

OPTIMALISASI PROMOSI KESEHATAN DALAM MENINGKATKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI LINGKUNGAN BINABARU KELURAHAN DARA KOTA BIMA

¹Bambang Irawan

*Corresponding Author: bi2805168@gmail.com

¹DIV Promosi Kesehatan, Politeknik Muhammad Dahlan

Article Info	Abstract
Article History Received: 20 June 2026 Revised: 25 June 2026 Published: 27 June 2026 Keywords: health promotion, clean and healthy living behavior (PHBS), healthy behavior, public education	<i>Health promotion is a strategic approach to improving community quality of life through behavioral change. This study aims to analyze the effectiveness of health promotion in improving clean and healthy living behavior (PHBS). The method used is descriptive with a qualitative approach. Data were collected through observation, interviews, and community health education activities. The results indicate an increase in knowledge, attitudes, and practices after health promotion interventions. Participatory methods are more effective than one-way approaches. Therefore, well-designed health promotion programs can encourage sustainable behavioral change.</i>

Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 20 Juni 2026 Direvisi: 25 Juni 2026 Dipublikasi: 27 Juni 2026 Kata kunci: promosi kesehatan, PHBS, perilaku sehat, edukasi masyarakat	Promosi kesehatan merupakan pendekatan strategis dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat melalui perubahan perilaku. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas promosi kesehatan terhadap peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, serta kegiatan edukasi kesehatan di masyarakat. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik masyarakat setelah dilakukan intervensi promosi kesehatan. Metode partisipatif terbukti lebih efektif dibandingkan pendekatan satu arah. Dengan demikian, promosi kesehatan yang dirancang sesuai karakteristik masyarakat mampu mendorong perubahan perilaku secara berkelanjutan.

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan terkait **Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)** masih menjadi tantangan global, terutama di negara berkembang. PHBS bukan hanya isu individu, tetapi juga berkaitan dengan lingkungan, sosial, dan kebijakan kesehatan masyarakat. Berikut gambaran masalah PHBS di dunia: Sementara itu, World Health Organization menyatakan bahwa rendahnya akses

terhadap air bersih, sanitasi yang layak, serta kurangnya praktik kebersihan dasar masih menjadi penyebab utama berbagai penyakit menular di dunia, seperti diare dan infeksi saluran pernapasan. Oleh karena itu, penerapan PHBS memerlukan pendekatan yang komprehensif, tidak hanya melalui perubahan perilaku individu, tetapi juga melalui perbaikan lingkungan dan penguatan kebijakan kesehatan masyarakat. Perilaku Hidup

Bersih dan Sehat (PHBS) di Indonesia masih menghadapi berbagai kendala yang cukup kompleks. Meskipun program PHBS telah lama dicanangkan oleh pemerintah melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, implementasinya belum merata di seluruh wilayah.

Salah satu masalah utama adalah **rendahnya kesadaran masyarakat** terhadap pentingnya perilaku hidup sehat, seperti mencuci tangan dengan sabun, penggunaan air bersih, dan kebiasaan membuang sampah pada tempatnya. Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2014), perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, sikap, dan lingkungan, sehingga kurangnya edukasi menjadi hambatan utama dalam penerapan PHBS. Selain itu, **akses terhadap sanitasi dan air bersih** masih menjadi masalah di beberapa daerah, terutama di wilayah pedesaan dan daerah terpencil. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa masih terdapat masyarakat yang belum memiliki akses terhadap jamban sehat dan air minum yang layak, sehingga meningkatkan risiko penyakit berbasis lingkungan seperti diare dan infeksi kulit. Masalah lainnya adalah **perilaku hidup tidak sehat**, seperti merokok, kurang aktivitas fisik, serta pola makan yang tidak seimbang. Hal ini berkontribusi pada meningkatnya penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, dan obesitas.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Provinsi NTB masih menghadapi berbagai tantangan, terutama terkait perilaku masyarakat dan kondisi lingkungan. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat menunjukkan bahwa indikator kesehatan masyarakat masih dipengaruhi oleh rendahnya penerapan PHBS di tingkat rumah tangga dan komunitas. Salah satu masalah yang masih ditemukan

