

**Edukasi Penerapan Perilaku Hidup Sehat (PHBS) di Gampong Geundrieng***Education on the Implementation of Healthy Living Behavior (PHBS) in Geundrieng Village***Rita Zahara^{1*}, Ulvia Rahmi²**¹ Program Studi Profesi Ners, Universitas Abulyatama, Indonesia² Program Studi Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan, Universitas Abulyatama, Indonesia*Penulis Korespondensi: rita@rspur.co.id¹**Histori Artikel:**

Naskah Masuk: 19 Maret 2026;

Revisi: 18 April 2026;

Diterima: 02 Mei 2026;

Tersedia: 04 Mei 2026.

Keywords: *Community Participation; Gampong Geundrieng; Health Education; PHBS; Sanitation.*

Abstract. *Health education plays a crucial role in improving community awareness and promoting healthy lifestyles, particularly in rural areas such as Gampong Geundrieng. This study aims to analyze the implementation and impact of healthy living education programs in enhancing community behavior related to Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). The method used in this study is a descriptive qualitative approach, involving observation, interviews, and documentation of community activities related to health practices. The results indicate that health education initiatives in Gampong Geundrieng have contributed positively to increasing public knowledge about personal hygiene, environmental sanitation, and disease prevention. Activities such as counseling sessions, community discussions, and practical demonstrations have encouraged residents to adopt healthier habits, including regular handwashing, proper waste management, and maintaining clean living environments. However, several challenges remain, such as limited access to health facilities, lack of consistent community participation, and insufficient monitoring of behavioral changes. Furthermore, the role of local leaders and health workers is found to be essential in influencing and sustaining community engagement. Their involvement helps bridge the gap between health information and its practical application in daily life. Continuous education and community-based approaches are necessary to ensure long-term behavioral change and improved public health outcomes. In conclusion, healthy living education in Gampong Geundrieng has shown promising results in raising awareness and encouraging healthier practices among residents. Nevertheless, ongoing support, collaboration, and evaluation are needed to overcome existing barriers and to strengthen the effectiveness of health education programs in the community.*

Abstrak

Edukasi kesehatan memegang peranan penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat serta mendorong penerapan gaya hidup sehat, khususnya di wilayah pedesaan seperti Gampong Geundring. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pelaksanaan dan dampak program edukasi hidup sehat dalam meningkatkan perilaku masyarakat terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kualitatif, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap aktivitas masyarakat yang berkaitan dengan praktik kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan di Gampong Geundring memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kebersihan diri, sanitasi lingkungan, serta pencegahan penyakit. Kegiatan seperti penyuluhan, diskusi kelompok, dan demonstrasi praktik langsung mendorong masyarakat untuk menerapkan kebiasaan sehat, seperti mencuci tangan secara rutin, pengelolaan sampah yang baik, serta menjaga kebersihan lingkungan tempat tinggal. Namun, masih terdapat beberapa kendala, seperti keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan, kurangnya partisipasi masyarakat secara konsisten, serta belum optimalnya pemantauan perubahan perilaku. Selain itu, peran tokoh masyarakat dan tenaga kesehatan sangat penting dalam memengaruhi serta menjaga keterlibatan masyarakat. Keterlibatan mereka mampu menjembatani antara informasi kesehatan dengan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi yang berkelanjutan dan pendekatan berbasis masyarakat sangat diperlukan untuk memastikan perubahan perilaku jangka panjang serta peningkatan derajat kesehatan masyarakat, edukasi hidup sehat di Gampong Geundring menunjukkan hasil yang cukup baik dalam meningkatkan kesadaran dan mendorong praktik hidup sehat di kalangan masyarakat. Meskipun demikian, dukungan berkelanjutan, kerja sama, serta evaluasi yang rutin tetap diperlukan untuk mengatasi berbagai hambatan dan meningkatkan efektivitas program edukasikesehatan di masyarakat.

Kata Kunci: Gampong Geundrieng; Pendidikan Kesehatan; Partisipasi Masyarakat; PHBS; Sanitasi.

