

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat di Kelurahan Batu Panjang Rupat

Maria Desfina Sitorus^{*1}, Sry Khayrani Br. Sinaga², Yupika³, Yuniati Efalingga⁴, Aldi Syahrul Khunaivi⁵, Anisa Siti Nurhasanah⁶, Elvira⁷, Raihan Syadza Suratman⁸, Annisa Jannata Firdausi⁹, Widari Cania¹⁰

^{1,2}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau, Indonesia

^{3,4}Fakultas Teknik, Universitas Riau, Indonesia

^{5,6,7,8}Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Riau, Indonesia

⁹Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Indonesia

¹⁰Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Riau, Indonesia

*e-mail: kknbatupanjangrupat@gmail.com¹

Abstrak

Kualitas kesehatan suatu wilayah dikatakan baik apabila dilihat dari kesadaran masyarakat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Rendahnya kesadaran masyarakat kelurahan Batu Panjang terhadap perilaku hidup bersih dan sehat di tengah kondisi air yang belum layak merupakan permasalahan yang perlu dibenahi. Dibutuhkan edukasi yang dapat meningkatkan kesadaran masyarakat. Pengabdian KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI bertujuan untuk menanamkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya perilaku hidup bersih melalui kegiatan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Metode yang digunakan berupa ceramah dan praktik PHBS di tingkat rumah tangga dan institusi pendidikan. Hasil dari kegiatan ini yaitu masyarakat dan siswa telah memahami dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

Kata kunci: Bersih, Kualitas Kesehatan, Sehat

Abstract

The health quality of an area is said to be good if it is seen from the public awareness of implementing clean and healthy living behavior (PHBS). The low awareness of the people of Batu Panjang village on clean and healthy living behavior in the midst of inadequate water conditions is a problem that needs to be addressed. Education is needed that can increase public awareness. The dedication of KUKERTA Integration Batu Panjang UNRI aims to instill public understanding of the importance of clean living behavior through socialization of clean and healthy living behavior (PHBS) as an effort to improve the quality of public health. The method used is in the form of lectures and PHBS practices at the household level and educational institutions. The result of this activity is that the community and students have understood and implemented clean and healthy living behaviors.

Keywords: Clean, Healthy, Health Quality

1. PENDAHULUAN

Kualitas kesehatan di suatu wilayah dikatakan baik apabila dilihat dari kesadaran masyarakat baik individu maupun kelompok dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Sesuai dengan data dari Kemenkes RI ditemukan 38,7% yang menerapkan PHBS baik tingkatan instansi pendidikan, tempat umum, dan rumah tangga, serta praktiknya juga belum terlaksana secara optimal (Patilaya & Rahman, 2018). Tujuan dari PHBS yaitu meningkatkan wawasan dan kesadaran untuk hidup bersih dan sehat serta kualitas sumber daya manusia, status gizi, dan pola hidup yang optimal (Esterina, 2018). Sejalan dengan data dan tujuan yang ditemukan, diperlukan gerakan yang akan memberikan wujud kontribusi dan mendukung suatu wilayah dalam memahami dan menerapkan praktik PHBS di tatanan rumah tangga dan instansi pendidikan.

Batu Panjang termasuk ibukota dari kecamatan Rupert yang memiliki luas daerah 32,00 Km² sesuai dengan diberlakukannya Undang-Undang Nomor 12 tahun 1956 Lembaran Negara Nomor 25 tahun 1956 (Maros & Juniar, 2016). Secara geografis, kelurahan Batu Panjang (01°42'53,9" LU 101°31'30,2" BT) berbatasan dengan Desa Hutan Panjang di sebelah utara, Kelurahan Tanjung Kapal di sebelah barat, Selat Rupert di sebelah selatan, dan di sebelah timur berbatasan dengan Kelurahan Terkul. Perbatasan ini dapat dilihat pada peta Gambar 1.



