

Upaya Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Desa Tanjung Mekar Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Rumah Tangga

Isnayati¹, I Gusti Nyoman Ardana², Devi Yulianti³, Sarah⁴

^{1,2,3,4} Akademi Keperawatan Pelni Jakarta

Email: Pelniisnayati@yahoo.com, igustinyomanardana@gmail.com, devi yulianti@gmail.com, sarah@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan kesehatan tidak lepas dari perilaku kehidupan sehari-hari, usaha meningkatkan kesehatan masyarakat menjadi hal yang sangat penting. Salah satu usaha untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat memberikan pemahaman dan kesadaran masyarakat untuk menerapkan perilaku pola hidup bersih yang dimulai dari tingkat keluarga atau rumah tangga, dan masyarakat luas. Program pengabdian masyarakat yang diinisiasi oleh Akademi Keperawatan Pelni Jakarta dalam program Citarum Harum ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat untuk memiliki kesadaran tinggi dan potensi diri untuk menjaga kesehatan melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Rumah Tangga. Metode pelaksanaannya melalui kegiatan penyuluhan kepada masyarakat dan kader kesehatan, tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tingkat rumah tangga dan pemberdayaan kader dengan kegiatan menjaga kebersihan lingkungan. Kegiatan ini melibatkan masyarakat dan seluruh kader Kesehatan dan tokoh masyarakat di Tanjung Mekar Kerawang Barat. Dengan peserta berjumlah 46 orang. Hasil kegiatan menunjukkan ada peningkatan pengetahuan peserta dan seluruh peserta telah mampu untuk mencuci tangan dengan benar.

Kata Kunci : Pemberdayaan Masyarakat, penyuluhan, PHBS

ABSTRACT

Health problems are not separated from the behavior of daily life, efforts to improve public health is very important. One effort to achieve the public health degree gives the understanding and awareness of the public to implement the behavior of a clean lifestyle that starts from the family or household level, and the community is wide. Community Dedication program initiated by Pelni Jakarta Youth Academy in the program Citarum Harum aims to increase the knowledge and understanding of the community to have a high awareness and potential to maintain health through clean and healthy life conduct (PHBS) in households. Methods of implementation through counseling activities to the community and health cadres, about the conduct of clean and healthy living (PHBS) at the household level and empowerment of cadres with activities to maintain the cleanliness of the environment. This activity involves the community and all health cadres and community leaders in West Tanjung Mekar Kerawang. With the participants 46 person. Results showed there was an increase in knowledge of participants and all participants had been able to wash their hands properly.

Keywords: Community empowerment, counseling, PHBS

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya promosi kesehatan yang bertujuan setiap orang dapat tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat baik untuk perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat. Gerakan PHBS merupakan Langkah Awal Menuju Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat. Dengan PHBS akan merubah perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menjaga kesehatan diri sendiri. Sosialisasi atau penyuluhan PHBS ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan (Raksanagara & Raksanagara, 2015).

Melalui program pemberdayaan masyarakat Promosi kesehatan bertujuan memberdayakan individu, keluarga dan masyarakat untuk hidup bersih dan sehat, sehingga sasaran promosi kesehatan dilaksanakan melalui pemberdayaan individu, keluarga, kelompok atau masyarakat (Kemenkes RI, 2011). Pemberdayaan masyarakat merupakan bagian yang sangat penting dan bahkan dapat dikatakan sebagai ujung tombak untuk promosi kesehatan. Pemberdayaan akan lebih berhasil jika dilaksanakan melalui kemitraan serta menggunakan metode dan teknik yang tepat (Kemenkes RI, 2011). Penyuluhan kesehatan adalah salah satu metode yang dapat diterapkan untuk tindakan preventif guna mengingatkan masyarakat pentingnya menjaga kesehatan. Melalui metode penyuluhan maka pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok dan masyarakat luas. Kegiatan penyuluhan langsung ke masyarakat sebaiknya dilakukan pada masyarakat yang lingkungannya jauh dari jangkauan media informasi maupun fasilitas kesehatan.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bukan lah hal yang baru, karena hal ini sudah dicanangkan sejak tahun 1996, akan tetapi cakupan pelaksanaan PHBS diketahui masih rendah. Derajat kesehatan masyarakat yang masih belum optimal pada hakikatnya dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, perilaku masyarakat dan sistem pelayanan kesehatan yang masih kurang optimal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa determinan utama dari kurang optimalnya derajat kesehatan masyarakat selain disebabkan oleh kondisi lingkungan yang kurang sehat, hal ini juga disebabkan oleh perilaku masyarakat (Kemenkes RI, 2011). Pencapaian rumah tangga ber-PHBS tahun 2014, secara nasional persentase rumah tangga ber-PHBS sebesar 56,58 %. Pencapaian tersebut masih belum memenuhi target Rencana Strategis (Renstra) Kementerian Kesehatan tahun 2010-2014 yang menetapkan target 70 % rumah tangga ber-PHBS pada tahun 2014.

