

SOSIALISASI DAN IMPLEMENTASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA MASYARAKAT DI GEREJA KATOLIK ST. THEODORUS WELULI

Cici Nurdianti^{1*}, Nensi Yuniarti. Zs², Sebastianus Adi Mola³, Furqonti Ranidia⁴, Budi Astuti⁵

^{1,2,4,5}Program Studi, Akuntansi, Fakultas Ekonomi Dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Indonesia

³Fakultas Teknik, Universitas Nusa Cendana, Kupang, Indonesia

*e-mail: cnurdianti9@gmail.com

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bagian integral dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat, termasuk di lingkungan gereja. Mayoritas masyarakat kesulitan beralih dari kebiasaan lama mereka, terutama jika perubahan tersebut mengharuskan mereka untuk meninggalkan kebiasaan lama yang sudah mendarah daging. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, serta dapat mengimplementasikan PHBS di kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran, tetapi juga menguatkan ikatan sosial di antara masyarakat. Adapun jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sosialisasi PHBS adalah 30 orang. Terdapat peningkatan pemahaman warga berdasarkan observasi dan evaluasi langsung di lapangan. Evaluasi dalam penerapan PHBS terdapat 25 orang yang mau dan mampu melaksanakannya dengan mandiri meliputi kebersihan lingkungan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan keterlibatan masyarakat terhadap kesehatan dan kebersihan lingkungan.

Kata kunci: Perilaku; Masyarakat; Gereja; PHBS.

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an integral part of efforts to improve the quality of public health, including in the church environment. Most people find it challenging to switch from their old habits, especially if the change requires them to leave their ingrained habits. The purpose of this activity is to increase community knowledge about clean and healthy living behavior and to be able to implement PHBS in daily life. This activity not only raises awareness but also strengthens social ties among the community. The number of participants who participated in the PHBS socialization activity was 30. There was an increase in community understanding based on direct observation and evaluation in the field. In the assessment of the application of PHBS, 25 people are willing and able to implement it independently, including environmental hygiene. The results showed a significant increase in understanding and community involvement in environmental health and hygiene.

Keywords: Behavior; Society; Church; PHBS.

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah konsep yang sangat penting dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan individu dan masyarakat (1). PHBS tidak hanya berfokus pada kesehatan fisik, tetapi juga mencakup aspek mental dan sosial (2,3). Dengan menerapkan PHBS, individu dapat meningkatkan daya tahan tubuh, mengurangi risiko penyakit, dan meningkatkan kualitas hidup (4,5). Menurut WHO (2021), lingkungan yang bersih dan perilaku sehat berkontribusi pada penurunan angka morbiditas dan mortalitas.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bagian integral dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat, termasuk di lingkungan gereja (6). Komunitas gereja sering kali berfungsi sebagai pusat interaksi sosial, sehingga sosialisasi PHBS di dalamnya dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap pola hidup masyarakat (5). Gereja tidak hanya berfungsi sebagai tempat ibadah, tetapi juga sebagai lembaga sosial yang berperan dalam pengembangan masyarakat. Dengan memanfaatkan jaringan yang ada, gereja dapat menyebarluaskan informasi tentang PHBS secara efektif.

Banyak masyarakat Mayoritas masyarakat kesulitan beralih dari kebiasaan lama mereka, terutama jika perubahan tersebut mengharuskan mereka untuk meninggalkan kebiasaan lama yang sudah mendarah daging. Pemahaman yang kurang tentang pentingnya perilaku sehat dan kebersihan menjadi kunci dalam sosialisasi PHBS (7). Untuk mengatasi keraguan ini, diperlukan pendekatan yang lebih edukatif, sehingga masyarakat dapat melihat manfaat jangka panjang dari perubahan yang diharapkan.

Mengadakan kegiatan seperti sosialisasi kesehatan dan aksi sosial seperti kebersihan dapat menarik perhatian masyarakat di lingkungan gereja untuk lebih peduli terhadap PHBS. Kegiatan ini tidak hanya

meningkatkan kesadaran, tetapi juga menguatkan ikatan sosial di antara masyarakat (8). Sosialisasi PHBS tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga pada kesehatan masyarakat secara keseluruhan (9). Masyarakat yang sehat akan berkontribusi pada produktivitas dan kesejahteraan ekonomi.

