

**PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH
SEHAT (PHBS) KEPADA WARGA DESA TANJUNGPURA
KABUPATEN KARAWANG**

Lilis Suryani

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Horizon Karawang

E-mail: lilis.suryanifa@gmail.com

Abstract

The Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) is a government health promotion program aimed at enhancing community self-reliance in maintaining and improving health. CHLB at the household level strives to empower members to be conscious, willing, and capable of adopting clean and healthy living behaviors to preserve and enhance their health. This initiative not only prevents the risk of diseases but also shields individuals from health threats while actively participating in the broader public health movement. The Clean and Healthy Living pattern should commence at the household level, recognizing that a healthy household serves as a developmental asset for the future that requires safeguarding. Given the susceptibility of certain household members to both infectious and non-infectious diseases, it becomes imperative for households to adhere to Clean and Healthy Living Behaviors (CHLB) to mitigate these risks effectively. This study underscores the importance of integrating CHLB into daily household routines to foster a healthier community and contribute to long-term societal development.

Keywords: *Improvement, Knowledge, Clean and Healthy Living Behaviors*

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah program promosi kesehatan pemerintah yang bertujuan untuk meningkatkan kemandirian masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan. PHBS di tingkat rumah tangga bertujuan untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar sadar, mau, dan mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan mereka. Inisiatif ini tidak hanya mencegah risiko penyakit tetapi juga melindungi individu dari ancaman kesehatan sekaligus berpartisipasi aktif dalam gerakan kesehatan masyarakat yang lebih luas. Pola Hidup Bersih dan Sehat harus dimulai dari tingkat rumah tangga, dengan menyadari bahwa rumah tangga yang sehat merupakan aset pembangunan untuk masa depan yang perlu dijaga. Mengingat kerentanan anggota rumah tangga tertentu terhadap penyakit menular dan tidak menular, maka sangat penting bagi rumah tangga untuk menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk memitigasi risiko-risiko tersebut secara efektif. Studi ini menggarisbawahi pentingnya mengintegrasikan PHBS ke dalam rutinitas rumah tangga sehari-hari untuk mendorong masyarakat yang lebih sehat dan berkontribusi pada pembangunan masyarakat jangka panjang.

Kata kunci: Peningkatan, Pengetahuan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

PENDAHULUAN

Berdasarkan paradigma sehat ditetapkan visi Indonesia Sehat 2025, dimana ada 3 pilar yang perlu mendapat perhatian khusus, yaitu lingkungan sehat, perilaku sehat serta pelayanan kesehatan yang bermutu, adil dan merata. Untuk perilaku sehat bentuk kongkritnya yaitu perilaku proaktif memelihara dan meningkatkan kesehatan.mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit serta berpartisipasi aktif dalam upaya kesehatan (Rofiki & Famuji, 2020). Mengingat dampak dari perilaku terhadap derajat kesehatan cukup besar (30-35% terhadap derajat kesehatan), maka diperlukan berbagai upaya untuk mengubah perilaku yang tidak sehat menjadi sehat. Salah satunya melalui program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

PHBS merupakan strategi dasar dalam ilmu kesehatan yang dimana bertujuan untuk membentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan proaktif untuk tindakan preventif (memelihara dan mencegah resiko terjadinya penyakit) (Natsir, 2019) serta berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat (Hartaty & Menga, 2022).

Menurut WHO pada data terakhir tahun 2017, setiap tahunnya sekitar 2,2 juta orang di negara-negara berkembang terutama anak-anak meninggal dunia akibat berbagai penyakit yang disebabkan oleh kurangnya air minum yang aman, sanitasi dan hygiene yang buruk. Selain itu, terdapat bukti bahwa pelayanan sanitasi yang memadai, persediaan air yang aman, sistem pembuangan sampah serta pendidikan hygiene dapat menekan angka kematian akibat diare sampai 65%, serta penyakit-penyakit lainnya sebanyak 26% (Susianti et al., 2022).