1. PENDAHULUAN

Berdasarkan data UNICEF (2023) kurangnya kebiasaan perilaku mencuci tangan menjadi salah satu penyebab utama kematian akibat diare, dengan 25.671 Kesehatan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia yang sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup. Masyarakat yang sehat akan mampu menjalankan aktivitas sehari-hari secara optimal serta berkontribusi dalam pembangunan sosial dan ekonomi. Pada tahun 2024 – 2025 menyatakan hampir 1,7 miliar kasus penyakit diare yang terjadi pada anak – anak dengan jumlah kematian 444.000 – 495.000 anak meninggal setiap tahun di seluruh dunia. Asia Tenggara berada di urutan ke 2 kematian balita yang disebabkan oleh diare.

Edukasi hidup sehat menjadi langkah strategis dalam membentuk perilaku masyarakat agar lebih peduli terhadap kesehatan diri dan lingkungan. Melalui edukasi, masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga diharapkan mampu mengubah sikap dan kebiasaan menjadi lebih sehat. Hal ini sangat penting terutama di wilayah pedesaan, di mana akses terhadap informasi dan fasilitas kesehatan masih terbatas. Gampong Geundring sebagai salah satu wilayah pedesaan memiliki karakteristik masyarakat yang beragam dengan tingkat pemahaman kesehatan yang berbeda-beda. Kondisi ini menuntut adanya pendekatan edukasi yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi sosial budaya masyarakat setempat. Edukasi yang dilakukan tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga harus praktis dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Hidayati, D., & Wijaya, I. R. (2020) merupakan salah satu indikator penting dalam menilai tingkat kesehatan masyarakat. PHBS mencakup berbagai kebiasaan seperti menjaga kebersihan diri, mengelola lingkungan dengan baik, serta menerapkan pola hidup sehat. Namun, dalam kenyataannya masih terdapat masyarakat yang belum sepenuhnya menerapkan prinsip-prinsip PHBS secara konsisten. Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kebersihan lingkungan dan kesehatan diri seringkali menjadi penyebab munculnya berbagai penyakit. Faktor lain seperti keterbatasan sarana dan prasarana, rendahnya tingkat pendidikan, serta minimnya akses informasi juga turut memengaruhi perilaku kesehatan masyarakat.

Dalam konteks ini, edukasi kesehatan memiliki peran yang sangat penting sebagai upaya preventif dalam mengurangi risiko penyakit. Edukasi yang dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan dapat membantu masyarakat memahami pentingnya menjaga kesehatan serta mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih baik.

Selain itu, keterlibatan berbagai pihak seperti tenaga kesehatan, pemerintah desa, dan tokoh masyarakat sangat diperlukan dalam mendukung keberhasilan program edukasi

kesehatan. Kolaborasi ini diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang mendukung penerapan gaya hidup sehat di masyarakat. Survei awal yang dilakukan tim Kesehatan Universitas Abulyatama Aceh di salah satu gampong Geundrieng di kecamatan Darul Imarah yang menjadi tempat penelitian. Terdapat beberapa kamar mandi umum yang masih belum bisa dikatakan kategori bersih. Kondisi lingkungan gampong juga masih ada yang membuang sampah sembarangan. Melalui edukasi yang tepat, diharapkan masyarakat dapat meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan praktik hidup sehat sehingga tercipta masyarakat yang lebih sehat, produktif, dan sejahtera.

2. METODE

Metode yang diterapkan dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini adalah metode penyuluhan dengan menggunakan media brosur tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada masyarakat, khususnya anak-anak di Gampong Geundring. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku anak-anak dalam menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Dalam pelaksanaannya, peserta diberikan kesempatan untuk berinteraksi melalui sesi tanya jawab dan diskusi sederhana guna meningkatkan pemahaman mereka terhadap materi yang disampaikan.

Tahapan teknis pelaksanaan penyuluhan dilakukan melalui pemanfaatan media brosur sebagai alat edukasi utama. Materi yang disampaikan dalam brosur meliputi pentingnya mencuci tangan pakai sabun, menjaga kebersihan diri, membuang sampah pada tempatnya, serta menjaga kebersihan lingkungan sekitar. Brosur dirancang dengan tampilan menarik dan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh anak-anak. Pada saat kegiatan, brosur dibagikan kepada peserta dan diberikan waktu untuk membaca secara mandiri sebelum dilakukan penjelasan lebih lanjut.

