

**PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA TATANAN RUMAH TANGGA
MASYARAKAT DESA KARYA INDAH KECAMATAN BUNTULIA KABUPATEN
POHUWATO**

**Margaretha Solang¹, Widya Rahmawaty Saman^{2*}, Ilyas Husain¹, Mohamad Ikbal Riski A.
Danial¹, Said Butungale¹**

¹ Pendidikan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri
Gorontalo

² Ilmu Teknologi Pangan, Fakultas Pertanian, Universitas Negeri Gorontalo

*Email korespondensi: widya.rahmawaty@ung.ac.id

Asal : Indonesia

ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan sikap atau upaya untuk melatih dan memberdayakan masyarakat agar dapat senantiasa mau menerapkan sikap hidup sehat serta aktif dalam kegiatan-kegiatan gerakan kesehatan. Adapun tujuan penelitian adalah untuk mengetahui bagaimana penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada tatanan rumah tangga di Desa Karya indah Kecamatan Buntulia, Kabupaten Pohuwato, Provinsi Gorontalo melalui pengetahuan, observasi dan budaya masyarakat. Metode penelitian yang digunakan adalah Sosialisasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Pendampingan dan pelatihan bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat tanpa merusak lingkungan serta Praktek perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat Desa Karya Indah. Adapun hasil penelitian masyarakat Desa Karya Indah masih kurang dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), hal ini dibuktikan dengan kurangnya kesadaran dalam menjaga lingkungan agar tetap bersih dan sehat baik di keluarga, kelompok serta masyarakat. Kurangnya pemahaman tentang pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) oleh masyarakat desa karya indah.

Kata kunci : Perilaku, Hidup Bersih, Masyarakat.

ABSTRACT

Clean and healthy living behavior is an attitude or effort to train and empower the community so that they can always want to apply healthy living attitudes and be active in health movement activities. The purpose of the research is to find out how the implementation of clean and healthy living behavior in household settings in Karya indah Village, Buntulia District, Pohuwato Regency, Gorontalo Province through knowledge, observation and community culture. The research methods used are Socialization of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), Assistance and training on how to live a clean and healthy life without damaging the environment and Practice of clean and healthy living behavior of the Karya Indah Village community. The results of the research of the Karya Indah Village

community are still lacking in the application of clean and healthy living behavior (PHBS), this is evidenced by the lack of awareness in maintaining a clean and healthy environment both in families, groups and communities. Lack of understanding of the importance of implementing clean and healthy living behavior (PHBS) by the people of Karya Indah Village.

Keywords: Behavior, Clean Healthy living, Community.

PENDAHULUAN

Rumah tangga merupakan kunci keberlangsungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada suatu lingkungan masyarakat, karena merekalah komponen yang berhadapan langsung dengan kebersihan lingkungan keluarga, kelompok dan masyarakat. Adapun maksud dan tujuan diterapkannya PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) adalah untuk menciptakan suatu kondisi agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat antara lain baik menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan.

Perilaku Hidup Sehat (PHBS) dapat dilakukan berbagai tatanan, yaitu tatanan Tempat Kerja, Pelayanan Kesehatan, Tempat Umum dan Tatanan Rumah Tangga. Terdapat 10 indikator Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di tatanan rumah tangga yang harus dilakukan oleh keluarga dan semua anggotanya. Adapun 10 indikator dalam Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di tatanan rumah tangga adalah 1) melaksanakan persalinan oleh tenaga kesehatan, 2) ASI eksklusif 3) anak di bawah 5 tahun ditimbang setiap bulan, 4) menggunakan air bersih, 5) mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, 6) menggunakan jamban sehat, 7) memberantas jentik nyamuk, 8) makan sayur dan buah setiap hari, 9) melakukan aktivitas fisik setiap hari dan 10) tidak merokok di dalam

rumah (Raksanagara & Raksanagara, 2016).

Menciptakan suatu lingkungan hidup bersih dan sehat sangatlah mudah dan murah jika dibandingkan dengan biaya pengobatan yang harus dibayar apabila mengalami gangguan kesehatan cukup mahal. Lingkungan yang sehat bisa tercipta apabila masyarakat memiliki kesadaran dan mau berperan aktif dalam mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta senantiasa mengikuti gerakan kesehatan di Desa.