Gambar 1. Perbatasan-Perbatasan Kelurahan Batu Panjang
Sumber: Profil Kelurahan Batu Panjang Tahun 2019 Kecamatan Rupert Kabupaten Bengkalis

Di kelurahan Batu Panjang ditemukan persoalan yang perlu mendapat perhatian yaitu rendahnya perilaku hidup masyarakat yang bersih dan sehat di tengah kondisi air yang belum layak (Berwarna, berbau, dan mengandung pH air yang tidak normal) dan kurangnya kepedulian dalam mengikuti program-program yang memberikan preventif. Sementara itu, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) termasuk program yang penting untuk digalakkan supaya memberikan kesadaran kepada keluarga, kelompok atau masyarakat untuk menolong dirinya secara mandiri dan untuk berperan aktif mewujudkan kesehatan masyarakat (Lailiyah et al., 2021). Seperti yang tertera pada indikator PHBS, mencuci tangan menggunakan air mengalir dan memakai sabun, menggunakan fasilitas air bersih, tidak merokok di lingkungan sekolah, melaksanakan olahraga secara teratur, memberantas jentik-jentik untuk menimalisir nyamuk, mengukur berat badan dan tinggi badan, membuang sampah pada tempatnya, dan mengkonsumsi makanan sehat, merupakan program preventif (Wardhani et al., 2020). Terlebih lagi pada masa saat ini yaitu masa Pandemi COVID-19 yang melanda dunia perlu disadari bahwa kesehatan perlu dijaga dan terus menimalisir penularan virus.

Dengan pertimbangan yang disesuaikan dan dibutuhkan kondisi sasaran maka diperlukan pembenahan dengan melaksanakan kegiatan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Sosialisasi ini dilakukan untuk memberikan wawasan baru berupa pengarahan, tindak lanjut, proses yang dapat memberikan manfaat bagi pihak sasaran (Karyanto et al., 2020). Sosialisasi yang dimaksudkan dalam tindakan ini yaitu sosialisasi yang memberikan transfer kebiasaan yang akan menjadi penanaman pada diri bahwa perilaku hidup bersih dan sehat perlu dilakukan dan harapan dari sosialisasi ini yaitu membawa pengaruh baik bagi kesehatan masyarakat.

2. METODE

Kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI dilaksanakan di Kelurahan Batu Panjang Rupert selama 40 hari dimulai dari tanggal 13 Juli 2022- 21 Agustus 2022. Pelaksanaan metode yaitu disesuaikan dengan kondisi Kelurahan Batu Panjang sebagai berikut:

- a. Melaksanakan sosialisasi PHBS kepada siswa secara interaktif dengan pembahasan air bersih dan cara mencuci tangan agar siswa memahami pola hidup bersih dan sehat, bagaimana air bersih, dan memahami bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar sehingga terhindar dari virus penyakit.
- b. Melakukan penyuluhan kepada masyarakat setempat dengan bantuan Ibu PKK untuk memberi informasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat dengan menerapkan 3M (Menguras, Menutup, dan Mengubur) supaya kebersihan terjaga dan terhindar dari penyakit demam berdarah, dan mengkonsumsi makanan sehat.
- c. Melakukan gotong royong dan senam untuk menumbuhkan kesadaran dan kepedulian terhadap perilaku hidup bersih dan sehat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan survei tempat pengabdian untuk mengetahui kondisi wilayah yang ingin diberdayakan lebih baik lagi. Jadi, solusi yang disampaikan akan sesuai dengan kebutuhan yang ada tanpa menghilangkan fakta dari kepercayaan setempat. Dimana solusi yang akan dilakukan adalah “Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat di Kelurahan Batu Panjang Rupert”. Berikut pelaksanaan pertiap poin yang dilakukan oleh tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI:

- a. Melaksanakan sosialisasi PHBS kepada siswa

Pelaksanaan PHBS ini dilaksanakan sebagai edukasi siswa sekaligus penanaman kepada diri bahwa perilaku hidup bersih dan sehat perlu dilakukan. Pelaksanaan sosialisasi dalam instansi pendidikan di lakukan pada siswa SD dan SMA. Pelaksanaan sosialisasi pasti memiliki tahapan yaitu pra-sosialisasi, pelaksanaan, dan evaluasi.

