



Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Sikap serta Tindakan Masyarakat terhadap Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

The Influence of Health Education on the Improvement of Knowledge and Changes in Attitudes and Actions of the Society towards Clean and Healthy Living Behaviour (CLBH)

Meilin Anggreyni^{1*}, Try Budiono¹, Asmanur¹, Widya Brahmana¹, Nur Hikmah¹, Sry Andriani¹, Ani Maryani¹, Yohanes², Revalina¹, Adinda Hilli², Ul Azmi², Zenny Thalib², Melly Fritze³, Setlla³, Munir Salham⁴, Rosnawati⁴, Delvi⁴, Desak Eka⁵

¹Mahasiswa Prodi Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Palu

²Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Gorontalo

³Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat, STIK Indonesia Jaya Palu

⁴Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Palu

⁵Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat, STIK Indonesia Jaya Palu

*Corresponding Author: E-mail: madudemeilin@gmail.com

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 8 Jan, 2025

Revised: 21 Feb, 2025

Accepted: 28 Feb, 2025

Kata Kunci:

Penyuluhan, Penelitian, PHBS

Keywords:

Counseling, Research, Clean and Healthy Living Behavior

DOI: [10.56338/jks.v8i2.7162](https://doi.org/10.56338/jks.v8i2.7162)

ABSTRAK

Faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan ialah perilaku dan lingkungan. Perilaku atau gaya hidup yang baik dan positif dapat mencerminkan kualitas hidup yang sehat. Sedangkan lingkungan yang terlihat bersih menandakan perilaku masyarakat yang menerapkan gaya hidup sehat. Berdasarkan data tahun 2023 di Wilayah Kerja Puskesmas Kamaipura kasus ISPA dan Diare masih sangat tinggi yang menunjukkan bahwa Perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat masih kurang maka dilaksanakanlah penelitian dengan judul Pengaruh Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Perubahan Sikap Dan Tindakan Terhadap Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Masyarakat Dusun 1 Desa Sibalaya Selatan. Tujuan dari kegiatan ini adalah mengedukasi masyarakat untuk melakukan perubahan perilaku gaya hidup yang lebih bersih dan sehat, dengan menerapkan PHBS, individu dapat mengurangi risiko terpapar penyakit, baik penyakit menular maupun penyakit tidak menular, dan menjaga kesehatan tubuh agar tetap optimal. Metode penelitian ini adalah preexperimental design dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 30 responden, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat dengan uji paired sample t-test (uji-t berpasangan) dimana hasil uji normalitas pada setiap variabel menunjukkan nilai lebih dari 0.05. Hasil analisis data menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($\alpha < 0,05$) bahwa ada pengaruh penyuluhan, yang diberikan terhadap tingkat pengetahuan, sikap dan tindakan responden. Hal ini juga dapat dilihat dari peningkatan nilai Mean sebanyak 4,10 yaitu dari 4,80 menjadi 8,90 (pengetahuan), dari 38,13 menjadi 42,80 (sikap), dari 24,90 menjadi 28,33 (tindakan). Hasil yang diperoleh ini menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan, sikap dan tindakan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Saran bagi Pemerintah Desa kiranya dapat berkontribusi dan berkolaborasi dengan Puskesmas Tanambulava dalam peningkatan PHBS di Desa Sibalaya Selatan.

