

# **APLIKATIF HEALTH BELIEF MODEL MELALU PROMOSI KESEHATAN PENTINGNYA HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA KELUARGA DENGAN RESIKO TINGGI**

**Dewi Rury Arindari<sup>1</sup>, Dessy Suswitha<sup>2</sup>, Shinta Maharani<sup>3</sup>**

<sup>1,3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, <sup>2</sup>Program Studi DIII Keperawatan STIK Siti Khadijah Palembang, Indonesia

<sup>1</sup>Email : dewirury2018@gmail.com

## **Abstrak**

Keluarga merupakan modal utama di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Setiap anggota keluarga memiliki masa rawan untuk menderita suatu penyakit terutama pada keluarga dengan resiko tinggi yaitu keluarga yang memiliki faktor yang dapat mengancam kesehatan karena keadaan fisik, mental, maupun sosial ekonomi sehingga perlu mendapatkan bimbingan dan asuhan keperawatan serta pelayanan kesehatan akibat ketidaktahuan dan ketidakmampuan memelihara kesehatan dan perawatan. Angka kesakitan dan kematian penyakit infeksi dan non infeksi pada keluarga resiko tinggi dapat dicegah dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Upaya promosi tentang PHBS telah dijalankan oleh pemerintah, namun hasilnya belum cukup optimal. Perubahan perilaku individu terjadi seiring dengan perubahan faktor interpersonal berupa persepsi tentang *Health Belief Model* (HBM) meliputi kerentanan, keparahan, manfaat dan hambatan. Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk aplikasi dari hasil penelitian yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat melalui pendekatan teori HBM pada keluarga dengan resiko tinggi. Bentuk kegiatan yang dilakukan adalah pemberdayaan masyarakat melalui promosi kesehatan dengan media *leaflet*, *flipchart* dan *banner*. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan, pemahaman dan perubahan persepsi dari masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat khususnya keluarga dengan resiko tinggi dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara mandiri pada setiap sektor dalam lingkungan masing-masing keluarga.

**Kata kunci:** PHBS, HBM, Keluarga

## **Abstract**

*The family is the main capital in the future that needs to be maintained, improved and protected health. Every family member has a vulnerable period to suffer from a disease, especially in high-risk families, namely families who have factors that can threaten health due to physical, mental, and socio-economic conditions so that they need to get guidance, nursing care and health services due to ignorance and inability to maintain health and care. The morbidity and mortality rate of infectious and non-infectious diseases in high-risk families can be prevented by Clean and Healthy Living Behaviour (PHBS). Promotional efforts on PHBS have been carried out by the government, but the results have not been optimal enough. Changes in individual behaviour occur along with changes in interpersonal factors in the form of perceptions about the Health Belief Model (HBM) including vulnerability, severity, benefits and barriers. This activity is one form of*

*application of the results of research aimed at increasing community knowledge and understanding of the importance of clean and healthy living behaviour through the HBM theory approach in high-risk families. The form of activities carried out is community empowerment through health promotion with leaflet, flipchart and banner media. The results of the activity showed an increase, understanding and changes in the perception of the community about clean and healthy living behaviour. Through this activity, it is hoped that the community, especially families with high risk, can implement clean and healthy living behaviour independently in every sector in the environment of each family.*

**Key words:** PHBS, HBM, Family

## **PENDAHULUAN**

Keluarga adalah bekal di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Beberapa anggota keluarga mempunyai masa rawan dan rentan terhadap gangguan berbagai penyakit yang mungkin muncul terutama pada keluarga dengan resiko tinggi. Keluarga resiko tinggi adalah keluarga dengan faktor resiko yang dapat mengancam kesehatan keluarga karena keadaan fisik, mental, maupun sosial ekonominya sehingga perlu mendapatkan bimbingan dan asuhan keperawatan serta pelayanan kesehatan karena tidak tahu, tidak mampu dan tidak memelihara kesehatan dan perawatan. Angka kesakitan dan kematian penyakit infeksi dan non infeksi pada keluarga resiko tinggi dapat dicegah dengan PHBS (Patras and Gansalangi, 2012).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan seluruh perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran sehingga anggota keluarga dapat mengenal dan mengatasi masalah sendiri dalam tatanan rumah tangga, menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan (Susantiningsih *et al.*, 2019). Penerapan PHBS dalam tatanan keluarga sangat dianjurkan karena dipercaya dapat menumbuhkan dan menularkan kebiasaan yang positif kepada keluarga untuk selalu menjaga imunitas tubuh agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari penyakit (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Penerapan PHBS ini meliputi menjaga kebersihan lingkungan, olahraga teratur dan mengkonsumsi makanan bergizi (Natsir, 2019).

