

Peningkatan Pengetahuan Anak Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pasca Banjir Di Desa Mabang Pasir Kecamatan Muara Batangtoru

Irawati Harahap¹, Nur Hamima Harahap², Anna Rizki Nasution³Apt. Rini Fitriani Dongoran⁴ Juni Andriani Rangkuti⁵, Rosmala Dewi⁶, Lumongga Sari Harahap⁷

Dosen Program Study Pendidikan Kebidanan Program Profesi Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan^{1,2,3,6,7}

Dosen Program Study Pendidikan Program Sarjana Farmasi Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan⁴

Dosen Program Study Pendidikan Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Aufa Royhan⁵

(irawatiharahap2@gmail.com)

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan serangkaian perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran untuk menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Penerapan PHBS sejak usia dini sangat penting karena dapat membentuk kebiasaan positif hingga dewasa. Namun, pada kenyataannya masih banyak anak-anak di daerah terdampak banjir yang belum memahami pentingnya PHBS, seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan diri, menggunakan air bersih, serta membuang sampah pada tempatnya. Banjir merupakan bencana alam yang sering terjadi di Indonesia dan berdampak besar terhadap kesehatan masyarakat, khususnya anak-anak. Pasca banjir, kondisi lingkungan yang tidak higienis meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit seperti diare, penyakit kulit, dan infeksi saluran pernapasan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) sangat dibutuhkan di usia anak-anak sehingga dapat menjadi acuan/kebiasaan/template di kehidupannya. Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk memperbaiki kebersihan diri anak - anak dengan edukasi kesehatan seperti memberikan penyuluhan. Jurnal ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan anak mengenai PHBS selama pasca banjir, sehingga anak menjadi sadar, memiliki keinginan, dan mampu secara kontinu dalam penerapan PHBS. Metode pengabdian masyarakat ini menggunakan penyuluhan sebagai peningkatan pengetahuan anak tentang PHBS selama pasca banjir. Kegiatan ini dilakukan di Desa Mabang Pasir Kecamatan Muara Batangtoru. Hasil dari PKM ini diperoleh adanya peningkatan pengetahuan anak setelah mengikuti acara edukasi dan adanya perubahan perilaku anak untuk menjalankan PHBS dalam kehidupan sehari-hari khususnya pasca banjir.

Kata kunci : PHBS,Anak,Pasca Banji ,Remaja,Edukasi Kesehatan

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a series of behaviors carried out consciously to maintain personal and environmental health. Implementing PHBS from an early age is crucial because it can foster positive habits that last into adulthood. However, many children in flood-affected areas still lack an understanding of the importance of PHBS, such as washing hands with soap, maintaining personal hygiene, using clean water, and disposing of waste properly. Flooding is a frequent natural disaster in Indonesia and has a significant impact on public health, especially children. Post-flood, unhygienic environmental conditions increase the risk of various diseases such as diarrhea, skin diseases, and respiratory tract infections. PHBS (Clean and Healthy Living Behavior) is very necessary in children so that it can become a reference/habit/template in their lives. One strategy that can be done to improve children's personal hygiene is with health education such as providing counseling. This journal aims to increase children's awareness and knowledge about PHBS during the post-flood, so that children become aware, have the desire, and are able to continuously implement PHBS. This community service method uses outreach to increase children's knowledge about PHBS (Clean and Healthy Living) during the post-flood period. This activity was conducted in Mabang Pasir Village, Muara Batangtoru District. Results from this PKM showed increased knowledge among children after participating in the educational program and changes in their behavior toward implementing PHBS in their daily lives, especially after the flood.

