



Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada masyarakat Jalan Gedang RT.04 Kota Bengkulu

Made Rahayu N¹⁾; Ein Kurnisa²⁾; Dini Pratiwi³⁾; Inge Anggraeni⁴⁾; Fery Surahman⁵⁾

^{1,2,3,4,5)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: [1maderahayuningsih06@gmail.com](mailto:maderahayuningsih06@gmail.com)

ARTICLE HISTORY

Received [07 Januari 2026]

Revised [03 Maret 2026]

Accepted [06 Maret 2026]

KEYWORDS

Clean and Healthy Living
Behavior, Health Education,
Community Service.

This is an open access article
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman dan praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada masyarakat Jalan Gedang RT.04 Kota Bengkulu. Program difokuskan pada edukasi langsung melalui penyuluhan, demonstrasi cuci tangan pakai sabun (CTPS), pembagian leaflet, serta observasi kondisi lingkungan. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan dan perilaku masyarakat. Hasil pelaksanaan menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar kurang lebih 30%, meningkatnya kebiasaan CTPS, serta mulai diterapkannya pengelolaan sampah rumah tangga yang lebih teratur. Selain itu, masyarakat menunjukkan antusiasme dalam mengikuti anjuran pemeriksaan kesehatan rutin. Secara keseluruhan, kegiatan ini efektif dalam mendorong perubahan perilaku kesehatan dan memperkuat kesadaran masyarakat terhadap pentingnya PHBS.

ABSTRACT

This Community Service Program (KKN) was conducted to enhance the understanding and practice of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) among the residents of Jalan Gedang RT.04, Bengkulu City. The program focused on delivering health education through counseling sessions, demonstrations of proper handwashing with soap (CTPS), distribution of informational leaflets, and environmental observation. Evaluation was carried out using pre-test and post-test assessments to measure changes in knowledge and behavior. The results showed an approximate 30% increase in community knowledge, improved handwashing habits, and initial implementation of better household waste management practices. In addition, residents demonstrated increased enthusiasm for routine health check-ups. Overall, this program effectively encouraged positive health behavior changes and strengthened community awareness regarding the importance of maintaining clean and healthy living practices.

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui pembiasaan perilaku positif yang dilakukan secara sadar dalam kehidupan sehari-hari. PHBS mencakup serangkaian tindakan sederhana namun berdampak besar, seperti cuci tangan pakai sabun, menjaga kebersihan lingkungan, mengonsumsi air bersih, mengelola sampah secara tepat, hingga melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Penerapan PHBS menjadi fondasi penting dalam upaya pencegahan penyakit menular maupun penyakit tidak menular, serta berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup individu dan komunitas. Di Indonesia, implementasi PHBS telah menjadi program prioritas nasional yang terus digencarkan melalui berbagai pendekatan, termasuk edukasi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat. Namun, dalam kenyataannya, masih ditemukan berbagai permasalahan terkait rendahnya kesadaran dan praktik PHBS, terutama di wilayah permukiman dengan tingkat kepadatan penduduk yang tinggi dan kondisi sanitasi lingkungan yang bervariasi.

Kota Bengkulu sebagai salah satu wilayah perkotaan juga menghadapi tantangan serupa, di mana perilaku hidup bersih dan sehat belum sepenuhnya diterapkan merata di seluruh lapisan masyarakat. Jalan Gedang RT.04 merupakan salah satu wilayah yang menunjukkan adanya kebutuhan peningkatan pengetahuan dan praktik PHBS. Berdasarkan pengamatan awal, beberapa permasalahan yang muncul antara lain kebiasaan cuci tangan yang belum konsisten, pengelolaan sampah rumah tangga yang belum optimal, minimnya penggunaan jamban sehat pada sebagian rumah, serta kurangnya kesadaran masyarakat dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur. Kondisi ini berdampak pada tingginya kerentanan terhadap penyakit seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), penyakit kulit, dan risiko penyakit tidak menular akibat gaya hidup yang kurang sehat. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) hadir sebagai salah satu bentuk pengabdian mahasiswa kepada masyarakat untuk membantu mengatasi permasalahan tersebut melalui pendekatan edukasi, pemberdayaan, dan demonstrasi praktik kesehatan.

