



## *Implementation of the PHBS movement indicators in a health and Islamic perspective in Medangan Hamlet, Magelang*

Eka Sakti Wahyuningtyas✉, Nafis Avi Lavirda, Muhammad Dzaky Fakhruddin, Erinda Tri Iswati, Indah Saputri Dewi, Zuba Nur Arifah  
Universitas Muhammadiyah Magelang, Magelang, Indonesia

✉ [ekasakti@ummgl.ac.id](mailto:ekasakti@ummgl.ac.id)

 <https://doi.org/10.31603/ce.8682>

### **Abstract**

*Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is health behavior that is carried out out of awareness so that individuals or family members can help themselves and can play an active role in health activities in the community. According to Islam, health is defined as a good condition for all members of the body and afiat is defined as the protection of Allah SWT for His servants. The low level of knowledge of the people of Medangan Hamlet, Tersan Gede Village, regarding indicators of Clean and Healthy Behavior (PHBS) can raise the risk of disease spread and morbidity. The purpose of this community service is to implement the PHBS movement in a health and Islamic perspective. The methods in this program are community development, educative, and participatory. The results of this program indicate an increase in knowledge, changes in lifestyle behavior to become healthier as evidenced by the community's habit of washing their hands properly, getting used to not defecating in any place and sorting waste.*

**Keywords:** *Clean and healthy living behavior; Education; Waste sorting; Washing hands*

## **Implementasi indikator gerakan PHBS dalam perspektif kesehatan dan keislaman di Dusun Medangan, Magelang**

### **Abstrak**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri dan dapat berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat. Perspektif menurut Islam, sehat diartikan sebagai keadaan baik bagi segenap anggota badan dan afiat diartikan sebagai perlindungan Allah SWT untuk hamba-Nya. Masih rendahnya pengetahuan masyarakat Dusun Medangan Desa Tersan Gede tentang indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat memunculkan risiko penyebaran penyakit serta angka kesakitan (morbiditas). Tujuan pengabdian pada masyarakat ini adalah untuk melakukan implementasi gerakan PHBS dalam perspektif kesehatan dan keislaman. Metode dalam program ini adalah *community development*, edukatif, serta partisipatif. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku pola hidup menjadi lebih sehat yang dibuktikan dengan kebiasaan masyarakat dalam mencuci tangan dengan baik dan benar, membiasakan masyarakat untuk tidak buang air di sembarang tempat dan memilah sampah organik dan anorganik..

**Kata Kunci:** Perilaku hidup bersih dan sehat; Edukasi; Pemilahan sampah; Mencuci tangan

# 1. Pendahuluan

---

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sebuah perilaku yang mencerminkan derajat kesehatan individu, keluarga, maupun komunitas (Wahyuningtyas et al., 2022). PHBS juga dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat (Wahyuningtyas & Handayani, 2019). Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari tatanan rumah tangga hingga masyarakat, karena rumah tangga yang sehat merupakan modal pembangunan di masa depan. Oleh karenanya, sangat dibutuhkan langkah-langkah dalam menjaga, meningkatkan serta melindungi kesehatannya. Beberapa anggota rumah tangga tentunya mempunyai masa rawan terkena penyakit menular dan penyakit tidak menular, oleh karena itu untuk mencegah penyakit tersebut, perlu diberdayakan untuk melaksanakan PHBS (Wahyuningtyas et al., 2021).

Lain daripada itu, program PHBS adalah salah satu upaya promosi kesehatan yang bertujuan agar setiap orang dapat tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat dengan menciptakan suatu kondisi yang kondusif bagi perorangan, keluarga, kelompok, dan masyarakat (Nurjayanti et al., 2022). Tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku agar dapat menerapkan cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan (Wahyuningtyas et al., 2022).

UU No 36 tahun 2009 tentang Kesehatan menjelaskan setiap orang berkewajiban menghormati hak orang lain dalam upaya memperoleh lingkungan yang sehat, baik fisik, biologi, maupun sosial. Setiap orang berkewajiban berperilaku hidup sehat untuk mewujudkan, mempertahankan dan memajukan kesehatan yang setinggi-tingginya (Lismayanti, 2020). Perspektif menurut Islam, sehat diartikan sebagai keadaan baik bagi segenap anggota badan dan aflat di artikan sebagai perlindungan Allah SWT untuk hamba-Nya dari segala macam bencana dan tipu daya (Wijayanti, 2022). Begitu pentingnya pencegahan, Al Qur'an menggandengkan kebersihan dengan taubat: "...Sungguh, Allah menyukai orang yang tobat dan menyukai orang yang menyucikan diri (Q.S Al Baqarah 222). Sebagai hal yang penting bagi kehidupan manusia, kesehatan harus dijaga, ditingkatkan dan dilestarikan melalui upaya dan usaha pencegahan (preventif). "Not to break is better than to mend" Mencegah lebih baik daripada mengobati (Khairani, 2020).