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan masyarakat. (Oktariani, Aulia and Sari, 2021). PHBS adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalan komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi, untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku, melalui pendekatan pimpinan, bina suasana, dan pemberdayaan masyarakat sebagai suatu upaya untuk membantu masyarakat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dalam tatanan masing-masing, agar dapat menerapkan caracara hidup sehat, dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan. Lebih lanjut lagi, PHBS bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menjalankan hidup bersih dan sehat, agar masyarakat berupaya untuk mencegah dan menanggulangi berbagai masalah kesehatan, menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, serta meningkatkan kualitas hidup. Berbagai penyakit yang disebabkan karena perilaku hidup bersih dan sehat yang masih kurang seperti Diare, Cacingan, Filariasis, Demam Berdarah dan Muntaber. Sehingga berbagai upaya harus dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat secara berkesinambungan dalam melakukan perilaku hidup bersih dan sehat. Menerapkan PHBS merupakan langkah konkret untuk mencegah penyakit(Julianti, Nasirun and Wembrayarli, 2018).

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO, 2016), penyakit diare setiap tahunnya menjadi penyebab kematian bagi 100.000 anak Indonesia akibat konsumsi jajanan yang tidak sehat. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak belum sepenuhnya dapat menerapkan PHBS. PHBS juga sangat berhubungan dengan tujuan dan pencapaian dari Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), sehingga PHBS menjadi inti dalam Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga. Perilaku hidup bersih dan sehat harus dilakukan atas dasar kesadaran individu, yang timbul apabila seseorang memiliki pengetahuan

mengenai tindakan yang akan dilakukannya (Nasiatin & Hadi, 2019). Evaluasi program PHBS dapat dilihat dengan menggunakan data *Riskesdas* dari tahun 2008, 2013, dan 2018. Hasil *Riskesdas* menunjukkan bahwa secara umum, program PHBS belum memberikan hasil yang optimal. Pada *Riskesdas* pertama, terdapat lima provinsi yang memiliki nilai PHBS di atas rata-rata nasional (11,2%), yaitu DKI Jakarta (23,2%), Bali(17,2%), Riau (16,9%), DIY (16,0%), dan Kalimantan Timur (14,7%). Sementara itu, Provinsi Sulawesi Tenggara belum termasuk dalam kategori tersebut(Sumi, Yusnaeni and Sugarni, 2025).

Indonesia merupakan negara yang rawan terhadap bencana alam, salah satunya adalah banjir. Banjir sering terjadi akibat curah hujan tinggi, buruknya sistem drainase, serta kerusakan lingkungan. Dampak banjir tidak hanya merusak infrastruktur dan perekonomian masyarakat, tetapi juga menimbulkan berbagai permasalahan kesehatan, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak(Nabila, Tanjung and Nasution, 2024).

Pasca banjir, kondisi lingkungan cenderung tidak higienis akibat genangan air, lumpur, sampah, dan tercemarnya sumber air bersih. Kondisi tersebut meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit menular seperti diare, penyakit kulit, demam berdarah, dan infeksi saluran pernapasan. Anak-anak menjadi kelompok yang sangat rentan karena sistem imun yang belum sempurna serta keterbatasan pemahaman mengenai perilaku hidup bersih dan sehat(Apriliyana and Silvitasari, 2025).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan serangkaian perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran untuk menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Penerapan PHBS sejak usia dini sangat penting karena dapat membentuk kebiasaan positif hingga dewasa. Namun, pada kenyataannya masih banyak anak-anak di daerah terdampak banjir yang belum memahami pentingnya PHBS, seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan diri, menggunakan air bersih, serta membuang sampah pada tempatnya(Sadriani *et al.*, 2024).

Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang terarah, berkelanjutan, dan sesuai dengan karakteristik anak-anak. Program Kreativitas kolaborasi dosen dan mahasiswa ini hadir sebagai bentuk kontribusi nyata mahasiswa dalam meningkatkan pengetahuan dan

pemahaman anak-anak terhadap PHBS pasca banjir melalui metode edukasi yang kreatif, interaktif, dan mudah dipahami. Diharapkan program ini mampu membantu anak-anak menjaga kesehatan diri serta mencegah munculnya penyakit pasca bencana banjir.