adalah **tingginya keluhan kesehatan masyarakat**. Berdasarkan data kesehatan daerah, persentase penduduk yang mengalami keluhan kesehatan dalam satu bulan terakhir masih cukup signifikan di berbagai kabupaten/kota di NTB. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku hidup sehat belum optimal diterapkan. Selain itu, **akses dan kualitas sanitasi serta air bersih** masih menjadi tantangan di beberapa wilayah, terutama di daerah pedesaan dan kepulauan. Kondisi ini berdampak pada meningkatnya risiko penyakit berbasis lingkungan seperti diare dan infeksi kulit. Program PHBS yang dicanangkan pemerintah daerah belum sepenuhnya berjalan optimal karena keterbatasan sarana dan prasarana kesehatan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Kota Bima masih menghadapi berbagai tantangan, meskipun beberapa indikator kesehatan menunjukkan perbaikan. Masalah PHBS di daerah ini berkaitan erat dengan perilaku masyarakat, kondisi lingkungan, serta kualitas sanitasi.

Salah satu indikator yang menunjukkan belum optimalnya PHBS adalah **masih adanya kasus penyakit berbasis lingkungan**, seperti Demam Berdarah Dengue (DBD). Pada tahun 2025, Dinas Kesehatan Kota Bima mencatat sekitar 92 kasus DBD dengan 2 kematian dalam periode awal tahun. Hal ini menunjukkan bahwa **pemberantasan sarang nyamuk dan kebersihan lingkungan belum maksimal**.

Selain itu, data sebelumnya juga menunjukkan bahwa Kota Bima tetap memiliki kasus DBD setiap tahun, meskipun tergolong lebih rendah dibanding daerah lain di NTB (sekitar 51 kasus pada 2024). Kondisi ini menegaskan bahwa penerapan PHBS seperti 3M Plus (menguras, menutup, dan mengubur) masih perlu ditingkatkan. Masalah lain adalah **rendahnya standar higiene dan sanitasi pangan**. Dinas

Kesehatan Kota Bima mencatat bahwa sebagian besar dapur program makanan (MBG) belum memiliki Sertifikat Laik Higiene Sanitasi, yaitu 15 dari 19 dapur belum memenuhi standar kesehatan. Hal ini menunjukkan masih lemahnya penerapan PHBS dalam pengelolaan makanan

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan bentuk implementasi kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan. Namun, dalam praktiknya masih banyak masyarakat yang belum menerapkan PHBS secara optimal. Hal ini terlihat dari kebiasaan yang kurang sehat, seperti tidak mencuci tangan dengan benar, pengelolaan sampah yang kurang baik, serta rendahnya kesadaran menjaga kebersihan lingkungan.

Promosi kesehatan berfungsi sebagai sarana edukasi yang tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan perilaku masyarakat (WHO, 2019). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas promosi kesehatan dalam meningkatkan penerapan PHBS di masyarakat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Lokasi penelitian dilakukan di lingkungan Binabaru Kelurahan Dara Kota Bima.

Teknik Pengumpulan Data

Observasi langsung terhadap perilaku Masyarakat. Wawancara sederhana dengan responden Pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan (penyuluhan).

Analisis Data

Analisis dilakukan secara deskriptif dengan cara membandingkan kondisi sebelum dan sesudah intervensi, yang mencakup tiga aspek utama, yaitu pengetahuan, sikap, dan tindakan.

Pendekatan ini digunakan untuk melihat perubahan yang terjadi pada responden setelah diberikan intervensi, sehingga dapat diketahui sejauh mana intervensi tersebut berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman, pembentukan sikap, serta perubahan perilaku dalam kehidupan sehari-hari.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan promosi kesehatan, tingkat pemahaman masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masih tergolong rendah, baik dari segi pengetahuan, sikap, maupun praktik sehari-hari. Setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan dan edukasi kesehatan, terjadi peningkatan yang cukup signifikan. Peningkatan ini terlihat dari bertambahnya pengetahuan masyarakat tentang pentingnya PHBS, perubahan sikap menjadi lebih positif terhadap perilaku sehat, serta adanya perbaikan dalam tindakan atau praktik hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan memiliki peran yang efektif dalam meningkatkan kualitas perilaku kesehatan masyarakat.