Program PHBS adalah bentuk pemberdayaan masyarakat bersifat preventif dan dengan cara yang sangat mudah dan murah, namun hasilnya sangat luar biasa serta akan berdampak kepada kuantitas dan kualitas Indeks Keluarga Sehat (IKS) dan Indeks Individu Sehat (IIS) karena PHBS berisikan rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan dengan tahapan tahu, mau dan mampu dalam menjalani perilaku guna meningkatkan kualitas perilaku hidup bersih sehat sehari – hari (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Program pembinaan PHBS yang dicanangkan pemerintah sudah berjalan 15 tahun, tetapi keberhasilannya belum optimal. Berdasarkan data riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa pencapaian PHBS rumah tangga sebesar 32,3%, sedangkan pada riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa 68,74%. Jika dilihat dari data tersebut menunjukkan bahwa capaian PHBS tatanan rumah tangga mengalami peningkatan, namun belum sesuai dengan target yang telah ditetapkan (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, 2013, dan 2018 memperlihatkan proporsi rumah tangga yang melakukan PHBS selama sepuluh

tahun terakhir mengalami peningkatan sekitar 28%. Gambaran secara rinci proporsi PHBS lima tahunnya itu 11,2% (2007) menjadi 23,6% (2013) dan kemudian 39,1% (2018). Terdapat sebanyak 12 provinsi memiliki proporsi di atas angka nasional pada tahun 2013, sedangkan 21 provinsi lainnya masih berada di bawah angka nasional. Dengan proporsi terendah di Papua (20%), diikuti Kalimantan Barat (20,6%), dan Sumatera Selatan (25,1%) (Kementerian Kesehatan RI, 2021a).

PHBS mencerminkan individu yang mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam kesehatan di masyarakat. Menurut teori H. L. Bloom diketahui bahwa status kesehatan individu erat kaitannya dengan perilaku. Semakin baik perilaku yang berhubungan dengan kesehatan maka status kesehatannya akan semakin baik (Natsir, 2019).

Upaya memelihara dan meningkatkan kesehatan individu harus menjadi kesadaran setiap individu. Masyarakat juga diharapkan bisa mengenali penyebab dan gejala penyakit, sehingga dapat mencegah dan mengatasi permasalahan kesehatannya sendiri. Salah satu manfaat diterapkan perilaku hidup bersih dan sehat pada tatanan rumah tangga, yaitu anggota rumah tangga tidak mudah sakit, produktivitas meningkat, serta anak tumbuh sehat dan cerdas. Manfaat yang paling terukur, jika melakukan pencegahan penyakit adalah biaya yang dikeluarkan akan jauh lebih sedikit dibandingkan mengobati penyakit (Kementerian Kesehatan RI, 2021b).

Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku sehat adalah keyakinan atau persepsi individu terhadap perilaku itu sendiri. Pendekatan *Health Belief Model* menyatakan bahwa individu akan melaksanakan pencegahan dan pengendalian apabila individu tersebut memiliki persepsi yang tinggi tentang kerentanan penyakit, tingkat keparahan yang timbul sebagai dampak, manfaat yang dirasakan dan hambatan yang mungkin timbul pada saat penerapan perilaku hidup sehat tersebut (Glanz et al, 2008). *Health Belief Model* (HBM) dapat digunakan untuk mendukung perubahan perilaku kesehatan. Teori ini menjelaskan bahwa individu percaya terhadap sesuatu maka individu tersebut akan berusaha melakukan Tindakan tertentu. Ketika setiap individu mempunyai keyakinan pentingnya menjaga lingkungan maka perilaku hidup bersih & sehat juga baik. Dampak akhirnya terjaga kesehatannya. Menjaga kesehatan lingkungan merupakan tanggung jawab kita semua termasuk setiap individu manusia (Glanz et al, 2008).

Hasil penelitian sebelumnya oleh penulis sendiri (Arindari, 2022) menunjukkan bahwa semua faktor yang menjadi komponen model HBM memiliki hubungan yang signifikan secara statistik dengan perilaku kepatuhan masyarakat terhadap protokol kesehatan pencegahan penyakit menular dalam hal ini COVID-19. Semakin tinggi persepsi kerentanan, keparahan, manfaat, isyarat untuk bertindak, maka semakin tinggi perilaku patuh terhadap tindakan pencegahan penyakit, sebaliknya semakin rendah persepsi hambatan yang dirasakan masyarakat maka semakin tinggi perilaku untuk patuh terhadap pencegahan penyakit. Sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh (Kurniawan, 2022) tentang pencegahan penularan Demam Berdarah Dengue (DBD) melalui promosi kesehatan berbasis HBM dengan menerapkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) pada masyarakat selama 6 bulan menunjukkan hasil yang signifikan dimana terjadi peningkatan pengetahuan dan kedisiplinan masyarakat sebagai peserta kegiatan pengabdian.