Pandangan individu terhadap PHBS juga berpengaruh terhadap perilaku mereka. Sikap positif terhadap praktik-praktik PHBS, seperti mencuci tangan secara teratur atau menjaga kebersihan lingkungan, dapat mendorong individu untuk melaksanakannya dengan konsisten. ekspektasi dari masyarakat sekitar juga memainkan peran dalam pembentukan perilaku PHBS. Jika praktik-praktik PHBS dianggap sebagai norma dalam suatu komunitas, individu cenderung lebih mungkin untuk mengikuti dan mempraktikkannya. Keterampilan dan kemampuan individu dalam melaksanakan praktik - praktik PHBS juga sangat penting. Misalnya, kemampuan seseorang untuk mencuci tangan dengan benar atau mengelola sampah secara tepat mempengaruhi seberapa efektif mereka dalam menjaga kebersihan dan kesehatan(Hanif, 2024).

Ketersediaan akses dan fasilitas yang memadai juga merupakan faktor penting dalam mendukung perilaku PHBS. Individu yang memiliki akses mudah ke air bersih, fasilitas sanitasi, dan tempat pembuangan sampah yang aman lebih mungkin untuk melaksanakan praktik-praktik PHBS dengan baik. Motivasi individu untuk menjaga kesehatan dan kebersihan juga memengaruhi perilaku PHBS mereka. Dorongan internal atau eksternal, seperti kekhawatiran akan kesehatan diri sendiri atau keluarga, dapat menjadi motivasi untuk mengadopsi perilaku PHBS(Waluyan *et al.*, 2025).

Pendidikan dan informasi tentang pentingnya PHBS serta cara melaksanakannya dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman individu tentang masalah kesehatan dan kebersihan. Hal ini dapat membantu meningkatkan praktik-praktik PHBS di tingkat individu maupun masyarakat. Dengan memahami kerangka teori PHBS ini, kita dapat merancang intervensi atau program- program yang lebih efektif untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat di masyarakat. Dengan demikian, kesehatan dan kesejahteraan

individu serta masyarakat secara keseluruhan dapat ditingkatkan(Sadriani *et al.*, 2024).

Adapun tujuan dari pelaksanaan kegiatan PKM di Desa Mabang Pasir Kecamatan Muara Batangtoru antara lain mengubah pola hidup untuk melakukan perubahan yang lebih baik dengan menciptakan suasana indah pada lingkungan sekitar agar selalu terjaga keasriannya dan memotivasi anak-anak untuk menjaga kebersihan lingkungan dan diri sendiri.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan topik Peningkatan Pengetahuan Anak Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pasca banjir di desa mabang pasir dalam upaya peningkatan kesehatan ini dilaksanakan pada hari selasa tanggal 09 bulan Desember tahun 2025 mulai dari jam 10.00 sampai dengan selesai. Tempat pelaksanaan adalah di Aula kantor desa Mabang pasir Kecamatan Muara Batangtrou.

Metode pelaksanaan yaitu sebelum melakukan edukasi terlebih dahulu sudah di tentukan topik mengenai Peningkatan Pengetahuan Anak Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) dalam upaya peningkatan kesehatan. Kegiatan edukasi secara keseluruhan berlangsung selama 60 menit. Tujuan instruksional umum dari kegiatan edukasi ini adalah setelah dilakukan pendidikan kesehatan anak di desa mabang pasir kecamatan muara batangtoru diharapkan mengetahui tentang mencuci tangan dengan benar, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, mengonsumsi jajanan sehat, berolahraga secara teratur. Metode yang digunakan adalah ceramah, lalu diadakan tanya jawab.

Kegiatan pendidikan kesehatan ini diawali dengan pembukaan selama 10 menit, pengenalan, menjelaskan tujuan dari kegiatan pendidikan kesehatan, menyebutkan pokok materi yang akan disampaikan serta menyampaikan berapa lama kegiatan ini akan dilaksanakan. Kemudian berlanjut dengan kegiatan inti selama 30 menit yaitu penyampaian materi dan melakukan observasi pengetahuan anak- anak dengan

cara menggali sejauh mana pengetahuan mereka tentang perilaku hidup bersih dan sehat, setelah itu menyampaikan apa itu pengertian dari perilaku hidup bersih dan sehat.

