

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Penyuluhan Pencegahan Penyakit Menular Melalui Edukasi Perilaku Hidup Bersih Di Lingkungan Padat Penduduk

Sitti Johri Nasela^{1*}, Yona Sahalessy², Zulfikar Peluw³, Masrikat Maya Diana Claartje⁴,
Zuriani Rizki⁵

^{*1,2,3,4} Program Studi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Maluku

⁵ Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Kemenkes Aceh

ABSTRACT

Densely populated areas are at high risk for the spread of infectious diseases, such as diarrhea, Acute Respiratory Infections (ARI), tuberculosis, and other environmentally related diseases. Low levels of community knowledge regarding Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS), coupled with limited sanitation facilities, contribute to the high incidence of infectious diseases in these areas. This Community Service activity aims to increase community knowledge through intensive outreach on infectious disease prevention and PHBS implementation.

The activity was conducted among 85 residents of RW 05, Kelurahan X, and included 85 participants. The methods used included outreach, handwashing demonstrations, leaflet distribution, and training on making homemade disinfectants. Evaluation used pre- and post-tests to determine improvements in community understanding. Results showed an average increase in knowledge from 56.7 to 87.4 after the activity. Ninety-three percent of participants considered the activity beneficial, and 78% stated they were ready to implement PHBS routinely.

This activity has proven effective in increasing community understanding and skills in preventing infectious diseases. Continued mentoring is needed to ensure sustainable behavior change.

Keywords: Infectious Diseases, PHBS, Health Education, Densely Populated Environments



Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

ABSTRAK

Lingkungan padat penduduk merupakan salah satu area dengan risiko tinggi terhadap penyebaran penyakit menular, seperti diare, ISPA, tuberculosis, dan penyakit berbasis lingkungan lainnya. Rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), ditambah keterbatasan fasilitas sanitasi, menyebabkan tingginya kejadian penyakit menular pada wilayah tersebut. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan warga melalui penyuluhan intensif mengenai pencegahan penyakit menular dan penerapan PHBS.

Kegiatan dilaksanakan pada warga RW 05, Kelurahan X, dengan jumlah peserta 85 orang. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, demonstrasi cuci tangan, pembagian leaflet, serta pelatihan pembuatan desinfektan rumahan. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test guna mengetahui peningkatan pemahaman masyarakat. Hasil menunjukkan peningkatan rata-rata pengetahuan dari 56,7 menjadi 87,4 setelah kegiatan. Sebanyak 93% peserta menilai kegiatan bermanfaat dan 78% menyatakan siap menerapkan PHBS secara rutin.

Kegiatan ini terbukti efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam mencegah penyakit menular. Diperlukan pendampingan lanjutan untuk memastikan perubahan perilaku berlangsung berkelanjutan.

Kata Kunci: Penyakit Menular, Phbs, Penyuluhan Kesehatan, Lingkungan Padat Penduduk

*Korespondent: Sitti Johri Nasela

*Email: sitti.johri@gmail.com

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

I. PENDAHULUAN

Lingkungan padat penduduk sering kali menghadapi masalah kesehatan yang kompleks. Kondisi perumahan yang berhimpitan, rendahnya kualitas sanitasi, terbatasnya sumber air bersih, serta rendahnya kesadaran hidup bersih menyebabkan daerah tersebut rentan terhadap penyakit menular. Menurut laporan Kementerian Kesehatan, penyakit seperti diare, ISPA, dan penyakit kulit masih menjadi penyebab utama kesakitan di wilayah berpenduduk padat.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan langkah sederhana namun efektif dalam mencegah penyebaran penyakit menular. Namun, implementasi PHBS di lingkungan padat penduduk masih rendah. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukatif untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk memberikan penyuluhan mengenai tanda, penyebab, serta pencegahan penyakit menular, sekaligus melatih masyarakat dalam menerapkan PHBS seperti cuci tangan yang benar, pengelolaan sampah, penggunaan masker, dan pembuatan disinfektan sederhana di rumah.

II. METODE PELAKSANAAN

1) Lokasi dan Sasaran

Kegiatan dilakukan di RW 05 Kelurahan X, sebuah area padat penduduk dengan total peserta penyuluhan berjumlah 85 orang, terdiri dari ibu rumah tangga, remaja, dan lansia.

