

Perubahan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Sosialisasi Kebersihan Lingkungan di Desa Mujur

Edwin Perdana^{1*}, Ahmad Zahid²

^{1,2} Program Studi Teknik Lingkungan, Universitas Muhammadiyah Mataram Indonesia

* Corresponding author: Edwin22@gmail.com

ARTICLE INFO	ABSTRACT
<p>Article history Received : September 15, 2025 Revised : September 17, 2025 Accepted : September 26, 2025 Published : September 29, 2025</p> <p>Keywords PHBS, Environmental Cleanliness, Outreach, Behavior Change, Mujur Village.</p>  <p>License by CC-BY-SA Copyright © 2025, The Author(s).</p>	<p>Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a promotive and preventive effort to maintain the health of both individuals and the community as a whole. In Mujur Village, various issues are still found related to the low public awareness of the importance of maintaining environmental cleanliness, such as the habit of littering, lack of sanitation facilities, and unhygienic lifestyle practices. This community service activity aims to improve understanding and change the behavior of the residents of Mujur Village regarding PHBS through environmental cleanliness outreach and education. The methods used include counseling sessions, interactive discussions, hands-on practice in household waste management, and the installation of informational media such as posters and banners. Participants consisted of representatives from various hamlets within Mujur Village. Evaluation was conducted through pre-tests and post-tests to measure changes in knowledge and attitudes. The results of the activity showed a significant increase in participants' understanding of the importance of PHBS, as well as noticeable behavioral changes, such as people becoming accustomed to disposing of waste properly and maintaining the cleanliness of public facilities. The success of this activity indicates that an educational and participatory approach to promoting environmental cleanliness can be an effective strategy for fostering healthy living habits at the village level. This initiative is expected to serve as a starting point for the development of a healthy and sustainable village.</p>
<p><i>How to cite:</i> Perdana, E., & Zahid, A. (2025). Perubahan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Sosialisasi Kebersihan Lingkungan di Desa Mujur. <i>Journal of Community Development and Empowerment</i>, 1(5), 120-124. https://doi.org/10.70716/jocdem.v1i5.289</p>	

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah seperangkat kebiasaan dan aktivitas yang dilakukan oleh individu maupun masyarakat secara sadar untuk menjaga kebersihan diri dan lingkungan, guna mencegah penyakit dan meningkatkan kualitas hidup. PHBS mencakup berbagai aspek, seperti penggunaan sanitasi yang layak, pengelolaan sampah, kebersihan air, kebersihan tempat tinggal dan lingkungan sekitar, kebiasaan mencuci tangan, dan pola hidup higienis lainnya. Di banyak desa di Indonesia masih dijumpai praktik-praktik yang belum memenuhi standar PHBS; misalnya pembuangan sampah sembarangan, kurangnya fasilitas sanitasi, atau rendahnya kesadaran masyarakat akan pentingnya kebersihan lingkungan.

Desa Mujur sebagai lokasi intervensi masih menghadapi sejumlah tantangan terkait PHBS. Berdasarkan observasi awal (atau survei pendahuluan) ditemukan bahwa fasilitas pembuangan sampah belum tersebar merata, beberapa warga masih membuang sampah ke selokan atau sungai, dan kegiatan kebersihan lingkungan hanya dilakukan sporadis. Faktor-faktor penyebabnya antara lain keterbatasan pengetahuan masyarakat, lemahnya peran kader kesehatan desa, dan kurangnya media informasi yang menarik serta metode penyampaian yang interaktif.

Kajian terdahulu menunjukkan bahwa sosialisasi kebersihan lingkungan dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kesadaran dan perilaku PHBS. Misalnya, penelitian "Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Edukasi Kesehatan Pada Masyarakat Di Lingkungan Permukiman Padat Penduduk" menemukan bahwa melalui penyuluhan, demonstrasi, dan pendampingan, terjadi peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku warga dalam hal kebersihan pribadi, pengelolaan sampah, dan penggunaan air bersih.