Tabel 1. Perubahan Perilaku Masyarakat Sebelum dan Sesudah Intervensi

Aspek	Sebelum (%)	Sesudah (%)
Pengetahuan	50	85
Sikap	45	80
Tindakan	60	85

Berdasarkan Tabel 1, terlihat adanya peningkatan pada seluruh aspek setelah dilakukan intervensi promosi kesehatan. Aspek pengetahuan mengalami peningkatan sebesar 35%, sikap meningkat 35%, dan tindakan juga meningkat sebesar 25%. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada masyarakat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa promosi kesehatan memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan perilaku masyarakat. Peningkatan tersebut terlihat secara nyata pada aspek pengetahuan, sikap, dan tindakan setelah dilakukan edukasi kesehatan. Pada aspek pengetahuan, responden mengalami peningkatan pemahaman terkait pentingnya menjaga kesehatan, pencegahan penyakit, serta penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan pengetahuan ini menjadi dasar terbentuknya perubahan pada aspek sikap, dimana masyarakat mulai menunjukkan respon yang lebih positif, seperti adanya kesadaran, penerimaan, dan kemauan untuk menerapkan perilaku sehat.

Selanjutnya, perubahan pada aspek sikap tersebut berdampak pada peningkatan tindakan atau praktik nyata di masyarakat. Hal ini ditunjukkan dengan mulai diterapkannya perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan, serta memanfaatkan fasilitas kesehatan yang tersedia. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan tidak hanya meningkatkan aspek kognitif, tetapi juga mampu mempengaruhi aspek afektif dan psikomotor secara simultan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Soekidjo Notoatmodjo yang menyatakan bahwa perubahan perilaku seseorang terjadi melalui tiga tahapan, yaitu pengetahuan (knowledge), sikap (attitude), dan tindakan (practice). Dalam teori tersebut dijelaskan bahwa peningkatan pengetahuan akan membentuk sikap yang positif, yang selanjutnya mendorong individu untuk melakukan tindakan nyata. Oleh karena itu, promosi kesehatan yang dilakukan secara terencana dan berkesinambungan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku masyarakat yang lebih sehat. Namun demikian, perubahan tindakan tidak hanya

dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap, tetapi juga oleh faktor pendukung lainnya, seperti ketersediaan sarana dan prasarana, dukungan lingkungan, serta peran tenaga kesehatan. Dengan demikian, upaya promosi kesehatan perlu dilakukan secara komprehensif dengan memperhatikan berbagai faktor tersebut agar perubahan perilaku masyarakat dapat berlangsung secara optimal dan berkelanjutan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa promosi kesehatan dapat meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam menjaga kesehatan (Kemenkes RI, 2021). Pendekatan partisipatif, seperti diskusi dan praktik langsung, terbukti lebih efektif karena melibatkan masyarakat secara aktif.

Namun, terdapat beberapa kendala dalam pelaksanaan promosi kesehatan, seperti keterbatasan sarana, kebiasaan lama yang sulit diubah, serta kurangnya dukungan lingkungan. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang lebih komprehensif dan berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Promosi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat. Intervensi yang dilakukan secara sistematis dan partisipatif mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan masyarakat. Saran dalam penelitian ini:

1. Promosi kesehatan perlu dilakukan secara berkelanjutan.
2. Perlu adanya dukungan dari berbagai pihak.
3. Penggunaan media edukasi yang inovatif perlu ditingkatkan
4. Masyarakat harus dilibatkan secara aktif dalam program Kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

1. Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat. (2025). *Data dan Profil Kesehatan Provinsi NTB*. Mataram: Dinkes NTB.
2. Dinas Kesehatan Kota Bima. (2025). *Laporan Higiene Sanitasi Pangan Kota Bima*.
3. Dinas Kesehatan Kota Bima. (2025). *Data Kasus DBD Kota Bima Tahun 2025*.
4. Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
5. Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta: Kemenkes RI.
6. World Health Organization. (2019). *Health Promotion Framework*. Geneva: WHO.
7. World Health Organization. (2020). *Guidelines on Sanitation and Health*. Geneva: WHO Press.