

## **PENGABDIAN MASYARAKAT TENTANG PHBS (PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEMBANTU SUMBER KARYA TAHUN 2025**

**Nurjuliati Sianturi, S.kep, Ns, M.Kep,**  
**Dosen Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut,Indonesia**  
e-mail:sianturinurjuliati9@gmail.com

**Cristin Magdalena Tinendung,**  
**Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan), Nim: 22008, 20722, Sumut,Indonesia**

e-mail: cristintinendung6@gmail.com

### **Abstrak**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah inisiatif untuk menguatkan masyarakat agar memahami, bersedia, dan mampu melakukan praktik hidup sehat serta aktif dalam membangun lingkungan yang bersih. Tujuannya adalah agar masyarakat mampu menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat. PHBS dapat diterapkan di berbagai tatanan, seperti di rumah tangga, sekolah, tempat kerja, fasilitas kesehatan, dan tempat umum. Dalam melakukan PHBS maka perlunya edukasi kepada masyarakat mengenai PHBS, oleh karena itu, pengabdian ini dilakukan dengan metode Focus Group Discussion (FGD) dengan 30 peserta dengan tujuan agar meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai PHBS. Pengabdian ini mendapatkan hasil bahwa pengetahuan peserta meningkat hal tersebut dapat dilihat dari pemahaman peserta mengenai konsep PHBS.

### ***Abstract***

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an initiative to strengthen the community to understand, be willing, and be able to practice healthy living and be active in building a clean environment. The goal is for the community to be able to help themselves in the health sector and play an active role in health activities in the community. PHBS can be implemented in various settings, such as in households, schools, workplaces, health facilities, and public places. In implementing PHBS, it is necessary to educate the community about PHBS, therefore, this community service was carried out using the Focus Group Discussion (FGD) method with 30 participants with the aim of increasing community knowledge about PHBS. This community service obtained results that the participants' knowledge increased, this can be seen from the participants' understanding of the PHBS concept.

## **1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah kumpulan perilaku yang diperlakukan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Sedangkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

di rumah tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau, dan mampu mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat (Depkes RI, 2007).

Salah satu perilaku penting dalam PHBS adalah perilaku membuang sampah. Perilaku membuang sampah sembarangan masih merupakan masalah perilaku yang membutuhkan perhatian dalam penyelesaiannya dengan melibatkan peran serta semua pihak terutama masyarakat melalui pemberdayaan masyarakat yakni agar masyarakat tahu, mau, dan mampu mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan khususnya dalam perilaku membuang sampah padatempatnya.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat merupakan pengertian lain dari PHBS (Proverawati dan Rahmawati, 2012).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat mempunyai berapa indikator salah satu indikator penting diantaranya adalah perilaku membuang sampah pada tempatnya. Perilaku buang sampah pada tempatnya merupakan perilaku yang mendukung terciptanya lingkungan yang sehat, sebaliknya jika perilaku buang sampah sembarangan akan mengakibatkan beberapa kondisi seperti apabila sampah dibuang dengan cara ditimbun saja akan menimbulkan bau dan gas yang berbahaya bagi kesehatan manusia, bila dibakar akan menimbulkan pengotoran udara. Selain itu kebiasaan membuang sampah di sungai dapat mengakibatkan pendangkalan yang demikian cepat, banjir juga mencemari sumber air permukaan karena pembusukan sampah tersebut (Proverawati dan Rahmawati, 2012).

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).

Cakupan indikator PHBS di Indonesia bervariasi setiap indikatornya. Hasil Survey Kesehatan Nasional (2004), pencapaian rumah tangga sehat berkisar 24,38%, masih jauh dari target minimal yaitu 65% pada tahun 2010. Cakupan persalinan oleh tenaga kesehatan masih sebesar 64% sedangkan target nasional adalah 90%. Jaminan pemeliharaan kesehatan masyarakat (JPKM) sangat rendah yaitu sebesar 19%, sedangkan target nasional sebesar 80%. Jenis sumber air sehat yang paling banyak digunakan adalah air sumur terlindung (35%), rumah tangga yang menggunakan dan memiliki jamban hanya sebesar 27% sedangkan target yang harus dicapai tahun 2010 adalah 85%. Asi eksklusif yang dikenal dengan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) baru mencapai 30%. Ditinjau dari gaya hidup sehat di masyarakat, perokok usia belia 5-9 tahun meningkat secara signifikan dari 0,4% tahun 2001 menjadi 1,8% pada tahun 2004.