2. METODE

Kegiatan kontribusi sosial ini salah satunya kami melaksanakan program dalam peningkatan PHBS dimana program ini akan bermanfaat terutama bagi masyarakat di lingkungan gereja daerah terpencil yang jauh dari akses kesehatan. Tahapan dalam pelaksanaan kegiatan ini meliputi :

a. Tahapan Persiapan

- (1). Tahapan persiapan ini meliputi : Observasi terkait dengan kondisi lingkungan warga sekitar baik itu kondisi air, kondisi rumah warga, kondisi tempat umum. Data yang didapat dikumpulkan sebagai bahan perencanaan kegiatan.
- (2). Koordinasi dengan kepala pendeta setempat yaitu terkait dengan materi yang disampaikan, serta penentuan jadwal dan lokasi.

b. Tahapan pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan yaitu berupa sosialisasi dan aksi kebersihan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 24 Mei 2024 bertempat di Gereja St. Theodorus Weluli, Belu, Nusa Tenggara Timur. Teknik pelaksanaan kegiatan berupa penyampaian materi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Ada berbagai macam teknik yang bisa dipilih dalam memberikan edukasi kesehatan, salah satunya adalah melalui pemberian materi langsung melalui slide presentasi ataupun media poster. Kegiatan ini diawali dengan acara pembukaan dan dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh Romo Agustinus Klau. Pr. Adapun jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sosialisasi PHBS adalah 30 orang. Materi yang disampaikan berupa uraian tentang contoh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat secara sederhana di masyarakat, dan pentingnya untuk hidup bersih dan sehat dalam rangka mewujudkan masyarakat yang produktif. Selain itu disampaikan pula materi tentang kebersihan lingkungan sekitar, jenis penyakit, Kesehatan reproduksi, keluarga sadar gizi dan pemenuhan nutrisi. Setelah dilakukan edukasi kelompok tim ini melakukan aksi kebersihan dilingkungan gereja.

c. Tahapan evaluasi

Dalam tahap evaluasi ini dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab yang merupakan indikator keberhasilan sosialisasi, terkait seluruh materi yang sudah diberikan serta langsung mengimplementasikannya di lingkungan gereja dengan tujuan dilakukannya penilaian terhadap edukasi yang sudah di lakukan. Dari hasil tanya jawab dengan menggunakan metode observasi langsung, dapat mengetahui peningkatan pengetahuan warga setelah diberikan edukasi kesehatan. Di evaluasi dalam penerapan PHBS terdapat 25 orang yang mau dan mampu melaksanakannya dengan mandiri meliputi kebersihan lingkungan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kontribusi sosial dalam sosialisasi pentingnya PHBS dan implementasinya di di Gereja St. Theodorus Weluli, Belu, Nusa Tenggara Timur seperti Tampak pada Gambar 1, menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan keterlibatan masyarakat terhadap kesehatan dan kebersihan lingkungan. Program ini berhasil berdampak positif pada kebiasaan masyarakat serta meningkatkan pengetahuan masyarakat dan mendorong partisipasi aktif dalam kebersihan dilingkungan gereja.

Pada Gambar 1 dokumentasi tersebut menunjukkan pemateri menyampaikan materi secara sederhana dengan menggunakan media yang sudah disiapkan dan dipaparkan. Menurut pemateri, kebersihan ialah sebagaiian dari iman serta gaya hidup dalam peningkatan kesehatan adalah dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Perilaku Hidup Sehat dan Bersih (PHBS) bukan hanya aspek fisik, tetapi juga merupakan bagian integral dari iman dan spiritualitas. Dalam banyak tradisi agama, menjaga kesehatan dan kebersihan dianggap sebagai kewajiban moral dan spiritual. Kesehatan adalah karunia yang harus disyukuri dan dijaga. Dalam banyak ajaran, tubuh dianggap sebagai amanah dari Tuhan, sehingga merawatnya adalah bentuk penghormatan. Dengan menerapkan PHBS, individu menunjukkan rasa syukur atas karunia tersebut.