Pengabdian Pada Masyarakat Terpadu (PPMT) dilakukan di Dusun Medangan Desa Tersan Gede Salam Magelang. Kawasan Desa Tersan Gede Salam Magelang memiliki sumber daya alam yang masih asri. Namun desa ini belum bisa maksimal untuk memanfaatkan sumber mata air dalam kehidupan sehari-hari, misalnya untuk mandi, memasak, dan mencuci. Beberapa masyarakat belum memiliki jamban sehat sehingga mereka memanfaatkan aliran sungai untuk pembuangan tinja yang menyebabkan aliran sungai tercemar. Hal tersebut jika dilakukan terus menerus berpotensi munculnya penyakit pada masyarakat seperti diare dan penyakit kulit. Berdasarkan hasil survei lapangan dan wawancara terdapat berbagai macam permasalahan.

Masyarakat banyak yang tidak menggunakan jamban sehat, masyarakat membuang tinja langsung menuju ke sungai. Tidak hanya itu, masyarakat juga membuang sampah ke sungai sehingga berdampak pada kesehatan lingkungan yang akan mempengaruhi derajat kesehatan. Dari sumber mata air yang melimpah menyebabkan bak penampung air selalu penuh sehingga masyarakat jarang bahkan tidak menguras bak penampung air. Dari hal tersebut menimbulkan jentik-jentik nyamuk penyebab Demam Berdarah.

Masyarakat belum mengetahui pentingnya melakukan tindakan 3M (Menguras, Menutup, dan Mengubur). Sehingga beberapa indikator Penerapan Hidup Bersih Sehat belum dijalankan dengan baik. Berdasarkan perilaku masyarakat tersebut menimbulkan berbagai permasalahan yang menimbulkan dampak pada berbagai Kesehatan. Oleh karena itu, program Pengabdian Pada Masyarakat Terpadu (PPMT) bertujuan untuk mengimplementasikan gerakan perilaku hidup bersih dan sehat dalam perspektif kesehatan dan keislaman.

## 2. Metode

Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat Terpadu (PPMT) ini dilakukan di Dusun Medangan Tersan Gede Salam Magelang Jawa Tengah, Indonesia pada bulan Desember 2022 - Januari 2023 dalam beberapa tahap. Tahap pertama adalah survei dan diskusi dengan Kepala Desa Tersan Gede, Kepala Dusun Medangan dan bidan desa. Tahap kedua melakukan sosialisasi terkait 10 indikator PHBS, sosialisasi 3M (menguras, menutup dan mengubur), sosialisasi mengenai salah satu penyakit menular (*Leptospirosis*), pemilahan sampah, Posyandu balita lansia, Posbindu (Pos Binaan Terpadu Penyakit Tidak Menular), dan workshop PHBS. Metode dalam PPMT ini adalah *community development*, edukatif, serta partisipatif.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### 3.1. Pemeriksaan kesehatan

Kegiatan PPMT di Dusun Medangan dimulai dengan pemeriksaan kesehatan. Pemeriksaan kesehatan bertujuan untuk mengetahui kesehatan masyarakat sedini mungkin yang dilakukan dengan wawancara dan pemeriksaan fisik (Rejeki & Fijianto, 2021). Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 9 Desember 2022 yang diikuti sebanyak 15 orang dengan melakukan pengkajian dan pemeriksaan fisik sederhana melalui pemeriksaan tekanan darah (Gambar 1). Selama proses pemeriksaan kesehatan ini, masyarakat mengikuti dengan antusias dan tertib.