Pemerintah Indonesia, melalui Kementerian Kesehatan, telah melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan penerapan PHBS, mulai dari penyusunan kebijakan, pemberdayaan masyarakat, peningkatan sarana sanitasi, hingga edukasi kesehatan secara

massif. Puskesmas sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama juga berperan penting dalam mendorong masyarakat agar menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan meningkatnya kesadaran dan penerapan PHBS di masyarakat, diharapkan akan terjadi penurunan angka kesakitan dan kematian akibat penyakit menular maupun tidak menular, serta meningkatnya produktivitas dan kesejahteraan masyarakat. Oleh karena itu, penerapan PHBS menjadi salah satu indikator penting dalam pencapaian pembangunan kesehatan nasional, termasuk dalam upaya mewujudkan masyarakat Indonesia yang sehat dan mandiri.

## 1.2 Tujuan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan masyarakat dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari.

## 1.3 .Luaran yang Diharapkan

Dengan adanya program pengabdian masyarakat oleh Akper Kesdam I/BB Binjai penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini juga bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku menuju kebiasaan hidup bersih, seperti mencuci tangan pakai sabun, menggunakan jamban sehat, mengelola sampah rumah tangga dengan benar, serta menjaga kebersihan lingkungan. Selain itu, penyuluhan ini diharapkan dapat memberdayakan masyarakat agar mampu menjadi agen perubahan di lingkungannya, sekaligus mendukung upaya pencegahan penyakit dan peningkatan derajat kesehatan secara menyeluruh di wilayah binaan.

## 2. METODE PELAKSANAAN

### 2.1 Pemilihan Responden

Responden Pengabdian kepada Masyarakat.

### 2.2 Alat dan Bahan

Alat bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

- Spanduk
- Laptop
- Video
- Kamera
- Tripot
- *Booklet*
- Poster
- Data sekunder kondisi umum masyarakat

### 2.3 Cara Pengumpulan Data

Data sekunder (Data kesehatan masyarakat Puskesmas sumber karya)

### 2.4 Analisis Data

Data yang diperoleh merupakan dalam PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) yang meliputi indikator seperti kebiasaan mencuci tangan pakai sabun, penggunaan

jamban sehat, pengelolaan sampah rumah tangga, serta konsumsi makanan bergizi. Data ini dikumpulkan melalui observasi langsung, wawancara, dan penyebaran kuesioner kepada masyarakat di wilayah kegiatan pengabdian.

### **3. Laporan Kegiatan**

Laporan kegiatan ini terdiri dari ; a. persiapan, b. pelaksanaan, c. penyuntingan laporan hasil pemeriksaan kondisi PHBS masyarakat, d. pembahasan dan pengelolahan data hasil observas, e. tindak lanjut kegiatan edukasi dan, f. luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

#### **3.1. Persiapan**

Persiapan dilakukan beberapa tahap :

##### **3.1.1 Koordinasi dengan Puskesmas Pembantu Sumber Karya Jl. Danau Tempe Lingkungan 10 Kelurahan Sumber Karya**

Koordinasi dengan Puskesmas pembantu sumber karya jl. Danau tempe lingkungan 10 kelurahan sumber karya . telah berlangsung sejak tahun 2021 dengan ditandatanganinya surat perjanjian kerjasama dalam bentuk MoU serta penugasan pengelolaan dan pembinaan keluarga masyarakat dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat (PKM) oleh pihak Pemko Binjai dan Kelurahan Sumber Karya kepada institusi Perguruan Tinggi dalam hal ini Akper Kesdam I/BB Binjai. Dalam rangka memenuhi program kerja dalam surat perjanjian kerjasama yang telah disepakati tersebut serta untuk menjaga kualitas masyarakat, maka untuk proses keberlanjutan dilaksanakan pembinaan keluarga masyarakat secara berkala dan teratur, yang dilaksanakan oleh Akper Kesdam I/BB Binjai.