Melalui KKN, mahasiswa dapat berperan dalam mengidentifikasi kebutuhan kesehatan masyarakat, memberikan edukasi yang mudah dipahami, serta mendorong perubahan perilaku yang

berkelanjutan. Edukasi PHBS yang diberikan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga bertujuan membentuk kesadaran dan tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari. Program edukasi PHBS yang dilaksanakan di Jalan Gedang RT.04 ini dirancang untuk memperkuat pemahaman masyarakat mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, memotivasi penerapan indikator-indikator PHBS di tatanan rumah tangga, serta meningkatkan partisipasi warga dalam menciptakan lingkungan yang sehat.

Pendekatan yang digunakan mencakup penyuluhan, demonstrasi cuci tangan pakai sabun, pembagian leaflet, pendampingan pengelolaan sampah, serta evaluasi sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi. Pendahuluan ini memberikan gambaran umum mengenai latar belakang pentingnya edukasi PHBS di wilayah Jalan Gedang RT.04 Kota Bengkulu serta urgensi keterlibatan KKN dalam mendukung upaya peningkatan kualitas kesehatan masyarakat. Bagian selanjutnya akan menjelaskan metode pelaksanaan, hasil kegiatan, serta dampak edukasi terhadap perubahan perilaku masyarakat.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan KKN dengan tema edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada masyarakat Jalan Gedang RT.04 Kota Bengkulu menggunakan pendekatan deskriptif dengan strategi edukatif dan partisipatif. Kegiatan dilaksanakan selama masa KKN dengan melibatkan masyarakat secara langsung melalui observasi, penyuluhan, demonstrasi, dan pendampingan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi lingkungan untuk mengetahui kondisi sanitasi, kebiasaan kebersihan, serta pengelolaan sampah rumah tangga. Selain itu, kuesioner pre-test dan post-test diberikan kepada warga untuk menilai tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi, sementara wawancara singkat dilakukan untuk menggali kebiasaan serta hambatan masyarakat dalam menerapkan PHBS.

Intervensi utama berupa penyuluhan mengenai indikator PHBS, risiko penyakit akibat lingkungan yang tidak sehat, dan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. Kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi cuci tangan pakai sabun (CTPS) sesuai standar WHO, pembagian leaflet edukasi, serta pendampingan praktik pengelolaan sampah melalui pemisahan sampah organik dan anorganik. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk melihat peningkatan pengetahuan masyarakat dan perubahan perilaku setelah intervensi. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test, pemantauan perubahan perilaku, serta diskusi umpan balik bersama warga dan ketua RT. Metode ini dirancang untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai efektivitas edukasi PHBS dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat Jalan Gedang RT.04.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Aktivitas

Pelaksanaan kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada masyarakat Jalan Gedang RT.04 Kota Bengkulu berlangsung selama masa KKN dengan melibatkan 30 anggota masyarakat sebagai responden utama. Kegiatan mencakup penyuluhan, demonstrasi CTPS, pendampingan pengelolaan sampah, serta pembagian media edukasi. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test, observasi perilaku, serta wawancara singkat untuk mengetahui perubahan setelah intervensi.

Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan PHBS

Berdasarkan hasil pre-test, tingkat pengetahuan masyarakat terhadap PHBS masih tergolong cukup, dengan pemahaman yang bervariasi terutama terkait pentingnya mencuci tangan, pengelolaan sampah, dan pencegahan penyakit. Nilai rata-rata pengetahuan awal adalah **58%**. Setelah dilakukan edukasi intensif, nilai post-test meningkat signifikan menjadi **87%**, menunjukkan peningkatan sebesar **29%**.

