

# Sosialisasi Pola Hidup Bersih dan Sehat Sebagai Upaya Pencegahan Diare Pada Masyarakat Desa Ciburuy

Nisfa Zahra<sup>1\*</sup>, Muhammad Taqy Dwi Putra<sup>2</sup>, Lubnatul Syarbanu<sup>3</sup>, Putri Alia Dewi<sup>4</sup>, Fadhillah Azhari<sup>5</sup>, Dini Permata Sari<sup>6</sup>

<sup>1,6</sup>Fakultas Farmasi, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta

<sup>2,3,4</sup>Fakultas Ekonomi Bisnis dan Ilmu Sosial, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta

<sup>5</sup>Fakultas Hukum, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta

\*nisfazahra995@gmail.com

## ABSTRAK

Diare merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih tinggi di Indonesia, khususnya di daerah pedesaan dengan keterbatasan sanitasi dan akses air bersih. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Desa Ciburuy mengenai pencegahan diare melalui sosialisasi pola hidup bersih dan sehat (PHBS). Metode yang digunakan adalah penyuluhan interaktif melalui ceramah dan diskusi, dengan evaluasi berupa pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan tingkat pengetahuan peserta dari 63% sebelum sosialisasi menjadi 100% setelah sosialisasi, serta 91% peserta menyatakan komitmen untuk menerapkan PHBS, terutama cuci tangan pakai sabun, penggunaan jamban sehat, dan pengolahan air minum rumah tangga. Respon masyarakat terhadap kegiatan sangat positif dan kader posyandu serta tokoh lokal siap melanjutkan penyuluhan di lingkungannya. Dengan demikian, sosialisasi PHBS terbukti efektif dalam mendorong perubahan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap pencegahan diare, meskipun masih diperlukan kegiatan lanjutan untuk memastikan keberlanjutan perilaku sehat dalam jangka panjang.

**Kata kunci :** Diare, Perilaku hidup bersih, cuci tangan, edukasi, pengabdian masyarakat

## ABSTRACT

*Diarrhea remains a significant public health problem in Indonesia, particularly in rural areas with limited sanitation and clean water access. This community service activity aims to increase the knowledge and awareness of the Ciburuy Village community regarding diarrhea prevention through the promotion of clean and healthy lifestyles (PHBS). The method used was interactive outreach through lectures and discussions, with evaluations in the form of pre- and post-tests. The results of the activity showed a significant increase in participants' knowledge levels, from 63% before the outreach to 100% after the outreach. 91% of participants expressed a commitment to implementing PHBS, particularly handwashing with soap, using healthy latrines, and treating household drinking water. The community response to the activity was very positive, and Posyandu (Integrated Service Post) cadres and local leaders are ready to continue the outreach in their communities. Thus, the PHBS outreach has proven effective in driving changes in community knowledge and attitudes towards diarrhea prevention, although further activities are needed to ensure the long-term sustainability of healthy behaviors.*

**Keywords:** Diarrhea, Clean Living Behavior, Handwashing, Education, Community Service

## PENDAHULUAN

Diare merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan di Indonesia. Penyakit ini ditandai dengan buang air besar lebih dari tiga kali sehari dengan konsistensi cair, yang dapat menyebabkan dehidrasi hingga kematian jika tidak ditangani dengan cepat. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, diare masih menempati posisi sebagai penyebab kematian utama pada balita, khususnya di daerah dengan akses sanitasi dan air bersih yang terbatas [1]. Selain itu, World Health

Organization (WHO) menyebutkan bahwa diare menyumbang sekitar 525.000 kematian balita setiap tahun di seluruh dunia [2].

Faktor risiko terjadinya diare berkaitan erat dengan perilaku hidup masyarakat, khususnya pola hidup bersih dan sehat. Kurangnya kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, konsumsi air yang tidak layak, sanitasi lingkungan yang buruk, serta kebersihan makanan yang rendah menjadi penyebab utama tingginya kasus diare di masyarakat pedesaan [3]. Perubahan perilaku menuju pola hidup bersih dan sehat (PHBS) terbukti dapat menurunkan angka kejadian diare secara signifikan [4].

Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam menekan angka kejadian diare adalah melalui kegiatan sosialisasi dan edukasi kesehatan. Sosialisasi berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta membentuk perilaku sehat di tingkat individu maupun komunitas. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi edukasi terkait PHBS mampu meningkatkan praktik mencuci tangan dengan sabun hingga 40% dan menurunkan kejadian diare pada anak sebesar 30% [5]. Hal ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan memiliki dampak nyata dalam pencegahan penyakit berbasis lingkungan.

Desa Ciburuy merupakan salah satu wilayah dengan karakteristik masyarakat pedesaan yang sebagian besar masih menghadapi keterbatasan dalam hal akses informasi kesehatan, terutama mengenai perilaku pencegahan diare. Oleh karena itu, diperlukan program sosialisasi pola hidup bersih dan sehat yang terarah dan berkelanjutan agar masyarakat memiliki pengetahuan serta keterampilan dalam mencegah diare sejak dini. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan masyarakat dapat menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari sehingga mampu menurunkan risiko kejadian diare dan meningkatkan kualitas hidup.

## METODE

**Tempat** kegiatan PkM dilakukan di Desa Ciburuy, Kecamatan Cigombong, Jawa Barat. **Khalayak Sasaran**. Khalayak sasaran adalah Warga Desa Ciburuy, Kecamatan Cigombong.

**Metode Pengabdian.** Kegiatan PkM ini menggunakan metode dalam bentuk penyuluhan dan bimbingan melalui ceramah teoritis, dan tanya jawab.

**Indikator Keberhasilan.** Indikator keberhasilan dinyatakan berdasarkan Evaluasi dilakukan dengan cara melakukan pre test dan post test.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi pola hidup bersih dan sehat (PHBS) di Desa Ciburuy dilaksanakan dengan melibatkan 22 peserta yang terdiri dari ibu rumah tangga, kader posyandu, dan perwakilan warga sekitar. Sebelum kegiatan dimulai, peserta diberikan kuesioner pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai PHBS dan pencegahan diare. Hasil pre-test menunjukkan bahwa hanya 63% peserta yang memiliki pemahaman baik tentang hubungan antara kebiasaan hidup bersih dan pencegahan diare. Selain itu, 37% peserta belum mengetahui cara penerapan PHBS benar untuk mencegah diare.

Metode sosialisasi dilakukan melalui ceramah interaktif serta diskusi. Setelah sosialisasi, dilakukan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan, yaitu 100% peserta memiliki pemahaman baik tentang PHBS, terutama terkait pentingnya mencuci tangan, penggunaan jamban sehat, serta pengolahan air minum rumah

tangga. Selain itu, 91% peserta menyatakan berkomitmen untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

Respon masyarakat terhadap kegiatan ini sangat positif. Peserta mengaku bahwa materi mudah dipahami dan relevan dengan kehidupan sehari-hari. Kader posyandu dan karang taruna juga menyatakan kesediaannya untuk melanjutkan penyuluhan kepada masyarakat lain di lingkungannya.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sosialisasi PHBS terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Desa Ciburuy terhadap pencegahan diare. Peningkatan pengetahuan peserta dari 63% menjadi 100% memperlihatkan bahwa intervensi edukasi kesehatan dapat menghasilkan perubahan signifikan dalam pemahaman masyarakat. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hidayat dan Rahman [6] yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan melalui penyuluhan dapat meningkatkan praktik cuci tangan dengan sabun hingga 40% pada anak sekolah dasar.



Gambar 1. Dokumentasi dengan peserta

Selain peningkatan pengetahuan, adanya komitmen peserta untuk menerapkan CTPS menunjukkan perubahan sikap yang positif. Hal ini penting karena perubahan perilaku kesehatan tidak hanya ditentukan oleh pengetahuan, tetapi juga sikap dan niat untuk melaksanakan perilaku tersebut [7]. Kegiatan praktis seperti demonstrasi cuci tangan terbukti lebih efektif dalam membentuk perilaku dibandingkan hanya memberikan ceramah. Studi serupa oleh Dewi dan Lestari [8] menemukan bahwa metode interaktif seperti praktik langsung lebih meningkatkan retensi perilaku sehat dibanding metode ceramah tunggal.

