Jurnal Pengabdian Aceh, Volume 6, Nomor 4, Desember 2026, halaman 316–322

Sosialisasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Masyarakat Desa Tanjung Selamat

Laisa Rujjaty[1], Raifia Thalita[1], Cut Friska Nadhillah[1], Cut Fitri Rahmadina[1], Najla Khalisah Dara Phonna[1], Chenny Seftarita[1], Nita Erika Ariani[1], Muhammad Abrar[1], Taufiq C. Dawood[1], Muhammad Yasar[2]

[1]Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia
2Fakultas Pertanian, Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia

Email Korespondensi: chenny@usk.ac.id

Received: 20-08-2026	Revised: 30-08-2026	Accepted: 03-09-2026

Abstrak

Program Bina Desa adalah salah satu bentuk dedikasi kepada masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai signifikansi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Aktivitas ini dilaksanakan di Gampong Tanjong Seulamat melalui sarana pendidikan berupa poster yang menampilkan delapan indikator PHBS, yaitu penggunaan toilet yang bersih, mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun, pengendalian jentik nyamuk, konsumsi makanan sehat di kantin sekolah, larangan merokok, pemantauan pertumbuhan anak melalui penimbangan dan pengukuran tinggi badan, membuang sampah pada tempat yang disediakan, serta berolahraga secara teratur. Alat edukasi ini dirancang agar dapat diterima dengan baik oleh masyarakat dari berbagai usia. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa penyampaian informasi lewat poster edukatif dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Implementasi delapan indikator PHBS diharapkan dapat berkontribusi pada terciptanya lingkungan sehat, mencegah berbagai macam penyakit, dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara berkelanjutan.

Abstract

The Village Development Program is a community service initiative to increase awareness and understanding of Clean and Healthy Living Practices (PHBS). The program was conducted in Gampong Tanjong Seulamat using educational posters that presented eight PHBS indicators: using clean toilets; washing hands with soap and running water; controlling mosquito larvae; choosing healthy food from school canteens; refraining from smoking; monitoring children's growth through weight and height measurements; disposing of waste in designated areas; and exercising regularly. The posters were designed to be accessible to people of all ages. The activity suggests that educational posters can help raise awareness of the importance of practicing PHBS in daily life. Consistent implementation of these practices is expected to support a healthier environment, help prevent disease, and improve the community's quality of life over time.

Keywords**:** Clean and Healthy Living Practices (PHBS); village development; health education; community empowerment; health promotion; Gampong Tanjong Seulamat

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan elemen krusial dalam pengembangan sumber daya manusia. Masyarakat yang memiliki kesehatan baik lebih mampu dalam melaksanakan aktivitas sosial, ekonomi, dan pendidikan. Oleh karena itu, penting untuk terus menerus melaksanakan usaha meningkatkan kesehatan masyarakat melalui berbagai program yang bersifat edukasi dan pencegahan, salah satunya adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mencakup semua tindakan terkait kesehatan yang diambil berdasarkan kesadaran, sehingga individu atau anggota keluarga mampu membantu diri mereka sendiri dalam aspek kesehatan serta dapat berkontribusi secara aktif dalam berbagai kegiatan kesehatan di komunitas (Nurhajati N., 2015). Implementasi PHBS mencakup berbagai kebiasaan baik, seperti mencuci tangan dengan sabun dan air yang mengalir, membuang sampah pada tempat yang telah disediakan, menggunakan fasilitas sanitasi yang terawat, berolahraga dengan teratur, serta menjaga kebersihan sekitar. Pelaksanaan perilaku tersebut sangat penting untuk mencegah berbagai jenis penyakit serta menciptakan lingkungan yang sehat. (Wardhani *et al.*, n.d.)

Edukasi kesehatan melalui media poster dan sosialisasi dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari (Hammertha *et al.*, 2026). Penerapan PHBS secara konsisten dapat membantu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat serta menciptakan lingkungan yang lebih sehat (Silvy Harahap *et al.*, n.d.). Penyuluhan kesehatan merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya perilaku hidup sehat. Melalui kegiatan penyuluhan, masyarakat dapat memperoleh informasi kesehatan yang benar sehingga mampu menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari(Nurul Asri *et al*., 2023)

Edukasi PHBS mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Peningkatan pemahaman tersebut diharapkan dapat mendorong masyarakat untuk membiasakan perilaku hidup sehat secara mandiri dan berkelanjutan(Siregar *et al*., 2024). Kegiatan penyuluhan kesehatan dapat mendorong masyarakat untuk menerapkan PHBS secara berkelanjutan. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan tersebut juga berperan dalam membentuk kesadaran masyarakat untuk menjaga kesehatan diri, keluarga, dan lingkungan sekitar (Imam Rofiki & Siti Roziah Ria Famuji, 2020).