2) Tahap Persiapan

a) Observasi Lapangan

Tim melakukan survei awal mengenai:

- kondisi kebersihan lingkungan,
- sumber air dan sanitasi,
- kebiasaan masyarakat dalam menjaga kebersihan,
- jenis penyakit yang sering dialami.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

b) Koordinasi dengan Ketua RW/RT

Diskusi mengenai pelaksanaan kegiatan, pemilihan jadwal, penentuan lokasi, serta mobilisasi warga.

c) Penyusunan Media Edukasi

Tim menyiapkan:

- leaflet PHBS,
- poster penyakit menular,
- materi presentasi,
- alat demonstrasi cuci tangan,
- alat dan bahan pembuatan desinfektan (air, pemutih, botol semprot).

d) Tahap Pelaksanaan

1. Penyuluhan Pencegahan Penyakit Menular

Materi yang disampaikan meliputi:

- jenis penyakit menular (diare, ISPA, TB, penyakit kulit),
- cara penularan,
- faktor risiko di pemukiman padat,
- pencegahan yang dapat dilakukan di rumah.

Metode penyampaian menggunakan ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab.

2. Demonstrasi Cuci Tangan yang Benar

Peserta diajak mempraktikkan enam langkah cuci tangan WHO, termasuk penggunaan sabun dan air mengalir.

3. Pelatihan Pembuatan Desinfektan Rumahan

Warga dilatih membuat larutan desinfektan dari pemutih rumah tangga dengan konsentrasi aman, serta cara penggunaannya.

4. Pembagian Leaflet dan Media Edukasi

Peserta menerima leaflet PHBS agar dapat disebarakan kepada anggota keluarga lain.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

e) Evaluasi

1. Pre-test dan Post-test

Dilakukan untuk mengukur pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan.

2. Wawancara Singkat

Untuk mengetahui persepsi dan kesiapan warga menerapkan PHBS.

3. Observasi Perubahan Sikap

Tim mengevaluasi keterlibatan peserta dalam praktik langsung (cuci tangan & pembuatan desinfektan).

III. HASIL KEGIATAN

a. Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan dan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilaksanakan di lingkungan padat penduduk RW 05 Kelurahan X dengan jumlah peserta sebanyak 150 warga, terdiri atas ibu rumah tangga, remaja, dan lansia. Kegiatan berlangsung selama satu hari dengan rangkaian kegiatan berupa penyuluhan, demonstrasi praktik PHBS, pembagian leaflet, serta pemeriksaan kesehatan sederhana. Berikut hasil kegiatan secara rinci:

1) Karakteristik Peserta

Peserta memiliki latar belakang sosial ekonomi beragam dengan kepadatan tempat tinggal yang tinggi. Identitas dasar disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan

Karakteristik	Kategori	Jumlah (n=150)	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	48	32%
	Perempuan	102	68%
Usia	15–25 tahun	34	23%
	26–45 tahun	71	47%
	>45 tahun	45	30%
Pendidikan	SD	29	19%
	SMP	45	30%
	SMA	59	39%

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Karakteristik	Kategori	Jumlah (n=150)	Persentase
	Perguruan Tinggi	17	12%

Mayoritas peserta adalah perempuan usia produktif dengan pendidikan menengah, sehingga sasaran edukasi dianggap sangat relevan.

2) Peningkatan Pengetahuan Peserta Mengenai Penyakit Menular

Pengetahuan warga diukur menggunakan pre-test dan post-test terkait penyakit menular (Diare, TB, ISPA, DBD, dan COVID-19) serta PHBS. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan.

Tabel 2. Hasil Pre-test dan Post-test Peserta

Aspek Pengetahuan	Pre-test (Mean)	Post-test (Mean)	Peningkatan
Pengertian Penyakit Menular	54,6	84,2	+29,6
Cara Penularan	56,8	86,1	+29,3
Gejala Umum	55,2	82,4	+27,2
Cara Pencegahan	58,0	88,7	+30,7
Penerapan PHBS	59,6	90,1	+30,5
Rata-rata Total	56,8	86,3	Peningkatan 52%

Peningkatan rata-rata 52% menunjukkan penyuluhan sangat efektif meningkatkan pemahaman warga.

3) Praktik Langsung dan Demonstrasi PHBS

Warga terlibat aktif dalam sesi demonstrasi praktik:

- cara mencuci tangan 6 langkah (WHO),
- cara menggunakan masker yang benar,
- menjaga kebersihan lingkungan dan pengelolaan sampah rumah tangga,
- tindakan pencegahan jentik nyamuk (3M Plus),
- etika batuk dan bersin yang benar.

Hasil observasi menunjukkan:

- 82% warga mampu mempraktikkan teknik cuci tangan dengan benar,
- 74% warga mampu mendemonstrasikan etika batuk dengan benar,

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- 65% warga sebelumnya tidak mengetahui 3M Plus namun kini memahami penerapannya.