Gambar 1. Pemberian Materi oleh Romo Agustinus Klau. Pr

PHBS merupakan sebuah gerakan atau inisiatif yang sangat penting. Tujuannya adalah untuk mendorong setiap individu serta seluruh anggota masyarakat agar aktif menjaga kebersihan dan kesehatan. Hal ini mencakup dua aspek utama yaitu; kesehatan dan kebersihan pribadi, seperti mencuci tangan dan mandi secara teratur, serta kesehatan dan kebersihan lingkungan sekitar, seperti membuang sampah pada tempatnya dan membersihkan selokan.



Gambar 2. Sesi Tanya Jawab

Pada gambar 2 menunjukkan pelaksanaan sesi tanya jawab terhadap materi yang disampaikan oleh Romo Agustinus Klau. Pr adalah tentang pentingnya perilaku hidup sehat dan kebersihan adalah sebagian dari iman. Hal ini sangatlah penting karena kebersihan adalah bagian dari iman. Dalam banyak agama, praktik kebersihan tidak hanya dilihat sebagai tindakan fisik, tetapi juga sebagai refleksi dari keadaan hati dan jiwa. Menjaga kebersihan diri dan lingkungan mencerminkan komitmen untuk hidup sesuai dengan nilai-nilai spiritual. Perilaku hidup sehat, seperti menjaga kebersihan, berperan penting dalam mencegah penyakit. Dalam konteks iman, menjaga kesehatan tidak hanya untuk diri sendiri tetapi juga sebagai

tanggung jawab terhadap orang lain. Dengan sehat, seseorang dapat lebih aktif dalam beribadah dan melayani komunitas. Gereja dan komunitas agama lainnya dapat menjadi model dalam menerapkan PHBS. Dengan mengedukasi masyarakat tentang pentingnya kebersihan dan kesehatan, gereja dapat membangun komunitas yang lebih kuat dan sehat. Ini juga menciptakan ikatan sosial yang lebih baik.



Gambar 3. Kegiatan Kebersihan di Lingkungan Gereja

Pada gambar 3 menunjukkan kegiatan kebersihan di Lingkungan Gereja. Kegiatan ini bukan hanya sekadar rutinitas pembersihan biasa, tetapi merupakan manifestasi nyata dari penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan gerakan yang mendorong masyarakat untuk menjaga kebersihan dan kesehatan baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Dari kegiatan kontribusi sosial ini, salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang menunjukkan peningkatan signifikan adalah frekuensi orang mencuci tangan menggunakan sabun. Observasi kami, khususnya di lingkungan gereja, menunjukkan adanya peningkatan kebiasaan mencuci tangan sebelum makan dan setelah menggunakan toilet. Ini adalah hasil positif dari upaya edukasi yang dilakukan pada momen-momen krusial serta penyediaan fasilitas cuci tangan sederhana didepan gereja.

Namun, terdapat kendala dalam praktik pembuangan sampah pada tempat yang seharusnya. Meskipun tempat sampah telah didistribusikan dan sosialisasi PHBS yang salah satu aspeknya mengenai pentingnya buang sampah pada tempatnya telah dilakukan, masih terdapat sampah yang berserakan di beberapa sudut. Pernyataan ini menunjukkan bahwa kebiasaan lama sulit untuk diubah dan memerlukan konsistensi, serta memerlukan sanksi sosial atau pengawasan dari masyarakat itu sendiri.