Program berbasis PHBS dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kebersihan lingkungan dan pengelolaan sampah yang baik. Penerapan perilaku tersebut berkontribusi dalam menciptakan lingkungan yang lebih bersih, sehat, dan nyaman bagi masyarakat (Aprillya Wandani *et al*., n.d.). Pendidikan kesehatan melalui metode interaktif dapat meningkatkan pemahaman peserta mengenai indikator-indikator PHBS. Metode ini memberikan kesempatan kepada peserta untuk terlibat secara aktif sehingga informasi yang diberikan lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Jasmine Putri Arini *et al*., n.d.). Penerapan PHBS merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara berkelanjutan. Kebiasaan hidup bersih dan sehat dapat membantu mencegah berbagai penyakit serta mendukung terciptanya kondisi lingkungan yang lebih sehat dan produktif (Tolibin, 2024).

Walaupun sangat diperlukan, praktik PHBS di kalangan masyarakat masih membutuhkan perhatian dan pengembangan. Anak-anak yang berada dalam usia sekolah adalah kelompok yang harus dilindungi dan sedang melalui tahap perkembangan perilaku yang dapat berpengaruh panjang. Sifat-sifat mereka yang aktif, mudah untuk meneladani, serta kemampuan cepat dalam memahami informasi membuat periode ini sangat ideal untuk menanamkan prinsip-prinsip kehidupan yang sehat Namun,

inimnya pengetahuan serta kesadaran masyarakat tentang pentingnya hidup bersih dan sehat dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti penyakit yang berkaitan dengan lingkungan, penyebaran penyakit menular, dan penurunan kualitas kesehatan masyarakat. Maka dari itu, diperlukan program edukasi yang dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagai kontribusi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan lingkungan, mahasiswa Program Bina Desa melakukan kegiatan sosialisasi PHBS di Gampong Tanjung Selamat. Kegiatan ini dilaksanakan melalui penyampaian materi edukatif dan pemasangan spanduk yang berisi delapan indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Diharapkan dengan kegiatan tersebut, masyarakat dapat memahami, mengimplementasikan, dan membiasakan diri dengan perilaku hidup bersih dan sehat agar tercipta lingkungan yang lebih bersih, sehat, dan nyaman untuk seluruh masyarakat.

METODE

Kegiatan sosialisasi terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan dengan menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif. Partisipatif berarti melibatkan komunitas langsung dalam setiap langkah kegiatan, sehingga para peserta tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, melainkan juga aktif dalam proses belajar. Di sisi lain, pendekatan edukatif mencakup penyampaian materi kesehatan yang mudah dipahami serta relevan dengan situasi kehidupan sehari-hari masyarakat.

Pendekatan ini dipilih karena perubahan dalam perilaku kesehatan tidak bisa hanya dicapai melalui penyampaian informasi. Keterlibatan aktif masyarakat sangat penting agar mereka menyadari keuntungan dan urgensi penerapan PHBS dalam aktivitas sehari-hari. Dengan partisipasi dari masyarakat, diharapkan informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik dan diterapkan secara berkesinambungan.

a. Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan sosialisasi dan pendidikan tentang PHBS dilaksanakan di Desa Tanjung Selamat Kabupaten Aceh Besar pada tanggal 2 Mei 2026. Pemilihan tempat berdasarkan pengamatan awal yang menunjukkan perlu adanya peningkatan pemahaman masyarakat tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya terkait kebersihan lingkungan, pengelolaan limbah, sanitasi, dan gaya hidup sehat.

Target dari kegiatan ini adalah masyarakat desa yang meliputi ibu rumah tangga, remaja, anak-anak, dan tokoh masyarakat yang diharapkan bisa menjadi agen perubahan dalam mengimplementasikan dan menyebarluaskan praktik PHBS di lingkungan mereka.

b. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui berbagai tahapan yang saling berhubungan, yaitu:

1. Tahap Pengamatan dan Penentuan Masalah

Langkah pertama dalam kegiatan ini adalah melakukan pengamatan langsung di lokasi untuk menilai kondisi kesehatan lingkungan serta perilaku masyarakat dalam menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Pengamatan dilakukan dengan cara melihat lingkungan sekitar, berinteraksi dengan perangkat desa, serta berkomunikasi dengan masyarakat setempat.

Hasil dari pengamatan menunjukkan bahwa masih ada beberapa kebiasaan yang perlu diperhatikan, seperti minimnya kesadaran tentang pentingnya mencuci tangan dengan sabun, pengelolaan sampah di rumah tangga yang belum maksimal, dan rendahnya pemahaman masyarakat tentang nilai aktivitas fisik serta konsumsi makanan bernutrisi. Temuan ini kemudian menjadi dasar dalam merancang materi edukasi yang akan disampaikan kepada masyarakat.

2. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan penyusunan materi edukasi mengenai PHBS yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat. Materi disusun dengan menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami sehingga dapat diterima oleh seluruh masyarakat. Selain itu, tim juga mempersiapkan media edukasi berupa banner PHBS yang berisi informasi mengenai delapan indikator utama perilaku hidup bersih dan sehat, yaitu:

1. Toilet yang Bersih
2. Mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun.
3. Berantas jentik nyamuk.
4. Jajan sehat di kantin sekolah.
5. Dilarang merokok.
6. Timbang dan ukur tinggi badan
7. Buang sampah pada tempatnya
8. Olahraga secara teratur.

Banner tersebut dirancang dengan tampilan yang menarik dan dilengkapi gambar ilustratif yang menarik agar mudah dipahami oleh Masyarakat.

3. Proses Sosialisasi dan Pendidikan

Proses sosialisasi adalah bagian terpenting dari kegiatan layanan masyarakat ini. Aktivitas ini dilaksanakan melalui penyampaian informasi kesehatan secara langsung kepada masyarakat. Materi yang disampaikan mencakup definisi PHBS, keuntungan dari PHBS, serta langkah-langkah praktis yang bisa diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Penyampaian informasi dilakukan dengan cara interaktif agar peserta dapat mengajukan pertanyaan dan berdiskusi mengenai berbagai isu kesehatan yang mereka hadapi. Pendekatan dialog ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman warga dan memberikan kesempatan kepada peserta untuk menemukan solusi terkait masalah kesehatan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari.

4. Proses Pemasangan Media Edukasi

Sebagai langkah untuk memperkuat pesan kesehatan, dilakukan penempatan spanduk PHBS di lokasi-lokasi yang mudah terlihat dan diakses oleh masyarakat. Spanduk ini berfungsi sebagai alat pendidikan yang dapat dibaca berulang kali, sehingga pesan-pesan kesehatan yang disampaikan selama kegiatan dapat selalu diingat dan diterapkan oleh masyarakat. Penempatan spanduk juga bertujuan untuk membangun kesadaran masyarakat secara berkelanjutan tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pembangunan desa yang berlangsung di Gampong Tanjung Selamat difokuskan pada peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan ini dimulai dengan sosialisasi yang menyampaikan beragam informasi mengenai pentingnya menjaga kebersihan pribadi, kebersihan lingkungan, serta penerapan pola hidup sehat dalam aktivitas sehari-hari. Materi yang diajarkan mencakup delapan perilaku hidup bersih dan sehat yang terdiri dari, toilet yang bersih, mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun, memberantas jentik nyamuk, membeli makanan sehat di kantin sekolah, tidak merokok, menimbang dan mengukur tinggi badan anak, membuang sampah pada tempatnya, dan olahraga secara teratur.

Proses sosialisasi berjalan dengan baik dan mendapat tanggapan positif dari masyarakat. Saat acara berlangsung, para peserta menunjukkan minat yang tinggi dengan aktif mengikuti pemaparan materi serta terlibat dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Interaksi yang terjadi selama sosialisasi

menunjukkan bahwa masyarakat sangat peduli terhadap isu kesehatan lingkungan dan ingin mendapatkan informasi yang bermanfaat untuk diterapkan sehari-hari. Melalui kegiatan ini, masyarakat memperoleh pemahaman yang lebih dalam mengenai arti penting PHBS sebagai langkah untuk meningkatkan kualitas kesehatan individu dan lingkungan.



Gambar 1. Tim sedang memaparkan materi edukasi terkait PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat)





Gambar 2 dan 3. Masyarakat dan mahasiswa sedang mendengarkan pemaparan materi

Selain kegiatan sosialisasi, tim bina desa juga menyerahkan spanduk edukasi PHBS kepada pihak Gampong Tanjung Selamat. Spanduk tersebut berisi pesan-pesan edukatif tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang disusun dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami oleh masyarakat. Penyerahan spanduk dilakukan sebagai bentuk dukungan bagi upaya penyebaran informasi kesehatan secara berkelanjutan. Dengan adanya spanduk yang dipasang di lokasi yang strategis, masyarakat dapat terus diingatkan mengenai pentingnya menerapkan PHBS meskipun acara sosialisasi telah berakhir.



Gambar 4. Penyerahan spanduk kepada pihak gampong tanjung seulamat

KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dilaksanakan di Gampong Tanjung Selamat berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, lingkungan, serta menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Melalui pendekatan partisipatif dan edukatif, masyarakat dapat memahami delapan indikator PHBS, yaitu penggunaan toilet yang bersih, mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun, pemberantasan jentik nyamuk, konsumsi makanan sehat, larangan merokok, pemantauan pertumbuhan anak, membuang sampah pada tempatnya, dan berolahraga secara teratur.