ABSTRACT

Factors that influence health levels are behavior and environment. Good and positive behavior or lifestyle can reflect a healthy quality of life. While a clean environment indicates the behavior of people who implement a healthy lifestyle. Based on 2023 data in the Kamaipura Health Center Working Area, cases of Acute Respiratory Infection and diarrhea are still very high, indicating that clean and healthy living behavior in the community is still lacking, a study was conducted entitled *The Effect of Counseling on Increasing Knowledge, Changes in Attitudes and Actions Towards the Implementation of Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) in the Community of Dusun 1, South Sibalaya Village*. The purpose of this activity is to educate the community to make changes to a cleaner and healthier lifestyle, by implementing CHLB, individuals can reduce the risk of exposure to diseases, both infectious and non-infectious diseases, and maintain optimal body health. This research method is a preexperimental design with a one group pretest-posttest design approach. The population in this study amounted to 30 respondents, the sampling technique in this study was purposive sampling. The analysis used in this study is univariate and bivariate analysis with paired sample t-test (paired t-test) where the results of the normality test on each variable show a value of more than 0.05. The results of the data analysis show a p-value = 0.000 ($\alpha < 0.05$) that there is an influence of counseling was given to the level of knowledge, attitudes and actions of respondents. This can also be seen from the increase in the Mean value of 4.10, namely from 4.80 to 8.90 (knowledge), from 38.13 to 42.80 (attitude), from 24.90 to 28.33 (action). The results obtained indicate differences in knowledge, attitudes and actions before and after counseling. Suggestions for the Village Government are expected to contribute and collaborate with the Tanambulava Health Center in improving CHLB in South Sibalaya Village.

PENDAHULUAN

Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu upaya promosi kesehatan yang bertujuan untuk memastikan bahwa setiap orang dapat hidup di lingkungan yang bersih dan sehat dengan menciptakan kondisi yang menguntungkan bagi individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat. Tujuannya adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam mengadopsi praktik hidup sehat guna memelihara, menjaga, dan meningkatkan kesehatan (Raksanagara & Raksanagara, 2015). Salah satu misi promosi kesehatan adalah memberdayakan individu, keluarga, dan masyarakat untuk hidup sehat melalui program pemberdayaan masyarakat. Oleh karena itu, target promosi kesehatan dapat dicapai melalui pemberdayaan individu, keluarga, dan kelompok atau masyarakat (Ray et al., 2021). PHBS memainkan peran penting dalam pencegahan penyakit. Praktik kebersihan pribadi seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan mulut, dan memastikan kebersihan makanan dan minuman adalah langkah-langkah dasar yang dapat dilakukan untuk mencegah penyebaran penyakit menular (Sukandar, 2018). Selain itu, menjaga kebersihan lingkungan, seperti pengelolaan limbah yang baik, sanitasi yang memadai, dan kualitas udara yang bersih, berdampak signifikan terhadap kesehatan masyarakat. Pentingnya penerapan PHBS juga ditekankan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), yang menyatakan bahwa salah satu strategi utama untuk meningkatkan kesehatan masyarakat adalah melalui pencegahan penyakit melalui perubahan perilaku (WHO, 2020). WHO menunjukkan bahwa program PHBS dapat mengurangi beban penyakit menular, seperti diare, influenza, dan infeksi saluran pernapasan, yang sering kali terkait dengan kebersihan yang buruk.

Pendidikan kesehatan adalah salah satu metode yang dapat diterapkan untuk tindakan pencegahan guna mengingatkan masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan. Melalui pendidikan kesehatan, pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dengan kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat yang lebih luas (Suprpto, 2021). Kegiatan penjangkauan langsung kepada masyarakat, terutama mereka yang masih jauh dari akses media informasi dan fasilitas kesehatan, dapat membantu masyarakat memperoleh informasi kesehatan. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat mendukung hak atas literasi informasi kesehatan bagi setiap individu (Prasanti & Fitriani, 2018).

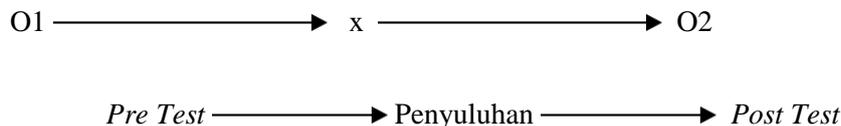
Berdasarkan data dari sepuluh penyakit yang paling umum di wilayah kerja Puskesmas Kamaipura pada tahun 2023, ditemukan bahwa Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) menduduki peringkat pertama dengan total 688 kasus. Selain itu, diare, yang merupakan penyakit endemis dengan potensi menjadi kasus luar biasa, juga lazim di Desa Sibalaya Selatan. Berdasarkan analisis situasional yang diperoleh dari data tersebut, tim peneliti melakukan penelitian untuk menentukan apakah pendidikan kesehatan berdampak pada peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap serta tindakan dalam menerapkan praktik hidup bersih dan sehat di masyarakat, mulai dari tingkat individu.

