

DOI:

“PENYULUHAN KESEHATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI KAMPUNG TUA TELUK MATA IKAN NONGSA”

Andi Ipaljri Saputra¹, Muhammad Tahir Abdullah², Nanang Rudy Utantyo³, Nurul Widiati⁴, Rahmadius Eka Santoso⁵

¹Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, andiipaljri@univbatam.ac.id

²Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, muhammadtahir@univbatam.ac.id

³Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, nanangrudy@univbatam.ac.id

⁴Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, nurulwidiati@univbatam.ac.id

⁵Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, rahmadiuseka@univbatam.ac.id

Keywords :

PHBS Health Education, Increase in Knowledge, Clean & Healthy Living Practices, Community Empowerment

Kata Kunci :

Penyuluhan PHBS, peningkatan pengetahuan, praktik bersih sehat, pemberdayaan masyarakat.

Abstract, The underlying issue of this activity is the lack of awareness, attitudes, and practices of PHBS in the community, including in Batam City, in line with the finding that PHBS counseling is effective in increasing awareness and healthy behaviors in various community groups. To address this, PHBS counseling was conducted in Kampung Tua Teluk Mata Ikan, Batam City in 2025 using an interactive lecture approach and educational poster media that explained practical indicators such as handwashing, regular exercise, and waste management. Evaluation using a pre-test and post-test design (questionnaire and observation) showed a significant increase in participants' knowledge and attitudes, consistent with findings in Kampung Melayu, Batu Besar Nongsa, Batam City. The results showed that most participants now understand the importance of PHBS and demonstrate more consistent daily clean behaviors. In conclusion, the lecture- and poster-based PHBS counseling in Kampung Tua Teluk Mata Ikan has proven effective in increasing knowledge, attitudes, and healthy practices; it is recommended to be repeated periodically with the support of local youth and integrated into village health programs.

Abstrak, Hal yang mendasari kegiatan ini adalah kurangnya kesadaran, sikap, dan praktik PHBS di masyarakat, termasuk di kota Batam sejalan dengan temuan bahwa penyuluhan PHBS efektif meningkatkan kesadaran dan perilaku sehat di berbagai kelompok masyarakat. Untuk mengatasinya, dilakukan penyuluhan PHBS di Kampung Tua Teluk Mata Ikan, Kota Batam tahun 2025 dengan pendekatan ceramah interaktif dan media poster edukatif yang memaparkan indikator praktis seperti cuci tangan, olahraga teratur, dan pengelolaan sampah. Evaluasi menggunakan desain pre-test dan post-test (kuesioner dan observasi) menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap peserta secara signifikan, sesuai temuan di Kampung Melayu, Batu Besar Nongsa Kota Batam. Hasil menunjukkan sebagian besar peserta kini mengerti pentingnya PHBS dan menunjukkan perilaku bersih yang lebih konsisten sehari-hari. Kesimpulannya, penyuluhan PHBS berbasis ceramah dan poster di Kampung Tua Teluk Mata Ikan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik sehat; direkomendasikan untuk diulang secara berkala dengan dukungan pemuda lokal dan integrasi dalam program kesehatan desa.

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dilakukan atas dasar

kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga masyarakat mampu menjaga kesehatan diri, keluarga, dan lingkungannya. Upaya ini menjadi bagian penting dalam mencegah penyakit menular maupun tidak menular. Namun, rendahnya kesadaran masyarakat masih menjadi tantangan utama dalam penerapan PHBS di kehidupan sehari-hari.

Pengabdian Masyarakat merupakan program inisiatif dari Fakultas Kedokteran Universitas Batam yang bertujuan menjadikan dokter unggul yang mengusung pendekatan keluarga. Kegiatan ini diselenggarakan untuk melatih kemampuan berinteraksi dan berperan dalam lingkungan masyarakat, terutama pada unit terkecil yaitu keluarga. Pada era kini, dokter umum dipandang sebagai garda depan pelayanan kesehatan keluarga, sesuai prinsip praktik dokter keluarga.

Sebagai agen perubahan dan pengendali sosial, mahasiswa Fakultas Kedokteran mempunyai peran signifikan dalam bidang kesehatan masyarakat. Mereka wajib melakukan tindakan promotif dan preventif, seperti memberikan edukasi untuk meningkatkan derajat kesehatan warga serta mendorong pola hidup proaktif dan peduli kepada kesehatan ini merupakan tanggung jawab besar dari mahasiswa kedokteran.

Dengan demikian, diharapkan kegiatan ini dapat menanamkan empati serta mengenalkan masalah kesehatan di lingkungan sekitar secara komprehensif dan holistik. Semua itu dilaksanakan demi terciptanya pendekatan kesehatan yang berpijak pada prinsip dokter keluarga.