Pelaksanaan sosialisasi yang disertai dengan pemasangan media edukasi berupa spanduk mendapat respons positif dari masyarakat dan mendorong partisipasi aktif selama kegiatan berlangsung. Kehadiran spanduk edukatif diharapkan dapat menjadi sarana pengingat yang berkelanjutan bagi masyarakat untuk terus menerapkan PHBS. Dengan meningkatnya pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya PHBS, diharapkan tercipta lingkungan yang lebih bersih, sehat, dan nyaman serta mampu mencegah berbagai penyakit sehingga kualitas hidup masyarakat Gampong Tanjung Selamat dapat meningkat secara berkelanjutan.

Pemerintah Gampong Tanjung Selamat bersama kader kesehatan disarankan melanjutkan edukasi PHBS melalui kegiatan rutin yang melibatkan warga dari berbagai kelompok usia. Spanduk yang telah dipasang dapat digunakan sebagai pengingat, sementara kegiatan berikutnya dapat disertai praktik langsung, seperti mencuci tangan dengan benar, memilah sampah, dan memeriksa tempat yang berpotensi menjadi sarang jentik nyamuk.Untuk mengetahui manfaat kegiatan secara lebih jelas, pelaksanaan berikutnya sebaiknya dilengkapi dengan penilaian pengetahuan sebelum dan sesudah sosialisasi serta pemantauan sederhana terhadap penerapan PHBS di lingkungan warga. Hasilnya dapat menjadi dasar untuk menentukan materi dan bentuk pendampingan yang paling dibutuhkan masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Program Bina Desa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Syiah Kuala yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Terima kasih juga kepada seluruh pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan, termasuk dosen pembimbing dan tim pelaksana yang telah memberikan arahan

serta dukungan selama kegiatan berlangsung. Terima kasih juga kepada pimpinan dan seluruh masyarakat Gampong Tanjong Seulamat yang telah bersedia bekerja sama dan berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini**.**

Referensi

Annisa, A., Wandani, R. A., Az Zahra, A., Giovano Alfi, D. N., Nuryantika, F., Pellycia, C., Syamsiyah, S. A., Yoga Pratama, A., & Amarulhaq, M. A. (2024). Empowering community waste management and sustainable practices in Paledang Village through the 4P, vertical garden, and PHBS programs. *SPEKTA (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Teknologi dan Aplikasi), 5*(2), 123–143. https://doi.org/10.12928/spekta.v5i2.9532

Asri, Y. N., Rochmah, N. N., Supyan, I. B., & Sumartono, S. (2023). Edukasi penerapan pola hidup sehat melalui penyuluhan PHBS di Desa Cimerang. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4*(6), 13247–13250. https://doi.org/10.31004/cdj.v4i6.23174

Hammertha, L. F. N. P. (2026). Program desa sehat: Edukasi dan implementasi PHBS untuk peningkatan literasi kesehatan masyarakat Desa Ngrowo. *Jurnal IPMAS, 6*(1), 76–89. https://doi.org/10.54065/ipmas.6.1.2026.1122

Nurhajati, N. (2015). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat Desa Samir dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. *Publiciana, 8*(1), 107–126. https://doi.org/10.36563/publiciana.v8i1.43

Rofiki, I., & Famuji, S. R. R. (2020). Kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan untuk membiasakan PHBS bagi warga Desa Kemantren. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 4*(4), 628–634. https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i4.3992

Silvyharahap, A., Dewi, S. S. S., & Suryaningsih, M. (2024). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat Desa Kampung Lalang dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa, 6*(3), 50–60. https://doi.org/10.51933/jpma.v6i3.1503

Siregar, M., Harahap, S. P. R., Nasution, A. P., Ritonga, L. A., & Harahap, L. J. (2024). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) kepada anak di Desa Sorik, Sumatera Utara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais, 3*(1), 26–33. https://ejournal.stikesdarmais.ac.id/index.php/jpmd/article/view/292

Tolibin, R. T. (2024). Peningkatan kualitas hidup pra lansia dan lansia dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di Desa Wonorejo, Sragen. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika, 4*(2), 94–99. https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v4i2.5801

Vivia, S., Arini, M., Ramadhina, W., Maulana, R., & Reviandani, O. (2023). Praktik pendidikan kesehatan melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lingkungan sekolah. *GERVASI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, 7*(3), 1055–1065. https://doi.org/10.31571/gervasi.v7i3.6180

Wardhani, U. C., Olivia, A., Putri, N. A., Wiratna, I., Anugrah, S., & Junaidi, F. (2025). Implementasi delapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan penyakit sejak dini di sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia, 4*(8), 29–33. https://doi.org/10.70570/jpkmmc.v4i8.1846