

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Pengelolaan Sampah Di Lingkungan Masyarakat

Putu Ayu Dina Saraswati*¹, I Made Dwie Pradnya Susila²

^{1,2,3}STIKES Bina Usada Bali

E-mail: dhiinaadriana@gmail.com¹, dwiepradnya@gmail.com

Abstract

The level of public health can be achieved with a clean and healthy lifestyle behavior. Developed countries contribute rates of clean and healthy living behavior above 80%, developing countries are in the range of 40.6%. Based on 2017 Riskesdas data, the percentage of PHBS in Indonesia was around 60.8%, this achievement is still far from the target set at 70%. Indonesia's population is increasing in number. This also has an impact on the waste problem which is the final waste product of individuals or households. The aim of this service is to provide the public with an understanding of the importance of clean and healthy living behavior in implementing waste management to make the community environment healthier. The community agrees that keeping the living environment clean, done together, will make it easier to achieve a better level of public health.

Keywords: Counseling, Clean Healthy Living Behavior, Trash Management

Abstrak

Derajat kesehatan masyarakat dapat dicapai dengan tatanan perilaku hidup bersih dan sehat. Negara majumenyumbang angka perilaku hidup bersih dan sehat diatas 80%, negara berkembang berada dikisaran 40,6%. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2017 persentase PHBS di Indonesia sekitar 60,8%, pencapaian ini masih jauh dari target yang ditetapkan yaitu 70%. Penduduk Indonesia semakin meningkat jumlahnya. Hal ini berdampak juga pada masalah sampah yang merupakan hasil buangan akhir dari perseorangan ataupun rumah tangga. Tujuan dalam pengabdian ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam menerapkan pengelolaan sampah untuk menjadikan lingkungan masyarakat menjadi lebih sehat. Masyarakat menyetujui bahwa menjaga lingkungan tempat tinggal tetap bersih yang dilakukan secara bersama-sama akan memudahkan dalam mencapai derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik.

Kata kunci: Penyuluhan, Perilaku Hidup Bersih Sehat, Pengelolaan Sampah

1. PENDAHULUAN (TNR 12 pt)

Kebersihan lingkungan merupakan hal yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia dan merupakan unsur yang fundamental dalam ilmu kesehatan dan pencegahan. Kebersihan merupakan sebuah cerminan bagi setiap individu dalam menjaga kesehatan yang begitu penting dalam kehidupan sehari-hari (Gabur *et al.*, 2017). Kebersihan lingkungan merupakan suatu keadaan yang bebas dari segala kotoran dan penyakit, yang dapat merugikan segala aspek yang menyangkut setiap kegiatan dan perilaku lingkungan masyarakat, dimana kehidupan manusia tidak bisa dipisahkan baik lingkungan alam maupun lingkungan sosial (Supriyatno, 2021).

Derajat kesehatan masyarakat dapat dicapai dengan tatanan perilaku hidup bersih dan sehat. Negara majumenyumbang angka perilaku hidup bersih dan sehat diatas 80%, negara berkembang berada dikisaran 40,6%. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2017 persentase PHBS di Indonesia sekitar 60,8%, pencapaian ini masih jauh dari target yang ditetapkan yaitu 70% (Ardiyanti *et al.*, 2015). Penduduk Indonesia semakin meningkat jumlahnya. Hal ini berdampak juga pada masalah sampah yang merupakan hasil buangan akhir dari perseorangan ataupun rumah tangga (Andriyani, 2019). Masalah sampah rasanya tidak kunjung bisa diselesaikan dengan tuntas meskipun telah banyak upaya-upaya yang dilakukan oleh pemerintah diantaranya yaitu telah disediakan tempat pembuangan sampah di sekitar rumah warga tetapi banyak warga yang malas membuang sampah ke tempat pembuangan sampah, yang mengakibatkan rusaknya keindahan dan merugikan warga lain yang memanfaatkan sungai di arah hilirnya (Haryati, 2022). Masalah sampah merupakan

masalah yang rumit karena kurangnya pengertian masyarakat terhadap akibat-akibat yang dapat ditimbulkan oleh sampah. Indonesia merupakan salah satu Negara penyumbang sampah plastik terbanyak, karena disetiap kegiatannya masyarakat Indonesia selalu menggunakan kantong plastic (Risal *et al.*, 2022).