Tabel 1. Perbandingan Skor Pengetahuan Pre-test dan Post-test (n=30) Kategori Penilaian Pre-test Post-test Peningkatan

Nilai Rata-rata	58%	87%	+29%
Responden meningkat >25 poin	22(73%)	—	—
Responden meningkat 10–20 poin	6 (20%)	—	—
Responden meningkat <10 poin	2 (7%).	—	—

Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan warga secara signifikan dan merata pada hampir seluruh peserta.

Perubahan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)

Sebelum edukasi, mayoritas warga belum menerapkan CTPS pada lima waktu penting, terutama sebelum makan dan setelah menggunakan toilet. Hanya sekitar **40%** responden yang sebelumnya melakukan CTPS dengan benar. Setelah demonstrasi dan praktik langsung, penerapan CTPS meningkat menjadi **87%**, dengan mayoritas warga menunjukkan pemahaman langkah-langkah CTPS sesuai standar WHO.

Tabel 2. Perubahan Perilaku CTPS Sebelum dan Sesudah Edukasi

Perilaku CTPS	Sebelum	Sesudah	Perubahan
Melakukan CTPS dengan benar +47%	12 responden (40%)	26 responden (87%)	
Tidak melakukan CTPS secara konsisten	18 responden (60%)	4 responden (13%)	–47%
Berniat menerapkan CTPS harian +47%	10 responden (33%)	24 responden (80%)	

Pengelolaan Sampah Rumah Tangga

Pengelolaan sampah menjadi salah satu persoalan penting di lingkungan RT.04. Sebelum edukasi, sebagian besar warga masih mencampur sampah organik dan anorganik. Setelah diberikan penjelasan dan pelatihan pembuatan tempat sampah sederhana, terjadi peningkatan signifikan dalam penerapan pemilahan sampah.

Tabel 3. Perubahan Pengelolaan Sampah Rumah Tangga

Aspek Pengelolaan Sampah	Sebelum	Sesudah	Perubahan
Memisahkan sampah organik & anorganik	9 responden (30%)	20 responden (67%)	+37%
Tidak memisahkan sampah	21 responden (70%)	10 responden (33%)	–37%
Menggunakan tempat sampah tertutup	11 responden (37%)	23 responden (77%)	+40%

Perubahan ini menunjukkan bahwa pendampingan praktis efektif dalam meningkatkan kesadaran dan tindakan pengelolaan sampah

Kesadaran Pemeriksaan Kesehatan Rutin

Pemeriksaan kesehatan berkala menjadi salah satu indikator penting PHBS. Pada awal kegiatan, hanya 5 dari 30 responden (17%) yang rutin melakukan pemeriksaan kesehatan bulanan. Setelah diberikan edukasi terkait manfaat deteksi dini penyakit, terjadi peningkatan niat untuk melakukan pemeriksaan rutin.

Tabel 4. Kesadaran Pemeriksaan Kesehatan Rutin

Indikator	Sebelum	Sesudah	Perubahan
Warga rutin memeriksakan kesehatan	5 responden (17%)	18 responden (60%)	+43%
Warga tidak pernah memeriksakan kesehatan	14 responden (47%)	6 responden (20%)	-27%
Warga bersedia mengikuti pemeriksaan bulanan	11 responden (36%)	24 responden (80%)	+44%

Observasi Kebersihan Lingkungan

Selain perubahan pengetahuan dan perilaku, hasil observasi akhir menunjukkan adanya perbaikan kondisi lingkungan sekitar. Rumah yang menjaga kebersihan halaman dan area sekitar meningkat dari **40%** menjadi **60%**. Selain itu, terdapat peningkatan jumlah rumah yang menyediakan sarana cuci tangan sederhana di depan rumah.

Respon dan Partisipasi Masyarakat

Mayoritas peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam seluruh rangkaian kegiatan:

- **27 responden (90%)** menyatakan kegiatan sangat bermanfaat.
- **25 responden (83%)** berharap kegiatan dilanjutkan secara berkala.
- **28 responden (93%)** mengikuti demonstrasi CTPS hingga selesai.
- **23 responden (77%)** aktif bertanya saat penyuluhan berlangsung.