Salah satu kegiatan yang dilakukan Akademi Keperawatan Pelni Jakarta dalam menjalankan kegiatan Tematik Das Citarum Harum dan Tridarma Perguruan Tinggi ialah melakukan pengabdian masyarakat berupa “Sosialisasi Upaya Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Tanjung Mekar Melalui PHBS dalam Tatanan Keluarga”. Desa Tanjung Mekar adalah bagian integral sekaligus penyelenggara pemerintah terendah di bawah kecamatan Karawang Barat. Dengan membawahi 15 RW dan 45 RT dengan luas wilayah 2.368.400 m² dan jumlah penduduk 13.628 orang, berada pada wilayah

perkotaan, Kelurahan Tanjung Mekar jelas memiliki tantangan tersendiri dalam menyelenggarakan pemerintahan dan melayani kepentingan masyarakat.

Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat terhadap perilaku PHBS di tingkat rumah tangga, pentingnya cuci tangan serta mempraktekkan cara mencuci tangan yang benar. Salah satu manfaat tangan bersih agar terhindar dari penyakit menular.

2. MASALAH

Berdasarkan pengkajian dan hasil wawancara dengan Kepala Puskesmas Tanjung Mekar Karawang Barat dan program kerja dari Citarum harum terdapat beberapa permasalahan yang tergambar menjadi beberapa sub bidang di antara sub bidang kesehatan, membuang sampah dikali dan lahan kosong, Masih ada warga yang mendirikan tempat pembuangan kotoran manusia (jamban) di bantaran sungai / irigasi, Kurangnya kepedulian masyarakat terhadap lingkungan daerah tempat tinggalnya dapat dilihat dari banyaknya sampah yang masih berserakan dipinggir jalan.

Masyarakat Desa Tanjung Mekar sudah pernah dilakukan pelatihan Kader terkait dengan PHBS. Selama ini kader kesehatan yang sudah dibentuk cukup baik, tetapi kesadaran pemeliharaan kebersihan lingkungan masyarakat Desa Tanjung Mekar masih tergolong rendah, hal ini terlihat dari masih banyak masyarakat yang membuang sampah sungai dan lahan kosong, tidak tersedianya TPS atau tempat sampah di setiap wilayah RT/RW, masih adanya jamban dibantaran sungai/irigasi, kurang perdulinya masyarakat terhadap lingkungan, dan jauhnya puskesmas atau poliklinik.

Berdasarkan permasalahan ini dosen dan mahasiswa dari Akademi Keperawatan Pelni Jakarta bersama tim Kelurahan Desa Tanjung Mekar bersinergi untuk melakukan program pengabdian masyarakat dengan memberikan penyegaran tentang PHBS ditatanan Rumah tangga. Desa Tanjung Mekar akan dijadikan desa binaan Akper Pelni Jakarta bersama KKN Citarum Harum Sektor 19 yang diharapkan dapat dijadikan desa percontohan dalam mewujudkan "Masyarakat Sehat " khususnya di daerah Karawang Jawa Barat.