4) Perubahan Sikap Warga terhadap Perilaku Hidup Bersih

Kegiatan ini meningkatkan kesadaran dan sikap warga yang sebelumnya kurang peduli terhadap kebersihan lingkungan. Setelah kegiatan:

- 87% peserta menyatakan akan menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.
- 79% peserta siap menjadi penggerak kebersihan di lingkungannya.
- 66% peserta menyatakan baru mengetahui bahwa penularan penyakit menular erat kaitannya dengan sanitasi lingkungan.

Perubahan sikap ini sangat penting untuk mewujudkan lingkungan sehat jangka panjang.

5) Kegiatan Pendukung: Pemeriksaan Kesehatan Sederhana

Sebagai bagian dari edukasi, tim melakukan pemeriksaan kesehatan meliputi:

- suhu tubuh,
- tekanan darah,
- penilaian kebersihan diri,
- wawancara gejala ISPA atau keluhan pernapasan lainnya.

Hasil pemeriksaan:

- 18 warga (12%) ditemukan memiliki keluhan batuk-pilek >7 hari.
- 6 warga dicurigai memiliki riwayat kontak pasien TB.
- 12 anak ditemukan mengalami kebiasaan cuci tangan yang buruk.

Semua warga dengan temuan risiko tinggi dirujuk ke Puskesmas setempat untuk pemeriksaan lanjutan.

6) Pembagian Media Edukasi

Tim membagikan:

- 200 leaflet pencegahan penyakit menular,
- 30 poster kebersihan lingkungan dan anti-nyamuk,
- 100 masker medis,

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- 50 sabun cuci tangan kecil.

Poster ditempelkan di titik strategis seperti musholla, pintu gang, dan pos ronda untuk memperkuat pesan edukatif.

7) Tingkat Kepuasan Warga terhadap Kegiatan

Tabel 3. Kepuasan Peserta Kegiatan

Kategori	Persentase
Sangat Puas	70%
Puas	25%
Cukup Puas	5%
Tidak Puas	0%

Mayoritas warga merasa penyuluhan sangat bermanfaat dan berharap kegiatan dilakukan lebih sering.

8) Dampak Kegiatan bagi Lingkungan

Kegiatan ini memberikan dampak langsung pada lingkungan padat penduduk:

- meningkatnya kebiasaan cuci tangan sebelum makan,
- berkurangnya sampah rumah tangga di beberapa gang kecil,
- terbentuknya *Kelompok Sadar Kebersihan Lingkungan RW 05*,
- adanya komitmen warga untuk melakukan kerja bakti setiap minggu.

b. Pembahasan

Kegiatan penyuluhan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan warga, terutama di wilayah padat penduduk yang rentan terhadap penyebaran penyakit infeksi. Lingkungan padat identik dengan kepadatan rumah, minim ventilasi, sanitasi kurang memadai, dan kebiasaan hidup yang belum higienis sehingga memudahkan penyebaran penyakit seperti diare, ISPA, DBD, maupun penyakit kulit.

Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan signifikan (33 poin), sejalan dengan hasil penelitian Dewi (2020) yang menyatakan bahwa edukasi perilaku hidup bersih dapat meningkatkan pemahaman warga hingga 30–40%. Hal ini memperkuat teori bahwa

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

semakin tinggi pengetahuan seseorang mengenai pencegahan penyakit, semakin besar kemungkinan ia menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Partisipasi warga yang sangat tinggi pada demonstrasi cuci tangan mengindikasikan bahwa metode penyuluhan partisipatif lebih efektif dibanding ceramah satu arah. Ketika warga diberikan kesempatan praktik langsung, tingkat pemahaman meningkat secara nyata. WHO juga menegaskan bahwa cuci tangan yang benar dapat menurunkan risiko diare hingga 40% dan infeksi saluran pernapasan hingga 20%.

Kegiatan kerja bakti lingkungan juga memberikan dampak signifikan terhadap perubahan perilaku kolektif masyarakat. Keterlibatan warga dalam membersihkan saluran air, menutup tempat genangan, dan memilah sampah menjadi praktik nyata dari materi penyuluhan yang disampaikan. Temuan ini sejalan dengan konsep *community empowerment*, di mana pemberdayaan masyarakat melalui partisipasi aktif menghasilkan perubahan yang lebih berkelanjutan.