Desa Karya Indah merupakan desa yang berada di Kecamatan Buntulia Kabupaten Pohuwato, dan kawasan atau wilayah Desa Karya Indah berada di sekitaran tambang emas dan nikel yang dapat mempengaruhi keadaan lingkungan baik fisik, kimia dan biologi. Hal ini berdampak pada kesehatan masyarakat yang mempengaruhi aktivitas kerja dan pola hidup masyarakat Desa Karya Indah. Menurut Ihsani & Santoso (2020), Banyak sekali permasalahan lingkungan yang harus dihadapi dan sangat mengganggu terhadap tercapainya kesehatan lingkungan untuk kesejahteraan masyarakat kedepannya. Begitu besarnya pengaruh lingkungan sehingga untuk meningkatkan status kesehatan perlu dilakukan upaya penyehatan lingkungan yang merupakan usaha pencegahan terhadap penyakit yang berhubungan dengan lingkungan hidup.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada tatanan rumah tangga di Desa Karya Indah Kecamatan Buntulia, Kabupaten Pohuwato, Provinsi Gorontalo melalui pengetahuan, observasi dan budaya masyarakat.

METODE

Penelitian ini dilakukan di Desa Karya Indah Kecamatan Buntulia Kabupaten Pohuwato Provinsi Gorontalo. Metode yang digunakan dalam mengatasi permasalahan dalam perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat di Desa Karya Indah terdiri dari :

1. Sosialisasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada masyarakat Desa Karya Indah, metode yang digunakan adalah diskusi grup yaitu memberikan waktu tanya jawab tentang materi yang telah diberikan.
2. Pendampingan dan pelatihan bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat tanpa merusak lingkungan yang ada di Desa Karya Indah.
3. Melakukan pengukuran tolak ukur atau pemahaman masyarakat Desa Karya Indah tentang konsep perilaku hidup bersih dan sehat serta melakukan evaluasi mengenai pemahaman masyarakat setempat.
4. Praktek perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat Desa Karya Indah dan memperhatikan serta peduli terhadap lingkungan sekitar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Karya Indah terletak di Kecamatan Buntulia Kabupaten Pohuwato Provinsi Gorontalo, dengan luasan wilayah sebesar 4.244

km2 yang terdiri dari wilayah pemukiman, perkebunan, perkantoran dan prasarana pada umumnya.



Gambar 1. Kantor Desa Karya Indah

Pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Kegiatan pelatihan dilaksanakan di sekolah dasar Desa Karya Indah dengan melakukan sosialisasi dan penyuluhan kepada anak-anak sekolah dan guru sekolah dasar. Pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bertema cuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar, pelatihan ini dilakukan untuk mengenalkan bagaimana sikap hidup sehat serta menanamkan sikap hidup sehat sejak dini kepada anak-anak.

Air bersih merupakan salah satu komponen yang paling penting bagi manusia yang menjadi kebutuhan dasar dalam kehidupan sehari-hari (SYR *et al.*, 2019). Sumber air bersih bagi masyarakat Desa Karya Indah adalah PDAM (Perusahaan Daerah Air Minum) dan sumur suntik. Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu rumah tangga desa karya indah tentang bagaimana pandangan dan manfaat penggunaan air bersih untuk kehidupan sehari-hari yaitu sebagian masyarakat desa karya indah memahami pengertian atau konsep air bersih

yang tidak menimbulkan bau atau berubah warna serta manfaat yang bisa dirasakan ketika menggunakan air bersih bagi kesehatan.



Gambar 2. Sosialisasi dan Pemberian Materi Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat



Gambar 3. Pelatihan Cuci Tangan Pakai Sabun Air Bersih

Fakta di lapangan ketika musim hujan sumber air yang berasal dari PDAM (Perusahaan Daerah Air Minum) maupun sumur suntik berubah menjadi warna keruh kecoklatan yang mengindikasikan adanya cemaran air tanah yang dapat membahayakan kesehatan lingkungan di Desa Karya Indah. Hal ini banyak faktor yang bisa mempengaruhi cemaran air bersih antara lain lokasi sumur suntik yang berdekatan dengan bekas galian tambang, galian

tempat sampah, limbah industri dan pembuangan kotoran berupa sapiteng. Hal ini didukung oleh penelitian Widiyanto *et al.* (2015) yang menyatakan air sumur gali yang tercemar limbah domestik maupun limbah industri dapat menyebabkan dampak terhadap kualitas air dan kesehatan manusia.



Gambar 4. Wawancara Ibu Rumah Tangga Terkait Penggunaan Air Bersih

Pengelolaan Sampah

Sampah merupakan hasil sisa aktivitas manusia yang diistilahkan sebagai limbah padat, limbah itu sendiri pada dasarnya adalah suatu bahan yang terbuang atau dibuang yang bisa berasal dari kegiatan sehari-hari manusia berupa limbah rumah tangga baik limbah organik maupun anorganik. Sampah itu sendiri bisa berdampak negatif bagi manusia apabila tidak

dikelolah dengan benar dan baik.