Dengan pendidikan PHBS, diharapkan masyarakat dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan secara teratur, menjaga kebersihan lingkungan, berolahraga secara teratur, dan mengonsumsi makanan bergizi. Anggota keluarga dapat mengurangi penyakit risiko menular maupun penyakit tidak menular di sekitar Dusun 1 Desa Sibalaya Selatan. Penerapan pendidikan PHBS memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan individu terkait penerapan hidup bersih dan sehat. Pendidikan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman tentang pentingnya PHBS tetapi juga mendorong perubahan sikap dan perilaku yang lebih positif terhadap penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan ini dapat menjadi intervensi yang efektif dalam meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, desain penelitian yang digunakan adalah pre-experimental design dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang data-datanya berhubungan dengan angka-angka baik yang diperoleh dari pengukuran maupun dari nilai suatu data yang diperoleh dengan jalan mengubah kualitatif ke dalam data kuantitatif

(Sugiyono, 2021). One group pretest-posttest design adalah rancangan kelompok penelitian yang tidak ada kelompok pembandingan, tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan. Bentuk rancangan ini adalah sebagai berikut (Notoadmojo, 2022):



Gambar 1. Skema Jenis Penelitian

Populasi Dan Sampel

Populasi dalam penelitian masyarakat dewasa yang bertempat tinggal di Dusun 1 Desa Sibalaya Selatan Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi. Desa Sibalaya Selatan masuk dalam wilayah pelayanan kerja Puskesmas Kamaipura. Sampel dalam penelitian ini adalah masyarakat dewasa (pria dan wanita) pria dan wanita rentang umur 30-60 tahun yang bertempat tinggal di Dusun 1 Desa Sibalaya Selatan Kecamatan Tanambulava yang berjumlah 30 orang.

Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive Sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan mempertimbangkan tertentu sesuai yang dikehendaki peneliti. Sampel dalam penelitian harus memenuhi beberapa kriteria inklusi yaitu: 1) Pria dan Wanita Dewasa yang tinggal di Dusun 1 Desa Sibalaya Selatan; 2) Bersedia menjadi responden; 3) Dapat membaca dan menulis.

Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Dusun 1 Desa Sibalaya Selatan yang berada di wilayah Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi dengan Puskesmas Kamaipura sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama. Pelayanan kesehatan pada umumnya dilakukan di Puskesmas Kamaipura. Penghasilan utama masyarakat adalah sebagai petani.

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kuantitatif ini, instrumen yang digunakan sangat penting untuk mengumpulkan data yang valid dan reliabel. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, yang diterapkan dalam bentuk pre-test dan post-test. Kuesioner ini dirancang untuk mengukur pengetahuan, sikap, dan perilaku responden sebelum dan setelah intervensi atau perlakuan tertentu. Instrumen ini telah di Uji Validitas dan Reliabilitas dengan Nilai Cronbach's Alpha variabel yang dihitung yaitu $0.721 > 0.7$ sehingga baik untuk digunakan.

Pengolahan Data

Data yang terkumpul dari kuesioner disusun, selanjutnya diolah menggunakan program software statistik berupa SPSS 16. Data disajikan dalam bentuk gambar dan tabel supaya mudah dibaca dan dimengerti. Penyajian data yang digunakan peneliti adalah dalam bentuk tabel dan narasi tentang segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian.

Analisis Data

Analisis Univariat

Dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dari masing-masing variabel, variabel independen (Penyuluhan) dan variabel dependen (pengetahuan, sikap dan tindakan). Pada umumnya analisa ini diperoleh hasil dalam bentuk presentasi. Dengan rumus sebagai berikut:

f = Jumlah subjek yang ada pada ategori tertentu
N = Jumlah atau keseluruhan responden

Analisis Bivariat

Analisa daya uang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berpengaruh atau berkolerasi. Dilakukan untuk mengetahui perbedaan antara variabel independen dan variabel dependen. Hasil uji normalitas data dengan kolmogorv-smirnov menunjukkan data terdistribusi normal apabila nilai p kedua varibel > 0.05 dengan menggunakan uji T berpasangan atau *paired sample t-test*. Untuk uji Hipotesis dapat dilihat dari nilai p value. Jika $p < 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak demikan sebaliknya jika $p > 0.05$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima.