Gambar 1. Pemeriksaan kesehatan

Tabel 1 menunjukkan hasil pemeriksaan tekanan darah yang dapat diinterpretasikan bahwa masyarakat masih mengalami masalah dalam kesehatan seperti: tekanan darah tinggi dan tekanan darah rendah. Berdasarkan frekuensi tersebut didapatkan salah satu masalah kesehatan terbesar adalah tekanan darah yang tidak normal. Tekanan darah

yang tidak normal pada masyarakat di dusun Medangan disebabkan oleh kurangnya pola hidup bersih dan sehat dari masyarakat, seperti terlalu banyak konsumsi garam dan meminum kopi, obesitas, keturunan, jarang olahraga, dan stres (Nonasri, 2021). Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan menjadi landasan untuk melakukan kegiatan PPMT selanjutnya yaitu edukasi perilaku hidup bersih dan sehat.

Tabel 1. Hasil pemeriksaan tekanan darah

Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	9	60%
Tekanan darah tinggi	2	13,3%
Tekanan darah rendah	4	26,7%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

### 3.2. Edukasi 10 indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Kegiatan edukasi PHBS dilakukan pada tanggal 18 Desember 2022 yang diikuti oleh PKK Dusun Medangan berjumlah 17 orang (Gambar 2). Materi yang diberikan saat edukasi adalah sosialisasi mengenai 10 indikator PHBS dan 6 langkah cuci tangan. Pada awal kegiatan dilaksanakan *pre-test* secara lisan untuk mengetahui pengetahuan yang dimiliki masyarakat terkait 10 indikator PHBS. Materi edukasi 10 indikator PHBS menggunakan media power point. Selain edukasi diberi selingan untuk menjawab pertanyaan serta mendemonstrasikan 6 langkah cuci tangan. Kegiatan diakhiri dengan *post-test* untuk mengevaluasi pemahaman masyarakat terkait materi 10 indikator PHBS yang telah disampaikan. Masyarakat sangat antusias dan tertib dalam mengikuti kegiatan edukasi. Berdasarkan Tabel 2, sebelum adanya edukasi 10 indikator PHBS dan 6 langkah cuci tangan masih banyak masyarakat yang kurang pengetahuan (7 orang) dan setelah edukasi tidak ada masyarakat yang berpengetahuan kurang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman pengetahuan setelah diberikan edukasi, khususnya terkait 10 indikator PHBS dan 6 langkah cuci tangan.



Gambar 2. Edukasi 10 indikator PHBS

Tabel 2. Hasil evaluasi pengetahuan 10 indikator PHBS dan 6 langkah cuci tangan

Pengetahuan indikator PHBS	Sebelum		Setelah	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Kurang	7	41,2%	0	0%
Cukup	5	29,4%	5	29,4%
Baik	5	29,4%	12	70,6%
<b>Total</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

### 3.3. Edukasi 3M (Menguras, Menutup, Mengubur) dan pilah sampah organik dan anorganik

Kegiatan edukasi 3M dilakukan pada tanggal 9 Desember 2022 yang diikuti oleh 19 ibu-ibu PKK Dusun Medangan ([Gambar 3](#)). Kegiatan diawali edukasi pentingnya kegiatan 3M (Menguras, Menutup, Mengubur) dan dilanjutkan pilah sampah organik dan anorganik. Berdasarkan [Tabel 3](#), masyarakat telah meningkat pengetahuannya tentang 3M dan pilah sampah organik dan anorganik. Bahkan mereka siap untuk mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

**Tabel 3. Hasil evaluasi pengetahuan 3M dan pilah sampah organik dan anorganik**

Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Kurang	6	31,6%	0	0%
Cukup	6	31,6%	3	15,8%
Baik	7	36,8%	16	84,2%
<b>Total</b>	<b>19</b>	<b>100 %</b>	<b>19</b>	<b>100 %</b>



**Gambar 3. Edukasi 3M dan pilah sampah organik dan anorganik**

### 3.4. Workshop PHBS

Kegiatan workshop dilakukan pada tanggal 7 Januari 2023 yang diikuti oleh anak-anak TPQ Dusun Medangan yang berjumlah 18 anak terdiri dari 7 anak perempuan dan 11 anak laki-laki. Kegiatan yang dilakukan dalam workshop ini yaitu menggambar, mewarnai, ular tangga, dan mencuci tangan yang bertemakan PHBS. Peserta workshop ini mengikuti kegiatan dengan sangat senang dan antusias. Pada akhir kegiatan dilakukan penilaian dan diberikan doorprize kepada pemenang di setiap perlombaan. Tujuan dilakukannya workshop ini adalah untuk mengenalkan pola hidup bersih dan sehat sejak dini kepada anak-anak. Masa anak merupakan masa tumbuh kembang. Dalam kesehatan masyarakat, anak-anak adalah kelompok yang rentan terhadap penyakit. Sehingga perlu upaya dalam mengembangkan perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak-anak, sebagai bentuk perlindungan diri dan komunitasnya. Upaya pencegahan penyakit dan penguatan kesehatan masyarakat dibangun melalui kebiasaan dan kesadaran hidup sehat pada anak-anak ([Burhan et al., 2022](#)).