Pada pelaksanaan di SD pra-sosialisasi berlangsung dari tanggal 22 Juli 2022 sampai tanggal 28 Juli 2022 dengan gambaran sebagai berikut:

- 1) Tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI melakukan persiapan dengan meminta izin kepada sekolah terlebih dahulu agar melaksanakan sosialisasi disertai surat pelaksanaan sebagai validasi sekolah dan mitra yang akan menjadi jembatan pelaksanaan kegiatan.



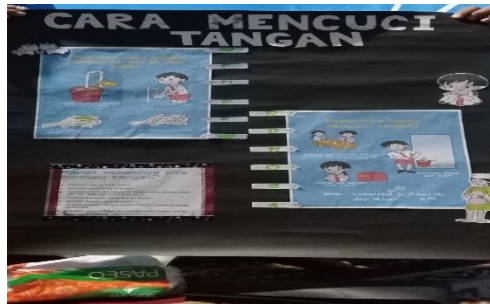
Gambar 2. Permohonan izin sosialisasi di SD Negeri 024 Rupert

- 2) Lalu meminta izin kepada Korwilcam Pendidikan dalam hal memberitahukan bahwa kami melaksanakan suatu kegiatan di dunia pendidikan.



Gambar 3. Pemberitahuan kepada Korwilcam Pendidikan

- 3) Setelah bagian administrasi terpenuhi, kami membuat persiapan dengan menyiapkan teori-teori yang dibutuhkan dan hal-hal yang perlu dipersiapkan agar siswa tertarik untuk mendengarkan dan interaktif dalam sosialisasi yang dilakukan.



Gambar 4. Persiapan media untuk pemaparan materi sosialisasi

Pelaksanaan sosialisasi dilakukan pada tanggal 29 Juli 2022 yang dihadiri oleh siswa kelas IV SD Negeri 024 Rupert dan pihak sekolah. Setelah pelaksanaan, tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI melakukan evaluasi untuk menentukan perbaikan dan pertahanan di kegiatan selanjutnya sehingga kesalahan dapat diminimalisir.

Tahapan yang membuat siswa tertarik dalam pelaksanaan sosialisasi antara lain:

- 1) Tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI menghadiri tempat sosialisasi dalam keadaan tersenyum lebar untuk memberikan suasana yang baik kepada siswa.
- 2) Persiapan dimulai dengan doa.
- 3) Memperkenalkan diri supaya siswa saling mengenal dan memberikan kesan percaya bahwa pelaksanaan sosialisasi akan berlangsung dengan menyenangkan dan memberitahu kepada siswa untuk selalu interaktif, mendengarkan, dan memperhatikan kakak yang sedang melakukan sosialisasi sebagai wujud menghargai dan apresiasi siswa. Dan diberitahukan bahwa setelah pemaparan materi akan diberikan tanya jawab dan hadiah untuk mengasah kembali pengetahuan siswa terhadap materi yang disampaikan.
- 4) Melaksanakan *ice breaking* (Wardhani et al., 2020) untuk mencairkan suasana siswa dan menjadi salah satu metode yang dapat mendekatkan diri kepada siswa yang dipandu oleh moderator.



Gambar 5. Ice breaking

- 5) Melakukan *brain storming* yaitu pemaparan materi dengan menggunakan media yang telah disediakan oleh tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI. Materi yang disajikan berupa pengenalan air bersih, cara mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun, pentingnya mengkonsumsi jajanan sehat, olahraga, dan membuang sampah pada tempatnya.



Gambar 6. Pemaparan materi

- 6) Setelah pemaparan materi, tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI menampilkan “Senam cuci tangan” sebagai praktek dari materi yang diberikan diikuti oleh seluruh siswa dan pihak sekolah yang berada di ruangan sosialisasi.