Selain itu, penelitian di Desa Kolam Kecamatan Percut Sei Tuan mengenai "Pembinaan Masyarakat Tentang Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat" juga melaporkan bahwa indikator-indikator PHBS seperti mencuci tangan, penggunaan jamban sehat, dan eradikasi jentik nyamuk menunjukkan korelasi positif setelah kegiatan pembinaan masyarakat.

Penelitian lain di Desa Sendayan melalui “Sosialisasi Kebersihan Lingkungan Melalui Observasi Sampah Organik dan Anorganik” melibatkan metode observasi dan sosialisasi, yang berhasil menumbuhkan kesadaran masyarakat terhadap pemisahan sampah dan pengelolaan lingkungan di wilayah desa.

Fokus pada intervensi PHBS sejak dini juga ditemui dalam beberapa penelitian, misalnya di Desa Hargomulyo, Gunung Kidul, dimana penyuluhan dan pelatihan sejak usia dini dijalankan lewat metode bermain sambil belajar, yang terbukti memupuk perilaku kebersihan sejak anak-anak.

Sosialisasi juga digunakan sebagai sarana untuk pencegahan penyakit tertentu melalui kebersihan lingkungan, seperti pada kasus Demam Berdarah Dengue (DBD). Contohnya, pemberdayaan masyarakat dalam pengendalian jentik nyamuk di Kelurahan Sungai Pangeran, Palembang, yang menggabungkan sosialisasi, pelatihan Jumantik, dan kerja bakti masyarakat.

Selain itu, aspek lingkungan dan kebersihan sangat berkaitan dengan isu-stunting. Di Desa Sukasari, program PHBS disosialisasikan di lembaga pendidikan anak usia dini sebagai langkah preventif terhadap stunting, dengan fokus pada kebersihan tangan, sanitasi, dan perilaku higienis lainnya.

Sosialisasi kebersihan lingkungan melalui aksi langsung juga terbukti efektif, misalnya “Sosialisasi dan Aksi Sosial Pembersihan Lingkungan Pantai Paseban” yang menyertakan aksi lapangan (kerja bakti), sehingga partisipasi masyarakat meningkat dan lingkungan menjadi lebih bersih serta sehat.

Meskipun banyak kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan, masih terdapat gap antara pengetahuan dan praktik PHBS di masyarakat. Dalam beberapa kasus, meski pengetahuan meningkat, perilaku belum berubah secara konsisten karena faktor budaya, ketersediaan sarana-prasarana seperti tempat sampah, air bersih, dan keterlibatan aktif warga belum optimal.

Dengan demikian, penting untuk merancang program yang tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga melibatkan masyarakat secara aktif, menyediakan sarana yang diperlukan, dan memanfaatkan pendekatan partisipatif serta media yang menarik agar perubahan perilaku dapat berkelanjutan. Pendekatan ini menjadi landasan bagi kegiatan pengabdian dengan judul Perubahan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Sosialisasi Kebersihan Lingkungan di Desa Mujur.

Kegiatan ini dirancang untuk menjawab kebutuhan Desa Mujur dengan menggabungkan metode sosialisasi, praktik langsung, dan penggunaan media informasi yang sesuai dengan konteks lokal. Tujuan utamanya adalah meningkatkan pemahaman dan sikap masyarakat terhadap PHBS, serta mendorong perubahan perilaku dalam pengelolaan kebersihan lingkungan, pengelolaan sampah, dan praktik kesehatan personal.

Pertanyaan penelitian yang diajukan antara lain: seberapa besar peningkatan pengetahuan masyarakat tentang PHBS setelah sosialisasi? Apakah terjadi perubahan sikap dan perilaku dalam menjaga kebersihan lingkungan? Dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi keberhasilan penerapan PHBS di masyarakat Desa Mujur?