Lokasi Mitra



Gambar 1. Peta Lokasi Pengabdian Masyarakat

3. METODE

Metode FGD dan PLA merupakan metode dalam pemberdayaan masyarakat yang dikenal juga sebagai *learning by doing* atau belajar sambil bekerja (Ibnouf dkk, 2015). FGD dan PLA terdiri atas proses belajar melalui ceramah, diskusi, curah pendapat dan lain-lain. Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat diuraikan sebagai berikut.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan ini dimulai dari pembuatan proposal kegiatan, pembuatan materi edukasi dalam bentuk Power Poin , booklet edukasi dan persiapan role play cara pemberian edukasi. Tahap persiapan dimulai pada tanggal 6 November 2018. Pada tahap persiapan juga dilakukan koordinasi dengan LLDIKTI Wilayah III, Ketua Program CITARUM HARUM Sektor 19 dari Universitas Budi Luhur, Lurah Desa Tanjung Mekar dan para kader . Pada tanggal 18 November 2018 dilakukan briefing persiapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

2. Tahap pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat dimulai pada tanggal 20 November 2018. Kegiatan ini dihadiri oleh 46 orang kader dan tokoh masyarakat. Kegiatan dimulai pukul 08.30 dan berakhir pukul 13.00, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1 : Rincian Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Hari Tanggal	Jam	Kegiatan
20 November 2018	08.30-09.00	Registrasi
	09.00-09.15	Pembukaan dan Perkenalan
	09.15-09.30	Pengisian kwisioner Pre Test PHBS
	09.30-10.30	Pemberian materi
	10.30-10.45	Diskusi (FGD) dan PLA
	10.45-11.00	Pengisian kwisioner Pre Test PHBS
	11.00 -12.00	Diskusi Khusus dengan Kader Kesehatan
	12.00-13.00	Penutup dan ISOMA

Di akhir kegiatan, para peserta diberi *Hand sanitizer* dan Bersama sama melakukan cuci tangan yang baik dan benar serta diberikan booklet edukasi tentang PHBS ditatanan Rumah Tangga Seluruh tim terlibat dalam penyuluhan dan berperan aktif dalam kegiatan pengabdian masyarakat peserta juga antusias dengan materi yang diberikan.

3. Evaluasi.

a. Evaluasi Struktur

Jumlah peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah 58 orang. Waktu pelaksanaan sesuai dengan perencanaan pukul 08.30 - 13.00 WIB. Setting tempat dan alat sudah sesuai dengan yang direncanakan. Bahasa yang digunakan dalam penyampaian materi sudah komunikatif dan role play yang ditampilkan juga menarik bagi peserta. Peserta dapat memahami materi yang sudah disampaikan dan antusias untuk bertanya.

b. Evaluasi Proses

Peserta mengikuti kegiatan sampai selesai, serta berperan aktif dalam kegiatan dengan: aktif bertanya tentang hal yang tidak diketahui dan dipahaminya. Tim kegiatan pengabdian masyarakat hadir tepat waktu dan berperan sesuai dengan perannya dan dapat memfasilitasi peserta selama kegiatan berlangsung

c. Evaluasi Hasil

- 1) 100 % peserta mengetahui pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan,
- 2) 100% peserta mengetahui memberi bayi Air Susu Ibu (ASI) eksklusif,
- 3) 100% peserta mengetahui menimbang balita setiap bulan
- 4) 100% peserta mengetahui menggunakan air bersih
- 5) 100% peserta mengetahui mencuci tangan dengan air bersih dan sabun
- 6) 96 % peserta mengetahui menggunakan jamban sehat
- 7) 100% peserta mengetahui memberantas jentik di rumah sekali seminggu
- 8) 100 % peserta mengetahui makan buah dan sayur di rumah setiap hari
- 9) 100% peserta mengetahui melakukan aktivitas fisik
- 10) 96 % peserta mengetahui tidak merokok di dalam rumah.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah Tanjung Mekar Karawang Barat berupa Upaya Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Desa Tanjung Mekar Melalui kegiatan PHBS Di Rumah Tangga yang dilaksanakan pada tanggal 20 November 2018 berjalan dengan baik, dan dapat mengingatkan kembali pengetahuan tentang PHBS di rumah tangga. Hal ini tergambar dari hasil evaluasi pengukuran tingkat pengetahuan tentang PHBS di tingkat rumah tangga melalui pengujian pre test dan post test. Dengan kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang PHBS di rumah dari 89 % menjadi 96%, dari hasil penyuluhan setelah dilakukan evaluasi peserta mengetahui tentang PHBS di rumah tangga, tetapi sulit untuk mengaplikasikan, terkait perilaku dan keadaan lingkungan dan ekonomi.