Gambar 7. Praktek senam cuci tangan

- 7) Lalu dibukanya sesi tanya jawab berhadiah yang menghasilkan 3 terbaik. Namun hadiah bukan hanya diberikan kepada terbaik saja melainkan seluruh siswa mendapatkan hadiah berupa *snack* sebagai wujud apresiasi telah ikut berpartisipasi, interaktif, mendengarkan, dan menghargai setiap kakak yang melakukan sosialisasi.



Gambar 8. Pemenang dalam sesi tanya jawab berhadiah

8) Ditutup dengan ucapan terimakasih dan doa.



Gambar 9. Dokumentasi bersama siswa



Gambar 10. Dokumentasi bersama pihak sekolah

Pada pelaksanaan di SMA pastinya berbeda dengan pelaksanaan di SD. Karena sifat dan karakter serta pemikiran yang berbeda memberikan tantangan lagi kepada tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI agar memberikan hasil yang memuaskan kembali seperti yang dilakukan pertama kali di SD. Pelaksanaannya juga dilakukannya pra-sosialisasi dengan meminta izin kepada pihak sekolah dan mempersiapkan materi serta membersihkan tempat sebagai tempat sosialisasi. Pra-sosialisasi ini dilakukan pada tanggal 18 Agustus 2022 sampai 19 Agustus 2022. Pelaksanaan sosialisasi dilakukan pada tanggal 20 Agustus 2022 dengan materi bahasan “Kebutuhan Air Bersih” di SMA Negeri 1 Rupert. Setelah pelaksanaan, evaluasi dilakukan agar menjadi evaluasi kepada tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI.



Gambar 11. Permohonan izin kepada pihak sekolah



Gambar 12. Persiapan sebelum sosialisasi



Gambar 13. Dokumentasi bersama siswa dan pihak sekolah SMA Negeri 1 Rupert

b. Melakukan penyuluhan kepada masyarakat

Penyuluhan kepada masyarakat merupakan bagian penting sebagai ujung tombak promosi kesehatan (Patilayi & Rahman, 2018). Penyuluhan ini dilakukan dengan bantuan kelurahan dan Ibu PKK dalam hal menyukseskan sosialisasi PHBS sekaligus menggalakkan kembali di masyarakat kelurahan Batu Panjang tentang kebersihan dengan menerapkan 3M (Menguras, Menutup, dan Mengubur). Pelaksanaan ini dilaksanakan pada tanggal 16 Agustus 2022.



Gambar 14. Dokumentasi sosialisasi bersama masyarakat Kelurahan Batu Panjang

c. Melakukan gotong royong dan senam

Gotong royong merupakan sebuah kebudayaan universal di Indonesia yang dapat memupuk semangat kerjasama dan saling bersinergi dengan baik untuk menggelorakan semangat nasionalisme serta menciptakan kehidupan yang aman, tenteram, dan damai (Tias et al., 2022). Pelaksanaan gotong royong dilaksanakan secara berkala dan diharapkan dapat berlanjut. Tujuan dari tindakan gotong royong yaitu membentuk nilai-nilai bangsa yang berkarakter dengan kebersamaannya, kekeluargaan dan persaudaraannya, keadilan, suka rela, tanggung jawab, sosial, tolong menolong, persatuan dan kesatuan dalam lingkungan bermasyarakat, dan berperan aktif membangun lingkungan yang lebih baik (Fusnika et al., 2022).



Gambar 15. Gotong royong bersama Danramil/004/Rupat



Gambar 16. Gotong royong bersama masyarakat Kelurahan Batu Panjang

Senam merupakan aktivitas yang dilakukan supaya tubuh menjadi sehat (Rahmawati & Huda, 2018). Pelaksanaan senam ini dilakukan secara bersama-sama berguna meningkatkan kebersamaan antar masyarakat Kelurahan Batu Panjang, memberi kesegaran jasmani, meningkatkan imunitas tubuh, mengurangi beban pikiran, aliran darah berjalan dengan lancar, dan otot-otot tidak kaku sehingga tubuhpun menjadi bugar (Siregar & Batubara, 2022). Pelaksanaannya dilakukan pertiap minggu baik di Kelurahan Batu Panjang atau di Kecamatan Rupat.



