

PENYULUHAN DAN PRAKTIK PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA KOMUNITAS ADAT TERPENCIL (KAT) DI DESA BUKIT SUBAN KECAMATAN AIR HITAM KABUPATEN SAROLANGUN

Rumita Ena Sari¹, Guspianto², Evy Wisudariani³

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi

²Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi

³Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi

rumitaenasari@yahoo.com

Abstrak

Masalah kesehatan pada KAT menjadi hal yang tidak boleh terabaikan oleh pemerintah karena tidak dapat dipungkiri keberadaannya. Sebanyak 1500 jiwa Suku Anak Dalam (SAD)/ KAT yang menghuni kawasan Taman Nasional Bukit Duabelas dan 450 jiwa di kawasan Penyangga Bukit Tigapuluh. Berdasarkan kebutuhan masyarakat di KAT yang masih rendahnya pengetahuan dan kepedulian terhadap kesehatan, maka perlu diberikan penyuluhan tentang PHBS, yang diharapkan mampu meningkatkan kesadaran sehingga meningkatkan derajat kesehatan masyarakat terutama pada komunitas adat terpencil. Pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan tahapan melakukan pertemuan dengan *Stakeholder* dan petugas kesehatan, melakukan penyuluhan PHBS, melakukan demonstrasi tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar serta menggosok gigi dan melaksanakan monitoring dan evaluasi pelaksanaan. Telah meningkatnya pemahaman dan kesadaran masyarakat di Bukit Suban Air Hitam terhadap upaya peningkatan derajat kesehatan dan mampu mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam hal cuci tangan pakai sabun dan cara menggosok gigi yang benar.

Kata Kunci: Penyuluhan, Praktik, PHBS, KAT

Abstract

Health problems in KAT are things that should not be overlooked by the government because they cannot be denied. As many as 1500 people of Anak Dalam Tribe (SAD) / KAT inhabit the Bukit Duabelas National Park area and 450 people in the Bukit Tigapuluh Buffer area. Based on the needs of the community in KAT which are still low in knowledge and concern for health, it is necessary to provide counseling about PHBS, which is expected to be able to increase awareness so as to increase the degree of public health, especially in remote indigenous communities. Community service is carried out by stages of meeting with stakeholders and health workers, conducting PHBS counseling, conducting demonstrations on how to wash hands properly and brushing their teeth and conducting monitoring and evaluation of implementation. Increased understanding and awareness of the community at Bukit Suban Air Hitam on efforts to improve health status and be able to practice clean and healthy living behaviors in everyday life, especially in terms of washing hands with soap and how to brush their teeth properly.

Keywords: Counseling, Practice, PHBS, KAT

PENDAHULUAN

Keterpencilan secara geografis membawa konsekuensi pada terbatasnya akses bagi komunitas adat terpencil (KAT) atas berbagai layanan sosial, ekonomi dan layanan dalam rangka memenuhi kebutuhan dasar mereka. Dengan keterpencilan secara

geografis, maka komunitas ini mengalami keterbatasan untuk menjangkau wilayah lain dalam mendapatkan pemenuhan kebutuhannya. Selain jaraknya yang jauh dan keterbatasan sarana transportasi, maka komunitas ini memerlukan tenaga ekstra agar mampu memenuhi kebutuhannya, selain

kebutuhan yang tersedia di wilayahnya (1).

Untuk pemenuhan kebutuhan dasar kategori fisik, dari kebutuhan pangan, sandang serta kebutuhan harian lainnya, mereka harus menempuh perjalanan dengan jalan kaki atau menggunakan sarana transportasi yang sederhana dan memerlukan waktu lama untuk sampai di tempat yang tersedia kebutuhan dasar itu. Demikian juga pemenuhan kebutuhan dasar psikis, komunitas ini harus melalui akses yang tidak seperti komunitas di wilayah lain yang lebih mudah menjangkau sumber yang ada, sedangkan untuk pemenuhan sosial dan spiritual, mungkin komunitas ini dapat memenuhinya di wilayahnya, yang tentu saja juga masih terbatas. Masalah kesehatan pada KAT menjadi hal yang tidak boleh terabaikan oleh pemerintah karena tidak dapat dipungkiri keberadaannya. Sebanyak 1500 jiwa Suku Anak Dalam (SAD)/ KAT yang menghuni kawasan Taman Nasional Bukit Duabelas dan 450 jiwa di kawasan Penyangga Bukit Tigapuluh (2).

