

**Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat**

Vol. 2, No. 1, April 2018, Hal. 20-27

ISSN: 2088 4559; e-ISSN: XXXX-XXXX

DOI:

## **PENINGKATAN KESEHATAN MELALUI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SEJAK DINI DI DESA HARGOMULYO GEDANGSARI GUNUNG KIDUL**

Suci Musvita Ayu<sup>1</sup>, Arif Kurniawan, M. Ainul Yaqin Ahsan, Achmad Khoirul Anam<sup>2</sup>

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta<sup>1</sup>

Email: [suci.ayu@ikm.uad.ac.id](mailto:suci.ayu@ikm.uad.ac.id)<sup>1</sup>

### **ABSTRAK**

Dampak dari pengetahuan dan pemahaman yang kurang tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi salah satu faktor penyebab tingginya kasus penyebaran penyakit menular seperti diare, DBD, kecacingan dan lain-lain. Manfaat dari mengenalkan PHBS sejak dini akan berpengaruh terhadap perilaku anak yaitu membangun kesadaran sehat pada anak. Metode yang digunakan adalah dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan secara langsung kepada masyarakat umum dan anak-anak khususnya dengan proses pembelajaran bermain sambil belajar. Hasil yang diperoleh adalah kegiatan penyuluhan dan pelatihan berjalan dengan baik dan peserta aktif mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan sampai selesai. Penyuluhan dan pelatihan dilakukan dengan interaktif antara narasumber dengan peserta pelatihan. Kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Hargomulyo dapat berjalan dengan baik dan lancar. Peserta antusias dan dapat bekerjasama dengan baik.

**Kata kunci:** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, penyuluhan, pelatihan

### **ABSTRACT**

*The impact of insufficient knowledge and understanding of PHBS is one of the factors causing high cases of the spread of infectious diseases such as diarrhea, dengue, helminthiasis and others. The benefits of introducing PHBS from an early age will affect children's behavior by building healthy awareness in children.*

*The method used is to provide counseling and training directly to the general public and children especially with the learning process of playing while learning.*

*The results obtained were counseling and training activities went well and active participants participated in counseling and training activities to completion. Counseling and training are conducted interactively between resource persons and training participants.*

*The conclusion of community service activities in the village of Hargomulyo can run well and smoothly. Participants are enthusiastic and can work well together.*

**Keywords:** Clean and healthy lifestyle, counseling, training

## PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau biasa juga disebut sebagai PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Hidup bersih dan sehat sendiri merupakan suatu hal yang seharusnya memang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh masyarakat sebagai salah satu cara menjaga kesehatannya. Mengingat kesehatan merupakan hal penting bagi setiap manusia mulai dari konsentrasi dalam bekerja dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Anak merupakan kelompok yang paling rentan terserang penyakit. Permasalahan perilaku kesehatan pada anak terutama usia dini (usia setelah kelahiran sampai dengan usia sekitar 6 tahun) biasanya berkaitan dengan kebersihan perorangan dan lingkungan. Penyakit yang sering muncul akibat rendahnya perilaku hidup bersih dan sehat antara lain cacangan, diare, sakit gigi, sakit kulit, gizi buruk, dan lain sebagainya (Khoirudin, dkk., 2015). Hal ini akan mempengaruhi tumbuh kembang anak dan kualitas kesehatannya (Banun, 2016).