## 4. Kesimpulan

Kegiatan PPMT (Pengabdian Pada Masyarakat Terpadu) dengan topik PHBS dilakukan di Dusun Medangan Desa Tersan Gede Salam, Magelang Jawa Tengah menunjukkan

hasil berupa peningkatan pengetahuan. Pada konteks ini, masyarakat menjadi lebih paham dengan pola hidup bersih dan sehat, seperti pengetahuan dalam mencegah penyebaran penyakit dan langkah-langkah dalam penolongan pertama apabila terkena penyakit. Selain itu, Nampak adanya perubahan perilaku dengan kebiasaan masyarakat dalam mencuci tangan dengan baik dan benar, membiasakan masyarakat untuk tidak buang air di sembarang tempat, dan membiasakan masyarakat untuk memilah sampah organik dan anorganik. Kemudian, masyarakat juga menjadi lebih aktif dalam program-program kesehatan di desa yang ditunjukkan dengan adanya kader yang membantu dalam pelaksanaan Posyandu dan Posbindu.

## Ucapan Terima Kasih

---

Tim Pelaksana Pengabdian Pada Masyarakat Terpadu (PPMT) mengucapkan terima kasih kepada LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat) Universitas Muhammadiyah Magelang. Serta Perangkat Desa Tersan Gede, Kepala Desa Tersan Gede, Kepala Dusun Medangan, bidan Desa Tersan Gede dan ibu-ibu PKK Dusun Medangan sehingga kami dapat melakukan kegiatan Pengabdian ini.

## Daftar Pustaka

---

- Burhan, Z., Rahman, H., B, N. H., Amir, H., & Agus, A. I. (2022). Peningkatan Literasi Kesehatan Pada Anak Lewat Dongeng PHBS. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 60–65.
- Khairani, M. D. (2020). Prilaku Hidup Bersih dan Sehat: Perspektif Al-Qur'an dan Sunnah Rasul. *Journal of Darussalam Islamic Studies*, 1(1), 31–44. <https://doi.org/10.47747/jdis.v1i1.89>
- Lismayanti, L. (2020). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam perspektif al-Islam dengan pendekatan fit for school. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 78–83.
- Nonasri, F. G. (2021). Karakteristik dan Perilaku Mencari Pengobatan Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Medika Hutama*, 2(2), 25–34.
- Nurjayanti, N. T., Maywati, S., & Gustaman, A. R. (2022). Hubungan Kondisi Fisik Rumah Terhadap Kejadian Pneumonia Pada Balita di Kawasan Padat Penduduk Kota Tasikmalaya. *Jurnal kesehatan komunitas Indonesia*, 18(1), 395–405.
- Rejeki, H., & Fijianto, D. (2021). Pemeriksaan Kesehatan Pada Santriwati Pondok Pesantren di Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Batikmu*, 1(1), 10–14.
- Wahyuningtyas, E. S., & Handayani, E. (2019). Pendampingan Program Phbs Bagi Anggota Palang Merah Remaja (Pmr) Madya Di Wilayah Binaan Pmi Kota Magelang. *Jurdimas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) Royal*, 2(2), 161–168. <https://doi.org/10.33330/jurdimas.v2i2.337>
- Wahyuningtyas, E. S., Nirmana, K., Husni, L., Ramadhanti, W., Jannah, R. R., & Fatimah, I. N. (2021). Penguatan pengaruh edukasi PHBS dan Germasur terhadap peningkatan imunitas di era pandemi Covid-19 pada anak panti asuhan Omah Berkah, Grabag, Kabupaten Magelang. *Community Empowerment*, 6(8), 1527–1533.

- Wahyuningtyas, E. S., Yuliati, E., Wahyuni, N., Rubiyati, E., & Yuliyah. (2022). Implementasi Gerakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta Protokol Kesehatan Pada Santri di Masa New Normal. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(4), 336-342. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v2i4.129>
- Wijayanti, P. (2022). Pembiasaan Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini Dalam Perspektif Islam Di Era Pandemi Covid-19. *Prosiding Lokakarya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo*, 12-26.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License

---