Dengan latar belakang dan tinjauan pustaka seperti di atas, diharapkan kegiatan pengabdian ini memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas hidup masyarakat, pengurangan risiko penyakit, serta menjadi dasar bagi pengembangan program desa sehat yang berkelanjutan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Mujur, yang terletak di wilayah pedesaan dengan karakteristik sosial yang masih sangat mengandalkan pendekatan langsung dalam pembinaan masyarakat. Metode pelaksanaan kegiatan dirancang dengan pendekatan partisipatif, edukatif, dan aplikatif, yang mengutamakan keterlibatan aktif warga dalam seluruh rangkaian kegiatan. Tahapan pelaksanaan diawali dengan survei awal (needs assessment) yang dilakukan melalui observasi langsung dan wawancara singkat dengan perangkat desa serta tokoh masyarakat. Kegiatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi kondisi riil kebersihan lingkungan, fasilitas sanitasi, dan tingkat pengetahuan masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Selain itu, tim pengabdian juga berkoordinasi dengan kader kesehatan desa dan pihak Puskesmas setempat untuk memperoleh data tambahan yang relevan dan memperkuat dasar intervensi yang dilakukan.

Berdasarkan hasil identifikasi masalah, kegiatan inti berupa sosialisasi kebersihan lingkungan dilaksanakan dengan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi, dan praktik langsung. Sosialisasi difokuskan pada tiga topik utama, yaitu: 1) pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari; 2) teknik pengelolaan sampah rumah tangga, termasuk pemilahan antara sampah organik dan

anorganik; dan 3) menjaga kebersihan lingkungan sekitar rumah dan fasilitas umum. Materi disampaikan secara komunikatif menggunakan media visual seperti poster, brosur, video pendek, dan alat peraga sederhana agar mudah dipahami oleh berbagai kalangan masyarakat. Kegiatan ini melibatkan seluruh lapisan masyarakat, mulai dari ibu rumah tangga, pemuda, tokoh masyarakat, hingga anak-anak, agar tercipta pemahaman yang merata dan mendorong perubahan perilaku secara kolektif.

Untuk memperkuat dampak kegiatan, dilakukan kegiatan aksi nyata, seperti kerja bakti membersihkan lingkungan secara massal yang difasilitasi oleh tim pengabdian dan dibantu oleh perangkat desa. Selain itu, dilakukan praktik langsung pemilahan dan pengolahan sampah rumah tangga menggunakan metode sederhana, seperti komposter skala kecil. Agar keberlanjutan kegiatan terjamin, dibentuk pula kader lingkungan desa yang berfungsi sebagai agen perubahan di tingkat dusun. Kader ini bertugas mengawasi, mengedukasi ulang, dan mendorong masyarakat untuk menjaga kebersihan lingkungan secara konsisten. Tim pengabdian juga menyediakan papan informasi dan spanduk edukatif yang dipasang di titik-titik strategis desa, agar pesan PHBS tetap teringat oleh warga dalam aktivitas sehari-hari.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui dua tahap, yakni pre-test dan post-test yang diberikan kepada peserta sosialisasi. Instrumen evaluasi berupa kuesioner singkat yang mengukur aspek pengetahuan, sikap, dan niat berperilaku bersih dan sehat. Selain itu, tim pengabdian melakukan monitoring lapangan satu minggu dan satu bulan setelah kegiatan untuk melihat perubahan fisik di lingkungan desa, seperti berkurangnya sampah di selokan, ketersediaan tempat sampah, serta keterlibatan warga dalam menjaga kebersihan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan perilaku masyarakat sebelum dan sesudah intervensi. Hasil evaluasi ini juga menjadi dasar dalam menyusun rekomendasi keberlanjutan program PHBS berbasis masyarakat di Desa Mujur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Mujur, yang terletak di wilayah pedesaan dengan karakteristik sosial yang masih sangat mengandalkan pendekatan langsung dalam pembinaan masyarakat. Metode pelaksanaan kegiatan dirancang dengan pendekatan partisipatif, edukatif, dan aplikatif, yang mengutamakan keterlibatan aktif warga dalam seluruh rangkaian kegiatan. Tahapan pelaksanaan diawali dengan survei awal (needs assessment) yang dilakukan melalui observasi langsung dan wawancara singkat dengan perangkat desa serta tokoh masyarakat. Kegiatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi kondisi riil kebersihan lingkungan, fasilitas sanitasi, dan tingkat pengetahuan masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Selain itu, tim pengabdian juga berkoordinasi dengan kader kesehatan desa dan pihak Puskesmas setempat untuk memperoleh data tambahan yang relevan dan memperkuat dasar intervensi yang dilakukan.