Lokasi penelitian ini dilakukan di Desa Hargomulyo Kecamatan Gedangsari Kabupaten Gunungkidul, kondisi jaringan listrik bagi penduduk desa sudah cukup memadai, karena seluruhnya sudah terpasang jaringan listrik. Sementara itu, kondisi jaringan telekomunikasi bagi penduduk desa pun juga cukup baik. Beberapa jaringan provider telekomunikasi bisa didapatkan oleh penduduk, namun hanya satu provider yang dapat digunakan di desa tersebut (Pemkab gunung kidul, 2016). Dengan adanya akses komunikasi terutama melalui internet seseorang dapat dengan mudah mengakses informasi penting tentang fenomena kejadian di belahan dunia lain, tanpa harus berada di tempat tersebut. Padahal untuk mencapai tempat itu memakan waktu berjam-jam, namun hanya dengan memiliki alat komunikasi dengan konektivitas internet, informasi dapat diperoleh dalam hitungan detik. Kemudahan akses tersebut dapat meningkatkan pengetahuan pada seseorang (Diana, dkk., 2014). Namun, di Desa Hargomulyo dapat dikatakan masih terbatas akses karena hanya satu provider telekomunikasi yang dapat digunakan.

Transportasi umum yang melewati desa hanya ada 1, yaitu bus yang hanya melewati desa satu kali sehari. Bus tersebut digunakan sebagai fasilitas untuk pelajar dan pekerja yang pergi menuju Kota Yogyakarta. Kondisi prasarana jalan Desa Hargomulyo sebagian beraspal, sehingga bisa dilewati oleh kendaraan roda dua dan roda empat. Penduduk desa banyak yang sudah memiliki kendaraan pribadi baik sepeda motor maupun mobil, namun untuk dapat

mengakses ke kota/kabupaten membutuhkan waktu yang cukup lama karena jarak desa yang cukup jauh yaitu 35 kilometer dan jarak desa ke Provinsi 55 kilometer. Hal inilah yang menjadi keterbatasan masyarakat Desa Hargomulyo untuk bisa mendapatkan fasilitas yang lebih dibandingkan dengan fasilitas yang ada di desa (Pembab Gunungkidul, 2016).

Desa Hargomulyo memiliki 1 praktik dokter di Bulu dan 2 praktik bidan di Jambon dan Gedangan. Lalu, hanya terdapat 1 Puskesmas di Bulu. Hal ini sangat terbatas untuk menjangkau seluruh dusun di Desa Hargomulyo yang terdapat 14 dusun yaitu Balong, Bulu, Gedangan, Jambon, Jati Bungkus, Jatirejo, Jetis, Mangli, Ngasinan, Pace A, Pace B, Suru Kidul, Suru Lor, Suruh. Ada beberapa dusun yang cukup jauh jaraknya untuk mengakses ke tempat pelayanan kesehatan baik puskesmas maupun dokter dan bidan yang praktik (Pembab Gunungkidul, 2016).

Jumlah penduduk Desa Hargomulyo sejumlah 7317 orang dengan jumlah laki-laki 3474 orang dan perempuan 3495 orang. Jumlah tersebut dijelaskan lagi dengan jumlah penduduk berusia di bawah 5 tahun yaitu 541 orang; 5 – 9 tahun yaitu 466 orang; 10 – 14 tahun yaitu 541 orang; 15 – 19 tahun yaitu 560 orang; 25 – 49 tahun yaitu 2429 orang; 50 – 56 tahun yaitu 389 orang; 57 – 60 tahun yaitu 339 orang; dan lebih dari 60 tahun yaitu 1176 orang. Sebagian penduduk Desa Hargomulyo juga menempuh pendidikan yang layak, tercatat hanya 2212 orang yang tidak bersekolah. Sementara itu, sebanyak 2927 orang lulusan SD/MI/SR; 939 orang lulusan SLTP/MTs; 528 orang lulusan SMA/MA/SMK/MAK; 36 orang lulusan D1/D2/D3; 36 orang lulusan D4/S1; 20 orang lulusan Sarjana Muda/Sarjana/S1; 3 orang lulusan S2/S3; sedangkan 304 orang laginya belum sekolah atau masih TK. Hal ini dikarenakan fasilitas lembaga pendidikan yang ada di Desa Hargomulyo hanyalah PAUD/TK sejumlah 14 bangunan, SD sejumlah 4 bangunan, SMP sejumlah 3 bangunan, dan SMK sejumlah 1 bangunan. Sehingga, warga yang ingin menempuh pendidikan lebih tinggi diharuskan untuk pergi ke luar Desa atau bahkan ke Kota Yogyakarta itu sendiri (Pembab Gunungkidul, 2016).