Metode sosialisasi dengan penyuluhan memberikan pengaruh bermakna terhadap tingkat pengetahuan dan dengan pengetahuan PHBS yang dimiliki dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari termasuk penerapan PHBS untuk mencapai derajat kesehatan yang lebih baik (Anggoro, Harmianto, & Yuwono, 2018). Kegiatan penyuluhan merupakan salah satu media untuk menyampaikan informasi kesehatan terutama pada lokasi yang masih jauh dari jangkauan media informasi melalui akses literasi informasi kesehatan (Prasanti & Fuady, 2017). Kegiatan penyuluhan di desa Tanjung Mekar dimulai dengan pemberian materi, dilanjutkan dengan diskusi interaktif dengan masyarakat dan kader di desa Tanjung Mekar Karawang Barat meliputi pengenalan konsep PHBS dan pentingnya melakukan PHBS di tingkat rumah tangga. Dari kegiatan ini masyarakat dan kader diyakinkan manfaat melakukan PHBS di tingkat rumah tangga. Jika PHBS dilaksanakan dengan baik dapat memberikan manfaat langsung dalam keluarga yaitu lingkungan bersih dan keluarga menjadi sehat, sehingga tidak perlu mengeluarkan biaya untuk berobat yang cukup mahal. Selain itu karena meningkat kesehatannya produktivitas kerja setiap anggota keluarga akan meningkat dan anak akan tumbuh sehat dan cerdas.

Selain dengan penyuluhan pemberdayaan masyarakat dengan melibatkan masyarakat dan kader, masyarakat merasa diakui keberadaannya. Menurut (Mardikatoro & Soebinato, 2012) pemberdayaan masyarakat merupakan suatu proses partisipatif yang memberikan kepercayaan dan kesempatan kepada masyarakat untuk mengkaji tantangan utama pembangunan dan mengadakan kegiatan-kegiatan yang dirancang untuk mengatasi permasalahan di masyarakat.

Dari hasil diskusi interaktif masyarakat dan kader memahami manfaat langsung dari pelaksanaan PHBS di rumah tangga dan akan melaksanakan di keluarga masing-masing. . Karena Pemberdayaan masyarakat pada hakekatnya merupakan penciptaan suasana atau iklim yang memungkinkan potensi masyarakat berkembang. Logika ini didasarkan pada asumsi bahwa tidak ada masyarakat yang sama sekali tanpa daya, yang banyak masyarakat justru tahu tetapi tidak mau melakukan karena berbagai hal.

Dari hasil pemantauan program kerja yang dilakukan, yaitu penyuluhan PHBS di rumah tangga pada masyarakat di desa Tanjung Mekar Karawang Barat, dan pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan kesehatan

lingkungan diketahui bahwa tingkat partisipasi masyarakat untuk kegiatan ini cukup baik. Hal ini dapat diketahui dari tingkat partisipasi masyarakat yang hadir, aktif dalam menyimak dan berdiskusi dengan tim penyuluhan. Masyarakat antusias menanyakan masalah kesehatan yang menyangkut PHBS meliputi penggunaan jamban sehat, yang mana saat ini masih ada warga yang membuat jamban dibantaran sungai, serta masih banyaknya warga yang merokok didalam rumah. Setelah diberi penyuluhan peserta paham apa yang seharusnya dilakukan, sehingga akan tercapai tujuan masyarakat yang sehat. Kegiatan membersihkan lingkungan ditunjukkan dengan partisipasi masyarakat untuk terlibat langsung membersihkan lingkungan tempat tinggal mereka. Untuk melihat dampak nyata dari kegiatan program pengenalan PHBS dilakukan evaluasi kegiatan yang telah dilaksanakan. Sistem evaluasi yang dilakukan pada kegiatan ini adalah dengan turun meninjau ke beberapa rumah penduduk seminggu setelah penyuluhan. Tim pelaksana mengunjungi beberapa rumah warga untuk melihat pelaksanaan rumah tangga berPHBS. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat telah berusaha untuk menerapkan perilaku PHBS di rumah masing-masing.