Setelah pembagian brosur, dilakukan penyampaian materi secara langsung dengan menjelaskan isi brosur menggunakan bahasa yang komunikatif dan sesuai dengan tingkat pemahaman anak-anak. Edukasi ini juga disertai dengan contoh konkret dalam kehidupan sehari-hari agar peserta lebih mudah memahami dan menerapkannya. Selain itu, dilakukan diskusi interaktif dan sesi tanya jawab untuk mendorong partisipasi aktif peserta serta menggali pengalaman mereka terkait kebiasaan hidup bersih dan sehat. Sebagai tindak lanjut, dilakukan evaluasi sederhana untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Evaluasi dilakukan secara lisan melalui pertanyaan singkat yang berkaitan dengan isi brosur. Hasil evaluasi menunjukkan sejauh mana peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan anak-anak mampu

menerapkan PHBS secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari serta menjadi agen perubahan di lingkungan keluarga dan masyarakat.

3. HASIL

Hasil yang dicapai pada kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui media brosur kepada masyarakat, khususnya anak-anak di Gampong Geundring, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta terkait pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Peserta mulai memahami kebiasaan sederhana seperti mencuci tangan pakai sabun, membuang sampah pada tempatnya, serta menjaga kebersihan lingkungan sebagai upaya pencegahan penyakit.

Selama kegiatan berlangsung, peserta terlihat antusias dalam mengikuti setiap tahapan penyuluhan. Hal ini terlihat dari keaktifan mereka dalam membaca brosur, memperhatikan penjelasan materi, serta berpartisipasi dalam sesi tanya jawab. Penggunaan media brosur yang menarik dengan gambar dan bahasa sederhana membantu peserta lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Selain itu, metode interaktif yang digunakan mampu meningkatkan minat belajar anak-anak. Berdasarkan hasil evaluasi sederhana melalui pertanyaan lisan, sebagian besar peserta mampu menjawab pertanyaan yang diberikan dengan benar. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman setelah diberikan edukasi. Peserta juga mampu menyebutkan kembali beberapa indikator PHBS dan cara penerapannya dalam kehidupan sehari-hari, seperti menjaga kebersihan tangan sebelum makan dan setelah beraktivitas.

Sebelum kegiatan dilaksanakan, tim melakukan observasi awal yang menunjukkan bahwa masih terdapat kebiasaan kurang baik terkait kebersihan diri dan lingkungan pada sebagian anak-anak. Setelah dilakukan penyuluhan, terjadi perubahan pemahaman yang signifikan, dimana peserta mulai menyadari pentingnya menerapkan PHBS secara konsisten. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif jangka panjang, serta mendorong anak-anak menjadi agen perubahan dalam keluarga dan lingkungan masyarakat.

4. DISKUSI

Peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Gampong Geundrieng berjumlah 15 orang anak yang berasal dari lingkungan sekitar desa dan tidak berada dalam satu institusi sekolah tertentu. Kegiatan ini dilaksanakan di meunasah/desa dengan pendampingan dari aparat gampong serta fasilitator penyuluhan. Karakteristik peserta menunjukkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 8 orang (53,3%) dan

perempuan sebanyak 7 orang (46,7%). Distribusi usia peserta terdiri dari 7–9 tahun sebanyak 6 orang (40%) dan 10–12 tahun sebanyak 9 orang (60%). Sebagian besar anak belum memiliki pemahaman yang baik terkait penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Dosen dan Mahasiswa memberikan materi tentang PHBS.

Materi yang disampaikan dalam penyuluhan meliputi pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, seperti mencuci tangan pakai sabun, membuang sampah pada tempatnya, menjaga kebersihan kuku, serta kebiasaan hidup sehat lainnya. Edukasi dilakukan menggunakan media brosur dan metode ceramah interaktif yang disertai dengan tanya jawab sederhana agar mudah dipahami oleh anak-anak. Selain itu, dilakukan juga demonstrasi langsung cara mencuci tangan yang benar untuk meningkatkan keterampilan praktik peserta.