Respon positif masyarakat menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas lebih mudah diterima karena menyesuaikan dengan kebutuhan lokal. Desa Ciburuy yang sebagian besar masyarakatnya masih menggunakan sumber air tanah dan memiliki keterbatasan informasi kesehatan, membutuhkan pendekatan yang sederhana namun aplikatif. Dengan melibatkan kader posyandu dan karang taruna, kegiatan ini berpotensi berkelanjutan karena adanya agen perubahan di tingkat lokal yang dapat menyebarkan informasi dan menjadi teladan dalam penerapan PHBS.

Namun demikian, terdapat beberapa keterbatasan dalam kegiatan ini. Pertama, evaluasi hanya dilakukan secara singkat melalui pre-test dan post-test sehingga belum dapat menggambarkan perubahan perilaku jangka panjang. Kedua, jumlah peserta masih terbatas pada kelompok tertentu sehingga cakupan sosialisasi belum merata ke seluruh masyarakat desa. Untuk itu, diperlukan

kegiatan lanjutan berupa monitoring perilaku sehari-hari, terutama dalam penerapan PHBS, pengolahan air minum, dan penggunaan jamban sehat.

Secara keseluruhan, kegiatan sosialisasi PHBS di Desa Ciburuy memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terkait pencegahan diare. Apabila dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan tokoh masyarakat dan fasilitas kesehatan setempat, upaya ini dapat berkontribusi dalam menurunkan angka kejadian diare.

## SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi pola hidup bersih dan sehat (PHBS) di Desa Ciburuy terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan diare. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan peserta dari 63% sebelum sosialisasi menjadi 100% setelah kegiatan. Selain itu, mayoritas peserta menyatakan kesediaannya untuk menerapkan perilaku cuci tangan pakai sabun, mengonsumsi air minum yang aman, serta menggunakan jamban sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menegaskan bahwa pendekatan edukasi kesehatan berbasis komunitas mampu mendorong perubahan positif, tidak hanya pada tingkat pengetahuan tetapi juga sikap masyarakat.

Meskipun demikian, kegiatan ini masih memiliki keterbatasan dalam hal cakupan dan keberlanjutan, sehingga diperlukan upaya lanjutan berupa monitoring jangka panjang, perluasan target sasaran, serta pelibatan lebih banyak tokoh masyarakat. Dengan adanya dukungan berkelanjutan dari kader kesehatan, pemerintah desa, dan fasilitas pelayanan kesehatan, sosialisasi PHBS diharapkan dapat berkontribusi nyata dalam menurunkan angka kejadian diare dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat Desa Ciburuy.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kemenkes RI; 2023.
2. World Health Organization. Diarrhoeal disease [Internet]. Geneva: WHO; 2023 [cited 2025 Sep 1]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diarrhoeal-disease>
3. Prasetyo D, Wulandari D. Hubungan pola hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare pada masyarakat. J Kesehat Masy Indones. 2021;16(2):112–20.
4. Dewi R, Lestari S. Perilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan penyakit berbasis lingkungan. Media Kesehat Masy. 2020;9(1):45–52.
5. Hidayat A, Rahman F. Pengaruh edukasi PHBS terhadap pencegahan diare pada anak sekolah dasar. J Promkes Indones. 2022;14(3):233–41.
6. Hidayat A, Rahman F. Pengaruh edukasi PHBS terhadap pencegahan diare pada anak sekolah dasar. J Promkes Indones. 2022;14(3):233–41.
7. Prasetyo D, Wulandari D. Hubungan pola hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare pada masyarakat. J Kesehat Masy Indones. 2021;16(2):112–20.
8. Dewi R, Lestari S. Perilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan penyakit berbasis lingkungan. Media Kesehat Masy. 2020;9(1):45–52.