Pekerjaan penduduk juga beragam, sebagian besar adalah petani atau buruh pertanian/non pertanian. Petani sejumlah 3065 orang, buruh pertanian/nonpertanian sejumlah 956 orang, lalu terdapat 80 orang sebagai pedagang, 41 orang sebagai PNS nonguru/nondosen, 21 orang wiraswastawan, 8 orang sebagai PNS guru/dosen, dan 981 orang tidak bekerja karena masih di bawah umur atau telah lanjut usia (Pembab Gunungkidul, 2016).

Berkaitan dengan lokasi penelitian adalah kondisi di Desa Hargomulyo Kecamatan Gedangsari masih terlihat kurangnya pelayanan umum dan kesehatan, lokasi yang cukup jauh untuk menjangkau keperkotaan, keterbatasan akses internet dan masih banyaknya masyarakat yang tidak bersekolah sehingga informasi terkait kesehatan masih perlu diperhatikan dan ditingkatkan. Dipilih penyuluhan dan pelatihan terkait PHBS sejak dini karena pentingnya informasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat sehingga secara mandiri mampu meningkatkan kesehatan, berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat dan mampu mencegah penyakit (Maryuni, 2013). Secara umum, program perilaku hidup bersih dan sehat bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, kelompok, keluarga, dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku sehingga masyarakat sadar, mau, dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat melalui pendekatan pimpinan (*advocacy*), bina suasana (*social support*), dan pemberdayaan masyarakat (*empowerment*) (Depkes RI, 2002).

Hal inilah yang menjadi program utama yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Harapannya adalah masyarakat umumnya dan anak-anak khususnya di Desa Hargomulyo dapat mengetahui pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini, agar dapat menumbuhkan kesadaran pada anak-anak akan pentingnya menjaga kesehatan diri sendiri.

## **METODE**

Metode pendekatan yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan mitra adalah dengan pelatihan, pendampingan, dan penyediaan sarana prasarana sebagai stimulasi terkait perilaku hidup bersih dan sehat di Desa Hargomulyo Kecamatan Gedangsari. Alat dan bahan yang digunakan adalah sabun untuk mencuci tangan, bubuk abate, LCD dan proyektor dan *soundsystem*.

Prosedur kerja untuk mendukung realisasi metode dilakukan penyuluhan terkait indikator perilaku hidup bersih dan sehat, pelatihan dan praktik secara langsung tentang beberapa indikator perilaku hidup bersih dan sehat dengan tujuan dapat mengetahui cara yang tepat dan contoh-contoh dalam praktik perilaku hidup bersih dan sehat, monitoring dan evaluasi untuk memastikan program berjalan dengan baik sesuai tujuan kegiatan.

## HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di balai Desa Hargomulyo Kecamatan Gedangsari dengan peserta adalah umum yaitu orang tua, remaja dan anak-anak Desa Hargomulyo. Pelaksanaan kegiatan adalah penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat dan pelatihan praktik secara langsung terkait beberapa indikator perilaku hidup bersih dan sehat. Berikut adalah foto foto kegiatan selama pelaksanaan pengabdian



**Gambar 1. Penyampaian Materi Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Desa Hargomulyo Kecamatan Gedangsari**

Pelatihan dan praktik secara langsung langkah-langkah cuci tangan yang baik dan benar bersama anak-anak di Desa Hargomulyo Kecamatan Gedangsari.