Dari data diatas dapat dikatan bahwa peran PHBS dalam dasar ilmu kesehatan sangat berperan penting dalam menanggulangi penyakit-penyakit yang dapat timbul dikemudian hari. Oleh karnanya peran pemerintah, petugas-petugas kesehatan dan masyarakat untuk lebih berperan dan proaktif dalam mengimplementasikan dan melaksanakan strategi PHBS (Jaya et al., 2021) di berbagai tatanan Rumah Tangga, Sekolah, Tempat Kerja, Sarana Kesehatan dan Tempat Tempat Umum, untuk kesehatan masyarakat yang lebih sehat (Ristiandi et al., 2023).

Berdasarkan analisis situasi di atas, para warga di Tanjung pura Karawang kurang memahami makna dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang disebabkan oleh berbagai macam faktor yaitu faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi adalah, pekerjaan dan pendidikan, sedangkan faktor yang dapat dimodifikasi adalah obesitas, aktivitas gaya hidup tidak sehat. Sejalan dengan itu, permasalahan mitra adalah:

1. Para warga Desa tanjungpura kurang memahami Tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap lingkungan.
2. Para warga Desa tanjong pura kurang memahami dampak kurangnya berperilaku hidup bersih dan sehat terhadap kesehatan.

Tujuan Kegiatan

Secara umum kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Para Warga Desa tanjong pura melalui pelatihan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Sedangkan secara spesifik tujuannya adalah sebagai berikut:

1. Memberikan pengetahuan kepada Para Warga Desa tanjong pura tentang hubungan PHBS terhadap kesehatan.
2. Memberikan pelatihan kepada Para Warga Desa Tanjung pura tentang bagaimana cara berperilaku hidup bersih dan sehat dengan baik.

TINJAUAN PUSTAKA

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku melalui pendekatan pimpinan (advocacy), bina suasana (social support) dan pemberdayaan masyarakat (empowerment) sebagai suatu upaya untuk membantu masyarakat mengenali dan mengetahui masalahnya sendiri, dalam tatanan rumah tangga, agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan (Notoatmodjo, 1996).

Hal-hal yang mempengaruhi PHBS sebagian terletak di dalam diri individu itu sendiri, yang disebut faktor intern, dan sebagian terletak di luar dirinya yang disebut faktor eksternal (faktor lingkungan) (Sukanty et al., 2023).

a) Faktor Internal

1. Keturunan

Seseorang berperilaku tertentu karena memang sudah demikianlah diturunkan dari orangtuanya. Sifat-sifat yang dimilikinya adalah sifat-sifat yang diperoleh dari orang tua atau neneknya dan lain sebagainya.

2. Motif

Manusia berbuat sesuatu karena adanya dorongan atau motif tertentu. Motif atau dorongan ini timbul karena dilandasi oleh adanya kebutuhan, yang oleh Maslow dikelompokkan menjadi kebutuhan biologis, kebutuhan sosial, dan kebutuhan rohani.

b) Faktor Eksternal

Yaitu faktor-faktor yang ada di luar diri individu bersangkutan. Faktor-faktor ini mempengaruhi individu sehingga di dalam diri individu timbul unsur-unsur dan dorongan untuk berbuat sesuatu.

Menurut (Tarigan et al., 2013), sasaran PHBS pada anak-anak yang kurang baik akan menimbulkan berbagai penyakit seperti diare, sakit gigi, sakit kulit dan cacangan. dengan demikian untuk mengurangi prevelensi dampak buruk tersebut maka perlu diterapkan sasaran PHBS dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

1. Kebersihan Kulit Memelihara kebersihan kulit, harus memperhatikan kebiasaan berikut ini :
 - a. Mandi dua kali sehari
 - b. Mandi pakai sabun
 - c. Menjaga kebersihan pakaian
 - d. Menjaga kebersihan lingkungan
2. Kebersihan Rambut Untuk selalu memelihara rambut dan kulit kepala dan kesan cantik serta tidak berbau apek, perlu diperhatikan hal-hal sebagai berikut :
 - a. Memperhatikan kebersihan rambut dengan mencuci rambut sekurang kurangnya dua kali seminggu.
 - b. Mencuci rambut dengan shampo atau bahan pencuci rambut lain
 - c. Sebaiknya menggunakan alat-alat pemeliharaan rambut sendiri (Irianto, 2007)
3. Kebersihan Gigi
Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menjaga kebersihan gigi adalah sebagai berikut:
 - a. Menggosok gigi secara benar dan teratur dan dianjurkan setiap habis makan
 - b. Memakai sikat gigi sendiri
 - c. Menghindari makanan yang merusak gigi
 - d. Membiasakan makan buah-buahan yang menyehatkan gigi
 - e. Memeriksa gigi secara rutin (Irianto, 2007)
4. Kebersihan Tangan, Kaki dan Kuku