2. METODE PELAKSANAAN

Penyuluhan PHBS di Kampung Tua Teluk Mata Ikan melibatkan tokoh adat dan masyarakat dalam satu pertemuan kelompok (40–50 orang), berlangsung 40–60 menit. Fasilitator (petugas kesehatan kampung atau kader lokal yang terlatih) membuka dengan ceramah interaktif berdurasi sekitar 25 menit, memaparkan 8 indikator utama PHBS—seperti cuci tangan pakai sabun, sikat gigi yang baik dan benar, olahraga teratur, pengelolaan air bersih, dan pembuangan sampah—diselengi sesi tanya jawab untuk meningkatkan keterlibatan peserta. Selama ceramah, poster besar dengan ilustrasi praktis PHBS dipajang di dinding balai kampung agar mudah dilihat, dilengkapi leaflet ringkas yang dibagikan sebagai alat bantu ingat. Pendekatan audiovisual ini mengikuti model intervensi ceramah + poster yang telah terbukti meningkatkan pengetahuan peserta muda: Armiaton et al. (2021) mencatat kenaikan skor santrivati remaja dari rata-rata 7,96 menjadi 17,18 ($p = 0,000$) setelah penyuluhan dengan poster (uji Wilcoxon). Penelitian serupa oleh Fadlilah et al. (2025) menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang penyakit jantung koroner dari 59,12 ke 68,82 ($p = 0,000$) ketika ceramah dipadu dengan poster dan leaflet di masyarakat desa. Pendekatan ini juga diperkuat oleh Nurhidayati (2023), yang melaporkan bahwa promosi poster (plus leaflet) mendongkrak penerapan PHBS di rumah tangga hingga mencapai 75 %.

Untuk mendukung terealisasinya program pengabdian masyarakat yang telah direncanakan, maka langkah-langkah Prosedur kerja yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- A. Mengidentifikasi kebutuhan untuk melaksanakan kegiatan sosialisasi. Sebelum Kegiatan dilaksanakan akan dilakukan identifikasi terhadap kebutuhan penyelenggaraan Sosialisasi PHBS ini di Kampung Tua Teluk Mata Ikan. Materi-materi sosialisasi yaitu berasal dari materi yang dibawakan oleh narasumber.
- B. Menyusun Desain Sosialisasi di Kampung Tua Teluk Mata Ikan dengan menggunakan bentuk ceramah/penyuluhan secara langsung kepada warga.
- C. Menyusun bahan /materi Sosialisasi.

Bahan yang perlu dipersiapkan dengan cara antara lain:

1. Menetapkan nama-nama narasumber yang terlibat dalam kegiatan Sosialisasi ini.
2. Melakukan diskusi dengan seluruh narasumber untuk mengorientasi mereka tentang Kegiatan sosialisasi yang akan dilaksanakan dan peran mereka dalam kegiatan sosialisasi tersebut.

3. Meminta kepada setiap Narasumber untuk bertanggung jawab terhadap terhadap materi yang ditugaskan kepadanya.
4. Mengadakan persiapan untuk kegiatan Sosialisasi ini

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini pada 15 Juni 2025 dan dilaksanakan di Kampung Tua Teluk Mata Ikan Nongsa. Tujuan kegiatan ini sosialisasi dan edukasi PHBS ini berupa mencegah terjadinya resiko penyakit di Kampung Tua Teluk Mata Ikan Nongsa . Kegiatan ini dihadiri oleh 50 responden. Kegiatan pemberian materi dan diskusi selama 30 menit.

Secara statistik, uji paired t-test menghasilkan nilai $t = 28,16$ dengan $p\text{-value} = 0,00000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test. Hal ini mengindikasikan bahwa penyuluhan yang dilakukan tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga berdampak pada perubahan sikap dan perilaku peserta terhadap penerapan hidup bersih dan sehat. Peningkatan pemahaman mengenai pentingnya cuci tangan dapat mengurangi resiko terjadinya diare menjadi salah satu bukti bahwa peserta mulai memahami pentingnya antisipasi risiko kejadian berdasarkan kondisi lingkungan.

Secara umum, keberhasilan kegiatan ini tidak lepas dari metode partisipatif yang digunakan, di mana peserta tidak hanya menerima informasi secara satu arah tetapi juga terlibat dalam diskusi, demonstrasi, dan evaluasi. Hal ini sejalan dengan prinsip pemberdayaan masyarakat dalam konteks pengabdian, yang menekankan pada keterlibatan aktif sebagai kunci perubahan perilaku.

Namun demikian, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu dicermati. Pertama, durasi kegiatan yang singkat tidak memungkinkan dilakukannya evaluasi jangka panjang. Kedua, pengelolaan sampah masih menjadi tantangan tersendiri di lapangan. Oleh karena itu, ke depan disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan pemangku kepentingan lokal, seperti dinas perikanan dan kesehatan, serta menyediakan bantuan APD sebagai insentif perubahan perilaku.