Sampah dapat merusak lingkungan, mengancam kesehatan manusia, dan mengganggu kehidupan hewan. Dalam beberapa dekade terakhir, jumlah sampah yang dihasilkan meningkat dengan pesat sebagai akibat dari pertumbuhan populasi manusia, urbanisasi, dan konsumsi yang meningkat (Anatolia, 2015). Sampah yang tidak dikelola dengan benar dapat menyebabkan berbagai masalah lingkungan, termasuk polusi udara dan air, kerusakan ekosistem, serta kerugian ekonomi dan sosial. Selain itu, sampah plastik menjadi salah satu jenis sampah yang paling sulit diuraikan dan sangat berbahaya bagi lingkungan dan kehidupan laut (Brotosusilo, 2020).

Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan tindakan yang serius untuk mengurangi jumlah sampah yang dihasilkan dan meningkatkan pengelolaan sampah yang baik. Tindakan ini dapat dilakukan oleh individu, masyarakat, dan pemerintah dengan cara mengubah kebiasaan konsumsi, meningkatkan kesadaran lingkungan, dan mengembangkan program pengelolaan sampah yang baik (Ruslana, 2022). Dengan mengadopsi tindakan-tindakan tersebut, kita dapat membantu menjaga kelestarian lingkungan, meningkatkan kualitas hidup, serta memberikan manfaat sosial dan ekonomi bagi masyarakat. Selaras dengan (Larasati *et al.*, 2020) menyatakan bahwa penyuluhan dan pelatihan PHBS serta pengolahan sampah efektif untuk mengatasi masalah PHBS dan sampah. Pemberian edukasi perlu diberikan karena masih banyak masyarakat belum paham akan pentingnya hidup sehat agar terhindar dari berbagai macam penyakit. Tujuan dalam pengabdian ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam menerapkan pengelolaan sampah untuk menjadikan lingkungan masyarakat menjadi lebih sehat (Hermawan, 2013).

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 9 September 2023 di Wantilan Desa Selat, Abiansemal. Mitra kegiatan ini adalah Perbekel Desa dengan total peserta yang hadir 85 orang yang terdiri dari siswa sekolah dasar hingga lansia.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa penyuluhan kesehatan, sosialisasi melalui media power point, pemberdayaan masyarakat dalam melakukan pembersihan sampah serta diakhiri games bersama masyarakat.

Untuk mewujudkan PHBS pada masyarakat di Desa Selat, dilakukan pengelolaan manajemen program PHBS melalui 3 (tiga) tahapan kegiatan yaitu pengkajian, perencanaan, sampai dengan pergerakan pelaksanaan.

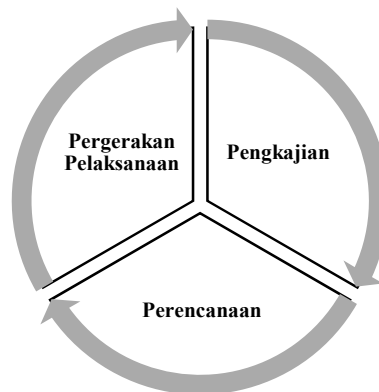
a. Tahap Pengkajian

Pengkajian bertujuan untuk menganalisis situasi untuk merumuskan masalah perilaku yang berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini diawali dengan melakukan pendekatan dengan perbekel desa untuk mendapatkan informasi pendukung yang memperkuat masalah yang ada di lapangan.

b. Tahap Perencanaan

Penyusunan rencana kegiatan PHBS dilakukan untuk menentukan tujuan dan strategi komunikasi PHBS. Berdasarkan masalah perilaku kesehatan membuang sampah di sembarang tempat, maka ditetapkan tujuan sebagai berikut:

- 1) Meningkatnya pemahaman masyarakat mengenai PHBS dan perilaku membuang sampah pada tempatnya.
 - 2) Meningkatnya kesadaran masyarakat untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari
 - 3) Rendahnya angka kejadian penyakit yang disebabkan oleh perilaku yang tidak bersih dan tidak sehat.
- c. Tahap Penggerakan Pelaksanaan
- Tahap pelaksanaan dilakukan dengan bantuan dari perbekel desa untuk mengumpulkan masyarakat di wantilan desa, serta beberapa tokoh penggerak masyarakat juga diundang saat penyuluhan.