Berdasarkan hasil identifikasi masalah, kegiatan inti berupa sosialisasi kebersihan lingkungan dilaksanakan dengan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi, dan praktik langsung. Sosialisasi difokuskan pada tiga topik utama, yaitu: 1) pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari; 2) teknik pengelolaan sampah rumah tangga, termasuk pemilahan antara sampah organik dan anorganik; dan 3) menjaga kebersihan lingkungan sekitar rumah dan fasilitas umum. Materi disampaikan secara komunikatif menggunakan media visual seperti poster, brosur, video pendek, dan alat peraga sederhana agar mudah dipahami oleh berbagai kalangan masyarakat. Kegiatan ini melibatkan seluruh lapisan masyarakat, mulai dari ibu rumah tangga, pemuda, tokoh masyarakat, hingga anak-anak, agar tercipta pemahaman yang merata dan mendorong perubahan perilaku secara kolektif.

Untuk memperkuat dampak kegiatan, dilakukan kegiatan aksi nyata, seperti kerja bakti membersihkan lingkungan secara massal yang difasilitasi oleh tim pengabdian dan dibantu oleh perangkat desa. Selain itu, dilakukan praktik langsung pemilahan dan pengolahan sampah rumah tangga menggunakan metode sederhana, seperti komposter skala kecil. Agar keberlanjutan kegiatan terjamin, dibentuk pula kader lingkungan desa yang berfungsi sebagai agen perubahan di tingkat dusun. Kader ini bertugas mengawasi, mengedukasi ulang, dan mendorong masyarakat untuk menjaga kebersihan lingkungan secara konsisten. Tim pengabdian juga menyediakan papan informasi dan spanduk edukatif yang dipasang di titik-titik strategis desa, agar pesan PHBS tetap teringat oleh warga dalam aktivitas sehari-hari.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui dua tahap, yakni pre-test dan post-test yang diberikan kepada peserta sosialisasi. Instrumen evaluasi berupa kuesioner singkat yang mengukur aspek pengetahuan, sikap, dan niat berperilaku bersih dan sehat. Selain itu, tim pengabdian melakukan monitoring lapangan satu

minggu dan satu bulan setelah kegiatan untuk melihat perubahan fisik di lingkungan desa, seperti berkurangnya sampah di selokan, ketersediaan tempat sampah, serta keterlibatan warga dalam menjaga kebersihan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan perilaku masyarakat sebelum dan sesudah intervensi. Hasil evaluasi ini juga menjadi dasar dalam menyusun rekomendasi keberlanjutan program PHBS berbasis masyarakat di Desa Mujur.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada perubahan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui sosialisasi kebersihan lingkungan di Desa Mujur menunjukkan bahwa pendekatan edukatif dan partisipatif mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat secara signifikan. Melalui serangkaian kegiatan sosialisasi, diskusi interaktif, simulasi, dan kerja bakti, masyarakat Desa Mujur tidak hanya memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya PHBS, tetapi juga mulai menunjukkan perubahan perilaku nyata dalam kehidupan sehari-hari, seperti mulai memisahkan sampah rumah tangga, menjaga kebersihan lingkungan sekitar rumah, serta menghentikan kebiasaan membuang sampah sembarangan.

