



Gambaran Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Tataan Rumah Tangga di Desa Meunasah Baet Kabupaten Aceh Besar

Muhammad Yusuf .¹

¹. Program Studi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan STIKes Sihat Beurata.
∴ javirmaula@gmail.com

Abstrak: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tataan rumah tangga merupakan upaya untuk meningkatkan perilaku kesehatan dan mencegah masalah kesehatan di masyarakat. Penerapan setiap indikator PHBS perlu diketahui untuk melihat perilaku yang telah diterapkan dan yang masih memerlukan perhatian. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran penerapan PHBS pada tataan rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kabupaten Aceh Besar. Metode Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei. Penelitian dilaksanakan pada Juni 2026 di Desa Meunasah Baet. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner PHBS kepada 314 responden. Sebanyak 312 responden memiliki data yang dapat dianalisis dan 2 data tidak lengkap. Data diolah menggunakan SPSS dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Proporsi penerapan PHBS berbeda pada setiap indikator. Persalinan yang ditolong tenaga kesehatan dan ASI eksklusif masing-masing sebesar 37,2%. Berat badan ideal sebesar 79,2%, aktivitas fisik 75,6%, dan tidak merokok 81,7%. Berdasarkan jawaban kuesioner, mencuci tangan dengan sabun, menggunakan air bersih, menggunakan jamban sehat, memberantas jentik nyamuk, dan mengonsumsi sayur dan buah masing-masing sebesar 100%. Penerapan PHBS menunjukkan capaian yang bervariasi antarindikator. Sebagian besar indikator memiliki proporsi penerapan yang tinggi, sedangkan persalinan oleh tenaga kesehatan dan ASI eksklusif masih rendah. Indikator tersebut perlu menjadi perhatian dalam upaya promosi kesehatan. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan definisi operasional yang lebih jelas dan metode verifikasi pada indikator tertentu.

Kata Kunci: PHBS; rumah tangga; perilaku kesehatan; sanitasi; promosi kesehatan

Article Info:

Diterima: 15 Juli 2026; Disetujui: 28 Juli 2026; Dipublikasikan Daring: 20 Agustus 2026

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui pembiasaan perilaku kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. PHBS diartikan sebagai berbagai perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran pribadi sehingga individu dan anggota keluarga mampu menjaga serta meningkatkan kesehatannya secara mandiri. Penerapan PHBS tidak hanya berperan dalam mencegah terjadinya penyakit, tetapi juga mendorong masyarakat untuk berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat. Salah satu tataan yang menjadi dasar penerapan PHBS adalah tataan rumah tangga karena keluarga merupakan lingkungan pertama dalam pembentukan kebiasaan dan perilaku kesehatan seseorang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

■

PHBS pada tatanan rumah tangga bertujuan memberdayakan anggota keluarga agar mengetahui, mau, dan mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat. Penerapan PHBS rumah tangga mencakup beberapa indikator, yaitu persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, pemberian ASI eksklusif, berat badan ideal, penggunaan air bersih, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, penggunaan jamban sehat, pemberantasan jentik nyamuk, konsumsi buah dan sayur, aktivitas fisik setiap hari, serta tidak merokok di dalam rumah. Indikator tersebut mencakup upaya pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan ibu dan anak, kesehatan lingkungan, serta pencegahan penyakit tidak menular (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2012; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Penerapan PHBS di tingkat rumah tangga masih menjadi salah satu perhatian dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Berdasarkan analisis data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), pada tahun 2018 proporsi rumah tangga yang melakukan praktik PHBS secara keseluruhan mencapai 39,1%. Beberapa indikator telah menunjukkan capaian yang cukup tinggi, seperti persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan, ketersediaan sumber air bersih, penggunaan jamban, pemberantasan jentik nyamuk, dan penimbangan balita. Namun, beberapa perilaku masih menunjukkan capaian yang relatif rendah, terutama pemberian ASI eksklusif, aktivitas fisik, konsumsi sayur dan buah, serta perilaku tidak merokok di dalam rumah. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penerapan PHBS masih perlu diperkuat melalui upaya promosi kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Penerapan PHBS pada rumah tangga dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam keluarga maupun lingkungan sekitar. Pengetahuan, pendidikan, sikap, dukungan keluarga, peran kader kesehatan, serta ketersediaan sarana dan prasarana dapat berhubungan dengan pelaksanaan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian di Aceh menunjukkan bahwa faktor pengetahuan, pendidikan, sikap, dukungan keluarga, peran kader kesehatan, serta ketersediaan sarana dan prasarana menjadi aspek yang berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat pada rumah tangga. Oleh karena itu, gambaran mengenai penerapan setiap indikator PHBS pada suatu wilayah diperlukan untuk mengetahui perilaku kesehatan yang sudah baik maupun yang masih perlu ditingkatkan (Puteri et al., 2023).

