

**PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)
TATANAN RUMAH TANGGA DI RW 14 DESA JAYARAGA
TAROGONG KIDUL KABUPATEN GARUT**

Udin Rosidin¹, Iwan Suhendar²

¹ Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Kampus Garut

² Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Kampus Garut

Email: udin.rosidin@unpad.ac.id; iwansuhendar04@gmail.com

ABSTRAK

Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang mengatur upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat atau disingkat PHBS di seluruh Indonesia dengan mengacu kepada pola manajemen PHBS, mulai dari tahap pengkajian, perencanaan, dan pelaksanaan serta pemantauan dan penilaian. Kita menyadari bahwa upaya tersebut bukanlah suatu hal yang mudah karena upaya tersebut berkaitan sangat erat dengan masalah perilaku sedangkan masalah perilaku merupakan masalah yang khas dan kompleks. PHBS dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari pada lingkungan sekitar, seperti lingkungan rumah tangga, sekolah, dan tempat kerja. PHBS pada tatanan rumah tangga merupakan bentuk perwujudan paradigma sehat dalam budaya hidup perorangan dan keluarga, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara dan melindungi kesehatannya.

Kata Kunci: Perilaku Hidup bersih dan Sehat, Rumah Tangga, Penyuluhan

ABSTRACT

Guidelines for the Development of Clean and Healthy Life Behavior as stipulated in the Regulation of the Minister of Health of the Republic of Indonesia Number: 2269 / MENKES / PER / XI / 2011 which regulates efforts to improve clean and healthy living behavior or abbreviated PHBS throughout Indonesia by referring to PHBS management patterns, starting from the assessment, planning and implementation phases and monitoring and assessment. We realize that these efforts are not an easy thing because these efforts are closely related to behavioral problems while behavior problems are typical and complex problems. PHBS can be applied in everyday life in the surrounding environment, such as the household, school and workplace environment. PHBS in the household order is a manifestation of a healthy paradigm in individual and family life culture, which aims to improve, maintain and protect its health.

Keywords: Clean and Healthy Behavior, Household, Counseling

1. PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan adalah bagian dari pembangunan nasional yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi tingginya (Depkes RI, 2004). Kemampuan hidup sehat merupakan hak asasi manusia dan merupakan intervensi untuk kehidupan yang produktif. Sehat juga merupakan prasyarat agar hidup kita menjadi berarti, sejahtera, dan bahagia. Untuk mewujudkan hal tersebut seseorang wajib menjaga, memelihara, melaksanakan dan meningkatkan paradigma sehat secara terus-menerus.

Paradigma sehat adalah cara pandang atau pola pikir pembangunan kesehatan yang bersifat holistik, proaktif antisipatif, dengan melihat masalah yang dipengaruhi oleh banyak faktor secara dinamis dan lintas sektoral, dalam suatu wilayah yang berorientasi kepada peningkatan pemeliharaan dan perlindungan terhadap penduduk agar tetap sehat dan bukan hanya penyembuhan penduduk yang sakit. Secara makro berarti bahwa pembangunan semua sektor harus memperhatikan dampaknya di bidang kesehatan, minimal memberikan sumbangan dalam pengembangan lingkungan dan perilaku sehat. Secara mikro berarti bahwa pembangunan kesehatan harus menekankan pada upaya promotif dan preventif, tanpa mengesampingkan upaya kuratif dan rehabilitatif.

Dalam rangka mengoperasionalkan paradigma sehat khususnya yang berkaitan dengan promosi kesehatan di Indonesia, Menteri Kesehatan Republik Indonesia membuat Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor : 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang mengatur upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat atau disingkat PHBS di seluruh Indonesia dengan mengacu kepada pola manajemen PHBS, mulai dari tahap pengkajian, perencanaan, dan pelaksanaan serta pemantauan dan penilaian.