##### **3.1.2 Koordinasi dengan pengurus organisasi masyarakat di Puskesmas Pembantu Sumber Karya Jl. Danau Tempe Lingkungan 10 Kelurahan Sumber Karya.**

Tim Akper Kesdam I/BB Binjai dalam memenuhi program yang telah tertuang dalam MoU, berkoordinasi dengan Ketua dan pengurus masyarakat di Puskesmas Pembantu Sumber Karya Jl. Danau Tempe Lingkungan 10 Kelurahan Sumber Karya. untuk membahas bentuk atau model pelaksanaan pada masyarakat. Berdasarkan hasil pembicaraan dalam persiapan dengan ketua dan pengurus organisasi masyarakat di Puskesmas Pembantu Sumber Karya Jl. Danau Tempe Lingkungan 10 Kelurahan Sumber Karya, maka disepakati untuk diadakan kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada masyarakat dengan cara melaksanakan penyuluhan.

- a. Waktu yang dapat disepakati bersama untuk pelaksanaan adalah, 04 Februari 2025 pukul 08.00 WIB-10.00WIB.

##### **3.1.3 Persiapan tim**

Persiapan tim dilaksanakan dalam aspek akademik dan logistik. Untuk aspek logistik,masing-masing anggota mendapatkan penugasan.

- a.Kelompok penyuluhan

Kelompok penyuluhan bertanggung jawab menyusun dan menyampaikan materi penyuluhan dan *booklet* yang berisi sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang akan terjadi dan panduan pencegahan (terlampir).

### **3.2. Pelaksanaan**

#### **3.2.1. Penyuluhan**

Penyuluhan dilaksanakan tanggal 04 Februari 2025 Puskesmas kelurahan sumber karya km 18 Binjai. Acara dimulai pada pukul 10.00 WIB setelah kegiatan senam masyarakat pada pukul 08.00 WIB.

#### **3.2.2. Pengumpulan data sekunder hasil penerapan kondisi umum PHBS**

Data tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dikelurahan sumber karya diperoleh dari data sekunder yang dikumpulkan melalui hasil kondisi lingkungan rumah tangga masyarakat berdasarkan laporan puskesmas seperti: kepemilikan dan penggunaan jamban yang bersih, saran mencuci tangan dengan sabun, dan cara pengelolaan sampa rumah tangga .

#### **3.2.3. Tindak Lanjut Kegiatan**

Sesuai dengan rencana, pada 04 Februari 2025 tim melakukan evaluasi hasil serta tanggapan atau respon ataupun pengetahuan para ibu masyarakat beserta keluarga dari kader yang bersedia untuk mengetahui adanya perkembangan situasi dan pengaruh penyuluhan yang telah diberikan.

Berkenaan dengan topik pada tulisan pengabdian Masyarakat ini, maka melalui kegiatan ini dilakukan penyuluhan edukasi pada masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di kelurahan Sumber Karya yang dilaksanakan pada tanggal 04 Februari 2025 yang diikuti oleh 30 peserta, yang terdiri dari masyarakat yang ada di Puskesmas Pembantu Sumber Karya jl. Danau tempe lingkungan 10 kelurahan sumber karya serta pengurus kelurahan. Kegiatan pengabdian ini pada saat pelaksanaan meminta kepada para peserta untuk mengisi daftar hadir peserta secara langsung disertai dengan saran dan manfaat yang mereka dapatkan dari kegiatan ini. Narasumber penyuluhan merupakan praktisi akademisi yang berasal dari mahasiswa/i Akper Kesdam I/BB Binjai dan Dosen yang menguasai persoalan di bidangnya.