HASIL

Hasil Analisis Univariat Pengetahuan

Distribusi variabel pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan PHBS di Dusun I Desa Sibalaya Selatan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1 Distribusi Varibael Pengetahuan

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	18	60	30	100
Kurang	12	40	-	-
Jumlah	30	100	30	100

Berdasarkan tabel di atas, sebelum diberikan penyuluhan diperoleh hasil bahwa dari 30 responden terdapat 18 responden (60 %) yang telah memiliki pengetahuan yang baik tentang PHBS dan terdapat 12 responden (40 %) yang memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang PHBS. Setelah diberikan penyuluhan, seluruh seluruh responden (100 %) telah memiliki pengetahuan yang baik tentang PHBS.

Sikap

Distribusi variabel sikap masyarakat sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan PHBS di Dusun I Desa Sibalaya Selatan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2 Distribusi variabel sikap

Sikap	Pre Test		Post Test	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	15	50	30	100
Kurang	15	50	-	-
Jumlah	30	100	30	100

Berdasarkan tabel di atas, sebelum diberikan penyuluhan diperoleh hasil bahwa dari 30 responden terdapat 15 responden (50 %) yang telah memiliki sikap berperilaku hidup bersih dan sehat yang baik dan terdapat 15 responden (50 %) yang tidak bersikap PHBS. Setelah diberikan penyuluhan, seluruh seluruh responden (100 %) telah memiliki sikap PHBS yang baik.

Tindakan

Distribusi variabel tindakan masyarakat sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan PHBS di Dusun I Desa Sibalaya Selatan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3 Distribusi variabel tindakan

Tindakan	Pre Test		Post Test	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	19	63.3	25	83.3
Kurang	11	36.7	5	16.7
Jumlah	30	100	30	100

Berdasarkan tabel di atas, sebelum diberikan penyuluhan diperoleh hasil bahwa dari 30 responden terdapat 19 responden (63,3 %) yang telah melakukan tindakan berperilaku hidup bersih dan sehat yang baik dan terdapat 11 responden (36,7 %) yang tidak melakukan tindakan PHBS. Setelah diberikan penyuluhan, jumlah responden yang memiliki pemahaman yang baik dalam melakukan tindakan PHBS yang baik adalah sebanyak 25 responden (83,3 %) dan 5 responden (16,7 %) yang masih kurang pemahamannya terhadap tindakan PHBS.

Analisis Bivariat

Sebelum melakukan uji bivariat, perlu dilakukan uji normalitas terlebih dahulu untuk menentukan jenis uji parametrik yang sesuai dengan data hasil penelitian yang ada. Uji normalitas yang paling sederhana adalah membuat grafik distribusi frekuensi atas skor yang ada. Pengujian kenormalan tergantung pada kemampuan kita dalam mencermati plotting data. Pada saat sekarang ini sudah banyak cara yang dikembangkan para ahli untuk melakukan pengujian normalitas. Beberapa diantaranya adalah Uji Kolmogorov-Smirnov dan Uji Lilliefors (Usmadi, 2020).

Pengetahuan

Setelah dilakukan uji normalitas pada variabel pengetahuan, diperoleh hasil bahwa nilai signifikansi data sebelum dan sesudah penyuluhan adalah sebesar $0.000 < 0.05$ yang artinya bahwa data yang diperoleh tidak terdistribusi normal sehingga dapat ditentukan bahwa uji bivariat yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil analisis bivariat dari variabel pengetahuan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Analisis bivariat dari variabel pengetahuan

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi	Perbedaan Mean	Asymp. Sig (2-tailed)
Pre Test	4,80	1,400		
Post Test	8,90	1,094	4,10	0,000

Sumber: Data Primer

Dari tabel diatas diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dimana nilai p-value = 0,000 ($\alpha < 0,05$). Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan nilai Mean sebanyak 4,10 yaitu dari 4,80 menjadi 8,90. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan yang diberikan terhadap tingkat pengetahuan responden.