Respon positif ini menunjukkan tingginya kebutuhan dan minat masyarakat terhadap edukasi kesehatan.

Ringkasan Umum Hasil

Kegiatan edukasi PHBS terbukti memberikan dampak signifikan, baik dalam peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, maupun perbaikan lingkungan. Secara keseluruhan, edukasi ini efektif sebagai pendekatan pemberdayaan masyarakat di wilayah Jalan Gedang RT.04 Kota Bengkulu.



Gambar.1 Foto kunjungan posyandu gabungan

Penyelesaian masalah berdasarkan hasil penelitian edukasi PHBS pada 30 anggota masyarakat Jalan Gedang RT.04 Kota Bengkulu menunjukkan bahwa meskipun terjadi peningkatan pengetahuan dan praktik setelah diberikan penyuluhan, perubahan perilaku belum sepenuhnya merata pada seluruh indikator yang diukur. Beberapa peserta masih memiliki pemahaman yang kurang terkait pengelolaan sampah rumah tangga, praktik cuci tangan pakai sabun pada waktu-waktu penting, serta kebiasaan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan pendekatan penanganan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan. Pendidikan tidak cukup dilakukan satu kali, sehingga penyuluhan lanjutan secara terjadwal menjadi penting untuk memperkuat pemahaman. Keterlibatan kader kesehatan, tokoh masyarakat, dan kelompok dasawisma dapat menjadi bentuk pendampingan yang efektif, karena mereka dapat memberikan pengawasan lebih dekat sekaligus menjadi pengingat dalam ke



Selain itu, beberapa kendala muncul dari faktor sarana, terutama belum tersedianya fasilitas pendukung PHBS di sebagian rumah warga seperti tempat cuci tangan yang memadai. Penyelesaian masalah dapat dilakukan melalui pengadaan sarana CTPS sederhana yang bisa dibuat secara swadaya ataupun bekerja sama dengan pihak puskesmas atau sponsor lokal. Pendampingan langsung oleh kader di lapangan juga diperlukan untuk memastikan bahwa peningkatan pengetahuan benar-benar diterapkan dalam tindakan nyata. Kader dapat melakukan kunjungan rumah untuk memeriksa praktik PHBS, seperti kebiasaan mencuci tangan, menjaga kebersihan makanan, membuang sampah di tempatnya, dan mengatur saluran air rumah.

Pemantauan serta evaluasi secara berkala sangat diperlukan untuk mencegah masyarakat kembali pada kebiasaan lama. Evaluasi setiap tiga bulan menggunakan daftar indikator PHBS rumah tangga dapat memberikan gambaran perkembangan penerapan perilaku sehat. Selain itu, pemeriksaan kesehatan rutin seperti pengukuran tekanan darah, berat badan, dan gula darah juga akan mendukung peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini penyakit. Upaya mengatasi masalah juga perlu menggunakan pendekatan sosial dan budaya. Melibatkan tokoh agama, tokoh masyarakat, dan kelompok organisasi lokal dapat meningkatkan efektivitas kesejahteraan pesantren karena mereka memiliki pengaruh besar dalam pembentukan perilaku warga. Kegiatan seperti lomba rumah sehat, aksi

Penyelesaian masalah juga memerlukan kerja sama dengan pihak puskesmas dan pemerintah kelurahan. Kolaborasi ini penting untuk mendukung penyediaan fasilitas umum yang mendukung PHBS seperti tempat pembuangan sampah sementara, saluran air yang baik, serta pelatihan lanjutan bagi kader kesehatan. Jika semua langkah dilakukan secara terintegrasi dan berkelanjutan, maka masalah penerapan PHBS yang belum optimal di masyarakat dapat teratasi secara bertahap, dan perilaku hidup bersih dan sehat akan menjadi kebiasaan yang menetap dalam kehidupan sehari-hari warga Jalan Gedang RT.