Gambar 17. Senam di Kelurahan Batu Panjang



Gambar 18. Senam di Kecamatan Rupat

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan yang dilakukan yaitu sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat diperoleh hasil bahwa siswa, sekolah, masyarakat, dan pihak kelurahan Batu Panjang sangat antusias dalam menggalakkan PHBS. Dapat dilihat bahwa siswa aktif dan mempraktekan kembali bagaimana cara mencuci tangan dengan baik dan benar, masyarakat mengikuti penerapan 3M (Menguras, Menutup, dan Mengubur), dan antusias masyarakat hadir dalam melaksanakan gotong royong supaya wilayah kelurahan Batu Panjang menjadi wilayah yang bersih dan asri, serta agar tubuh menjadi sehat dan bugar masyarakat juga turut hadir dalam kegiatan senam bersama baik yang diadakan di kelurahan Batu Panjang maupun di kecamatan Rupert.

Tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI berharap pelaksanaan kegiatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ini tetap digalakkan baik di instansi pendidikan maupun masyarakat luas di Kelurahan Batu Panjang sehingga dapat mengedukasi kelurahan lain untuk memahami pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat pada diri sendiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam pelaksanaan pengabdian selama 40 hari. Tim KUKERTA Integrasi Batu Panjang UNRI mengucapkan terimakasih kepada Pemerintah Kelurahan Batu Panjang, Kecamatan Rupert, Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau, Ibu PKK, dan Instansi Pendidikan yang telah menjadi mitra dalam pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Fusnika, Hartini, A., & Cahyati, M. A. (2022). Implementasi Nilai Gotong Royong dalam Kehidupan Bermasyarakat (Studi Kasus Kegiatan Kerja Bakti di RT/RW: 009/002 Dusun Keladan Tunggal Desa Mertiguna Kecamatan Sintang). *Jurnal Pekan*, 7(1), 15–28.
- Karyanto, B., Lombogia, F. M., & Hermawati, A. (2020). Mural Sebagai Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Kecamatan Karawaci, Kota Tangerang, Provinsi Banten. *Jurnal Aplikasi Dan Inovasi Ipteks Solidaritas*, 3(2), 54–61.
- Lailiyah, E. H., Hakim, D. A., & Alifah. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 di Desa Plosowahyu Kabupaten Lamongan. *Community Empowerment*, 6(2), 99–104.
- Maros, H., & Juniar, S. (2016). Gambaran Umum Kabupaten Bengkalis. *Skripsi*, 8, 1–23.
- Patilaiya, H. Ia, & Rahman, H. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 2(2), 251. <https://doi.org/10.30595/jppm.v2i2.2512>
- Rahmawati, A., & Huda, A. (2018). Senam Pagi untuk Membangun Motivasi Belajar Siswa Tunagrahita. *Jurnal ORTOPEdagogia*, 4(1), 26–32. <https://doi.org/10.17977/um031v4i12018p026>
- Siregar, R. A., & Batubara, N. S. (2022). Penyuluhan tentang Senam Sehat pada Anak di SDN Desa Labuhan Lebo Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(1), 51–55.
- Tias, S. A., Ayu, V. K., & Yunanda, W. W. (2022). Implementasi Nilai Gotong Royong Dalam Upaya Meningkatkan Rasa Nasionalisme Di Industri Pertahanan. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(1), 1244–1250. <http://journal.upy.ac.id/index.php/pkn/article/view/2702>
- Wardhani, S., Mahdalena, V., & Handayani, L. (2020). Sosialisasi PHBS dengan Media Komunikasi pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Mathla'ul Anwar Cilajim Desa Cipendeuy Kabupaten

Lebak, Banten. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 157-166.
<https://doi.org/10.30653/002.202051.275>