Kebersihan tangan berhubungan dengan penggunaan sabun dan cuci tangan dengan menggunakan sabun. Pencucian tangan dengan sabun yang benar dan disaat yang tepat memainkan peranan penting dalam mengurangi kemungkinan adanya bakteri penyebab diare melekat pada tangan, tapi praktik cuci tangan harus dilakukan dengan benar dan pada saat yang tepat. Waktu yang tepat untuk mencuci tangan dengan sabun adalah Ketika sebelum makan, setelah buang air besar dan kecil (BAPPENAS, 2008).

5. Kebiasaan Berolahraga

Olahraga yang teratur mencakup kualitas gerakan dan kuantitas dalam arti dan frekuensi yang digunakan untuk berolah raga. Dengan demikian akan menentukan status kesehatan seseorang khususnya anak-anak pada masa pertumbuhan (Notoatmodjo, 2007).

Konsep Sanitasi Dasar

Sanitasi dasar adalah sanitasi minimum yang diperlukan untuk menyediakan lingkungan sehat yang memenuhi syarat kesehatan yang menitikberatkan pada pengawasan berbagai faktor lingkungan yang mempengaruhi derajat kesehatan manusia.

Upaya sanitasi dasar meliputi penyediaan air bersih, pembuangan kotoran manusia (jamban), pengelolaan sampah dan saluran pembuangan air limbah.

1. Penyediaan Air Bersih

Air merupakan salah satu bahan pokok yang mutlak dibutuhkan oleh manusia sepanjang masa. Air mempunyai hubungan yang erat dengan kesehatan. Apabila tidak diperhatikan maka air yang dipergunakan masyarakat dapat mengganggu kesehatan manusia. Untuk mendapatkan air yang baik, sesuai dengan standar tertentu, saat ini menjadi barang yang mahal karena air sudah banyak tercemar oleh bermacam-macam limbah dari hasil kegiatan manusia, baik limbah dari kegiatan industri dan kegiatan lainnya (Wardhana, 2004).

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 416/MenKes/Per/IX/1990, yang di maksud air bersih adalah air bersih yang digunakan untuk keperluan sehari-hari yang kualitasnya memenuhi syarat kesehatan dan dapat diminum apabila telah di masak. Air bersih merupakan salah satu kebutuhan manusia untuk memenuhi standar kehidupan manusia secara sehat. ketersediaan air yang terjangkau dan berkelanjutan menjadi bagian terpenting bagi setiap individu baik yang tinggal di perkotaan maupun di perdesaan.

Sarana sanitasi air adalah bangunan beserta peralatan dan perlengkapannya yang menghasilkan, menyediakan dan membagi- bagikan air bersih untuk masyarakat. Jenis sarana air bersih ada beberapa macam yaitu PDAM, sumur gali, sumur pompa tangan dangkal dan

sumur pompa tangan dalam, tempat penampungan air hujan, penampungan mata air, dan perpipaan (Ayu et al., 2018). Sirkulasi air, pemanfaatan air, serta sifat-sifat air memungkinkan terjadinya pengaruh air terhadap kesehatan. Secara khusus, pengaruh air terhadap kesehatan dapat bersifat langsung maupun tidak langsung (Soemirat, 2002).

2. Konsep Jamban Sehat

Jamban keluarga adalah suatu bangunan untuk membuang dan mengumpulkan kotoran sehingga kotoran tersebut tersimpan dalam suatu tempat tertentu dan tidak menjadi penyebab suatu penyakit serta tidak mengotori permukaan (Fauzia, 2000).

Jamban keluarga yang sehat adalah jamban yang memenuhi syarat-syarat sebagai berikut (Depkes RI, 2014).

