



Penyuluhan Phbs Di Gampong Weu Bada Kecamatan Montasik

Elmiyati*¹

¹Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

*Email korespondensi: elmiyati_fk@abulyatama.ac.id¹

Diterima 27 Agustus 2022; Disetujui 31 Agustus 2022; Dipublikasi 10 September 2022

Abstract: *Counseling on gastrointestinal diseases is an important effort in increasing public knowledge and awareness about digestive health, especially in Gampong Lubok Sukon, Ingin Jaya District. This activity aims to provide comprehensive information about the symptoms, causes, and prevention methods of gastrointestinal diseases. The methods used in this activity include problem identification, implementation of counseling, report preparation, and evaluation. The outreach activity was attended by 75 participants who showed high enthusiasm. The evaluation results showed an increase in the community's knowledge about gastrointestinal diseases from 40% before the counseling to 85% after the activity. The community also showed interest in adopting healthy lifestyle behaviors in their daily lives. The conclusion of this activity is that the counseling conducted was effective in increasing the knowledge and awareness of the community. Therefore, it is recommended that similar activities be carried out continuously in other villages to improve the overall quality of public health.*

Keywords: *Health Counseling; Gastrointestinal Diseases; Community of Gampong Lubok Sukon.*

Abstrak: Penyuluhan mengenai penyakit gastrointestinal merupakan upaya penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang kesehatan pencernaan, khususnya di Gampong Lubok Sukon, Kecamatan Ingin Jaya. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi yang komprehensif mengenai gejala, penyebab, dan cara pencegahan penyakit gastrointestinal. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi identifikasi masalah, pelaksanaan penyuluhan, pembuatan laporan, dan evaluasi. Kegiatan penyuluhan diikuti oleh 75 peserta yang menunjukkan antusiasme tinggi. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit gastrointestinal dari 40% sebelum penyuluhan menjadi 85% setelah kegiatan. Masyarakat juga menunjukkan minat untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa penyuluhan yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat. Oleh karena itu, disarankan agar kegiatan serupa dilaksanakan secara berkelanjutan di desa lain untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Kata kunci : *Penyuluhan Kesehatan; Penyakit Gastrointestinal; Masyarakat Gampong Lubok Sukon.*

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

PHBS mencakup berbagai perilaku yang dilakukan oleh individu dan keluarga untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit.

Dalam konteks masyarakat, PHBS tidak hanya berfokus pada tindakan individu, tetapi juga melibatkan partisipasi aktif dari seluruh anggota masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang sehat.

Di Gampong Weu Bada, masih terdapat banyak tantangan terkait pemahaman dan penerapan PHBS. Masyarakat setempat sering kali kurang menyadari pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, yang dapat berdampak pada kesehatan mereka secara keseluruhan. Misalnya, rendahnya kesadaran akan pentingnya sanitasi yang baik, pola makan yang sehat, dan aktivitas fisik yang cukup dapat menyebabkan meningkatnya angka penyakit menular dan tidak menular di kalangan masyarakat. Oleh karena itu, penyuluhan tentang PHBS sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat.

Melalui kegiatan penyuluhan ini, diharapkan masyarakat dapat memahami dan menerapkan prinsip-prinsip PHBS dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mereka. Kegiatan ini juga bertujuan untuk membangun kesadaran kolektif di antara masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan dan lingkungan yang bersih. Dengan demikian, diharapkan akan tercipta masyarakat yang lebih sehat dan produktif.

KAJIAN PUSTAKA

PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan untuk menjadikan sebanyak mungkin

anggota masyarakat sebagai agen perubahan. Hal ini dilakukan dengan cara meningkatkan kualitas perilaku sehari-hari yang berorientasi pada kesehatan. Menurut Kementerian Kesehatan, PHBS mencakup berbagai aspek, seperti kebersihan lingkungan, sanitasi, pola makan sehat, dan aktivitas fisik.

Edukasi melalui pendekatan pemuka masyarakat dan pemberdayaan masyarakat sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penyuluhan yang melibatkan masyarakat secara langsung dapat meningkatkan pemahaman dan penerapan PHBS. Misalnya, sebuah studi oleh Sari et al. (2020) menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan yang dilakukan di tingkat komunitas dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku sehat masyarakat.