Sikap

Hasil uji normalitas pada variabel sikap diperoleh hasil bahwa nilai signifikansi data sebelum dan sesudah penyuluhan adalah sebesar 0,063 dan 0,148 > 0,05 yang artinya bahwa data yang dihasilkan terdistribusi normal sehingga dapat ditentukan bahwa uji bivariat yang digunakan adalah uji t berpasangan/ *paired t-test*. Hasil analisis bivariat dari variabel sikap dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel. 5 Analisis bivariat dari variabel sikap

Sikap	Mean	Standar Deviasi	Perbedaan Mean	Asymp. Sig (2-tailed)
Pre Test	38,13	4,674	4,667	0,000
Post Test	42,80	2,469		

Sumber: Data Primer

Dari tabel diatas diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dimana nilai p-value = 0,000 ($\alpha < 0,05$). Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan Hal ini dapat dilihat dari peningkatan nilai Mean sebanyak 4,667 poin dari 38,13 menjadi 42,80. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan yang diberikan terhadap sikap responden.

Tindakan

Setelah dilakukan uji normalitas pada variabel tindakan, diperoleh hasil bahwa nilai signifikansi data sebelum dan sesudah penyuluhan adalah sebesar 0,000 dan 0,002 < 0,05 yang artinya bahwa data yang diperoleh tidak terdistribusi normal sehingga dapat ditentukan bahwa uji bivariat yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil analisis bivariat dari variabel tindakan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel. 6 Analisis bivariat dari variabel tindakan

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi	Perbedaan Mean	Asymp. Sig (2-tailed)
Pre Test	24,90	3,387	3,43	0,000
Post Test	28,33	1,446		

Sumber: Data Primer

Dari tabel diatas diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dimana nilai p-value = 0,000 ($\alpha < 0,05$). Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan Hal ini dapat dilihat dari peningkatan nilai Mean sebanyak 3,43 yaitu dari 24,90 menjadi 28,33. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan yang diberikan terhadap tindakan responden.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di Dusun I Desa Sibalaya Selatan, diketahui bahwa terdapat peningkatan tingkat pengetahuan responden mengenai PHBS setelah penyuluhan dilakukan. Sebelum penyuluhan, mayoritas responden telah memiliki pengetahuan dasar tentang pentingnya perilaku hidup bersih, namun setelah penyuluhan, responden menunjukkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep PHBS, seperti pentingnya cuci tangan dengan sabun, konsumsi makanan bergizi, serta perilaku menjaga kebersihan lingkungan. Dari hasil analisis univariat, pengetahuan sebagian besar responden akan PHBS sudah masuk dalam kategori baik, hal ini disebabkan karena masyarakat telah memahami konsep dasar PHBS. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Angraini, et al

(2022) dengan hasil analisis bivariat yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikannya pendidikan kesehatan terkait PHBS dengan nilai rata-rata sebelum yaitu 57,69 dan setelah yaitu 74,62 dengan selisih rata-rata yaitu 16,73. Hasil t test paired didapatkan p value 0.000 artinya dengan adanya pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan rumah tangga terhadap Perilaku Hidup Sehat dan Bersih (PHBS). Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Norhasanah (2017) di Desa Lok Buntar Kecamatan Sungai Tabuk Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan yang menunjukkan bahwa penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terbukti berpengaruh meningkatkan pengetahuan PHBS ($p=0,000$). Sebelum penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pengetahuan pada kategori baik 7 responden (23,3%) meningkat menjadi 22 responden (73,4%).