- a) Tidak mencemari sumber air minum, letak lubang penampung berjarak 10-15 meter dari sumber air minum.
- b) Tidak berbau dan tinja tidak dapat di jamah oleh serangga maupun tikus.
- c) Cukup luas dan landai/miring ke arah lubang jongkok sehingga tidak mencemari tanah sekitar.
- d) Mudah di bersihkan dan aman penggunaannya.
- e) Dilengkapi dinding dan atap pelindung, dinding kedap air dan warna.
- f) Cukup penerang
- g) Lantai kedap air
- h) Ventilasi cukup baik
- i) Tersedia air dan alat pembersih

Pemanfaatan jamban berarti penggunaan atau pemakaian jamban oleh masyarakat untuk menciptakan lingkungan yang sehat. Kata pemanfaatan berasal dari kata „manfaat“. Dalam kamus bahasa Indonesia pemanfaatan diartikan sebagai proses, cara, perbuatan memanfaatkan.

Tinja yang tidak tertampung ditempat tertutup dan aman dapat menyebabkan beberapa penyakit menular seperti polio, kholera, hepatitis A dan lainnya. Merupakan penyakit yang disebabkan tidak tersedianya sanitasi dasar seperti penyediaan jamban. Bakteri E.Coli dijadikan sebagai indikator tercemarnya air, dan seperti kita ketahui bahwa bakteri ini hidup dalam saluran pencernaan manusia (SUTEDJO, 2003)

Bahaya buang air besar sembarangan oleh (Notoatmodjo, 2003) digambarkan melalui rantai penyebaran penyakit melalui kotoran tinja dan urine. Peranan tinja dalam penyebaran penyakit cukup besar, selain dapat langsung mengkontaminasi makanan, minuman, sayuran

dan sebagainya juga mencemari air, tanah, serangga dan bagian tubuh manusia. Beberapa penyakit yang dapat disebarkan oleh kotoran tinja manusia antara lain: tipus, disentri, kolera, bermacam-macam cacing (gelang, kremi, tambang dan pita), schistosomiasis, dan sebagainya. (Notoatmodjo, 2003)

3. Pengelolaan Sampah

Para ahli kesehatan masyarakat menyebutkan sampah adalah sesuatu yang tidak digunakan, tidak dipakai, tidak disenangi ataupun sesuatu yang dibuang yang berasal dari kegiatan manusia dan tidak terjadi dengan sendirinya (Notoatmodjo, 2003).

Pengelolaan sampah adalah meliputi penyimpanan, pengumpulan dan pemusnahan sampah yang dilakukan sedemikian rupa sehingga sampah tidak mengganggu kesehatan masyarakat dan lingkungan hidup (Notoatmodjo, 2003)

a. Penyimpanan sampah

Penyimpanan sampah adalah tempat sampah sementara sebelum sampah tersebut dikumpulkan, untuk kemudian diangkut serta dibuang (dimusnakan) dan untuk itu perlu disediakan tempat yang berbeda untuk macam dan jenis sampah tertentu. maksud dari pemisahan dan penyimpanan disini ialah untuk memudahkan pemusnahannya. Syarat-syarat tempat sampah antara lain :

