

## Edukasi Praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Upaya Optimalisasi Pelayanan Kesehatan

<sup>a\*</sup>Sefia Karisma Putri, <sup>a</sup>Nabila Putri Iga Rachmadani,  
<sup>a</sup>Moch. Dana Nafsyah, <sup>a</sup>Indah Dwi Cahyaningsih, <sup>a</sup>Bagus  
Pramudya Wardhana, <sup>a</sup>Dhea Pratiwi, <sup>a</sup>Anjar Puspita Sari, <sup>a</sup>Muna  
Abiyyurozan, <sup>a</sup>Tegar Wahyu Nugroho, <sup>a</sup>Wulan, <sup>a</sup>Dyah Ratih  
Kartikasari, <sup>a</sup>Niken Probo Setya Ningrum, <sup>a</sup>Rika Dwi Lestari,  
<sup>a</sup>Rosi Budiani, <sup>a</sup>Eko Bagus Jatmiko, <sup>a</sup>Ferdian Tri Nugroho,  
<sup>a</sup>Shielsila Aprillia, <sup>a</sup>Tsalina Tsaniatul Mabruroh, <sup>a</sup>Dewi Zulaikah,  
<sup>a</sup>Bayu Dwi Cahyono, <sup>a</sup>Dila Ayu Tri Suhesti Ningrum, <sup>a</sup>Maylina A  
Girl Safitri, <sup>a</sup>Agus Budianto

<sup>a</sup>Universitas Nusantara PGRI Kediri

**Abstrak**—Program Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya pengenalan kesehatan yang bertujuan untuk masyarakat yang tinggal dilingkungan yang bersih dan sehat dengan menciptakan kondisi yang kondusif bagi masyarakat. Perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari seharusnya diterapkan oleh semua orang. Penulis memilih topik ini karena di kelurahan Ngadirejo fasilitas dan pelayanan kesehatan dan kebersihan lingkungan masih minim. Tujuan dari penyuluhan ini untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai PHBS ditingkat rumah tangga, serta memberdayakan masyarakat kelurahan Ngadirejo untuk menjaga kesehatan dan kebersihan dilingkungan sekitarnya. Hasil dari penyuluhan ini adalah mampu memyadarkan masyarakat akan pentingnya PHBS dan memberikan pengetahuan dalam penerapan PHBS pada kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci**—Perilaku, Hidup Bersih, Sehat, PHBS

**Abstract**—*The Clean and Healthy Living Behavior program is a health recognition effort that aims for people who live in a clean and healthy environment by creating conditions that are conducive to the society. Clean and healthy living behavior in everyday life should be applied by everyone. The author chose this topic because in Ngadirejo village, health facilities and services and environmental hygiene are still minimal. The purpose of this counseling is to increase the knowledge and understanding of the society about the Clean and Healthy Living Behavior at the household level, as well as empowering the Ngadirejo village to maintain health and cleanliness in the surrounding environment. The results of this counseling are able to make the community aware of the importance of the Clean and Healthy Living Behavior and provide knowledge in the application the role of clean and healthy living behaviour in everyday life.*

**Keywords**—*The Clean and Healthy Living Behavior*

This is an open access article under the CC BY-SA License.



---

***Corresponding Author:***

Sefia Karisma Putri  
Pendidikan Bahasa Inggris  
Universitas Nusantara PGRI Kediri  
[sefiaka.one365@gmail.com](mailto:sefiaka.one365@gmail.com)



## I. PENDAHULUAN

Program Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya pengenalan kesehatan yang bertujuan untuk masyarakat yang tinggal dilingkungan yang bersih dan sehat dengan menciptakan kondisi yang kondusif bagi masyarakat (Suprpto & Arda, 2021). Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan salah satu pengenalan kepada masyarakat tentang kesehatan setiap individu dapat tinggal dilingkungan yang bersih dan sehat dan membuat kondisi yang kondusif bagi individu, keluarga, kelompok, maupun masyarakat (Patilaiya & Rahman, 2018). Kebersihan lingkungan merupakan salah satu hal yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia dan unsur fundamental dalam ilmu kesehatan dan pencegahan, dan dapat menciptakan lingkungan yang sehat sehinggatidak mudah terserang penyakit. Hal ini dapat menciptakan suatu lingkungan bersih indah dan nyaman (Nuha, 2021).

Dengan melakukan penyuluhan terkait PHBS bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku agar dapat menerapkan hidup sehat, memelihara, dan meningkatkan kesehatan. Salah satu upaya untuk membantu masyarakat mengedali dan mengatasi permasalahan individu dalam tatanan masing-masing agar dapat menerapkan cara hidup sehat dan bersih dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan (Tentama & I.D., 2017). Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode yang diterapkan untuk tindakan preventif guna mengingatkan masyarakat pentingnya menjaga kesehatan (Prasanti, D., & Fuady, I., 2017). Kegiatan penyuluhan yang dilakukan pada masyarakat terutama para orang tua yang kurang memperoleh informasi kesehatan dan kebersihan lingkungan melalui media sosial, maka dengan melakukan kegiatan penyuluhan ini dapat memberikan informasi kesehatan dan kebersihan pada setiap individu.