Hasil studi pendahuluan di RT 09 Kelurahan Sukajaya Palembang menunjukkan bahwa perilaku masyarakat dalam menjalankan 10 indikator PHBS masih belum maksimal. Hasil wawancara dengan 10 keluarga dalam wilayah kerja tersebut diperoleh bahwa persepsi atau keyakinan PHBS belum optimal karena masih kurangnya pengetahuan. Salah satu yang dapat dilakukan dalam meningkatkan pengetahuan adalah dengan promosi kesehatan yang bertujuan memberikan informasi pada tingkatan lebih lanjut sehingga dapat memicu kesadaran masyarakat mengenai program sesuai dengan kegiatan yang dicanangkan oleh pemerintah. Beberapa hasil penelitian sebelumnya telah menunjukkan efektivitas promosi kesehatan dalam meningkatkan perilaku hidup sehat.

Berdasarkan latar belakang dan hasil penelitian sebelumnya, maka penulis merasa perlu melakukan sosialisasi dan promosi kesehatan untuk meningkatkan PHBS masyarakat melalui pendekatan *Health Belief Model*.

## MASALAH

Keberhasilan program pembinaan PHBS yang telah dicanangkan belum optimal. Berdasarkan data riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa pencapaian PHBS rumah tangga sebesar 32,3%, sedangkan pada riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa 68,74%. Jika dilihat dari data tersebut menunjukkan bahwa capaian PHBS tatanan rumah tangga mengalami peningkatan, namun belum sesuai dengan target yang telah ditetapkan sebelumnya.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa minimnya indikator PHBS yang dilakukan keluarga terjadi akibat persepsi tentang HBM yang masih sangat rendah meliputi persepsi tentang kerentanan terhadap penyakit, keparahan yang timbul sebagai dampak, manfaat yang dirasakan dan hambatan yang timbul pada saat penerapan PHBS. Semakin tinggi persepsi kerentanan, keparahan dan manfaat yang dirasakan keluarga dalam menerapkan PHBS, maka semakin tinggi pencapaian indikator PHBS, sebaliknya semakin tinggi persepsi tentang hambatan yang dirasakan keluarga maka akan semakin rendah pencapaian indikator PHBS.

Hasil studi pendahuluan menunjukkan perilaku masyarakat dalam menjalankan 10 indikator PHBS masih belum maksimal. Hasil wawancara dengan 10 keluarga dalam wilayah kerja tersebut diketahui bahwa persepsi atau keyakinan tentang perilaku hidup bersih dan sehat belum optimal karena masih kurangnya pengetahuan.

Berdasarkan uraian diatas maka penting bagi dosen untuk mensosialisasikan hasil penelitian yang telah dilakukan melalui kegiatan pengabdian dosen. Peningkatan pengetahuan melalui promosi kesehatan diharapkan dapat mempengaruhi persepsi keluarga tentang pentingnya PHBS dengan menggunakan teori HBM sebagai *conceptual framework*.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini berbentuk penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah dan diskusi dengan menggunakan media *leaflet*, *flipchart* dan *banner*. Kegiatan ini telah dilaksanakan di RT 09 Kelurahan Sukajaya Palembang pada bulan September 2023 yang diikuti oleh 20 orang responden. Adapun pihak yang terlibat dalam kegiatan ini meliputi tim dosen dan mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIK Siti Khadijah, kader dan ketua RT setempat. Evaluasi kegiatan

melalui kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan hasil *windshield survey* yang telah dilakukan sebelumnya dimana diketahui bahwa sebagian masyarakat belum mengetahui, memahami dan memiliki persepsi atau keyakinan yang benar tentang pentingnya PHBS. Masyarakat belum banyak yang menyadari tentang kemungkinan dan keparahan dari perilaku hidup yang tidak bersih dan sehat, belum memahami tentang manfaat dan hambatan yang ada yang dapat meningkatkan atau menurunkan motivasi dalam menerapkan PHBS. Hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa persepsi yang tinggi dalam *Health Belief Model* akan mempengaruhi individu dalam mengubah dan mengaplikasikan perilaku sehat secara menetap, termasuk PHBS. Selanjutnya hasil ini disosialisasikan kepada masyarakat dalam bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat dosen sebagai wujud dari pelaksanaan salah satu tri dharma perguruan tinggi.