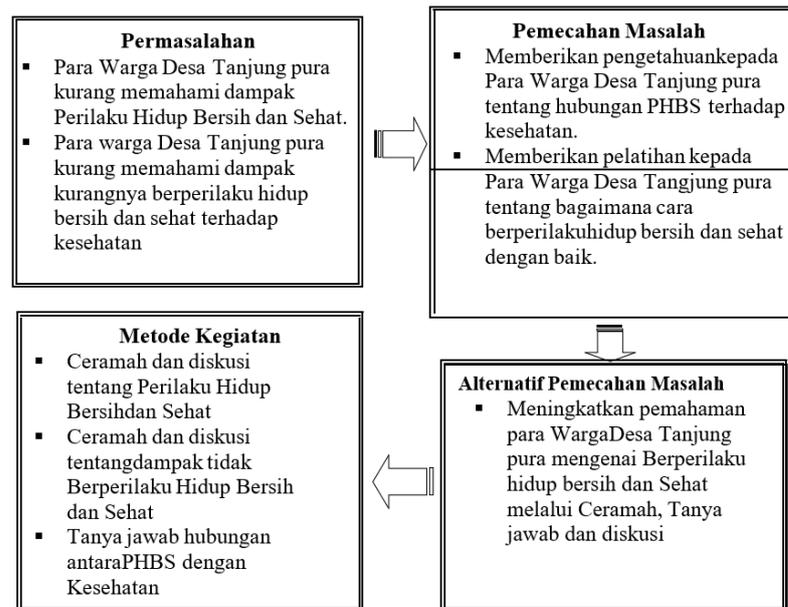
1. Konstruksinya kuat agar tidak mudah bocor, untuk mencegah berseraknya sampah
2. Mempunyai tutup, mudah dibuka, dikosongkan isinya serta dibersihkan, sangat dianjurkan agar tutup sampah ini dapat dibuka atau ditutup tanpa mengotori tangan
3. Ukuran tempat sampah sedemikian rupa, sehingga mudah diangkut oleh satu orang.

b. Pengumpulan Sampah

Pengumpulan sampah menjadi tanggung jawab dari masing-masing rumah tangga atau institusi yang menghasilkan sampah. oleh sebab itu setiap rumah tangga atau institusi harus mengadakan tempat khusus untuk mengumpulkan sampah, kemudian dari masing-masing tempat pengumpulan sampah tersebut harus diangkut ke Tempat Penampungan Sementara (TPS) dan selanjutnya ke Tempat Penampungan Akhir (TPA). Mekanisme sistem atau cara pengangkutannya untuk daerah perkotaan adalah tanggung jawab pemerintah daerah setempat, yang didukung oleh partisipan masyarakat produksi sampah, khususnya dalam hal pendanaan. Sedangkan untuk daerah perdesaan pada umumnya sampah dapat dikelola oleh masing-masing keluarga tanpa memerlukan TPS maupun TPA. Sampahnya umumnya dibakar atau dijadikan pupuk.

Kerangka Pemecahan Masalah

Kerangka berpikir untuk memecahkan masalah kegiatan ini digambarkan seperti pada Gambar 1. Dari permasalahan yang muncul disusun berbagai alternatif untuk memecahkan masalah. Selanjutnya dari berbagai alternatif, dipilih alternatif yang paling mungkin dilaksanakan. Berdasarkan kerangka berpikir tersebut, maka metode dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Bagan Skematis Metode Pemecahan Masalah

METODE PENELITIAN

A. Realisasi Pemecahan Masalah

1. Ceramah dan Diskusi

Kegiatan ceramah dan diskusi dilakukan untuk memberikan pemahaman peserta tentang upaya Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat. Materi yang diberikan memuat berbagai persoalan seputar Perilaku Hidup Bersih dan Sehat : Ceramah berupa atau menyangkut materi apa itu Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, klasifikasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Dampak kesehatan jika tidak melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Ceramah dan diskusi menasar pada tujuan kegiatan ini.

2. Praktek

Kegiatan ini merupakan lanjutan dari ceramah dan diskusi yang secara khusus bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Para Warga Desa Tanjung pura tentang bagaimana Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat yang menyangkut masalah kesehatan jika tidak menerapkan PHBS dan Gaya Hidup Kegiatan ini diisi dengan pemahaman

Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat dan memberikan contoh bagaimana Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan baik.

B. Keterkaitan

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini melibatkan STIKes Horizon Karawang dan Para Warga Desa Tanjung Pura. Masing-masing yang terlibat ini mendapat keuntungan secara bersama sama (mutual benefit).

1. Desa Tanjung pura sebagai tempat pelaksanaan kegiatan akan menyediakan SDM berupa para Warga Desa tanjong pura yang akan dilatih. Dalam hal ini, Desa tanjung pura akan memperoleh manfaat dalam hal peningkatan SDM, terutama dalam hal pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.
2. STIKes Horizon Karawang melalui Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat berperan menyediakan dana, sehingga mendukung pelaksanaan dharma ketiga dari tri Dharma Perguruan Tinggi.

