

PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PHBS PADA MASYARAKAT PESISIR PANTAI KARANG PANAS

Mila Aulia Putri, Sukma Ramdania, Maulida Husnusyifa, Yola Almagfira, Salman Alfarizi,

M.Zulkifli, Diki Kurniawan

Universitas Pendidikan Mandalika,
Alamat Jl. Pemuda No. 59A, Dasan Agung Baru, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat

Penulis Korespondensi: milaaulia@gmail.com

Abstract: Coastal communities in Karang Panas Beach, South Ampenan District, still face various health problems such as diarrhea, acute respiratory infections (ARI), intestinal worms, and dengue hemorrhagic fever (DHF). These conditions are closely related to the low implementation of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in household settings. Based on field observations and direct interviews, it was found that most housewives in the area did not yet understand the indicators of PHBS. This community service activity aimed to improve the knowledge and attitudes of housewives through health education using poster media. The materials covered handwashing with soap, use of healthy latrines, nutritious food consumption, physical activity, no smoking inside the house, and home environmental hygiene. Evaluation was conducted using pre-test and post-test questionnaires. The results showed a significant improvement in participants' knowledge after receiving counseling. Health counseling using poster media proved effective as an effort to improve PHBS knowledge among coastal communities.

Keywords: health counseling; PHBS; coastal communities; housewives

Abstrak: Masyarakat pesisir pantai Karang Panas, Kecamatan Ampenan Selatan, masih banyak yang menghadapi masalah kesehatan seperti diare, ISPA, cacingan, dan DBD. Kondisi ini erat kaitannya dengan masih rendahnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan rumah tangga. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara langsung di lapangan, ditemukan bahwa sebagian besar ibu rumah tangga di wilayah tersebut belum memahami secara baik tentang indikator-indikator PHBS. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga melalui penyuluhan kesehatan menggunakan media poster. Materi yang disampaikan meliputi cuci tangan pakai sabun, penggunaan jamban sehat, konsumsi makanan bergizi, aktivitas fisik, tidak merokok di dalam rumah, dan kebersihan lingkungan rumah. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang bermakna pada peserta setelah diberikan penyuluhan. Penyuluhan kesehatan dengan media poster terbukti efektif sebagai upaya peningkatan pengetahuan PHBS pada masyarakat pesisir.

Kata kunci: penyuluhan kesehatan; PHBS; masyarakat pesisir; ibu rumah tangga

PENDAHULUAN

Wilayah pesisir memiliki karakteristik tersendiri yang membedakannya dari daerah perkotaan maupun pedesaan pada umumnya. Masyarakat yang tinggal di kawasan pesisir cenderung memiliki keterbatasan dalam hal akses terhadap layanan kesehatan, tingkat pendidikan yang relatif rendah, serta kondisi lingkungan yang rentan terhadap berbagai penyakit berbasis lingkungan. Hal ini menjadikan masyarakat pesisir sebagai salah satu kelompok yang perlu mendapat perhatian khusus dalam upaya peningkatan derajat kesehatan.

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan secara langsung di kawasan pesisir pantai Karang Panas, Kecamatan Ampenan Selatan, ditemukan beberapa masalah kesehatan yang cukup menonjol di masyarakat. Penyakit diare, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), cacingan, dan demam berdarah dengue (DBD) menjadi keluhan yang paling sering ditemui. Selain itu, dari hasil pengamatan lapangan juga terlihat bahwa kondisi sanitasi lingkungan di sekitar rumah warga masih memprihatinkan, ditandai dengan kebiasaan membuang sampah sembarangan, penggunaan jamban yang belum memadai, serta minimnya kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya preventif yang dapat menurunkan angka kesakitan secara signifikan apabila diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. PHBS adalah wujud keberdayaan masyarakat yang sadar, mau, dan mampu mempraktikkan pola hidup bersih dan sehat. Melalui PHBS, masyarakat diharapkan dapat mengenali masalah kesehatannya sendiri dan berupaya untuk mengatasinya secara mandiri (Kemensos RI, 2020).