**Gambar 1 :** Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)



**Gambar 2:** Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

## 4.HASIL DAN PEMBAHASAN

### 4.1 Hasil

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Tim Dosen dan mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai yaitu kegiatan penyuluhan serta demonstrasi penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Puskesmas Pembantu Sumber Karya Jl. Danau Tempe Lingkungan 10 Kelurahan Sumber Karya Binjai pada bulan Februari 2025 dan mendapatkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sudah dilaksanakan dan membawa dampak yang baik masyarakat dimana mereka mengerti dan memahami PHBS. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dimulai dari koordinasi internal pelaksanaan pengabdian bersama beberapa mahasiswa, kemudian koordinasi dengan pimpinan dan petugas Puskesmas Pembantu Sumber Karya Jl. Danau Tempe Lingkungan 10 Kelurahan

Sumber Karya Binjai, serta pelaksanaan pengabdian sampai pada evaluasi dan pembuatan laporan kegiatan pengabdian pada masyarakat.

Sebelum diberikan edukasi tentang pencegahanstunting dengan benar, tim pengabdi meminta siswa mempersiapkan *leaflet* dan media oleh siswa. Kemudian pengabdi memberikan edukasi tentang penyuluhan pencegahan PHBS. Selain itu, tim pengabdi juga menggunakan peragaan utuk memiliki pemahaman yang meningkatmengenaiapa itu stunting, penyebab stunting, ciri-ciri anak yang mengalami stunting, dampak stunting, pencegahan stunting.

## 4.2 PEMBAHASAN

Berdasarkan evaluasi yang dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah kegiatan serupa seharusnya dilaksanakan secara kontinu untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang tentang manfaat menjaga kesehatan tubuh dan lingkungan.

## 5.PENUTUP

### 5.1 Kesimpulan

Pengabdian masyarakat dengan topik “pengabdian masyarakat dalam Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Puskesmas Pembantu Sumber Karya Jl. Danau Tempe Lingkungan 10 Kelurahan Sumber Karya binjai” telah terlaksana dengan baik. Sambutan masyarakat sangat baik dan mengharapkan kegiatan serupa dilaksanakan secara rutin.

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan, masyarakat sudah mengetahui tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kegiatan ini berdampak postif bagi masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan dibidang kesehatan. Dengan diberikannya edukasi dan *leaflet* kepada masyarakat di Puskesmas Pembantu Sumber Karya Jl. Danau Tempe Lingkungan 10 Kelurahan Sumber Karya binjai sudah dapat memahami, mengaplikasikannya di kehidupan sehari-hari.

### 5.2 Saran

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda agar masyarakat dapat mengetahui cara perilaku hidup sehat dan bersih sehingga terwujud masyarakat yang sehat dan berdaya guna kedepannya.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Janis C, 2014. Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 30 Manado, Skripsi FKM UNSRAT:
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Petunjuk Teknis Perilaku Hidup Bersih Sehat di Rumah Tangga. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.
4. Maulana, H. (2009). Promosi Kesehatan. Jakarta: EGC.
5. Nurjuliati,S (2020).Gambaran Pengetahuan Ibu Terhadap Pengolahan Air minum Dalam Pencegahan Diare Di Dusun Sei benang Desa Mancang Kec. Selesai Kab. Langkat.Jurnal Kesehatan Bulit Barisan 2021
6. Nurfadillah, A. R. 2020. PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SEKOLAH. Edisi : Perdana / Bulan : November, 2.
7. Pedoman Umum Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat.
8. Riskesdas, (2014). Riskesdas Dalam Angka Provinsi Jawa Tengah 2013.

- Semarang: Dinas Kesehatan Jawa Tengah
9. Rosalia. (2015). Gambaran pengetahuan anak sekolah dasar di SD enempahembang, karya tulis tidak diterbitkan.
  10. Suhri M, 2014, Gambaran Sikap Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar Negeri Di Desa Gonilan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo, Universitas Muhammadiyah