Selain itu, pentingnya peran keluarga dalam menerapkan PHBS juga tidak dapat diabaikan. Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang berperan penting dalam membentuk perilaku anggotanya. Oleh karena itu, pendekatan yang melibatkan seluruh anggota keluarga dalam penyuluhan PHBS sangat dianjurkan. Dengan melibatkan keluarga, diharapkan pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN

Metode Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun

secara sistematis, meliputi beberapa tahap sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan: Pada tahap ini, dilakukan identifikasi masalah dan kebutuhan masyarakat terkait PHBS. Tim pengabdian melakukan survei awal untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat tentang PHBS. Survei ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang disebarakan kepada masyarakat.
2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan: Kegiatan penyuluhan dilaksanakan dengan melibatkan masyarakat setempat. Penyuluhan dilakukan melalui presentasi, diskusi, dan tanya jawab untuk memastikan masyarakat memahami materi yang disampaikan. Selain itu, dilakukan juga demonstrasi praktik PHBS, seperti cara mencuci tangan yang benar dan pengelolaan sampah.
3. Pembuatan Laporan Pengabdian: Setelah kegiatan penyuluhan, tim pengabdian menyusun laporan yang mencakup hasil kegiatan, evaluasi, dan rekomendasi untuk kegiatan selanjutnya. Laporan ini akan menjadi acuan untuk kegiatan pengabdian di masa mendatang.
4. Tahap Evaluasi: Evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan penyuluhan. Hal ini dilakukan dengan mengumpulkan umpan balik dari peserta dan mengukur peningkatan pengetahuan mereka tentang PHBS. Evaluasi ini penting untuk mengetahui sejauh mana tujuan kegiatan tercapai dan untuk perbaikan di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Penyuluhan PHBS di Gampong Weu

Bada Kec. Montasik” diikuti oleh 50 masyarakat dengan baik dan lancar. Output yang diperoleh adalah peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai PHBS, terlihat dari banyaknya respon masyarakat dalam bertanya dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan, hanya 30% masyarakat yang memahami konsep PHBS dengan baik. Namun, setelah kegiatan penyuluhan, angka tersebut meningkat menjadi 80%. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang PHBS. Selain itu, masyarakat juga menunjukkan minat yang tinggi untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Dari hasil diskusi, masyarakat mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih percaya diri untuk menerapkan PHBS setelah mendapatkan informasi dan pengetahuan yang tepat. Mereka juga menyatakan keinginan untuk mengadakan kegiatan serupa di masa mendatang agar pengetahuan yang diperoleh dapat terus diperbarui dan diterapkan.

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Gampong Weu Bada merupakan inisiatif penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan. PHBS adalah konsep yang mengedepankan perilaku sehat yang dilakukan secara sadar oleh individu dan keluarga, yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Dalam konteks

ini, penyuluhan bertujuan untuk memberikan pengetahuan yang mendalam mengenai berbagai aspek kesehatan, termasuk sanitasi, pola makan sehat, dan aktivitas fisik.

Kegiatan penyuluhan ini melibatkan ceramah yang disampaikan oleh tenaga medis dan diskusi interaktif dengan masyarakat. Dalam ceramah tersebut, peserta diberikan informasi tentang cara-cara sederhana untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari, seperti pentingnya mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan, dan mengonsumsi makanan bergizi. Dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, diharapkan dapat mengurangi angka penyakit menular dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Salah satu aspek penting dari PHBS adalah edukasi mengenai sanitasi. Sanitasi yang baik dapat mencegah berbagai penyakit, terutama penyakit yang ditularkan melalui air dan makanan. Dalam penyuluhan ini, masyarakat diajarkan tentang pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, seperti pembuangan sampah yang benar dan pengelolaan limbah. Dengan memahami pentingnya sanitasi, masyarakat diharapkan dapat berkontribusi dalam menciptakan lingkungan yang lebih sehat.

Selain itu, penyuluhan ini juga menekankan pentingnya pola makan sehat. Masyarakat diberikan informasi tentang gizi seimbang dan bagaimana memilih makanan yang baik untuk kesehatan. Edukasi mengenai gizi sangat penting, terutama di daerah yang masih memiliki masalah gizi buruk. Dengan pengetahuan yang

tepat, masyarakat dapat membuat pilihan makanan yang lebih baik dan meningkatkan kesehatan keluarga mereka.