Notoatmodjo, 2014 menyebutkan bahwa edukasi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang, sehingga pengetahuan akan mudah diingat. Hal ini sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang (*overt behavior*) (Yunika, et.al. 2022). Untuk variabel sikap, hasil analisis baik univariat maupun bivariat menunjukkan bahwa penyuluhan PHBS memberikan pengaruh terhadap sikap responden. Sebelum penyuluhan, sebagian dari responden masih memiliki sikap yang kurang peduli terhadap pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat, baik di keluarga maupun di lingkungan. Akan tetapi setelah menerima penyuluhan PHBS, semua responden menunjukkan perubahan sikap dalam penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wijaya et al (2014) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap sikap tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga pada kelompok perlakuan di Desa Mandah Wilayah Kerja Puskesmas Branti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Provinsi Lampung tahun 2013 dengan p-value = 0,000.

Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Norhasanah (2017) di Desa Lok Buntar Kecamatan Sungai Tabuk Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan bahwa penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terbukti berpengaruh memperbaiki sikap mengenai PHBS ($p=0,001$). Sebelum penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sikap pada kategori baik 1 responden (3,3%) meningkat menjadi 11 responden (37%). Notoatmodjo (2011) menjelaskan bahwa sikap adalah suatu reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Newcomb, salah seorang ahli psikologis sosial, menyatakan bahwa sikap itu merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertutup. Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa sikap adalah kesediaan atau respon seseorang terhadap suatu objek di suatu lingkungan. Definisi lain dijelaskan oleh Azwar (2011) bahwa sikap adalah cara menempatkan atau membawa diri, atau cara merasakan, jalan pikiran, dan perilaku. Kata ini bisa juga dimaknai sebagai perasaan seseorang tentang obyek, aktivitas, peristiwa dan orang lain. Perasaan ini menjadi konsep yang merepresentasikan suka atau tidak sukanya (positif, negatif, atau netral) seseorang pada sesuatu. Sikap positif artinya perilaku baik yang sesuai dengan nilai-nilai dan norma-norma kehidupan yang berlaku dalam masyarakat. Sedangkan sikap negatif ialah sikap yang tidak sesuai dengan nilai-nilai dan norma-norma kehidupan yang berlaku dalam masyarakat atau bahkan bertentangan (Keswara, et. al, 2019).

Untuk variabel tindakan, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan PHBS, tindakan responden sebagian besar telah sesuai dengan konsep PHBS rumah tangga karena dari 30 responden, terdapat 19 responden telah memiliki tindakan yang sesuai dengan PHBS. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden di Desa Sibalaya Selatan telah memahami dan menerapkan prinsip-prinsip PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Setelah diberikan penyuluhan, terdapat peningkatan jumlah responden dengan pemahaman yang baik tentang tindakan yang sesuai dengan

konsep PHBS. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan terhadap tindakan PHBS masyarakat di Desa Sibalaya Selatan. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Norhasanah (2017) di Desa Lok Buntar Kecamatan Sungai Tabuk Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan yang menunjukkan bahwa penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terbukti berpengaruh memperbaiki tindakan mengenai PHBS ($p=0,001$). Sebelum penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tidak ada yang berada pada kategori baik setelah penyuluhan meningkat menjadi 9 responden (30%). Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Herlina (2020), yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu dilihat berdasarkan hasil pre-test yang dilakukan setelah diberikan informasi secara menyeluruh terkait poin - poin PHBS. Peningkatan kesadaran atas perilaku hidup bersih dan sehat melalui pelatihan dan pembinaan yang disampaikan dengan menggunakan media stiker yang berisi tentang poin - poin yang perlu dilakukan untuk mencapai status kesehatan individu dan keluarga.