Dukungan dari berbagai pihak, termasuk pemerintah desa, tokoh masyarakat, dan kader lingkungan, menjadi faktor penentu keberhasilan program ini. Hasil evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan, dan observasi lapangan membuktikan adanya dampak positif terhadap kondisi lingkungan fisik desa. Meski masih terdapat tantangan dalam mengubah kebiasaan lama sebagian warga, kegiatan ini membuktikan bahwa dengan metode yang tepat dan keterlibatan masyarakat secara aktif, perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat dan bersih dapat dicapai secara bertahap dan berkelanjutan.

Berdasarkan hasil tersebut, kegiatan ini dapat dijadikan model awal bagi pelaksanaan program PHBS di desa-desa lain yang memiliki permasalahan serupa. Diperlukan tindak lanjut berupa pelatihan kader lanjutan, pengadaan sarana kebersihan yang memadai, dan dukungan regulasi desa untuk memperkuat hasil yang telah dicapai. Ke depan, program ini diharapkan menjadi bagian integral dari upaya menciptakan desa yang bersih, sehat, dan mandiri dalam bidang kesehatan lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Maisyaroh, Yusnina. "Pengaruh Penyuluhan PHBS Terhadap Pengetahuan Masyarakat yang BABs di Desa Lantasan Lama." *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, Vol. 7, No. 1, 2022.
- Rohayati & Tuti Surtimanah. "Pandemi COVID-19: Perubahan Perilaku Hidup Bersih Sehat Di Tatanan Rumah Tangga?" *Afiasi : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 8, No. 1, 2022.
- Surya Irma Hayati, et al. "Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Melalui Metode Mendongeng di SD Karanggedang Kecamatan Bukateja Kabupaten Purbalingga." *Solidaritas: Jurnal Pengabdian*, 2022.
- Oktaviani Naulita Turnip, et al. "Penerapan Perilaku Hidup Sehat dan Bersih dalam Penurunan Angka Stunting di Sekolah Dasar Wilayah Tangkiling Palangka Raya." *Kontribusi: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 5, No. 1, 2024.
- Musvita Ayu, Suci, et al. "Peningkatan Kesehatan Melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sejak Dini di Desa Hargomulyo Gedangsari Gunung Kidul." *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2022.
- Hendawati, et al. "Pemberdayaan Masyarakat dalam Penerapan PHBS untuk Pengendalian Jentik Nyamuk Aedes Aegypti di Kelurahan Sungai Pangeran." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2023.
- Nadia Difa'i Mutmainah. "Sosialisasi dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Sukasari." *Jurnal Pasca Dharma Pengabdian Masyarakat*, 2023-2024.
- Achmad Hilal, Lailiana Garna Nurhidayati, Rosdiana, Rusnita, Sardi Anto. "Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Edukasi Kesehatan Pada Masyarakat Di Lingkungan Permukiman Padat Penduduk." *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 3, No. 3, 2023.
- Annisa Fitria, et al. "Sosialisasi Kebersihan Lingkungan Melalui Observasi Sampah Organik dan Anorganik di Lingkungan Desa Sendayan." *Fleksibel: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 4, No. 2, 2023.
- Imran, Martono, Maria Ulfah, Iwan Ramadhan, Riama Al Hidayah. "Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada panti asuhan Jihadul Fitrah di Desa Rasau Jaya 1 di tengah pandemi Covid-19." *Digulis:*

Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat, 2022.

Suhardi, Namirah Yasmine Raudah, Gina Fadhila. "Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Cuci Tangan Pakai Sabun) untuk Meningkatkan Pemahaman Penyakit Menular." *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2024.*

Wardani, Ismail Efendy, Anto J. Hadi, Asriwati. "Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Tatanan Rumah Tangga di Wilayah Kerja Puskesmas Cot le Jue Kabupaten Bireuen." *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol. 9, No. 1, 2020.*