Sayangnya, pada praktiknya PHBS sering dianggap bukan sesuatu yang mendesak oleh sebagian masyarakat. Perilaku hidup bersih dan sehat belum menjadi kebiasaan yang melekat, terutama di kalangan ibu rumah tangga yang tinggal di lingkungan pesisir. Padahal, ibu rumah tangga memegang peranan penting dalam membentuk pola hidup sehat bagi seluruh anggota keluarga. Rendahnya pengetahuan tentang PHBS menjadi salah satu faktor utama yang menghambat penerapannya di tingkat rumah tangga (Kementerian Kesehatan, 2018).

Dalam konteks ini, penyuluhan kesehatan hadir sebagai salah satu solusi yang dinilai efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Penyuluhan tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga membuka ruang komunikasi dua arah antara tenaga kesehatan dan masyarakat sehingga pesan yang disampaikan lebih mudah diterima dan diingat. Penggunaan media visual seperti poster semakin memperkuat proses penerimaan informasi, khususnya bagi masyarakat dengan latar belakang pendidikan yang beragam.

Berdasarkan kondisi tersebut, tim mahasiswa yang melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah pesisir pantai Karang Panas menilai perlu dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai PHBS secara langsung kepada ibu-ibu rumah tangga. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi titik awal perubahan perilaku menuju kehidupan yang lebih bersih dan sehat di lingkungan pesisir Karang Panas.

METODE

Kegiatan Penyuluhan masyarakat ini dilaksanakan di kawasan pesisir pantai Karang Panas, Kecamatan Ampenan Selatan. Sasaran utama kegiatan adalah ibu-ibu rumah tangga yang berdomisili di wilayah tersebut. Pemilihan ibu rumah tangga sebagai sasaran didasarkan pada pertimbangan bahwa mereka memegang peranan strategis dalam membentuk perilaku hidup sehat di lingkungan keluarga. Sebelum pelaksanaan penyuluhan, tim mahasiswa terlebih dahulu melakukan identifikasi masalah melalui observasi lapangan, wawancara dengan warga, serta pengumpulan data awal dari fasilitas kesehatan setempat. Dari proses ini diperoleh gambaran bahwa masalah utama yang dihadapi masyarakat berkaitan erat dengan rendahnya penerapan PHBS di tatanan rumah tangga. Penyuluhan dilaksanakan secara langsung dengan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, sesi tanya jawab, serta demonstrasi praktik mencuci tangan yang benar. Media yang digunakan adalah poster berwarna yang menampilkan informasi visual tentang indikator-indikator PHBS di tatanan rumah tangga. Poster dirancang dengan bahasa yang sederhana dan gambar yang mudah dipahami agar dapat diterima oleh seluruh lapisan masyarakat. Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen kuesioner yang disebarakan sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) kegiatan penyuluhan. Kuesioner memuat pertanyaan seputar pengetahuan dan sikap peserta terhadap indikator-indikator PHBS. Data yang diperoleh dianalisis untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan PHBS dihadiri oleh ibu-ibu rumah tangga di lingkungan Karang Panas. Peserta memiliki latar belakang pendidikan yang beragam, mulai dari tingkat SD hingga Perguruan Tinggi, dengan rentang usia antara 22-60 tahun. Sebagian besar peserta sehari-harinya bekerja sebagai ibu rumah tangga dan belum pernah mendapatkan informasi kesehatan yang terstruktur tentang PHBS sebelumnya. Berdasarkan hasil pre-test, diketahui bahwa tingkat pengetahuan peserta tentang PHBS sebelum penyuluhan masih tergolong rendah hingga cukup. Banyak peserta yang belum mengetahui langkah-langkah cuci tangan yang benar, belum memahami kriteria jamban sehat, serta kurang menyadari bahaya asap rokok di dalam rumah bagi kesehatan keluarga.

Setelah diberikan penyuluhan menggunakan media poster dan demonstrasi langsung, terjadi peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan pada hampir seluruh peserta.