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

PHBS merupakan kependekan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Sedangkan pengertian PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat (Nasiatin *et al.*, 2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat (KEMENKES, 2014).

PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari-hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat (Putri *et al.*, 2023). Terdapat Langkah-langkah berupa edukasi melalui pendekatan pemuka atau pimpinan masyarakat, pembinaan suasana dan juga pemberdayaan masyarakat dengan tujuan kemampuan mengenal dan tahu masalah kesehatan yang ada di sekitar; terutama pada tingkatan rumah tangga sebagai awal untuk memperbaiki pola dan gaya hidup agar lebih sehat (Hartini *et al.*, 2017).

Tujuan utama dari gerakan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu-individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat (Nawalia *et al.*, 2022). Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan (Haryati, 2022).

a. Penyuluhan Kesehatan

Penyampaian materi PHBS dilakukan di Wantilan Desa Selat oleh tim pengabdian masyarakat dengan peserta kegiatan adalah masyarakat di Desa Selat. Penerapan PHBS

diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang lebih sehat, dan untuk mencegah dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Indikator PHBS di tempat umum adalah; tidak merokok di tempat umum kecuali di tempat khusus yang telah disediakan, tidak meludah sembarangan, memberantas jentik nyamuk, selalu menggunakan air bersih untuk mencuci apapun, menggunakan jamban dan menjaga kebersihannya, menutup makanan dan minuman, dan membuang sampah pada tempat yang telah disediakan.



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan kepada Masyarakat di Wantilan Desa Selat

b. Giat Bersih Lingkungan

Dalam rangka melaksanakan salah satu indikator PHBS di tempat umum seperti memberantas jentik nyamuk dan membuang sampah pada tempatnya, setelah melakukan penyuluhan kesehatan, tim pengabdian masyarakat dibantu oleh perbekel Desa mengarahkan masyarakat untuk melakukan gotong royong bersih-bersih di beberapa titik sekitaran Desa.

Giat bersih dilakukan dengan membersihkan sampah-sampah yang berserakan di pinggir jalan. Sampah organik dan anorganik dikumpulkan dalam kantong terpisah untuk di kumpulkan di satu titik sehingga kemudian bisa di angkut oleh petugas kebersihan. Masyarakat terlibat aktif dalam kerja bakti membersihkan lingkungan. Masyarakat juga menyetujui bahwa menjaga lingkungan tempat tinggal tetap bersih yang dilakukan secara bersama-sama akan memudahkan dalam mencapai derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik.



Gambar 2. Penyerahan Alat Kebersihan Untuk Desa Selat



Gambar 3. Giat Bersih Di Lingkungan Desa Selat

c. Games Hiburan

Sebagai bentuk hiburan setelah melakukan giat bersih di beberapa titik Desa Selat, tim pengambas memberikan beberapa *games* untuk masyarakat Desa Selat berupa; lomba makan kerupuk, lomba jalan berpasangan dan balap karung. *Games* hiburan dilakukan setelah masyarakat diberikan konsumsi untuk makan siang dan jeda 60 menit. Masyarakat sangat antusias dalam mengikuti *games* hiburan yang disediakan oleh tim pengambas.