Berdasarkan data Dinsosnakertrans Provinsi Jambi (2010), permasalahan kesehatan yang sering terjadi di KAT adalah penyakit kecacangan, penyakit kulit, ISPA, diare dan rendahnya status gizi. Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan peneliti, KAT ini tidak menggunakan alas kaki saat berjalan dan jarang sekali membersihkan tubuh/ mandi dan mengenakan pakaian layak pakai, bahkan tidak mengenakan pakaian. Hal ini dikarenakan kondisi tempat tinggal mereka yang hidup di hutan dan berpindah-berpindah serta masih rendahnya pengetahuan mereka serta faktor budaya. Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya perilaku hidup bersih dan sehat (3) .

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Semua perilaku kesehatan yang di lakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat merupakan pengertian lain dari PHBS (4).

Berdasarkan kebutuhan masyarakat di KAT yang masih rendahnya pengetahuan dan kepedulian terhadap kesehatan, maka perlu diberikan penyuluhan tentang PHBS, yang diharapkan mampu meningkatkan kesadaran sehingga meningkatkan derajat kesehatan masyarakat terutama pada komunitas adat terpencil.

LANDASAN TEORI

PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari-hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat. Perilaku hidup bersih sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai pola hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan

perilaku terkait **cara hidup yang bersih dan sehat** (5).

Terdapat langkah-langkah berupa edukasi melalui pendekatan pemuka atau pimpinan masyarakat, pembinaan suasana dan juga pemberdayaan masyarakat dengan tujuan kemampuan mengenal dan tahu masalah kesehatan yang ada di sekitar; terutama pada tingkatan rumah tangga sebagai awal untuk memperbaiki pola dan gaya hidup agar lebih sehat. Tujuan utama dari **gerakan PHBS** adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu – individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan (5).

Manfaat PHBS secara umum adalah meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut agar masyarakat bisa mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan. Selain itu, dengan menerapkan PHBS masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup. **Manfaat PHBS di masyarakat** adalah masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat, mencegah penyebaran penyakit, masyarakat memanfaatkan pelayanan fasilitas kesehatan dan mampu mengembangkan kesehatan yang bersumber dari masyarakat (5).

Upaya-upaya untuk menciptakan lingkungan yang baik adalah : (1) Mengembangkan kebiasaan atau perilaku hidup sehat, yaitu

terjangkitnya penyakit seperti diare diakibatkan oleh kebiasaan hidup yang tidak sehat. Kebiasaan yang dimaksud adalah tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, buang air besar atau kecil sembarangan, minum air yang belum dimasak secara benar dan lain-lain. (2) Membersihkan ruangan dan halaman rumah secara rutin, yaitu ruangan dalam rumah dapat menimbulkan berbagai penyakit jika tidak secara rutin dibersihkan. Perlengkapan rumah seperti karpet dan kursi berpotensi menjadi tempat mengendapnya debu. Debu yang mengendap dan kemudian beterbangan di dalam ruangan dapat menimbulkan penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA). Debu juga dapat berfungsi sebagai media tempat menempelnya bakteri atau virus yang dapat mengganggu kesehatan manusia. Ruangan yang tidak bersih dan rapi juga dapat mengundang masuknya lalat, nyamuk dan tikus masuk ke dalam ruangan. Padahal keduanya dapat menjadi vektor pembawa penyakit. (3) Tidak membiarkan adanya air yang tergenang, yaitu genangan air seringkali dianggap tidak membahayakan. Padahal, genangan air yang dibiarkan lama, terutama pada musim hujan dapat menjadi tempat perkembangbiakan nyamuk. Karena itu, barang-barang bekas yang sedianya dapat menampung air seperti botol, kaleng, ban bekas sebaiknya dikubur atau dihancurkan. (4) Menggunakan air yang bersih, yaitu air menjadi salah satu komponen penting dalam kaitannya dengan kesehatan. Namun, sebagian masyarakat kita masih menggunakan air yang tidak bersih untuk keperluan mencuci dan mandi serta memasak maupun minum. Selain itu, proses masak yang tidak sempurna juga dapat

menyebabkan penyakit. Karena itu, tidak heran jika banyak penyakit yang muncul karena faktor air (6).