Rumusan masalah dari beberapa hasil laporan penelitian tentang reset kesehatan dan kebersihan menunjukkan bahwa hanya terdapat 41% rumah tangga yang telah menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dari hasil persentase tersebut menunjukkan bahwa tingkat penerapan yang masih belum optimal. Demikian pula pada lingkungan masyarakat terutama di Kelurahan Ngadirejo fasilitas kesehatan dan praktik PHBS belum terlaksana sebagaimana mestinya. Berdasarkan dari analisis situasi dan data diatas maka penulis melakukan program pengabdian masyarakat ini untuk memperkuat gerakan dan peran pada masyarakat untuk melakukan praktik PHBS di tatanan rumah tangga dan lingkungan sekitar.

Pada Kelurahan Ngadirejo berada di wilayah Kota Kediri dengan fasilitas kesehatan hanya ada Puskesmas Pembantu (PUSTU), pelayanan kesehatan pada umumnya dilakukan di puskesmas atau memiliki fasilitas kesehatan. Mayoritas pekerjaan masyarakat di Kelurahan Ngadirejo yaitu sebagai pedagang dan buruh pabrik yang seharusnya memiliki pengetahuan terkait kesehatan dan kebersihan lingkungan (bkkbn, 2022). Namun informasi terkait hal

tersebut masih belum optimal, maka dijadikan sebagai sasaran untuk melakukan pengabdian masyarakat. Kegiatan penyuluhan PHBS ini diharapkan dapat meningkatkan optimalisasi pelayanan kesehatan dan kebersihan lingkungan di masyarakat setempat.

Namun, dalam sektor kesehatan, kelurahan Ngadirejo memiliki tenaga kesehatan yang kurang memadai. Hal ini berimbas pada penanganan terkait kesehatan dan pola hidup sehat yang ada di lingkungan masyarakat kurang optimal. Dari segi pelayanan kesehatan hanya berfokus pada pelayanan mendasar posyandu dan Puskesmas Pembantu, akan tetapi edukasi terkait pola hidup bersih dan sehat belum dilakukan. Dalam sektor kebersihan lingkungan terkait pengelolaan sampah tidak dilakukan dengan benar seperti, pemilahan sampah yang bisa didaur ulang dan sampah yang tidak bisa di daur ulang, dan tempat pembuangan sampah yang masih terbatas.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut maka dilakukannya kegiatan penyuluhan bagi warga kelurahan Ngadirejo untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai PHBS di tingkat rumah tangga, serta memberdayakan masyarakat kelurahan Ngadirejo untuk menjaga kesehatan dan kebersihan di lingkungan sekitarnya.

## II. METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di wilayah Kelurahan Ngadirejo, Kota Kediri. Metode yang digunakan adalah metode kaji tindak (*Action Research*) dengan melalui pendekatan program tindak partisipatif (*Participatory Action Program*) (Hartaty & Menga, 2022). Action Research yaitu metode yang menyadarkan masyarakat terkait potensi maupun masalah yang ada dan mendorong partisipasi masyarakat dalam kegiatan perubahan yang akan dilaksanakan (Qomar, Putri, Zahrotul, Aini, & Anjani, 2022). Sasaran pada kegiatan ini adalah masyarakat kelurahan Ngadirejo. Tahapan kegiatan ini terdiri dari tahapan persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi (Suprpto, 2021).

Tahap persiapan meliputi identifikasi masalah dan observasi. Tahapan pelaksanaan dilakukan dengan metode cermat yakni penyampaian materi dengan penyuluhan berupa sosialisasi terkait edukasi PHBS di lingkungan masyarakat. Tahap evaluasi meliputi penilaian pengetahuan dan penerapan masyarakat mengenai materi yang disampaikan. Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode yang disesuaikan kondisi lingkungan masyarakat di kelurahan Ngadirejo yaitu melakukan penyuluhan dan tanya jawab interaktif dengan masyarakat kelurahan.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) merupakan beberapa perilaku yang

dipraktikkan melalui kesadaran sebagai hasil pembelajaran (Tabi'in, 2020). Sasaran dari kegiatan penyuluhan ini yaitu warga kelurahan Ngadirejo. Kegiatan ini bekerja samadengan DLHKP dan Dinas Kesehatan untuk memberikan edukasi bagi masyarakat. Padapenyuluhan ini terdiri dari mahasiswa, staff kelurahan dan masyarakat sebagai peserta penyuluhan terkait PHBS di lingkungan masyarakat.

Tujuan dari penyuluhan PHBS yaitu untuk memberikan edukasi bagi masyarakat terkait kesehatan dan kebersihan lingkungan dikelurahan Ngadirejo dan bertujuan agar masyarakat memiliki wawasan yang lebih terkait PHBS. Dengan melakukan upaya memberikan edukasi terkait PHBS, diharapkan masyarakat semakin sadar akan pentingnya kesehatan dan kebersihan di lingkungan sekitar.