4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di area gereja telah menunjukkan hasil yang berarti dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran anggota jemaat mengenai

pentingnya PHBS. Hal ini terlihat dari peningkatan pemahaman mengenai konsep-konsep dasar tentang kebersihan dan kesehatan, serta perubahan sikap yang positif yang memotivasi anggota jemaat untuk menerapkan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam kehidupan sehari-hari. Di samping itu, kegiatan ini berhasil mendorong perubahan nyata dalam perilaku anggota jemaat, seperti peningkatan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, penggunaan sarana sanitasi yang lebih baik, pengelolaan sampah yang lebih teratur, dan terciptanya suasana gereja yang lebih bersih dan sehat secara keseluruhan. Dukungan aktif dari pemimpin gereja dan penyediaan fasilitas yang memadai juga turut memperkuat keberhasilan pelaksanaan ini, memberikan dampak positif tidak hanya bagi individu tetapi juga bagi kesehatan komunitas gereja secara keseluruhan.

Untuk menjaga dan meningkatkan keberlanjutan program PHBS, disarankan agar integrasi PHBS dalam kurikulum dan kegiatan rutin gereja diperkuat, contohnya lewat khotbah tematik, pelajaran sekolah minggu, atau aktivitas pemuda. Selain itu, penting untuk memikirkan pembentukan tim khusus PHBS di gereja yang memiliki tanggung jawab untuk memantau, mengevaluasi, dan merancang program-program inovatif. Potensi pengembangan ke depan mencakup peningkatan partisipasi jemaat secara aktif sebagai agen perubahan dan contoh PHBS, serta perluasan program ke luar lingkungan gereja, seperti melalui inisiatif pengabdian masyarakat atau kerja sama dengan puskesmas setempat untuk menjangkau komunitas yang lebih luas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas kasih sayang-Nya sehingga kegiatan Kontribusi Sosial ini terlaksana. Kepada Romo Agustinus Klau. Pr, seluruh keluarga Likurai, dan masyarakat di lingkungan Gereja St. Theodorus Weluli diucapkan terima kasih atas segala bantuan dan kerjasamanya dalam kesuksesan kegiatan kontribusi sosial ini

DAFTAR PUSTAKA

1. Situmeang IR, Tobing J, Simanjuntak M, Tobing P, Hutagalung SB, Kunci K, et al. Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *J IKRAITH-ABDIMAS*. 2024;8(2):240–3.
2. Lestari RE, Handayani R. Efektivitas Penerapan Program Pengembangan Keterampilan Hidup Sehat Dan Bersih Pada Anak Usia Dini Di PAUD Kiara Nagori Bandar Jawa Kecamatan Bandar Kabupaten Simalungun. *J AL-ATHFAAL*. 2024;2(1).
3. Rianto AA. Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Menengah Pertama. *J Anestesi J Ilmu Kesehat dan Kedokt*. 2023;1(4).
4. Laila DN, Maulidiyah M, Febiola S, Elisa C, Purwanti R. PENGUATAN PERILAKU HIDUP SEHAT (PHBS) SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN FUNGSI KELUARGA SEHAT DI DUSUN TERPENCIL RAPAHA OMBO JOMBANG. *Community Dev J*. 2024;5(4):6456–61.
5. Sari T, Sidharta E, Nataprawira SMD, Satyo YT, Mashadi FJ. Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat pada remaja di Gereja HKBP Villa Duta Mas Bogor. *J Pengabd Bid Kesehat*. 2023;1(4).
6. Nasution AF, Asnawi AA, Saragih AM, Erwina BP, Gurning FP. Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Pesisir Kelurahan Bagan Deli Kecamatan Medan Belawan. *J Ilm Univ Batanghari Jambi*. 2023;23(2):1985–90.
7. Fitriani R, Setiana EM. Menjaga kesehatan santri: upaya phbs sebagai pencegahan diare di lingkungan pondok pesantren. *LENTERA J*. 2024;3(1):36–49.
8. Puspito AN, Ubaidillah M, Suud HM, Faiqah QN. Pengenalan Pola Hidup Sehat dan Bersih pada Siswa Sekolah Dasar Pancoran 3 Bondowoso Guna Mengatasi Stunting pada Usia Anak Sekolah Dasar Abstrak *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*. *J Pengabd Nas Indones*. 2025;6(1):243–51.
9. Febrianto BY, Septiana VT, Jelmila SN, Hasni D. Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Pesantren Al-Falah Padang. *J Pengabd Masy Bangsa*. 2024;1(11):2957–62.