C. Khalayak Sasaran

Khalayak yang dijadikan sasaran kegiatan ini adalah para Warga Desa Tanjung pura. Keterlibatan mereka dalam kegiatan Pengabdian masyarakat ini dapat dilihat pada Tabel 1

Tabel 1. Keterlibatan Khalayak Sasaran

Khalayak	Kegiatan	Sasaran
Para Warga Desa Tanjung pura Kecamatan Karawang barat Kabupaten Karawang	Ceramah dan diskusi tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Ceramah dan diskusi tentang dampak tidak Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat Tanya jawab hubungan antara PHBS dengan Kesehatan	Meningkatkan pemahaman para Warga Desa tanjung pura mengenai Berperilaku hidup bersih dan Sehat

D. Rancangan Evaluasi

1. Prosedur dan Alat Evaluasi

Untuk mengetahui apakah program yang akan dilaksanakan ini berdampak positif atau sejauh mana program ini terlaksana, sudah barang tentu dibuat suatu evaluasi yang meliputi:

- a. Dilakukan pre tes mengenai pengetahuan tentang apa itu perilaku hidup bersih dan sehat dan juga apa dampak jika tidak berperilaku hidup bersih dan sehat, ini dilakukan sebelum kegiatan dilakukan dan untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan para Warga Desa tanjong pura tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

- b. Dilakukan pos tes mengenai Perilaku hidup bersih sehat, materi yang diberikan menyangkutapa yang diinformasikan saat ceramah, tanya jawab maupun diskusi.
- c. Memberikan contoh berperilaku hidup bersih dan sehat yang benar
- d. Dilakukan survei sebulan setelah dilakukan kegiatan tentang implementasi program yang telah dilakukan.

Selanjutnya dibandingkan antara skor pre tes dan post tes, sehingga akan dapat dilihat keberhasilan program yang dilakukan.

E. Tehnik Analisis Data Dan Kreteria Keberhasilanprogram

Data hasil tes baik pre test maupun post tes tentang pemahaman PHBS.

Biaya Dan Jadwal Kegiatan

Anggaran Biaya

Kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini membutuhkan dukungan dana sebesar Rp 10.000.000 (sepuluh juta rupiah), dengan alokasi sebagai berikut :

Tabel 2. Ringkasan Anggaran

No	Jenis Pembelanjaan	Komponen	Item	Vol	Biaya satuan	Total
1	ATK	Kertas, foto copy, Modul				500.000
2	Narasumber/Fasilitator		3	1	500.000	1.500.000
3	Konsumsi	Snack dan makan	50	3	30.000	4.500.000
4.	Publikasi dan dokumentasi	Leaflet	50	1	5.000	250.000
		Lembar balik	20	1	20.000	400.000
		Poster	1	5		100.000
		Spanduk	1	1		250.000
		Publikasi jurnal dan HKI	1			1.500.000
5	Transportasi		5	2	50.000	500.000
6	Laporan					500.000
Jumlah Total						10.000.000

Jadwal Kegiatan

Program pendampingan Mitra dilakukan secara bertahap sesuai dengan program yang telah disusun sebelumnya. Seluruh program kegiatan disusun secara bersama dalam bentuk Rencana Tindak. Supaya seluruh kegiatan terprogram, disusun Rencana Usaha atau Feasibility Studi yang dimanfaatkan sebagai pedoman tindakan serta alat monitoring dan evaluasi kegiatan. Seluruh aktivitas dirinci sebagai berikut :

Tabel 3. Jadwal Kegiatan

No	Aktivitas	Bulan		
		1	2	3
1	Sosialisasi Program			
2	Penyusunan Rencana kegiatan			
3	Penentuan peserta			
4	Penyuluhan dan pelatihan			
5	Evaluasi proses penyuluhan dan pelatihan			
6	Pendampingan			
7	Pemberian feedback hasil pendampingan			
8	Tahap Evaluasi akhir			

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk peningkatan pengetahuan tentang PHBS (perilaku hidup bersih dan sehat) dengan metode ceramah, diskusi, presentasi dan simulasi terprogram. Kegiatan awal dilakukan pada tanggal 29 Maret 2023 (jadwal terlampir), pendampingan implementasi PHBS dilakukan pada bulan ke 2 yaitu 20 April 23 dan evaluasi serta *feed back* hasil pendampingan yaitu tanggal 20 Mei 2023.