**Gambar 2. Praktik Cuci Tangan Bersama Remaja Desa Hargomulyo Kecamatan Gedangsari**



**Gambar 3. Senam Bersama Dengan Warga Desa Hargomulyo Kecamatan Gedangsari**



**Gambar 4. Penyuluhan Tentang Penggunaan Bubuk Abate Untuk Memberantas Jentik Nyamuk**

Pelatihan yang diberikan sebagian besar merupakan indikator-indikator perilaku hidup bersih dan sehat yang masih jarang diketahui oleh masyarakat dan jarang diterapkan oleh masyarakat. Seperti cara mencuci tangan dengan baik dan benar, terkadang sudah melaksanakan cuci tangan namun langkah-langkahnya masih kurang tepat. Dan pelatihan pemberian bubuk abate untuk membunuh jentik nyamuk dikarenakan kondisi geografis di gunungkidul yang diketahui bahwa tanah di gunungkidul sangat sulit menampung air sehingga pada bulan-bulan tertentu mengalami kekeringan, oleh karena itu pemberian bubuk abate ini cukup efektif jika dibandingkan dengan cara menguras bak mandi yang harus membuang air jika diterapkan pada daerah yang sulit menyimpan air. Dan pengetahuan serta praktik olahraga diberikan untuk meningkatkan kesadaran kepada masyarakat bahwa pentingnya menggerakkan tubuh minimal 30 menit setiap hari, yang hal ini masih belumbanyak diterapkan oleh masyarakat.

Secara keseluruhan pelaksanaan kegiatan dapat berjalan dengan lancar, semua peserta aktif mengikuti penyuluhan dan pelatihan serta bersemangat untuk menindak lanjuti pelatihan yang telah dilaksanakan. Kegiatan penyuluhan dan pelatihan perilaku hidup bersih dan sehat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat umumnyapada anak-anak khususnya untuk dapat menyadari pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat. Jenis pelatihan yang dilakukan cukup mudah untuk dilakukan oleh masyarakat dan mudah dipahami oleh anak-anak dan remaja, sehingga dapat diterapkan secara mudah kepada diri sendiri dan keluarga.

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Hargomulyo dapat berjalan dengan baik dan lancar. Peserta antusias dan dapat bekerjasama dengan baik. Barang yang disumbangkan adalah bubuk abate yang diberikan kepada peserta yang hadir untuk dapat diterapkan di rumah, dan sabun cuci tangan yang diberikan kepada remaja Desa Hargomulyo yang diletakkan di Balai Desa agar dapat dimanfaatkan oleh banyak orang dan dapat dikembangkan ditempat-tempat umum lainnya di Desa Hargomulyo.

## DAFTAR PUSTAKA

- Banun, T. S. (2016). Hubungan antara Pengetahuan PHBS dengan Pola Hidup Sehat Siswa di SD Tamanan. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. Edisi 14.
- Depkes RI. (2002). Panduan Manajemen PHBS Menuju Kabupaten/ Kota Sehat. Jakarta: Departemen Kesehatan
- Diana, F. M., Susanti, F., & Irfan, A. (2014). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 8, No. 1
- Kementrian Kesehatan RI. (2011). Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta: Kementrian Kesehatan
- Khoiruddin, Kirnantoro, & Sutanta. (2015). Tingkat Pengetahuan Berhubungan dengan Sikap Cuci Tangan Bersih Bersih Pakai Sabun Sebelum dan Setelah Makan Pada Siswa SDN Ngebel, Tamantirta, Kasihan, Bantul, Yogyakarta. *Journal Ners And Midwifery Indonesia*, Vol. 3 No. 3

Maryuni, A. (2013). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta : Trans Info Media

Pemkab Gunungkidul. (2016). kondisi geografi \_ pemerintah gunungkidul.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada :

1. Universitas Ahmad Dahlan sebagai penyumbang dana sehingga kegiatan PKM ini bisa berjalan dengan baik
2. Pemerintah Desa Hargomulyo yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses pelaksanaan kegiatan PKM
3. Forum Remaja Desa Hargomulyo yang sangat aktif berperan dalam pelaksanaan program PKM ini
4. Masyarakat dan anak-anak yang sangat aktif mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan program PKM ini