Penyuluhan PHBS ini dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 25 Februari 2024 bertempat di Aula Kelurahan Ngadirejo. Pada penyuluhan ini, narasumber memberikan wawasan kepada masyarakat yang berfokus pada praktik atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran untuk keluarga, kelompok atau masyarakat di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Narasumber dari Dinas Kesehatan memberikan wawasan kepada masyarakat terkait faktor maupun perilaku bagimasyarakat yang menunjang kesehatan masyarakat seperti pemanfaatan pelayanan kesehatan di masyarakat (Puskesmas Pembantu, Posyandu Balita), perilaku menggunakan air bersih dan mencuci tangan, pembiasaan makan sehat setiap hari,olahraga dan tidak merokok.

Narasumber dari DLHKP memberikan wawasan untuk masyarakat terkait permasalahan sampah dimasyarakat tentang sampah tercampur, buang sampah sembarangan, pola pengangkutan sampah terpilah yang belum terjadwal, pola hidup sederhana dan praktis. Dengan permasalahan sampah yang ada di masyarakat, memberikan wawasan kepada masyarakat tentang pentingnya memilah sampah dan selalu mengedepankan kebersihan untuk lingkungan sekitar.

Melalui materi yang disampaikan oleh Dinas Kesehatan dan DLHKP Kota Kediri dapat menyadarkan masyarakat untuk menerapkan PHBS, dibuktikan dengan pengakuan beberapa masyarakat bahwa penerepan terkait PHBS mereka belum melakukan dengan benar, namun setelah diadakanya penyuluhan ini masyarakat menjadi lebih mengerti dan paham untuk menerapkan PHBS dengan baik dan benar dalam kehidupan sehari – hari.

Gambar kegiatan penyuluhan mahasiswa KKNT UNP Kediri Kelompok 31 Kelurahan Ngadirejo dan masyarakat setempat berkolaborasi dengan Dinas Kesehatan dan DLHKP Kota Kediri tersaji pada gambar 1.



**Gambar 1.** Kegiatan Penyuluhan PHBs mahasiswa KKNT dan masyarakat

#### IV. KESIMPULAN

Melalui penyuluhan yang dilakukan oleh mahasiswa KKNT kelompok 31 kelurahan Ngadirejo dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan tidak akan bisa dipahami secara keseluruhan jika tidak disertai dengan contoh, hal ini juga memiliki hal yang sama dalam penerapan PHBS bagi individu, masyarakat dan lingkungan sekitarnya. Dalam penerapan PHBS ini akan berdampak pada kesejahteraan hidup bagi masyarakat Kelurahan Ngadirejo, Kota Kediri.

#### DAFTAR PUSTAKA

- bkkbn. (2022, October 3). *KELURAHAN NGADIREJO*. Retrieved from [kampungkb.bkkbn.go.id: https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/40184/kelurahan-ngadirejo](https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/40184/kelurahan-ngadirejo)
- Hartaty, & Menga, M. K. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Abdimas Polsaka: Jurnal Pengabdian Masyarakat Sandi Karsa* Volume 1 | Nomor 1 | Maret 2022 ISSN: 2829-162X, 16-21.
- Nuha, A. A. (2021). PROBLEMATIKA SAMPAH DAN UPAYA MENJAGA KEBERSIHAN LINGKUNGAN DI DUSUN KRAJAN DI DESA RANDUAGUNG KECAMATAN RANDUAGUNG KABUPATEN LUMAJANG. *Khidmatuna: Jurnal Pengabdian Masyarakat* Volume 1 No 2, 1-9.
- Patilaiya, H. L., & Rahman, H. (2018). PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT UNTUK

MENINGKATKAN KUALITAS KESEHATAN MASYARAKAT . *JURNAL PENGABDIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT* ISSN: 2549-8347 (Online), ISSN: 2579-9126 , 251-258.

- Prasanti, D., & Fuady, I. (2017). Penyuluhan Program Literasi Informasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Kualitas Sanitasi Bagi Masyarakat Di Kaki Gunung Burangrang Kab. Bandung Barat. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 1(2), 129–138.
- Qomar, M. N., Putri, L. D., Zahrotul, F., Aini, C. N., & Anjani, Y. (2022). PENINGKATAN KUALITAS UMKM BERBASISDIGITAL DENGAN METODE PARTICIPATORY ACTION RESEARCH (PAR). *Communnity Development Journal* , 74-81.
- Suprpto. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Era . *Abdimas Singkerru, Vol. 1, No. 1*, 1-7.
- Suprpto, & Arda, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Barombong. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)* e-ISSN 2797-1309,77-87.
- Tabi'in, A. (2020). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA ANAK USIA DINI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN COVID-19. *JEA (JURNAL EDUKASI AUD)*, 58-73.
- Tentama, F., & II.D, n. m. (2017). PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT ENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT KECAMATAN TUNTANG KABUPATEN SEMARANG JAWA TENGAH. *Jurnal Pemberdayaan, Vol.1, No. 1*, 13-18.