Kegiatan peningkatan pengetahuan ini berjalan lancar dengan suasana kondusif, masyarakat dengan lugasnya berdiskusi sekali kali disertai dengan guyon sehingga suasana benar benar kondusif. Latar belakang pendidikan yang dimiliki oleh masyarakat adalah bervariasi, ada yang sarjana maupun diploma.

Hasil pemberian pre test dan dilanjutkan dengan pemberian materi yang dilakukan terhadap masyarakat di wilayah karawang pada awal diberikan pretest, secara umum mengidentifikasi bahwa pengetahuan awal mengenai masalah perilaku hidup bersih dan sehat. Hasil dari pre test dan post test menunjukkan hasil yang signifikan ada peningkatan pengetahuan.

Kegiatan pengmas ini diawali dengan pemberian materi terkait PHBS dan simulasi terkait topik tersebut. Serta dilanjutkan peserta melakukan simulasi, misalnya untuk praktek mencuci tangan 6 langkah dan tindakan lain terkait PHBS.

Masyarakat juga dapat memahami terkait Syarat- Syarat PHBS di Tempat Umum yaitu:

1. Menggunakan air bersih.
2. Menggunakan jamban.

3. Membuang sampah pada tempatnya.
4. Tidak merokok.
5. Tidak meludah sembarangan.
6. Memberantas jentik nyamuk.
7. Mencuci tangan dengan sabun dan air bersih

Melalui kegiatan yang dilakukan ini mampu menyadarkan masyarakat dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, hal ini dibuktikan dengan pengakuan dari beberapa masyarakat bahwa sebelum diadakannya penyuluhan terkait penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ini mereka sama sekali tidak mengerti bagaimana cara melakukannya dengan baik dan benar, namun setelah dilakukannya kegiatan tersebut masyarakat menjadi lebih paham serta mengerti bagaimana cara melakukannya dengan tepat dan sepakat untuk selalu menerapkannya dalam kehidupannya sehari-hari. Sebagian besar masyarakat berharap kegiatan ini rutin dilaksanakan dan lebih banyak lagi pembahasan mengenai cara menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat oleh pihak-pihak yang berwenang.

SUSUNAN ACARA KEGIATAN PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG PHBS

Tabel 4. Rincian Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat

Bulan ke 1 (29 Maret 2023)

WAKTU	MATERI
08.00-08.15	Pembukaan
08.15- 08.45	Penjelasan Proses Kegiatan Peningkatan pengetahuan tentang PHBS
	Pre Test
09.00-10.30	Materi Tentang Konsep PHBS: indikator PHBS
10.30-11.00	Kuis dan game (Hadiah)
11.00-12.00	Sasaran PHBS
12.00-13.00	Ishoma
13.00-15.00	Sanitasi Dasar, konsep dasar jamban sehat, pengelolaan sampah
15.00 – 15.30	Ice breaking dan quiz (game dan hadiah)
16.00-17.00	simulasi penerapan PHBS

Bulan ke 2 (20 April 2023)

WAKTU	MATERI
09.00-10.30	Pendampingan
	Evaluasi Pendampingan

Bulan ke 3 (20 Mei 2023)