Variabel tindakan sangat berhubungan dengan pengetahuan yang dimiliki responden. Hal ini terlihat dari hasil distribusi frekuensi variabel tindakan yang sebanding dengan variabel pengetahuan, yakni persentase responden dengan pengetahuan yang baik tentang PHBS dan persentase responden yang melakukan tindakan PHBS lebih besar dari pada yang pengetahuannya kurang. Salah satu faktor yang terpenting untuk terbentuknya perilaku seseorang didasari oleh pengetahuan. Jika kita memiliki pengetahuan yang baik, maka kita tidak mudah terpengaruh akan objek yang ada di sekitar kita dan kita akan memiliki perilaku yang baik yang akan berlangsung lama. Penyuluhan yang dilakukan tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga mengajak peserta untuk merenungkan pentingnya pola hidup sehat dan kebersihan sebagai bagian dari tanggung jawab pribadi dan sosial. Penyuluhan yang efektif dapat merubah sikap dari yang awalnya acuh menjadi lebih peduli dan proaktif terhadap penerapan PHBS. Perubahan ini tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi jika dilakukan secara kontinu, dapat menjadi kebiasaan yang berkelanjutan, yang pada gilirannya dapat menurunkan angka kejadian penyakit yang dapat dicegah dengan PHBS. Selain itu, setelah diberikan penyuluhan, masyarakat lebih memahami pentingnya PHBS dalam kehidupan sehari-hari, dengan menerapkannya diharapkan masyarakat dapat terhindar dari penyakit menular maupun penyakit tidak menular. PHBS dapat tercipta bukan hanya karena ada dukungan dari keluarga, lingkungan, faktor umur, faktor pekerjaan dan ekonomi namun terlebih dari kesadaran dari individu itu sendiri untuk mengubah perilaku menjadi lebih bersih dan sehat sebagai upaya pencegahan dari berbagai penyakit dan dapat meningkatkan kehidupan dengan kebahagiaan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan PHBS di Dusun I Desa Sibalaya Selatan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan individu terkait perilaku hidup bersih dan sehat di Desa Sibalaya Selatan. Penyuluhan tidak hanya meningkatkan pemahaman tentang pentingnya PHBS, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan tindakan yang lebih positif terhadap penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penyuluhan PHBS dapat menjadi salah satu intervensi yang efektif dalam meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Bagi peneliti selanjutnya dapat melanjutkan dan mengembangkan penelitian dengan jumlah variabel yang lain (motivasi) serta meneliti lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi keberhasilan penyuluhan PHBS, seperti peran tenaga kesehatan serta akses terhadap fasilitas kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

Abebe A, Debela BG, et al. (2023). Mothers' hand washing practices and associated factors among model and non-model households in the rural community of Bibugn district, north west Ethiopia: The context of the Ethiopian health extension package. *Heliyon Journal* (9), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17503>.

-
- Ahler JR, Busk H, et al. (2024). Benefits and harms of structured outdoor physical activity for people with somatic or mental diseases: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Preventive Medicine* (183), 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2024.107966>.
- Angraini W, Febriawati H dan Amin M. (2022). Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Rumah Tangga. *Jurnal Kesmas Asclepius*. 4(1) <https://doi.org/10.31539/jka.v4i1.3698>
- Arikunto. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Birawira AD, Ibrahim E, et al. (2021). Clean water supply vulnerability model for improving the quality of public health (environmental health perspective): A case in Spermonde islands, Makassar Indonesia. *Journal of Gaceta Sanitaria* (35), 5601-5601. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.095>
- Churcill & Asante. (2024). Locus of control and the long-term effects of parental smoking on mental health. *Journal of Social Science and Medicine* (361), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117401>.
- Diendere J, Diallo HA, et al. (2024). Associations of fruit and vegetables intakes with blood HDL cholesterol in high consumption regions of Burkina Faso. *Journal of Clinical Epidemiology and Global Health* (30), 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2024.101859>
- Effendy O.U. (2019). *Hubungan Masyarakat Suatu Studi Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fawaid, A. (2021). *Kebijakan Kesehatan: Implementasi dan Tantangan di Indonesia*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Herlina S, Noriko N, et al. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Desa Dewisari, Kecamatan Rengasdengklok. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*. 2(2). 52-56. <https://jurnal.uai.ac.id/index.php/JPM/article/view/381>
- Irwan. (2018). *Buku Etika Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: CV Absolute Media.
- Irawan, B & Ainy, A. (2018). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Pelayanan Kesehatan pada Peserta Jaminan Kesehatan Nasional di Wilayah Kerja Puskesmas Payakabung, Kabupaten Ogan Ilir', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, vol.9, no.3, November 2018, hlm. 189- 197.
- Kemendes RI. (2022). *Pedoman Pengelolaan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Keswara U.R, Wahyudi D.A, dan Sari W.E.P. (2019). Pengetahuan, Sikap dan Peran Tenaga Kesehatan terhadap Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Rumah Tangga. *Holistik Jurnal Kesehatan*. 13(1)

