

PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT KEPADA KOMUNITAS DI WILAYAH PUSKESMAS BOTTENG

Ahmad¹, Zamli², Sudirman Sainuddin³

ahmadcakep86@gmail.com¹, zamlizam2019@gmail.com², sudirmansainuddin@gmail.com³

Universitas Mega Buana Palopo

ABSTRAK

Latar Belakang: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan pilar penting dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Namun, di wilayah kerja Puskesmas Botteng, Kabupaten Mamuju, masih ditemukan rendahnya praktik PHBS, seperti tingginya angka diare pada balita (85 kasus per 1.000 penduduk) dan rendahnya cakupan cuci tangan pakai sabun (55%). Tujuan: Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang PHBS melalui penyuluhan interaktif. Metode: Penyuluhan dilaksanakan pada 25 Juli 2025 di Gardu Komunitas Domino MJ dengan metode ceramah, diskusi, pembagian leaflet, dan video edukasi. Peserta berjumlah 15 orang dari komunitas setempat. Hasil: Antusiasme peserta tinggi dengan peningkatan pemahaman mengenai 10 indikator PHBS, termasuk sanitasi dan CTPS. Evaluasi menunjukkan partisipasi aktif dalam diskusi dan komitmen untuk menerapkan PHBS. Kesimpulan: Penyuluhan berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan pengetahuan PHBS. Kolaborasi dengan puskesmas dan penggunaan media visual direkomendasikan untuk program berkelanjutan.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat, Penyuluhan Kesehatan, Puskesmas Botteng.

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu pilar utama dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. PHBS tidak hanya berdampak pada penurunan angka kesakitan dan kematian, tetapi juga meningkatkan produktivitas dan kualitas hidup. Namun, di wilayah kerja Puskesmas Botteng, Kabupaten Mamuju, Provinsi Sulawesi Barat, masih ditemukan berbagai permasalahan kesehatan yang berkaitan dengan rendahnya praktik PHBS.

Berdasarkan data Profil Kesehatan Kabupaten Mamuju tahun 2023, beberapa indikator kesehatan di wilayah Botteng menunjukkan kondisi yang memprihatinkan, Angka diare pada balita mencapai 85 kasus per 1.000 penduduk, lebih tinggi dari rata-rata kabupaten (70 per 1.000), ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut) menjadi penyebab kunjungan tertinggi di Puskesmas Botteng, dengan 1.200 kasus tercatat dalam 6 bulan terakhir., Hanya 45% rumah tangga yang memiliki akses terhadap sanitasi layak, sementara 30% masih melakukan praktik buang air besar sembarangan (BABS).Cakupan cuci tangan pakai sabun (CTPS) hanya 55%, jauh di bawah target nasional (70%).

Faktor-faktor seperti kurangnya pengetahuan masyarakat, keterbatasan sarana air bersih, dan budaya hidup tidak sehat turut memperparah kondisi ini. Selain itu, tingkat ekonomi yang rendah dan akses terbatas terhadap informasi kesehatan membuat upaya promosi PHBS menjadi tantangan tersendiri. Olehnya itu kami menganggap penting untuk melaksanakan penyuluhan kepada beberapa komunitas yang ada di wilayah kerja puskesmas botteng.

METODOLOGI

Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, pembagian leaflate dan share video edukasi kesehatan. Materi disampaikan menggunakan bahasa yang sederhana dan didukung dengan media visual seperti leaflet agar lebih mudah dipahami.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan telah terlaksana dengan baik pada tanggal 25 Juli 2025 di gardu Komunitas Domino MJ, wilayah kerja Puskesmas Botteng, Kecamatan Simboro, Kabupaten Mamuju. Acara berjalan lancar dengan antusiasme tinggi dari peserta yang hadir. Waktu pelaksanaan Hari/Tanggal: Jum'at, 25 Juli 2025 pukul 09.00–12.00 WITA di Gardu Pertemuan Komunitas Domino MJ jumlah peserta 15 Orang dari anggota komunitas

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini telah mencapai tujuan dengan baik, yaitu meningkatkan pengetahuan peserta tentang topik yang disampaikan. Antusiasme dan partisipasi aktif menunjukkan bahwa metode yang digunakan cukup efektif, meskipun terdapat beberapa hal yang perlu diperbaiki untuk kegiatan selanjutnya. Diharapkan, upaya promotif dan preventif seperti ini dapat terus dilaksanakan guna meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Botteng.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan dengan tema "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)" yang dilaksanakan pada 25 Juli 2025 di Gardu Komunitas Domino MJ telah berhasil mencapai tujuan utama, yaitu:

Peningkatan Pengetahuan Peserta – Melalui metode ceramah interaktif dan diskusi, peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya PHBS, termasuk cuci tangan pakai sabun (CTPS), pengelolaan sampah, dan sanitasi lingkungan.

Peningkatan Kesadaran Masyarakat – Peserta menyadari bahwa perubahan perilaku kecil dapat berdampak besar pada kesehatan keluarga dan lingkungan.

Partisipasi Aktif Komunitas – Kehadiran 15 anggota komunitas dengan antusiasme tinggi menunjukkan bahwa masyarakat terbuka terhadap edukasi kesehatan.

Dukungan dari Puskesmas Botteng – Kolaborasi dengan tenaga kesehatan setempat memperkuat validitas materi yang disampaikan.

Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan penyuluhan langsung di tingkat komunitas efektif dalam menyebarkan informasi kesehatan, terutama di wilayah kerja Puskesmas Botteng yang membutuhkan intervensi promotif dan preventif.

Saran

Berdasarkan evaluasi kegiatan, beberapa rekomendasi untuk perbaikan dan keberlanjutan program adalah:

Untuk Pemerintah dan Puskesmas

Penyelenggaraan Kegiatan Berkala – Penyuluhan serupa perlu dilakukan minimal 3 bulan sekali dengan variasi tema (misalnya gizi, pencegahan stunting, atau penyakit menular) untuk menjangkau lebih banyak masyarakat.

Kolaborasi Multisektor – Melibatkan kader posyandu, tokoh agama, dan sekolah untuk memperluas jangkauan sosialisasi.

Penyediaan Sarana Pendukung – Puskesmas dapat memfasilitasi alat peraga (poster, leaflet) atau bantuan teknis (sound system) untuk meningkatkan kualitas penyuluhan.

Untuk Komunitas Domino MJ

Pembentukan Kader Kesehatan Lokal – Masyarakat didorong untuk membentuk kelompok kader kesehatan yang bertugas mengingatkan dan memantau praktik PHBS di lingkungannya.

Inisiatif Swadaya – Komunitas dapat mengadakan kerja bakti rutin untuk menjaga kebersihan lingkungan sebagai tindak lanjut penyuluhan.

Mahasiswa

Evaluasi Berkelanjutan – Melakukan pre-test dan post-test secara sistematis untuk mengukur dampak penyuluhan.

Pendekatan Kreatif – Menggunakan media visual (video pendek, demo langsung) atau games interaktif agar penyampaian materi lebih menarik.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan RI. (2021). Pedoman Umum Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga. Jakarta: Kemenkes RI.

Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.

Proverawati, A., & Misaroh, S. (2019). PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). Yogyakarta: Nuha Medika.

Maulana, H. D. J. (2020). "Efektivitas Penyuluhan Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan PHBS di Masyarakat". *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 45-53. <https://doi.org/xxxxx>

World Health Organization (WHO). (2022). Guidelines on Sanitation and Health. Diakses dari <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514705>

Kementerian Kesehatan RI. (2023). Buku Saku PHBS. Diakses dari <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>.