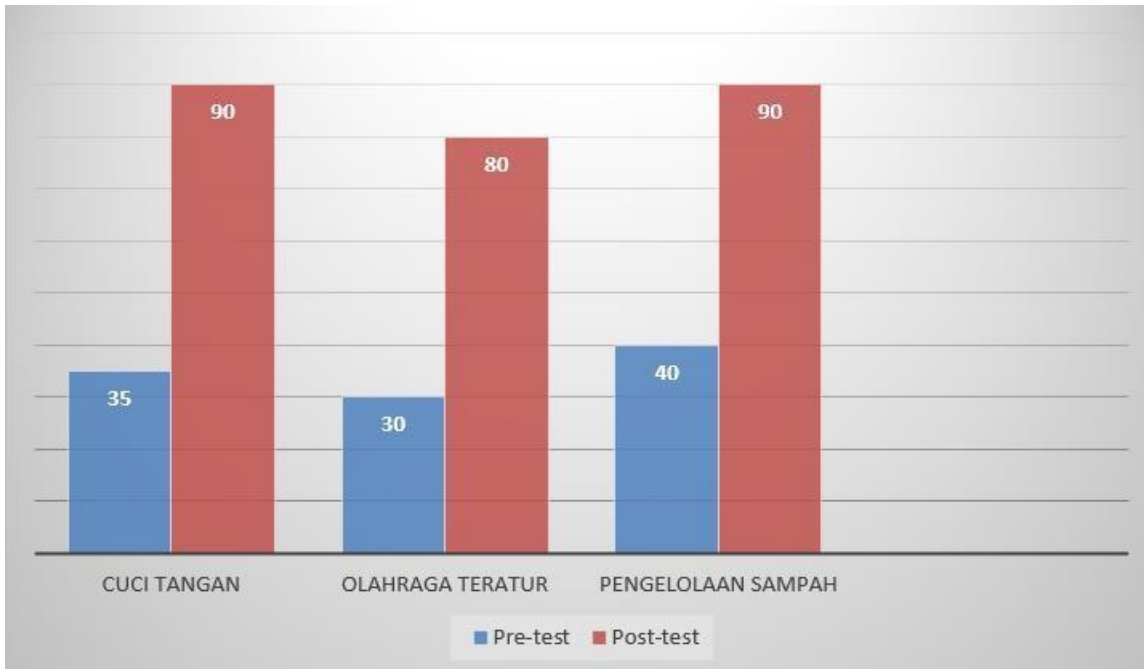
Dengan demikian, penyuluhan PHBS yang dilakukan dalam kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesadaran hidup bersih dan sehat, serta menjadi langkah awal menuju perubahan perilaku yang lebih aman dan sehat dalam aktivitas melaut sehari-hari.

3.1 Tabel

Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Penyuluhan PHBS

Indikator	Pre-Test (%)	Post-Test (%)	p-value
Pentingnya cuci tangan	35	90	0.00000
Olahraga teratur	30	80	0.00000
Pengelolaan sampah	40	90	0.00000

3.2 Grafik



Grafik 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Penyuluhan PHBS

3.3 Gambar dan Foto



Gambar 1. Leaflet Edukasi

4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan PHBS bagi masyarakat berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap, dan potensi perilaku menjaga kebersihan lingkungan. Model penyuluhan partisipatif terbukti efektif dalam menjangkau komunitas informal seperti masyarakat. Disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkala dan melibatkan dinas kesehatan, perikanan, serta akademisi. Penyediaan APD yang terjangkau dan pelatihan rutin akan memperkuat penerapan prinsip K3 secara berkelanjutan di wilayah pesisir.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada petugas puskesmas pembantu di desa pengundang, ibu kepada desa pengundang dan pihak kader-kader yang telah memberikan kesempatan dan merealisasikan kegiatan.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa mereka tidak memiliki konflik kepentingan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemensos RI. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) penguatan kapabilitas anak dan keluarga.
2. Jannah, W. (2017). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Tatanan Rumah Tangga Di Gampong Alue Ie Mirah Kecamatan Indra Makmur Kabupaten Aceh Timur
3. Zebua, Y. (2017). Faktor Penyebab Rendahnya Tingkat Kesejahteraan Nelayan Pesisir Pantai Sri Mersing Desa Kuala Lama Kabupaten Serdang Bedagai Sumatera Utara. *Jurnal Geografi*, 9(1), 88–98. <https://doi.org/10.24114/Jg.V9i1.6923>
4. Kementerian Kesehatan RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2018. Jakarta: Kemenkes RI.
5. Keswara, U. R. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Dengan Pelaksanaan Phbs Rumah Tangga Di Pekon Tanjung Rejo Kecamatan Bangkumat Kabupaten Pesisir Barat. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 770–779. <https://doi.org/10.33024/Manuju.V2i4.2382>