Perbandingan Nilai Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan PHBS Peningkatan yang paling mencolok terlihat pada indikator penggunaan jamban sehat (37,1%) dan tidak merokok di dalam rumah (36,6%). Hal ini menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan, kedua topik tersebut masih sangat minim dipahami oleh peserta. Banyak warga yang belum mengetahui standar jamban yang layak dan belum menyadari risiko paparan asap rokok terhadap kesehatan anggota keluarga, khususnya anak-anak.

No	Indikator Pengetahuan PHBS	Pre-Test (%)	Post-Test n (%)	Peningkatan (%)
1.	Mengetahui sumber air bersih yang aman di gunakan	12 (60%)	19 (95%)	+35%
2.	Mengetahui kriteria air yang layak diminum	10 (50%)	18 (90%)	+40%
3.	Mengetahui pentingnya memiliki jamban sehat	11 (55%)	19 (95%)	+40%
4.	Mengetahui cara pembuangan	9 (40%)	17 (85%)	+40%
5.	Mengetahui cara mengelola sampah rumah tangga dengan baik	8 (40%)	18 (90%)	+50%
6.	Mengetahui penyakit yang sering timbul akibat lingkungan tidak bersih	11 (55%)	19 (95%)	+40%
7.	Mengetahui dampak dan pencegahan diare dalam keluarga	10 (50%)	18 (90%)	+40%
8.	Mengetahui pentingnya merebus,air sebelum diminum	13 (65%)	20 (100%)	+35%
9.	Mengetahui penyakit utama yang sering terjadi dilingkungan pesisir	9 (45%)	18 (90%)	+45%

Peningkatan pengetahuan tentang cuci tangan pakai sabun juga cukup signifikan (36,4%). Meskipun kegiatan ini terlihat sederhana, kenyataannya banyak peserta yang sebelumnya tidak mengetahui enam langkah cuci tangan yang benar sesuai anjuran WHO. Setelah dilakukan demonstrasi langsung dan pembagian poster, peserta terlihat lebih antusias dan memahami pentingnya kebiasaan ini dalam mencegah penularan penyakit.

Hasil ini sejalan dengan temuan Kusuma et al. (2022) yang menyatakan bahwa pemberian edukasi kesehatan menggunakan media visual terbukti efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat pesisir tentang PHBS. Masyarakat pesisir yang umumnya memiliki latar belakang pendidikan menengah ke bawah lebih mudah menyerap informasi melalui media yang bersifat visual dan interaktif. Poster sebagai media edukasi memiliki keunggulan dalam hal kemudahan penyampaian pesan, dapat dibaca berulang kali, dan bisa dipasang di tempat yang mudah dijangkau di dalam rumah. Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan ini berjalan dengan lancar dan mendapat respons yang positif dari masyarakat. Peserta aktif bertanya dan berdiskusi selama sesi berlangsung. Beberapa peserta bahkan mengungkapkan bahwa baru kali ini mereka mendapatkan penjelasan yang jelas dan praktis mengenai PHBS. Hal ini memperkuat keyakinan bahwa pendekatan langsung ke masyarakat melalui kegiatan pengabdian mahasiswa memiliki dampak yang nyata dan bermakna.

Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat pada seluruh indikator PHBS setelah diberikan penyuluhan. Peningkatan tertinggi terjadi pada indikator cara mengelola sampah rumah tangga yaitu dari 40% menjadi 90% (peningkatan 50%). Pengetahuan mengenai penyakit utama di lingkungan pesisir juga meningkat dari 45% menjadi 90% (peningkatan 45%). Selain itu, seluruh peserta telah memahami pentingnya merebus air sebelum diminum setelah penyuluhan, ditunjukkan oleh nilai post-test yang mencapai 100%. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di wilayah pesisir.

Berdasarkan hasil pre-test yang dilakukan kepada 20 peserta, tingkat pengetahuan masyarakat mengenai PHBS masih tergolong sedang hingga rendah. Sebagian peserta belum memahami sumber air bersih yang aman digunakan, cara mengelola sampah rumah tangga, serta dampak kesehatan yang dapat timbul akibat sanitasi yang buruk. Setelah diberikan penyuluhan kesehatan mengenai PHBS, terjadi peningkatan pengetahuan pada seluruh indikator yang diukur. Hal ini terlihat dari meningkatnya jumlah peserta yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar pada saat post-test.