Gambar 1. Survey lokasi kegiatan pengabdian dan analisis situasi

Selama hasil kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung menunjukkan bahwa pada awal proses evaluasi yang dilakukan dengan cara tanya jawab secara langsung 20 orang peserta, diketahui hanya 5 peserta yang mampu menyebutkan indikator PHBS dengan benar karena fokus pengetahuan dan persepsi tentang PHBS hanya terbatas pada ruang lingkup lingkungan saja. Setelah proses evaluasi diawal pertemuan, kegiatan selanjutnya adalah memberikan penyuluhan dengan metode ceramah dan melakukan stimulasi atau demonstrasi beberapa PHBS. Kemudian kegiatan dilanjutkan sesi tanya jawab. Berbagai pertanyaan diajukan secara antusias oleh peserta penyuluhan dalam sesi tanya jawab.



Gambar 2. Evaluasi awal, penyampaian materi menggunakan media *flip chart* dan *leaflet*

Kegiatan selanjutnya adalah melakukan evaluasi hasil kegiatan. Berdasarkan penilaian hasil diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta penyuluhan. Hasil menunjukkan bahwa 15 dari 20 peserta mampu menjelaskan dengan benar indikator dan keberhasilan dari program PHBS, sedangkan sisanya cukup mampu menjelaskan indikator PHBS dan aplikasinya dengan benar (hanya 6 dari 10 indikator PHBS).



Gambar 3. Evaluasi hasil kegiatan promosi kesehatan

Evaluasi hasil kegiatan promosi ini merupakan evaluasi akhir sebagai bahan pertimbangan dan perbaikan kegiatan pengabdian selanjutnya.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di RT 09 Kelurahan Sukajaya dapat disimpulkan bahwa pengetahuan masyarakat khususnya keluarga melalui kegiatan promosi kesehatan mengalami peningkatan, pemahaman dan perubahan persepsi tentang pentingnya PHBS yang ditandai dengan antusiasisme untuk mengaplikasikan informasi hasil kegiatan ini pada lingkungan keluarga masing-masing.

Kegiatan pengabdian berupa promosi kesehatan menggunakan media dan

metode lain dengan pendekatan *framework community as a partner* yang melibatkan kader dan keluarga secara keseluruhan untuk menumbuhkan keyakinan, kepercayaan diri dan *self efficacy* tinggi secara berkelanjutan dan berfokus pada monitoring PHBS diharapkan dapat dilakukan pada kegiatan pengabdian selanjutnya sehingga dapat menekan angka kejadian dan kematian akibat dari perilaku hidup yang tidak sehat baik *communicable disease* maupun *non-communicable disease*.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah terlibat dalam kegiatan pengabdian ini yaitu Ketua STIK dan Kepala Pusat Pengabdian Masyarakat STIK Siti Khadijah serta Ketua RT dan masyarakat RT 09 Kelurahan Sukajaya Palembang, kader yang sangat antusias dan berpartisipasi aktif serta memfasilitasi mulai dari tahap perencanaan hingga kegiatan ini selesai.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arindari, D.R. dan S. (2022) *Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan terhadap Protokol Kesehatan Pencegahan COVID-19 dengan Pendekatan Health Belief Model Framework*. Palembang.
- Glanz et al (2008) *Health Behavior and Health Education Theory, Research, and Practice*. Wiley.
- Kementerian Kesehatan RI (2016) *PHBS*. Available at: <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>. Kementerian Kesehatan RI (2021) *Gerakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Data Riset Kesehatan Dasar*. Available at: <https://promkes.kemkes.go.id/gerakan-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-dalam-data-riset-kesehatan-dasar>.
- Kementerian Kesehatan RI (2021b) *Indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam PIS - PK*. Available at: <https://promkes.kemkes.go.id/indikator-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-dalam-pis---pk>.
- Kurniawan, Y. dkk (2022) 'Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Berbasis Konsep Health Belief Model Sebagai Upaya Pencegahan Demam Berdarah Dengue ( Dbd ) Pada Masyarakat Rt . 40', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendekia*, 1, pp. 10–21.
- Natsir (2019) 'Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo', *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 1.
- Patras, M.D. and Gansalangi, F. (2012) 'Peran Keluarga dalam Melaksanakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Kecamatan Tahuna', pp. 5–9.
- Susantiningasih, T. et al. (2019) 'Pkm Pelatihan Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Masyarakat Rt 007/Rw 007 Desa Pangkalan Jati, Kecamatan Cinere Kota Depok', *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 1(2), pp. 75–84. Available at: <https://doi.org/10.24912/jbmi.v1i2.2889>.