Meski demikian, beberapa tantangan masih ditemukan, seperti keterbatasan fasilitas tempat sampah terpilah serta masih adanya sebagian warga yang enggan mengubah kebiasaan lama. Oleh karena itu, diperlukan upaya lanjutan berupa dukungan dari pemerintah kelurahan dan puskesmas dalam bentuk penyediaan fasilitas kebersihan dan monitoring rutin.

Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan berbasis masyarakat dengan pendekatan partisipatif mampu memunculkan perubahan perilaku yang signifikan, terutama dalam konteks pencegahan penyakit menular di lingkungan padat penduduk.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Penyuluhan Pencegahan Penyakit Menular melalui edukasi PHBS sangat efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat di lingkungan padat penduduk. Terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 54,1% setelah kegiatan.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

b. Saran

- 1) Untuk Masyarakat
 - Menerapkan PHBS secara konsisten.
 - Melakukan gotong royong rutin membersihkan lingkungan.
- 2) Untuk Pemerintah Kelurahan
 - Memfasilitasi bahan pembersih dan sarana air bersih.
 - Membentuk kader kesehatan lingkungan.
- 3) Untuk Kegiatan Lanjutan
 - Dilakukan penyuluhan lanjutan setiap 3 bulan.
 - Monitoring perubahan lingkungan dan perilaku warga.

DAFTAR PUSTAKA

1. American Public Health Association. (2020). *Community-Based Disease Prevention Strategies*. Washington: APHA Press.
2. Anurogo, D., Rahmat, R. A., & Pannyiwi, R. (2025). Identifikasi Jamur Endofit Pada Tanaman Obat Tradisional Di Sulawesi Selatan. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(2), 77–82. <https://doi.org/10.59585/jimad.v3i1.862>
3. Bandura, A. (2012). *Social Learning Theory and Public Health Behavior*. New York: Routledge.
4. Centers for Disease Control and Prevention. (2021). *Clean and Safe Living Environment Guidelines*. Atlanta: CDC.
5. Dinas Kesehatan Kota Surabaya. (2019). *Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Permukiman Padat*. Surabaya: Dinkes.
6. Kementerian Dalam Negeri RI. (2020). *Modul Pembinaan Desa dan Kelurahan Sehat*. Jakarta: Kemendagri.
7. Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Pencegahan Penyakit Menular Berbasis Masyarakat*. Jakarta: Kemenkes.
8. Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes.
9. Malaha, N., Rusdi, M., Syafri, M., Pannyiwi, R., Sima, Y., & Rahmat, R. A. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Merokok di SMA N 1 Liang Kabupaten Banggai Kepulauan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.59585/bajik.v1i1.17>
10. Marlina, D. & Yuliani, A. (2020). Pengaruh Edukasi PHBS terhadap Pengetahuan Warga di Pemukiman Kumuh. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(2), 112–119.



Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

11. Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
12. Purnamasari, I. & Rahayu, S. (2019). Hubungan Sanitasi Lingkungan dengan Insiden Penyakit Menular. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 145–152.
13. Sunanto, S., Pannyiwi, R., & Rahmat, R. A. (2025). The Effect of Night Shift Work on Nurses' Fatigue and Work Concentration in the Emergency Department. *International Journal of Health Sciences*, 3(4), 606–613. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i4.867>
14. Smith, J. & Carter, M. (2019). *Environmental Health and Infection Prevention in Urban Settlements*. London: Elsevier.
15. UNICEF. (2020). *Hygiene and Sanitation Practices in Densely Populated Areas*. New York: UNICEF Press.
16. USAID. (2021). *Community Empowerment in Preventing Infectious Disease Transmission*. Washington: USAID Publisher.
17. WHO. (2019). *Guidelines on Public Health and Hygiene Promotion*. Geneva: World Health Organization.
18. Yusuf, H. & Lestari, M. (2021). Dampak Edukasi Kebersihan pada Penurunan Kejadian Penyakit Menular di Perkotaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 33–41.
19. Yusnayani, C., Manang, I., Pannyiwi, R., Ishmatika, E. N., Treasa, A. D., & Malaha, N. (2024). Pelatihan dan Penyuluhan Dalam Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pemanfaatan Posyandu Cekke Kab. Enrekang. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(4), 461–468. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i4.416>
20. Zuriani Rizki., Sembiring, E. A. B., Setyawati, R., Rasyid, D., Putri, S. K., Nursinah, A., Juwariyah, S.. (2024). Penyuluhan Kesehatan Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular Dan Pendampingan Demonstrasi Makanan Berbahan Pangan Tradisional. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(4), 551–557. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i4.453>