Upaya tersebut dilakukan untuk memberdayakan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya sehingga masyarakat sadar, mau, dan mampu secara mandiri ikut aktif dalam meningkatkan status kesehatannya. Kita menyadari bahwa upaya tersebut bukanlah suatu hal yang mudah karena upaya tersebut berkaitan sangat erat dengan masalah perilaku sedangkan masalah perilaku merupakan masalah yang khas dan kompleks. PHBS dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari pada lingkungan sekitar, seperti lingkungan rumah tangga, sekolah, dan tempat kerja. PHBS pada tatanan rumah tangga merupakan bentuk perwujudan paradigma sehat dalam budaya hidup perorangan dan keluarga, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara dan melindungi kesehatannya.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran sendiri sehingga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan. Perilaku kesehatan ini dianggap penting karena menjadi penyebab masalah kesehatan. Selain itu, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

merupakan implemementasi mewujudkan hak asasi manusia, bisa dilakukan sejak usia dini, pembiasaan dalam hidup sehari-hari, dan akan memberikan contoh bagi masyarakat lain.(WHO). PHBS merupakan wujud keberadaan masyarakat yang sadar, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat (Departemen Kesehatan RI Pusat Promosi Kesehatan, 2000:4)

PHBS pada tatanan rumah tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar sadar, mau dan mampu melakukan PHBS untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya, mencegah risiko terjadinya penyakit dan melindungi diri dari ancaman penyakit serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat. PHBS tatanan institusi pendidikan adalah upaya pemberdayaan dan peningkatan kemampuan untuk berperilaku hidup bersih dan sehat di tatanan institusi pendidikan.

Tujuan kegiatan penyuluhan/pendidikan tentang PHBS Rumah Tangga adalah untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang cara hidup sehat, sehingga masyarakat dapat berperilaku hidup bersih dan sehat.

2. MASALAH

Hasil Riskesdas 2007 diketahui bahwa rumah tangga yang telah mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) baru mencapai 38,7%. Dalam Rencana Strategis (Renstra) Kementerian Kesehatan Tahun 2010-2014 menetapkan target 70% rumah tangga sudah mempraktekkan PHBS pada tahun 2014. Namun kenyataannya dalam Profil kesehatan Indonesia tahun 2014 disebutkan bahwa cakupan rumah tangga ber PHBS hanya 56,58 %. Persentase rumah tangga Ber- PHBS memang merupakan salah satu Indikator Kinerja Utama (IKU) dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes RI, 2012)

Cakupan rumah tangga berperilaku hidup bersih dan sehat di Jawa Barat berdasarkan data yang diperoleh dari profil data kesehatan Indonesia tahun 2014 yang dikeluarkan oleh kementerian kesehatan sebesar 51,40 %, dari 3.178.032 rumah tangga yang dipantau (Kemenkes RI, 2014). Posisi Jawa Barat berada pada nomor 12 dari 33 provinsi di Indonesia. Apabila kita amati angka tersebut ternyata angka jumlah rumah tangga di Jawa Barat yang melaksanakan PHBS jumlahnya dibawah angka nasional (56,58 %).

Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2014 jumlah rumah tangga yang berperilaku hidup bersih dan sehat di Kabupaten Garut tahun 2011 sebesar 58,20 %, tahun 2012 sebesar 33,80 % tahun 2013 sebesar 35 % dan tahun 2014 sebesar 51,70 %. Dari data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat masyarakat di Kabupaten Garut mengalami penurunan.



Gambar 2.1. Peta Lokasi Masjid As-sidiq RW 4 Desa Jayaraga Garut

3. METODE.

Subjek dalam pengabdian ini sasarannya adalah Masyarakat RW 04 Desa Jayaraga Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut dari mulai RT I, II, III dan IV. Tahap awal pelaksanaan kegiatan penyuluhan adalah pertama melakukan apersepsi kepada masyarakat tentang Pengetahuan seputar Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Tatanan Rumah Tangga untuk mengukur sejauh mana masyarakat memahami tentang PHBS tatanan rumah tangga.

Setelah dilakukan apersepsi masyarakat, selanjutnya menyampaikan materi penyuluhan dengan menggunakan Laptop dan LCD yang dibuat tentang pelaksanaan PHBS tatanan rumah tangga yang disertai dengan contoh gambar-gambar pelaksanaan PHBS, selanjutnya diskusi dan tanya jawab untuk menambah pemahaman sasaran terhadap isi materi yang disampaikan dan diakhiri pelaksanaan Reviewer dengan pertanyaan tentang materi yang sudah disampaikan untuk mengetahui sejauh mana memahami dan mengerti tentang materi PHBS tatanan rumah tangga.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Masjid As-Sidiq RW 04 Desa Jayaraga Garut dengan jumlah sasaran sebanyak 60 orang. Berikut gambar pelaksanaan penyuluhan:



Gambar 4.1. Penyampaian materi tentang PHBS Tatanan Rumah Tangga



Gambar 4.2. Diskusi dan tanya jawab tentang PHBS



Gambar 4.3. Diskusi dan tanya jawab tentang PHBS

Susunan acara sebagai berikut: Pembukaan oleh tokoh masyarakat dan agama sebagai anggota DKM mesjid As-Sidiq dengan isi penekanan maksud dan tujuan kegiatan penyuluhan; Sambutan oleh Ketua DKM mesjid As-Sidiq yang mewakili ketua RW 04 desa Jayaraga dengan isi sambutan tentang pentingnya memahami Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di tatanan rumah tangga dengan harapan apabila setiap rumah tangga di RW 04 sudah melaksanakan PHBS maka seluruh Masyarakat RW 04 akan sehat. Melakukan penyuluhan yang diawali dengan apersepsi terlebih dahulu; Hasil yang didapatkan menunjukkan sebagian besar masyarakat belum memahami secara jelas tentang PHBS rumah tangga kurang lebih sekitar 74%, sebagian kecil kurang lebih 26% masyarakat dapat mengetahuinya tetapi belum sampai ke tingkat pemahaman dalam pelaksanaan PHBS; pemberian materi penyuluhan tentang pemahaman dan pelaksanaan PHBS tatanan rumah tangga; Waktu penyuluhan dimulai tepat pada Jam 19.00 s/d 20.00 WIB; Setelah materi berakhir untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman masyarakat terhadap materi yang sudah diberikan, dengan cara diskusi dan tanya jawab, Adapun hasilnya menunjukkan begitu besarnya antusias masyarakat untuk memahami tentang PHBS yang ditunjukkan dengan banyaknya pertanyaan saat diskusi; penyuluhan diakhiri dengan review kembali materi yang sudah disampaikan dengan cara mengulang materi yang disampaikan oleh beberapa warga RW 04, dan terlihat adanya perubahan pemahaman tentang PHBS dan adanya keinginan untuk melaksanakan kegiatan PHBS tersebut dengan harapan rumah tangganya menjadi sehat. Konsentrasi masyarakat sangat penuh perhatian terhadap materi yang disampaikan terutama masalah kebiasaan meroko, dimana masih banyak warga masyarakat RW 04 yang selalu meroko di dalam rumahnya sendiri dengan tanpa memikirkan resiko yang akan terjadi pada anggota keluarganya.

Pelaksanaan penyuluhan ini tidak mendapatkan hambatan yang berarti, hal ini dikarenakan sebelumnya sudah merundingkan dengan ketua RW dan RT setempat serta dengan ketua DKM mesjid As-Sidiq. Kerjasama dan koordinasi yang baik dengan pihak tokoh masyarakat dan tokoh agama di sekitar lingkungan RW 04 sehingga sangat mudah untuk mengerahkan masyarakatnya untuk menghadiri kegiatan ini dan mengkoordinasikan dengan aparat desa setempat untuk permohonan izin pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang PHBS tatanan rumah tangga di RW 04.

5. SIMPULAN

Kesimpulan yang bisa ditarik dalam kegiatan ini adalah hampir seluruh warga masyarakat sebanyak 60 orang peserta aktif dalam kegiatan penyuluhan PHBS dengan tidak meninggalkan tempat selama kegiatan berlangsung sampai selesai. Adanya perubahan peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai PHBS yang diukur dengan hasil apersepsi dan review terjadinya peningkatan prosentase dari 74% yang awalnya belum mengetahui dan memahami menjadi hampir seluruhnya warga masyarakat yang hadir mengetahui dan memahaminya bahkan akan melaksanakan PHBS dengan tujuan agar rumah tangganya sendiri dalam keadaan sehat sesuai ketentuan yang tercantum dalam PHBS.

6. DAFTAR PUSTAKA

Ali Zaidin. (2010). *Pengantar Keperawatan Keluarga*. EGC.

Dinas Kesehatan Kabupaten Garut. (2015). *Pembangunan Kesehatan Kabupaten Garut tahun 2010-2014*.

Kementrian Kesehatan RI. (2012). *Rencana Strategis Kementrian Kesehatan 2010-2014*.

_____. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia 2013*.

_____. (2013). *PHBS Di Rumah Tangga*.

Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.

_____. (2010). *Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, Jogjakarta. Andi Offset.