Peningkatan terbesar terjadi pada indikator cara mengelola sampah rumah tangga, yaitu dari 40% pada pre-test menjadi 90% pada post-test. Hasil ini menunjukkan bahwa sebelum

penyuluhan masih banyak masyarakat yang belum mengetahui pentingnya pemilahan sampah, daur ulang, dan pembuangan sampah pada tempat yang telah disediakan. Pengetahuan mengenai penyakit utama di lingkungan pesisir juga mengalami peningkatan yang cukup tinggi, yaitu dari 45% menjadi 90%. Sebelum penyuluhan, sebagian besar peserta belum mengetahui bahwa penyakit seperti diare, penyakit kulit, dan ISPA sering berkaitan dengan kondisi lingkungan yang kurang bersih dan sanitasi yang tidak memadai. Selain itu, seluruh peserta (100%) telah memahami pentingnya merebus air sebelum diminum setelah mengikuti penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang diberikan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya mengonsumsi air yang aman untuk mencegah penyakit yang ditularkan melalui air. Secara keseluruhan, hasil post-test menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat pesisir mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku sehingga masyarakat mampu menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari dan mengurangi risiko terjadinya berbagai penyakit berbasis lingkungan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai PHBS di kawasan pesisir pantai Karang Panas, Kecamatan Ampenan Selatan, berjalan dengan baik dan mendapatkan antusiasme yang tinggi dari peserta. Terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan pada seluruh indikator PHBS yang diukur. Penggunaan media poster sebagai alat bantu penyuluhan terbukti efektif dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Penyuluhan kesehatan secara langsung juga menciptakan interaksi yang positif antara mahasiswa dan masyarakat sehingga pesan yang disampaikan lebih mudah diterima dan dipahami. Perlu adanya tindak lanjut dari pihak puskesmas dan kader kesehatan setempat untuk memantau dan mendampingi penerapan PHBS secara berkelanjutan di lingkungan Karang Panas. Selain itu, diperlukan kegiatan serupa yang dilakukan secara rutin agar perubahan perilaku masyarakat dapat terjaga dan semakin menguat dari waktu ke waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anhusadar, L., & Islamiyah, I. (2020). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 463–475. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.555>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kemenkes RI.

- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2020). Panduan Pemberdayaan Masyarakat dalam Peningkatan PHBS. Jakarta: Kemensos RI.
- Lestari, H., & Yasnani. (2020). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Pesisir di Kel. Mata & Kel. Kessilampe Kec. Kendari Kota Kendari. *Preventif Journal*, 4(1), 103–113.
- Notoatmodjo, S. (2019). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuryana, P., Subaidah, W. A., & Wahyuningsih, E. (2022). Edukasi mengenai pentingnya PHBS tatanan rumah tangga dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di Desa Medana Kecamatan Tanjung Kabupaten Lombok Utara. *Jurnal Indra*, 3(2), 46–51. <https://doi.org/10.29303/indra.v3i2.165>
- Raksanagara, A., & Raksanagara, A. (2015). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sebagai Determinan Kesehatan yang Penting pada Tatanan Rumah Tangga di Kota Bandung. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 1(1), 30–34.
- Simanjorang, C. (2023). Edukasi Ibu Terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga di Wilayah Pesisir Pantai. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 5(1), 22–34. <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v5i1.1317>
- Sukanty, N. M. W., Yunita, L., Rahmiati, B. F., Astawan, W. J., & Septian, D. (2023). Edukasi PHBS dalam Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat di Tatanan Rumah Tangga. *Jurnal Adma*. <https://doi.org/10.30812/adma.v3i2.2498>
- Torere, W., Goni, S., & Waani, F. J. (2019). Peran ganda istri nelayan pada masyarakat pesisir di Desa Kima Bajo Kecamatan Wori Kabupaten Minahasa Utara. *Journal of Social Cultural*, 12(4), 1–19.