- Kraus, W.E., Powell, K.E., et al. (2019). Physical Activity, All-Cause and Cardiovascular Mortality, and Cardiovascular Disease. *Med. Sci. Sports Exerc.* 51 (6), 1270–1281. <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000001939>.
- Machfoedz, Mahmud. (2017). *Komunikasi Pemasaran Modern*. Cetakan Pertama. Yogyakarta: Cakra Ilmu.
- Mc Kay CD, Gubhaju L, et al. (2023). Health behaviours associated with healthy body composition among Aboriginal adolescents in Australia in the ‘Next Generation: Youth Well-being study. *Journal of Preventif Medicine* (175), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2023.107715>.
- Norhasanah, Rosita, Salman Y, et al. (2017). Pengaruh Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan PHBS Keluarga di Desa Lok Buntar Kecamatan Sungai Tabuk Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan. *Jurnal Kesehatan Indonesia*. 3(1)
- Notoatmodjo. (2020). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmojo. (2022). *Motodologi Penelitian*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurbaya, S. (2017). *Gizi Seimbang untuk Hidup Sehat*. Yogyakarta: Penerbit Gizi.
- Pinto G, Rodrigues D, et all. (2025). Removal of virus from hands: a study on the role of washing and drying. *Journal of Hospitel Inspection* (155), 82-87. <https://doi.org/10.1016/j.jhin.2024.09.023>.
- Prasanti, D., & Fitriani, D. R. (2018). Pembentukan Karakter Anak Usia Dini: Keluarga, Sekolah, dan Komunitas? (Studi Kualitatif tentang Pembentukan Karakter Anak Usia Dini Melalui Keluarga, Sekolah, dan Komunitas). *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 13-19.
- Proverawati dan Iswawati. (2017). *Berat badan lahir rendah (BBLR)*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Raksanagara A & Raksanagara A. (2015). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Determinan Kesehatan Yang Penting Pada Tatanan Rumah Tangga Di Kota Bandung. *Jurnal Sistem Kesehatan* 1 (1), 30-43. <https://doi.org/10.24198/jsk.v1i1.10340>.
- Ray W.A, Chung C.P, et al. (2021). Association Of Rivaroxaban Vs Apixaban With Major Ischemic Or Hemorrhagic Events In Patients With Atrial Fibrillation. *JAMA* 326 (23), 2395 – 2404. <https://doi.org/10.1001/jama.2021.21222>.
- Setyowati, R. (2019). *Kesehatan Masyarakat: Teori dan Praktik dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Shenassa ED, Botteri E dan Stensheim H. 2024. Feeding Method, Nicotine Exposure, and Growth during Infancy. *The Journal of Pediatrics: Clinical practice* (14), 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.jpdc.2024.200127>.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Jakarta: Alfabeta.
- Sukandar, E. (2018). *Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta: Penerbit Sehat.

-
- Supriyanto, D. (2020). Pengantar Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- Suprpto. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Barombong. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Komunitas* 01 (02), 77-87. <https://doi.org/10.25311/jpkk.Vol1.Iss2.957>.
- Syafrudin. (2015). Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Trans Info Media.
- Suwanda. (2018). Asuhan Keperawatan Keluarga Bp.Ct Dengan Anak Ai Menderita Berat Badan Kurang Di Puskesmas Jetis Kota Yogyakarta Tahun 2018
- Tsega TD, Alene T, et al. (2024). Time to initiate complementary feeding and its predictors among primipara mothers who have infants aged 6–12 months in the Awi zone, northwest Ethiopia. *Heliyon Journal* (10), 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e29663>.
- Usmadi. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas dan Uji Normalitas). *Jurnal Inovasi Pendidikan*. 7(1)
- Yunika R.P, Al Fariqi M.Z, et al. (2022). Pengaruh Edukasi PHBS Terhadap Tingkat Pengetahuan pada Yayasan Jage Kestare. *Karya Kesehatan Siwalima*. 1(1)