Setelah penyampaian materi selesai, membuka sesi tanya jawab selama 15 menit, memberikan kesempatan pada murid untuk bertanya tentang materi PHBS yang masih kurang dipahami. Kemudian diakhiri dengan kegiatan penutup, menjelaskan kesimpulan dari kegiatan pendidikan kesehatan yang telah berlangsung, mengucapkan terima kasih dan memberikan salam penutup selama 5 menit.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM ini diikuti oleh anak-anak usia sekolah dasar (6–12 tahun) yang tinggal di wilayah terdampak banjir. Peserta berasal dari lingkungan dengan kondisi sanitasi pasca banjir yang masih belum optimal. Sebagian besar anak belum pernah mendapatkan edukasi khusus mengenai PHBS pasca bencana banjir. Kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat seperti mencuci tangan dengan benar, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, mengonsumsi jajanan sehat, berolahraga secara teratur. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sehingga masalah kesehatan dapat dicegah.

Hasil yang dapat diperoleh dalam melakukan PKM yang dilakukan di desa mabang pasir yaitu dengan adanya edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

REFERENSI

Apriliyana, P. and Silvitasari, I. (2025) 'Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat dalam Mengantisipasi Penyalit Pasca Banjir di RT 04, Dusun Nusupan, Desa Kadokan', *Nian Tana Sikka: Jurnal ilmiah Mahasiswa*, 3(5), pp. 12–24.

Hanif, A.N. (2024) 'GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAPTENTANG 8 INDIKATOR PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA MTSN 1 BANDAR LAMPUNG TAHUN 2024'. Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Julianti, R., Nasirun, M. and

yang diajarkan kepada anak-anak yaitu:

- Pemahaman tentang pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun setelah bermain atau sebelum makan.
- Pemahaman Anak yang belum mengetahui risiko penyakit yang dapat muncul pasca banjir.
- Anak Anak masih kurang memahami cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan.
- Meningkatnya kesadaran anak-anak tentang pentingnya hidup bersih dan sehat, yang dapat berkontribusi pada penurunan penyakit dan peningkatan kesehatan secara keseluruhan

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Harapan dari kegiatan pengabdian ini, dengan adanya edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang diajarkan kepada anak-anak di desa mabang pasir kecamatan muara batangtoru supaya anak-anak dapat menerapkan yang dilakukan yaitu:

- Pemahaman tentang pentingnya mencuci tangan dengan sabun sampai bersih menggunakan sabun setelah bermain sebelum dan sesudah makan.
- Praktik menjaga kebersihan lingkungan, seperti membuang sampah pada tempatnya, serta menjaga kesehatan pasca banjir.
- Meningkatnya kesadaran anak-anak tentang pentingnya hidup bersih dan sehat, yang dapat berkontribusi pada penurunan penyakit dan peningkatan kesehatan secara keseluruhan

Wembrayarli, W. (2018) 'Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah', *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), pp. 76–82.

Nabila, M.P., Tanjung, M.R. and Nasution, N.A. (2024) 'Waspada! Curah hujan yang cukup tinggi: Sumatera Utara Banjir', *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 2(12).

Oktariani, L., Aulia, I.D. and Sari, R.S. (2021) 'Peningkatan pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada ibu rumah tangga di wilayah Kota Tangerang', *Syntax Idea*, 3(4), pp. 848–856.

Sadriani, A. et al. (2024) 'Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Inpres Parang Kota Makassar', *Paramacitra Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(02), pp. 20–24.

M. (2025) 'Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Menciptakan Generasi Peduli Sehat pada Anak di SD Negeri 1 Laangke', *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 6(1), pp. 190–195.

Waluyan, R.M. *et al.* (2025) 'Pemasangan Keran Air Di Sekolah Solusi untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 1 Taman Baru', *Community Service Journal*, 1(02), pp. 160–179.

DOKUMENTASI