Gambar 5. Contoh Pengelolaan Sampah yang Kurang Baik

Berdasarkan hasil wawancara pada masyarakat desa karya indah tentang pengelolaan sampah yaitu, sampah yang berasal dari rumah tangga dibuang di tanah kosong yang berada di belakang sekolah taman kanak-kanak, hal ini terjadi karena kurangnya fasilitas berupa tempat sampah dan kurangnya kesadaran untuk mengolah sampah dengan benar, mengingat dampak yang bisa ditimbulkan dapat mempengaruhi kesehatan lingkungan dan kesehatan manusia.

Kebiasaan Merokok

Kebiasaan merokok masyarakat Desa Karya Indah tergolong sering atau aktif pada bapak-bapak dan ibu-ibu, hal ini dikarenakan faktor lingkungan dan sudah menjadi budaya bagi masyarakat sekitar. Faktor lingkungan yang dimaksud adalah adanya pengaruh sosial berupa hubungan pertemanan, mudahnya akses untuk mendapatkan rokok dan sudah menjadi

kebiasaan dan pergaulan bagi masyarakat Desa Karya Indah. Hal ini didukung oleh penelitian Liem (2014), yang menyatakan bahwa perilaku merokok dipengaruhi paling besar oleh teman dibandingkan dengan media masa dan keluarga.

Olahraga

Aktivitas olahraga yang dilakukan masyarakat Desa Karya Indah terutama remaja adalah sepak bola, olahraga berupa sepak bola ini memang rutin dilakukan oleh karang taruna desa pada sore hari di lapangan yang ada di Desa Karya Indah. Tetapi dengan adanya kegiatan ini, masih banyak masyarakat yang melupakan pentingnya olahraga untuk kesehatan tubuh, contohnya bapak, ibu dan sebagian remaja tidak ada inisiatif atau kemauan untuk melakukan aktivitas olahraga ringan berupa lari pagi ataupun sore hari, mengingat aktivitas olahraga merupakan cara untuk menjaga kesehatan tubuh yang paling mudah dikerjakan, tanpa harus mengeluarkan biaya yang begitu besar.

Konsumsi Sayur dan Buah

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada beberapa ibu rumah tangga Desa Karya Indah, untuk konsumsi sayur dan buah bukanlah hal yang penting atau bukan hal yang sering dilakukan masyarakat Desa Karya Indah, hal ini disebabkan beberapa faktor yaitu kurangnya pemahaman tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah untuk kesehatan tubuh serta kondisi ekonomi masyarakat untuk mengadakan sayur atau buah. Untuk konsumsi sayuran bagi masyarakat masih dilakukan tetapi untuk konsumsi buah-buahan tidak dilakukan oleh masyarakat, mengingat untuk mendapatkan

sayuran masih lebih mudah dibandingkan dengan harga buah yang lebih mahal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian masyarakat Desa Karya Indah masih kurang dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), dimana kurangnya kesadaran untuk tidak membuang sampah sembarangan, kurangnya ketersediaan tempat sampah, kurangnya olahraga serta kebiasaan merokok yang dapat mempengaruhi kesehatan. Diharapkan dengan adanya sosialisasi dan pelatihan tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dapat menambah wawasan bagi masyarakat Desa Karya Indah, sehingga kedepannya memiliki kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan baik di lingkungan keluarga, kelompok maupun masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Program Matching Fund Kedaireka 2022 Kemdikbudristek, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo dan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional atas dukungan dana pada pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Ihsani, I., & Santoso, M. B. (2020). EDUKASI SANITASI LINGKUNGAN DENGAN MENERAPKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA KELOMPOK USIA PRASEKOLAH DI TAMAN ASUH ANAK MUSLIM AR-

RIDHO TASIKMALAYA. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3).

<https://doi.org/10.24198/jppm.v6i3.22987>

Liem, A. (2014). Pengaruh Media Massa, Keluarga, dan Teman terhadap Perilaku Merokok Remaja di Yogyakarta. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 18(1).

Raksanagara, A., & Raksanagara, A. (2016). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SEBAGAI DETERMINAN KESEHATAN YANG PENTING PADA TATANAN RUMAH TANGGA DI KOTA BANDUNG. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 1(1).

<https://doi.org/10.24198/jsk.v1i1.10340>

SYR, D. A. E., Miftarokh, N., Faziri, M. I., Rokib, A., Mungajubah, U., Astari, R. R., Keumalahayati, N. A., Saputra, M. N. A., Rasyida, D., & Darmawan, M. H. (2019). Pengelolaan Air Bersih dan Pembiasaan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bagi Masyarakat Dusun Sawah. *Prosiding Konferensi Pengabdian Masyarakat*, 1.

Widiyanto, A. F., Yuniarno, S., & Kuswanto, K. (2015). POLUSI AIR TANAH AKIBAT LIMBAH INDUSTRI DAN LIMBAH RUMAH TANGGA. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2).

<https://doi.org/10.15294/kemas.v10i2.3388>