecation Free) pada tahun 2024. Pada tahapan pra pemicuan dilakukan observasi serta advokasi dengan pihak Desa Talibeng sehingga diperoleh data kepemilikan jamban sebagai acuan penentuan tempat kegiatan pemicuan. Selanjutnya, berdasarkan data yang telah di peroleh, Dusun Dukuh dipilih berdasarkan data kepemilikan jamban yang masih kurang dari 100%. Setelah penentuan lokasi selesai langkah selanjutnya merupakan proses perizinan baik ke pihak Desa maupun Dusun. Selain itu, pada tahapan pra pemicuan ini, ditentukan pula hari kegiatan serta peralatan yang diperlukan pada saat pemicuan.

Kegiatan pemicuan dilaksakan dengan melibatkan warga dusun Dukuh baik yang sudah ataupun belum memiliki jamban. Hal ini bertujuan agar nantinya warga yang sudah memiliki jamban dapat menjadi natural leader bagi warga yang belum memiliki jamban untuk membuat komitmen membangun jamban sehat. Selama kegiatan berlangsung, seluruh warga berpartisipasi aktif dalam diskusi. Meskipun selama kegiatan berlangsung belum ditemukan natural leader akan tetapi masyarakat sudah berani berargumen serta memberikan saran kepada masyarakat lainnya.

Pada akhir kegiatan, disimpulkan bahwa kegiatan pemicuan yang telah dilaksanakan dikatakan belum berhasil dikarenakan tidak adanya komitmen yang ditanda tangani oleh masyarakat untuk melakukan perubahan. Terdapat beberapa kendala yang disampaikan oleh masyarakat diantaranya kondisi topografi serta ekonomi masyarakat yang tergolong menengah ke bawah. Dusun Dukuh merupakan dusun yang

berada di Desa Talibeng yang berlokasi di daerah perbukitan sehingga masyarakat yang tinggal di daerah perbukitan mengalami kesulitan akses air bersih. Akses air bersih yang masih sulit itulah yang menjadi alasan masyarakat enggan membangun jamban keluarga. Selain itu beberapa warga menyampaikan bahwa kondisi ekonomi yang masih kurang menjadi alasan mengapa hingga saat ini belum bisa membangun jamban keluarga.

Simpulan dan Saran

A. Simpulan

Penyuluhan PHBS serta pemicuan pilar STBM dengan sasaran masyarakat di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sidemen. Penyuluhan dengan materi penerapan PHBS di lingkungan sekolah menyasar siswa sekolah dasar kelas 4 dan 5 serta pemicuan pilar STBM dengan sasaran masyarakat di Dusun Dukuh, Desa Talibeng. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar dengan peserta penyuluhan yang antusias mengikuti kegiatan, sedangkan kegiatan pemicuan pilar STBM belum berhasil dikarenakan masyarakat yang belum siap membuat komitmen perubahan.

B. Saran

Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan, adapun saran yang dapat disampaikan yaitu masyarakat diharapkan mampu menumbuhkan kesadaran diri sendiri dalam melakukan perubahan terhadap perilaku sehari-hari yang tidak sehat sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan dan menekan angka penularan penyakit. Dalam pelaksanaannya, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta 5 Pilar STBM sangat penting diterapkan dimasyarakat guna terciptanya lingkungan yang bersih dan sehat.

Daftar Pustaka

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta: Kemenkes RI; 2011. Tersedia dari: <https://jdih.kemkes.go.id/common/dokumen/PMK%20No.%202269%20ttg%20Pedoman%20Pembinaan%20Perilaku%20Hidup%20Bersih%20Dan%20Sehat.pdf>
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Umum Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM). Jakarta: Kemenkes RI; 2008.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) [Internet]. Jakarta: Kemenkes RI; [diakses 7 Mei 2025]. Tersedia dari: <https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs>
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Institusi Pendidikan [Internet]. Jakarta: Kemenkes RI; 2011 [diakses 7 Mei 2025]. Tersedia dari: <https://jdih.kemkes.go.id/common/dokumen/PMK%20No.%202269%20ttg%20Pedoman%20Pembinaan%20Perilaku%20Hidup%20Bersih%20Dan%20Sehat.pdf>
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. PHBS di Sekolah [Internet]. Jakarta: Kemenkes RI; [diakses 7 Mei 2025]. Tersedia dari: https://promkes.kemkes.go.id/detail_video/?p=6925