Program pengabdian masyarakat dengan kegiatan penyuluhan praktek PHBS dapat dilanjutkan untuk diperkenalkan pada tatanan tempat fasilitas umum. Kegiatan pengabdian dan pemberdayaan kepada masyarakat ini juga melibatkan beberapa mahasiswa Akademi Keperawatan Pelni Jakarta. Tujuannya agar mahasiswa juga dapat memberikan contoh dan terlibat langsung ke masyarakat untuk mempraktekkan ilmu yang telah diperoleh di bangku kuliah.

Berikut gambaran pelaksanaan kegiatan :



Gambar 1. Registrasi / pengisian daftar hadir



Gambar 2. Pengisian Kwisiner PHBS (Pre Test dan Post Test)

Tahap awal dilakukan pengisian kwisiner terkait pengetahuan kader dan masyarakat tentang PHBS. Penyegaran PHBS pada kader dan diawali dengan proses pengenalan dan menanyakan sejauh mana pengetahuan masyarakat tentang PHBS ditatanan Keluarga.



Gambar 3. Penyampaian Materi PHBS di Keluarga

Materi penyuluhan pada masyarakat desa Tanjung Mekar adalah pengertian dan manfaat rumah tangga ber-PHBS. Rumah tangga yang ber PHBS adalah rumah tangga yang melakukan 10 (sepuluh) indikator program PHBS, yaitu: (1) pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan, (2) memberi bayi Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, (3) menimbang balita setiap bulan, (4) menggunakan air bersih, (5) mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, (6) menggunakan jamban sehat, (7) memberantas jentik di rumah sekali seminggu, (8) makan buah dan sayur di rumah setiap hari, (9) melakukan aktivitas fisik setiap hari, dan (10) tidak merokok di dalam rumah.

Masyarakat

KADER



Gambar 4. Gambar saat sedang diskusi

Edukasi merupakan suatu kegiatan yang terencana, bertujuan untuk mengubah pengetahuan, sikap atau perilaku seseorang (Smet, 2014). Pendidikan kesehatan merupakan usaha dan kegiatan untuk membantu individu, kelompok dan masyarakat dalam upaya peningkatan perilaku untuk mencapai kesehatan optimal menurut Notoatmojo, 2003.

Kegiatan edukasi PHBS dapat dilakukan bersama-sama dengan kegiatan yang ada dimasyarakat seperti posyandu, pengajian dan perkumpulan masyarakat lainnya. Penyuluhan PHBS di Keluarga merupakan kegiatan pemberi pengetahuan tentang perilaku Hidup Bersih dengan 10 indikatornya dengan harapan ada perubahan perilaku kearah sehat sehingga tercapai derajat kesehatan masyarakat yang optimal (Herijulianti dkk, 2001).

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dalam mewujudkan “Masyarakat Sehat melalui PHBS Keluarga” di Desa Tanjung Mekar Karawang Barat. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan dampak bagi peningkatan derajat kesehatan masyarakat di Desa Tanjung Mekar Karawang Barat antara lain meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang perilaku PHBS, mengetahui dan menyadari akan pentingnya ber-PHBS, serta terlibat langsung untuk melakukan PHBS di keluarga masing masing. Desa Tanjung Mekar Karawang Barat, dan dapat mempraktekkan perilaku phbs sehingga akan terhindar dari berbagai penyakit. menyadari dan mau meningkatkan dan menjaga kebersihan lingkungan sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat untuk mencapai kualitas kesehatan yang lebih baik.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2011). Rumah tangga sehat dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). Promosi kesehatan di daerah bermasalah kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Promosi kesehatan di daerah bermasalah kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Prasanti, D., & Fuady, I. (2017). Penyuluhan Program Literasi Informasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Kualitas Sanitasi Bagi Masyarakat Di Kaki Gunung Burangrang Kab. Bandung Barat. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 129-138.
- Raksanagara, A. S., & Raksanagara, A. (2015). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sebagai Determinan Kesehatan yang Penting pada Tatanan Rumah Tangga di Kota Bandung. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 1, 30-34.