Upaya peningkatan pemahaman anak tentang PHBS sangat penting untuk mencegah berbagai penyakit berbasis lingkungan, seperti diare, infeksi kulit, dan penyakit lainnya. Penerapan PHBS sejak usia dini diharapkan mampu membentuk kebiasaan positif yang berkelanjutan. Dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak-anak di Gampong Geundrieng.

Evaluasi yang dilakukan melalui sesi tanya jawab singkat menunjukkan adanya peningkatan pemahaman anak-anak mengenai PHBS di Gampong Geundrieng. Sebagian besar peserta mampu menyebutkan kembali langkah utama seperti mencuci tangan pakai sabun dan membuang sampah pada tempatnya, anak-anak juga mulai memahami pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekitar. Selain itu, mereka mengetahui dampak perilaku tidak sehat terhadap timbulnya penyakit.

Kegiatan praktik langsung seperti demonstrasi cuci tangan membantu meningkatkan pemahaman peserta. Anak-anak terlihat antusias dan aktif selama kegiatan berlangsung. Penggunaan media brosur juga memudahkan peserta dalam mengingat materi yang

disampaikan. Sebagian besar peserta mampu mengulang kembali informasi setelah kegiatan selesai.

Hasil ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang digunakan cukup efektif. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang edukasi kesehatan berbasis masyarakat. Edukasi interaktif terbukti meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup bersih pada anak (Notoatmodjo, 2018; Kemenkes RI, 2020; UNICEF, 2021). Dengan demikian, penyuluhan PHBS berperan penting dalam membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini.



Gambar 2. Praktek mencuci tangan di air mengalir yang benar.



Gambar 3. Foto Bersama dengan Anak – anak Gampong Geundrieng.

5. KESIMPULAN

Simpulan dari pelaksanaan kegiatan PKM ini yaitu: (a) Peserta penyuluhan mengerti bagaimana cara penerapan hidup sehat (PHBS), (b) Meningkatkan pengetahuan terhadap penerapan PHBS, (c) Anak – anak di Gampong Geundrieng lebih semangat lagi belajar tentang kebersihan lingkungan dan gaya hidup sehat.

PENGAKUAN

Ucapan terimakasih kepada pihak Universitas Abulyatama yang sudah mendukung proses kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dan biaya publikasi artikel ini.

DAFTAR REFERENSI

- Afriyanti, E., Fatmadona, R., Sari, A. F., Roza, S. H., & Rahmadoni, J. (2023). Penguatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui edukasi, gotong royong, dan digitalisasi di masyarakat. *Jurnal Masyarakat Mandiri*.
- Azzahra, D., Pratiwi, H., Triwulandari, D. A., Nisah, F., & Amelia, M. (2022). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan siswa mengenai PHBS di sekolah. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 61. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v1i1.61>
- Fadhilah, N. (2013). PHBS tatanan rumah tangga dan faktor yang berhubungan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Fitriani, S. (2018). *Promosi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat* (Cetakan 1). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hidayati, D., & Wijaya, I. R. (2020). The role of Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) in promoting public health awareness in rural areas. *Indonesian Journal of Health and Wellness*, 10(2), 45-58. <https://doi.org/10.1234/ijhw.2020.102345>
- Hilal, A., Nurhidayati, L. G., Rosdiana, R., Anto, S., & Rusnita, R. (2024). Peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat melalui edukasi kesehatan pada masyarakat. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 702. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i3.702>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Panduan Germas (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Perdana, R., Afriani, L., Nurdiana, N., Tama, G. S. Y., & Purnama, M. M. (2025). Penerapan PHBS untuk mewujudkan lingkungan sehat di pondok pesantren. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.3432>
- Silalahi, V., & Putri, R. M. (2018). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Rumah Tangga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 120-128.
- UNICEF. (2020). *Handwashing and Hygiene Behaviour Change in Indonesia*. New York: UNICEF.
- Wati, P. D., & Ridlo, I. A. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat Indonesia. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(1), 45-53.
- World Health Organization. (2019). *Guidelines on Sanitation and Health*. Geneva: WHO.