WAKTU	MATERI
09.00-10.30	Feed back hasil pendampingan



Gambar 2. Dokumentasi Aktivitas Kegiatan

Tabel 5. Hasil Pre test dan Post tes Peningkatan Pengetahuan tentang PHBS

No	Nama Perawat	Pre test	Post test	No	Nama Perawat	Pre test	Post test
1	Asep	65	85	26	Titi	70	85
2	Marni	75	90	27	Atan	70	85
3	Ade	75	90	28	Bambang H	65	85
4	Dede	65	85	29	Asep S H	75	90
5	Wawan	65	85	30	Siti Ropiah	75	90
6	Tita	65	85	31	Ridwan Fauzan	65	85
7	Yayah	65	85	32	Bambang K	65	85
8	Suryana	70	85	33	Herman	65	85
9	Siti	70	85	34	Ahmad Wahyu	65	85
10	Farida	65	85	35	Ade Ridwan	70	85
11	Ahmad	75	90	36	Ayu Artina	70	85
12	Rizki	75	90	37	Sri Hartini	65	85
13	Iskandar	65	85	38	Widi	65	85
14	Jamil	65	85	39	Budi	65	85
15	Hendra	65	85	40	Nopita	70	85
16	Nurul	65	85	41	Neni	70	85
17	Nani	70	85	42	Ira	65	85
18	Yopi	70	85	43	Fatimah	75	90
19	Ade Haerudin	65	85	44	Susi Nur'aeni /	75	90
20	Rohaendi	75	90	45	Rudianto	65	85
21	Daru	75	90	46	Merly Anggraeni	65	85
22	Julia Lestari	65	85	47	Rita juwita	65	85
23	Eka Herlina	65	85	48	Fitri yuniati	65	85
24	Asep	65	85	49	Sri	70	85

No	Nama Perawat	Pre test	Post test	No	Nama Perawat	Pre test	Post test
25	Edoh	65	85	50	Eti	70	85

KESIMPULAN

Dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Tanjung Pura, dapat ditarik beberapa kesimpulan penting. Pertama, melalui pemberian pengetahuan tentang cara berperilaku hidup bersih dan sehat yang baik dan benar, terlihat adanya peningkatan pemahaman di kalangan warga desa. Hal ini mencerminkan upaya nyata dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjalani gaya hidup sehat. Selain itu, pemberian pengetahuan tentang keberlanjutan perilaku hidup bersih dan sehat juga terbukti berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai relevansi dan manfaatnya. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga memberikan dampak positif dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan warga Desa Tanjung Pura.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, S. M., Kurniawan, A., Ahsan, A. Y., & Anam, A. K. (2018). Peningkatan kesehatan melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sejak dini di desa Hargomulyo Gedangsari Gunung Kidul. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 20.
- Hartaty, H., & Menga, M. K. (2022). Pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan derajat Kesehatan masyarakat. *Abdimas Polsaka*, 16–21.
- Irianto, K. (2007). Menguak dunia mikroorganisme. *Bandung: CV. Yrama Widya*.
- Jaya, S. T., Wulandari, R. F., & Susiloningtyas, L. (2021). Pendidikan kesehatan PHBS kader kesehatan era new normal di Desa Darungan. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 162–166.
- Natsir, M. F. (2019). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga masyarakat desa parang baddo. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 54–59.
- Notoatmodjo, S. (1996). *Ilmu kesehatan masyarakat*.
- Ristiandi, R., Nurahmayani, B. H., Astagina, B. M., Burhan, B., Hanum, E., Sofia, L., Rahmatika, N. A., Rahman, S., & Wahyuningsih, W. (2023). Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Desa Pemongkong. *Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara*, 1, 818–822.
- Rofiki, I., & Famuji, S. R. R. (2020). Kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan untuk

- membiasakan PHBS bagi warga Desa Kemantren. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 628–634.
- Soemirat, J. (2002). *Kesehatan Lingkungan, cetakan kelima*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sukanty, N. M. W., Yunita, L., Rahmiati, B. F., Astawan, W. J., & Septian, D. (2023). Edukasi PHBS dalam Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat di Tatanan Rumah Tangga. *ADMA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(2), 253–260.
- Susianti, S., Windarti, I., & Zuraida, R. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Rumah Tangga di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *JPM (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Ruma Jurai*, 6(1), 1–5.
- Sutedjo, S. (2003). *Analisis Perilaku Masyarakat Dalam Penggunaan Jamban Keluarga. Pada Dua Desa Di Kabupaten Rembang*. Program Pasca Sarjana Universitas Diponegoro.
- Tarigan, D. L., Rahmawaty, R., & Afifuddin, Y. (2013). Pemetaan Hujan Asam Oleh Kegiatan Industri Di Kecamatan Medan Deli, Kota Madya Medan, Kawasan Industri Medan (KIM). *Peronema Forestry Science Journal*, 5(1), 184–190.
- Wardhana, W. A. (2004). *Dampak Pencemaran Lingkungan (Edisi Revisi)*. Yogyakarta: Penerbit Andi.