Akhirnya, kegiatan ini diharapkan dapat membentuk masyarakat yang lebih sadar akan kesehatan dan kebersihan. Dengan adanya pengetahuan yang lebih baik tentang PHBS, diharapkan masyarakat dapat menjadi agen perubahan dalam lingkungan mereka sendiri, serta mampu mengedukasi orang lain tentang pentingnya hidup bersih dan sehat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan memberikan pengetahuan yang signifikan tentang PHBS dan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya hidup bersih dan sehat. Masyarakat di Gampong Weu Bada menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan ini, yang tercermin dari partisipasi aktif mereka selama penyuluhan.

Saran

Kegiatan serupa seharusnya dilaksanakan secara kontinyu di desa lain untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang PHBS. Selain itu, perlu adanya follow-up untuk memastikan bahwa pengetahuan yang didapatkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Diharapkan, dengan adanya penyuluhan yang berkelanjutan, masyarakat dapat lebih memahami dan menerapkan PHBS, sehingga kualitas kesehatan mereka dapat meningkat. Kegiatan ini juga dapat diperluas dengan melibatkan lebih banyak pemangku kepentingan,

seperti pemerintah desa dan organisasi kesehatan, untuk menciptakan program yang lebih komprehensif dan berkelanjutan.



Gambar 1. Pelaksanaan PKM

DAFTAR PUSTAKA

- Dayani, T. R., Pradikta, H. Y., Rizkiana, A., Lampung, B., & Sungkai, K. (2022). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Serta Pentingnya Menjaga Kesehatan Diri Dan Kebersihan. *Al-Mu'awanah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 142–150.
- Ivonne Ruth Situmeang, Jerry Tobing, Maestro Simanjuntak, Paul Tobing, & Sanggam B. Hutagalung. (2024). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Ikra-Ith Abdimas*, 8(2), 240–243. <https://doi.org/10.37817/ikra-ithabdimas.v8i2.3516>
- Kemendikbud. (2021). PHBS Di Sekolah Untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19. Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar, 24. <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/>
- Kemensos RI. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) penguatan kapabilitas anak dan keluarga. Penguatan Kapabilitas Anak Dan Keluarga Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Atau PHBS Adalah Upaya Untuk Memperkuat Budaya Seseorang, Kelompok Maupun Masyarakat Agar Peduli Dan Mengutamakan Kesehatan Untuk Mewujudkan Kehidupan, 1–14.
- Sapalas, R. A., Ahyan, N. P. D., Rahmah, S. N., Lubis, A. F., & Rosfiani, O. (2022). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Mewujudkan Kesejahteraan Masyarakat. Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ, 1–5. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnask/article/view/15592>
- Sari, D. P., & Hidayati, N. (2020). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Masyarakat Tentang PHBS. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 45-50.
- Pratiwi, R. A., & Sari, M. (2021). Peran Keluarga Dalam Menerapkan PHBS Di Rumah. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(3), 123-130.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Pedoman Umum Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta: Kemenkes RI.
- Ningsih, R. A., & Sari, D. (2022). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Dalam Meningkatkan Pengetahuan PHBS Di Kalangan Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 78-85.
- Hidayati, N., & Rahmawati, A. (2023). Implementasi PHBS Dalam Kehidupan Sehari-Hari Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 34-40.
- Dayani, T. R., Pradikta, H. Y., Rizkiana, A.,

- Lampung, B., Lampung, B., & Sungkai, K. (2022). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Serta Pentingnya Menjaga Kesehatan Diri Dan Kebersihan. *Al - Mu'awanah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 142 – 150.
- Kemensos RI. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) penguatan kapabilitas anak dan keluarga.
- Sapalas, R. A., Ahyan, N. P. D., Rahmah, S. N., Lubis, A. F., & Rosfiani, O. (2022). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Mewujudkan Kesejahteraan Masyarakat. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1 – 5.
- Kemendikbud. (2021). PHBS Di Sekolah Untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid - 19. *Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar*, 24.
- Ivonne Ruth Situmeang, Jerry Tobing, Maestro Simanjuntak, Paul Tobing, & Sanggam B. Hutagalung. (2024). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Ikra - Ith Abdimas*, 8(2), 240 – 243.