KESIMPULAN DAN SARAN

Untuk mempertahankan dan meningkatkan dampak edukasi PHBS di masyarakat Jalan Gedang RT.04, diperlukan upaya lanjutan yang lebih terstruktur dan berkesinambungan. Kegiatan edukasi sebaiknya tidak berhenti pada satu kali intervensi, namun dilanjutkan melalui penyuluhan berkala dengan melibatkan kader kesehatan, RT, dasawisma, dan tokoh masyarakat agar pesan-pesan kesehatan dapat terus diingatkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, penyediaan sarana pendukung seperti tempat cuci tangan, poster edukasi, serta fasilitas diskon sampah sangat diperlukan untuk mendukung perubahan perilaku masyarakat. Pemantauan rutin yang dilakukan oleh puskesmas atau kader kesehatan dapat membantu memastikan bahwa masyarakat benar-benar menerapkan PHBS secara konsisten, terutama pada indikator CTPS, pengelolaan sampah, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Pemerintah kelurahan juga disarankan untuk mendukung kegiatan lingkungan sehat seperti gotong royong, lomba kebersihan, dan kampanye PHBS agar menciptakan suasana yang mendorong seluruh warga untuk ikut berpartisipasi. Dengan adanya kerja sama yang kuat antara masyarakat, kader, pemerintah setempat, dan institusi pendidikan, maka penerapan PHBS akan semakin optimal dan berdampak positif terhadap kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan.

Untuk meningkatkan keberlanjutan penerapan PHBS di Jalan Gedang RT.04, disarankan agar kegiatan edukasi dilakukan secara berkala dan melibatkan kader kesehatan serta tokoh masyarakat sebagai pendamping. Penyediaan fasilitas pendukung seperti tempat cuci tangan dan wadah pemilahan sampah perlu ditingkatkan agar masyarakat lebih mudah menerapkan perilaku sehat. Pemantauan rutin dari puskesmas dan pemerintah kelurahan juga penting untuk memastikan perubahan perilaku tetap konsisten. Kerja sama antara warga, kader, dan pihak kelurahan diharapkan dapat memperkuat budaya hidup bersih dan sehat dalam jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh masyarakat RT 04 Jalan Gedang atas partisipasi dan kerja samanya selama pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada UPTD Puskesmas Jalan Gedang yang telah memberikan dukungan serta fasilitas dalam kegiatan edukasi PHBS. Selain itu, penulis sangat berterima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga kegiatan dan penyusunan jurnal ini dapat berjalan

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Rumah Tangga. Jakarta: Kemenkes RI; 2021.
- Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kemenkes RI; 2023.
- Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Promosi Kesehatan dan Pencegahan Penyakit Melalui Praktik Hidup Bersih. Jenewa: WHO; 2022.
- Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
- Mubarak WI, Chayatin N. Ilmu Kesehatan Masyarakat: Teori dan Aplikasi. Jakarta: Salemba Medika; 2017.
- Rahmawati D, Yuliana N. Pengaruh Edukasi PHBS terhadap Perubahan Perilaku Masyarakat dalam Pencegahan Penyakit Menular. *J Kesehat Masyarakat*. 2022;10(2):145–53.
- Lestari P, Handayani S. Hubungan Pengetahuan PHBS dengan Praktik Kebersihan Rumah Tangga. *Jurnal Promkes*. 2021;9(1):55–62.
- Pratama AR, Suryani D. Efektivitas Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga. *Jurnal Komunitas Kesehatan*. 2020;6(3):120–7.
9. Kemenkes RI. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Masyarakat: Buku Saku Kader. Jakarta: Direktorat Promosi Kesehatan; 2020.
- SIAPA. Kebersihan Tangan di Lingkungan Komunitas: Panduan Praktik Kebersihan yang Efektif. Jenewa: WHO; 2021.