Gambar 4. Games Hiburan di Wantilan Desa Selat



Gambar 5. Penyerahan Hadiah Lomba *Games* Hiburan

4. KESIMPULAN DAN SARAN (TNR 12pt)

Desa Selat merupakan salah satu Desa binaan dari STIKES Bina Usada Bali. Desa ini terletak di daerah Abiansemal Kabupaten Badung. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini telah berjalan dengan baik berkat dukungan dan partisipasi dari masyarakat desa. Total peserta yang ikut berpartisipasi dalam kegiatan ini sejumlah 85 orang dari siswa/siswi sekolah dasar, ibu-ibu PKK serta para lansia. Masyarakat terlibat aktif dalam membersihkan lingkungan. Masyarakat juga menyetujui bahwa menjaga lingkungan tempat tinggal tetap bersih yang dilakukan secara bersama-sama akan memudahkan dalam mencapai derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik. Selanjutnya diharapkan adanya edukasi berkala dan dukungan para tokoh masyarakat setempat agar kegiatan PHBS dapat terus dilaksanakan untuk menjaga kesehatan keluarga dan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anatolia, L. (2015). Pengaruh Pengelolaan Sistem Pembuangan Akhir Sampah Dan Dampak Terhadap Kesehatan Masyarakat Di Desa Tibar, Kecamatan Bazartete, Kabupaten Liquiça, Timor-Leste. *Bumi Lestari*, 15(2), 115–124. file:///C:/Users/Acer/Downloads/b indonesia 2.pdf
- Andriyani, D. A. O., & Posmaningsih, D. A. A. (2019). Studi Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Pedagang Tentang Pengelolaan Sampah di Pasar Umum Ubud Kecamatan Ubud Kabupaten Gianyar Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Lingkungan (JKL)*, 9(1), 81–91. <https://doi.org/10.33992/jkl.v9i1.670>
- Ardiyanti, S., & Hartini, E. (2015). Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Akibat Kerja Pada Petugas Pengangkut Sampah Di Kecamatan Semarang Utara. *Fakultas Kesehatan Universitas Dian NuswaSntoro*.
- BrotoSusilo, A., & Handayani, D. (2020). Dataset on waste management behaviors of urban citizens in large cities of Indonesia. *Data in Brief*, 32, 106053. <https://doi.org/10.1016/j.dib.2020.106053>
- Gabur, M. G., Yudiernawati, A., & Dewi, N. (2017). Hubungan Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) terhadap Personal Hygiene Anak Usia Sekolah Di SDN Tlogomas 2 Malang. *Journal Nursing News*, 2(1), 533–542.
- Hartini, N., Ariana, A. D., Dewi, T. K., & Kurniawan, A. (2017). Improving urban environment

- through public commitment toward the implementation of clean and healthy living behaviors. *Psychology Research and Behavior Management*, 10, 79–84. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28352207> <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC5360394>
- Haryati. (2022). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan dan Aksi Masyarakat dalam Upaya Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Masyarakat Kelurahan Kambu Kota Kendari. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Meambo*, 1(July), 74–82. [file:///C:/Users/Royal Computer/Downloads/126-Article Text-158-1-10-20210115 \(1\).pdf](file:///C:/Users/Royal%20Computer/Downloads/126-Article%20Text-158-1-10-20210115(1).pdf)
- Hermawan, Y. (2013). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Lingkungan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Pelaksanaan Kesehatan Lingkungan Smp Negeri Tambaksari Kecamatan Tambaksari Kabupaten Ciamis. *Bumi Lestari*, 13(1), 166–173.
- KEMENKES, R. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2052/Menkes/Per/X/2011*. 2013.
- Larasati, O. S., Saraswati, A. A., Pitaloka, Y., & ... (2020). Penyuluhan Pola Hidup Bersih dan Pengolahan Sampah Masyarakat di Kampung Sangkrah Solo. *Engagement in Health*, 3(2), 339–344. <https://jceh.org/index.php/JCEH/article/view/93> <https://jceh.org/index.php/JCEH/article/download/93/86>
- Melani Putri, A., Rika Nofia, V., Herlina, A., Minas Sari, P., Sakti Angraini, S., & Happy Anggia Sari, D. (2023). Hubungan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Kesehatan Lingkungan Di Sdn 03 Koto Pulaui Tapan. *Jurnal Medika Udayana*, 12(1), 1–6. <http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>
- Nasiatin, T., Pertiwi, W. E., Setyowati, D. L., & Palutturi, S. (2021). The roles of health-promoting media in the clean and healthy living behavior of elementary school students. *Gaceta Sanitaria*, 35, S53–S55. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.12.015>
- Nawalia, C., Ningsih, F., & Tambunan, L. N. (2022). Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Kejadian Diare pada Balita: Relationship Between Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) with the Incidence of Diarrhea in Toddlers. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(2 SE-Articles), 78–85. <https://journal.umpr.ac.id/index.php/jsm/article/view/3858>
- Risal, M., Rahun, S., & Sali, A. (2022). *Factors Affecting The Implementation Of Clean And Healthy Family Behavior*. 10(1), 50–60.
- Ruslana, F. H., & Mulyono, S. (2022). The relationship of cultural values with clean and healthy life behaviour among Islamic boarding school students in Indonesia. *Journal of Public Health Research*, 11(2), 83–86. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2739>
- Supriyatno, M. . (2021). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19*. 1–22. <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/>