METODE PELAKSANAAN

Solusi yang akan dirancang dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, sesuai dengan tahapan kegiatan sebagai berikut :

- 1) Melakukan pertemuan dengan *Stakeholder* dan petugas kesehatan.
- 2) Melakukan penyuluhan PHBS
- 3) Melakukan demonstrasi tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar serta menggosok gigi.
- 4) Melaksanakan monitoring dan evaluasi pelaksanaan

METODE PENDEKATAN

Adapun metode pendekatan yang digunakan dalam proses pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

- 1) Pendekatan yang dilakukan dengan mencari dukungan kebijakan dari pemerintah setempat yaitu stakeholder di Desa, Puskesmas dan juga petugas kesehatan yang ada di Desa Bukit Suban Kecamatan Air Hitam dengan tujuan akan dapat meningkatkan partisipasi masyarakat.
- 2) Melakukan pertemuan koordinasi dengan tokoh pemuka adat KAT dalam hal ini adalah "Tumenggung".
- 3) Membuat rencana kerja dan jadwal kegiatan yang disepakati dan disesuaikan dengan kondisi dan situasi mitra.
- 4) Melakukan inventarisir sarana dan prasarana serta media untuk mendukung sosialisasi dan praktik PHBS.

PROSEDUR KEGIATAN

Adapun prosedur kegiatan yang telah dilaksanakan antara lain:

- 1) Mengumpulkan kepala desa, stakeholder, temenggung adat, petugas kesehatan dan Pembina wilayah terkait.
- 2) Mempersiapkan tempat pertemuan sosialisasi dan praktik/ demonstrasi.
- 3) Menyediakan waktu dan tempat pelaksanaan pembinaan laskar DBD di sekolah.
- 4) Mengumumkan kepada masyarakat KAT untuk berkumpul ditempat yang telah ditentukan.
- 5) Mempersiapkan evaluasi kegiatan secara bersama-sama

HASIL KEGIATAN

Pengabdian kepada masyarakat di Bukit Suban Air Hitam Kabupaten Sarolangun ini telah dilaksanakan sejak bulan Juli 2019 lalu. Dalam hal ini orientasi output yang dihasilkan dari kegiatan ini yaitu "Meningkatnya pemahaman dan kesadaran masyarakat di Bukit Suban Air Hitam terhadap upaya peningkatan derajat kesehatan dan mampu mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam hal cuci tangan pakai sabun dan cara menggosok gigi yang benar. Orientasi edukasi ini tentu menjadi penting untuk membangun pemahaman terlebih dahulu sebagai dasar peningkatan kesadaran dan kepedulian masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan diri sendiri dan selanjutnya mampu mengajak orang lain untuk ikut sehingga penerapan praktik hidup bersih dan sehat ini menjadi kebiasaan.

Kegiatan survei pendahuluan, analisis situasi, berkenalan dan bersilaturahmi dengan pihak taman nasional bukit dua belas (Bina Suasana). Pada kegiatan ini dilakukan survei pendahuluan lokasi pengabdian masyarakat dengan bertemu langsung dengan penanggung jawab seksi pengelolaan taman nasional wilayah tebo II resort air hitam I. Pada tahapan ini tim melakukan penyampaian tujuan kegiatan serta menumbuhkan komitmen kepada pihak terkait untuk mendukung terselenggaranya kegiatan PHBS bagi Komunitas Adat Terpencil (Kat) di Desa Bukit Suban Kecamatan Air Hitam Kabupaten Sarolangun.



Gambar 1. Survei pendahuluan, analisis situasi, berkenalan dan bersilaturahmi dengan pihak terkait untuk mendukung terselenggaranya kegiatan PHBS bagi Komunitas Adat Terpencil (KAT)

Kegiatan Sosialisasi Penyuluhan Kesehatan dan Praktik Hidup Bersih dan Sehat. Kegiatan ini dilakukan di kawasan hutan tempat tinggal komunitas adat terpencil yang dihadiri oleh orang tua, tumenggung dan anak-anak mereka. Kegiatan ini dilakukan dengan menumbuhkan rasa takut sakit dimana pada proses kegiatan tim menanyakan pengetahuan mereka tentang sehat dan sakit dan pemberian edukasi tentang praktik hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini dilakukan dengan Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) dan berupa permainan sehingga kegiatan lebih menyenangkan interaktif bagi komunitas adat terpencil.



Gambar 2. Melakukan Kegiatan Sosialisasi Penyuluhan Kesehatan dan Praktik Hidup Bersih dan Sehat untuk menumbuhkan partisipasi Komunitas Adat Terpencil (KAT) untuk melakukan Praktik Hidup Bersih dan Sehat

Setelah peserta diberikan penyuluhan kesehatan dan praktik hidup bersih dan sehat maka tim pengabmas menginisiasi untuk melakukan kegiatan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dan menggosok gigi yang benar.



Gambar 3. Demonstrasi Cuci Tangan Pakai Sabun dan Menggosok gigi yang benar

Hasil tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

No	Rencana Kegiatan	Target Luaran	Tolok Ukur	Sasaran
1.	Mengumpulkan stakeholder, temenggung adat, petugas kesehatan dan Pembina wilayah terkait	Pemahaman stakeholder terhadap pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat	Dukungan kebijakan stakeholder	Kepala Desa, Stake holder, pemuka adat “tumenggung”
2.	Melakukan penyuluhan PHBS	Terlaksananya kegiatan penyuluhan di lokasi KAT	Materi pertemuan dapat diterima dengan baik	Masyarakat KAT
3.	Melakukan demonstrasi tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar serta menggosok gigi.	Terlaksananya kegiatan demonstrasi dengan lancar dan seru	Materi penyuluhan dapat diaplikasikan melalui demonstrasi cara cuci tangan pakai sabun dan menggosok gigi yang baik dan benar	Seluruh masyarakat KAT.
4.	Melaksanakan monitoring dan evaluasi pelaksanaan	Kegiatan penyuluhan dan praktik hidup bersih dan sehat ini selanjutnya akan diterapkan	Masyarakat tahu dan menerapkan praktik hidup bersih dan sehat	Seluruh masyarakat KAT.

5 Evaluasi kegiatan

oleh masyarakat dan diawasi oleh Petugas Kesehatan setempat. Pengetahuan dan sikap yang diwujudkan dalam ber-PHBS

Masyarakat KAT Seluruh masyarakat membiasakan diri KAT. dengan budaya CTPS dan menggosok gigi.



Gambar 4. Dosen, Mahasiswa dan Tokoh Masyarakat (Tumenggung) dan anak-anak Komunitas Adat Terpencil

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian kepada masyarakat sehubungan dengan sosialisasi eksistensi hukum adat

dalam sistem hukum di Indonesia di Bukit Suban Air Hitam telah dapat dijalankan dengan baik dan tanpa halangan yang berarti. Dengan kerjasama tim pengabdian yang baik maka semuanya telah berjalan sesuai yang diharapkan dan harapannya dapat memberikan manfaat bagi mitra pengabdian masyarakat yakni masyarakat Bukit Suban Air Hitam Kabupaten Sarolangun. Pengabdian yang kami lakukan ini telah sampai pada tahapan dilaksanakannya penyuluhan dan praktik hidup bersih dan sehat di Bukit Suban Air Hitam Kabupaten Sarolangun dan untuk selanjutnya akan kami lanjutkan sampai laporan akhir pengabdian masyarakat.

Kegiatan ini sangatlah dibutuhkan oleh mitra pengabdian, hendaknya kegiatan ini dapat dilaksanakan secara berkesinambungan mengingat adanya keunikan khusus pada Komunitas Adat Terpencil dan haruslah menjadi fokus dalam upaya peningkatan derajat kesehatan. Oleh karena itu kedepannya para akademisi di Fakultas Kesehatan Masyarakat juga menempatkan perhatian khusus terhadap Komunitas Adat Terpencil ini terutama masyarakat Desa Suban Air Hitam Kabupaten Sarolangun.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dirjen PP & PL., 2009. *Profil PP dan PL Tahun 2008*. Depkes RI. Jakarta.
2. Fathi., Keman, S., Wahyuni, C.U., 2005. Peran Faktor Lingkungan dan Perilaku Terhadap Penularan Demam Berdarah Dengue di Kota Mataram. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*. 2(1):1-10, UNDIP, Semarang.
3. Departemen Kesehatan Republik Indonesia, (1992) *Penyelidikan Epidemiologi Penanggulangan Seperlunya dan Penyemprotan Massa dalam Pemberantasan Penyakit DBD*, Dirjen PPM dan P2L, Jakarta.
4. Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2003). *Buku panduan Program Peningkatan Peran Serta Masyarakat dalam Pemberantasan Sarang Nyamuk Demam Berdarah Dengue (PSN DBD) di Kabupaten dan Kota*, Depkes RI, Jakarta.
5. Kemenkes RI., 2019. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. Jakarta.
6. Fatonah, Nurul Siti. 2016. *Partisipasi Masyarakat Dalam Pelaksanaan Program Sanitasi Total Berbasis Masyarakat Pilar Pertama (Stop Babs) Di Desa Purwosari Kecamatan Sayung Kabupaten Demak Tahun 2015*.