Kondisi penerapan PHBS di wilayah Kabupaten Aceh Besar juga menunjukkan bahwa setiap desa dapat memiliki gambaran perilaku kesehatan yang berbeda. Penelitian mengenai PHBS rumah tangga di Desa Lam Rukam, Kecamatan Peukan Bada, Kabupaten Aceh Besar, menunjukkan adanya variasi pada setiap indikator PHBS. Beberapa indikator telah diterapkan dengan baik, seperti persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan, mencuci tangan menggunakan air bersih dan sabun, penggunaan sumber air bersih, serta penggunaan jamban. Namun, indikator tidak merokok di dalam rumah masih menunjukkan capaian yang rendah. Perbedaan penerapan antarindikator tersebut menunjukkan pentingnya pengkajian PHBS secara lebih spesifik pada masing-masing desa agar permasalahan kesehatan yang ada dapat diketahui dengan lebih jelas (Seni et al., 2024).

Desa Meunasah Baet merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Aceh Besar yang perlu mendapatkan perhatian dalam penerapan PHBS pada tatanan rumah tangga. Kondisi PHBS masyarakat tidak dapat hanya dilihat secara umum, tetapi perlu diketahui berdasarkan masing-masing indikator yang berkaitan dengan kesehatan ibu dan anak,

kesehatan lingkungan, perilaku pencegahan penyakit, serta pola hidup sehat. Gambaran tersebut penting sebagai dasar untuk mengetahui perilaku yang telah diterapkan oleh masyarakat dan mengidentifikasi indikator yang masih memerlukan peningkatan. Penilaian PHBS pada tingkat rumah tangga juga dapat menjadi dasar dalam menentukan upaya promosi kesehatan yang sesuai dengan kondisi masyarakat setempat (Insani & Martha, 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai “Gambaran Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tataan Rumah Tangga di Desa Meunasah Baet, Kabupaten Aceh Besar” penting dilakukan untuk mengetahui penerapan PHBS pada masyarakat berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kondisi PHBS rumah tangga di Desa Meunasah Baet serta menjadi informasi yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam meningkatkan upaya promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat di tingkat desa.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei. Penelitian dilaksanakan di Desa Meunasah Baet, Kabupaten Aceh Besar pada bulan juni tahun 2026. Pengumpulan data dilakukan secara langsung kepada responden menggunakan kuesioner mengenai penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga.

Populasi penelitian adalah seluruh rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kabupaten Aceh Besar. Sampel penelitian berjumlah 314 responden, dengan 312 responden memiliki data yang dapat dianalisis dan 2 data tidak lengkap (missing). pengambilan responden dilakukan melalui survei langsung dilapangan dengan menggunakan kuesioner. Data yang terkumpul kemudian diperiksa dan diolah menggunakan SPSS.

Penelitian dilakukan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian. Sebelum pengumpulan data, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan diminta memberikan persetujuan setelah mendapatkan informasi (informed consent). Identitas responden dijaga kerahasiaannya dan data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Penelitian juga dilakukan berdasarkan izin penelitian dari instrumen/pihak terkait.

Table 1. Distribusi Penerapan PHBS Pada Rumah Tangga Didesa meunasah Baet

No	Indikator PHBS	Ya, n (%)	Tidak, n (%)	Data lainnya
1	Persalinan ditolong oleh kesehatan	116 (37,2)	196 (62,8)	0
2	Asi eksklusif	116 (37,2)	195 (62,5)	1 (kode 9)
3	Berat badan ideal	247 (79,2)	63 (20,2)	2 (kode 4 dan 10)
4	Mencuci tangan dengan sabun	312 (100)	0 (0)	0
5	Menggunakan air bersih	312 (100)	0 (0)	0
6	Menggunakan jamban sehat	312 (100)	0 (0)	0

No	Indikator PHBS	Ya, n (%)	Tidak, n (%)	Data lainnya
7	Memberantas jentik nyamuk	312 (100)	0 (0)	0
8	Mengonsumsi sayur dan buah	312 (100)	0 (0)	0
9	Melakukan aktivitas fisik	236 (75,6)	74 (23,7)	2 (kode 2)
10	Tidak merokok	255 (81,7)	56 (17,9)	1 (kode 2)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet memiliki capaian yang berbeda pada setiap indikator. Dari 312 responden yang datanya dapat dianalisis, beberapa indikator menunjukkan penerapan yang sangat baik, sedangkan beberapa indikator lainnya masih tergolong rendah dan memerlukan perhatian. Perbedaan capaian tersebut menunjukkan bahwa penerapan PHBS pada rumah tangga dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengetahuan, pendidikan, sikap, dukungan keluarga, peran kader kesehatan, serta ketersediaan sarana dan prasarana (Puteri et al., 2023).

Pada indikator persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan, sebanyak 116 responden (37,2%) menjawab ya, sedangkan 196 responden (62,8%) menjawab tidak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan indikator persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan masih rendah. Persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan merupakan salah satu indikator PHBS rumah tangga yang berkaitan dengan upaya menjaga kesehatan ibu dan bayi. Rendahnya capaian pada indikator ini menunjukkan perlunya peningkatan edukasi dan promosi kesehatan kepada masyarakat mengenai pentingnya persalinan yang aman dengan bantuan tenaga kesehatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2012).

Pada indikator pemberian ASI eksklusif, sebanyak 116 responden (37,2%) menjawab ya dan 195 responden (62,5%) menjawab tidak, sedangkan terdapat 1 data lainnya dengan kode 9. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan ASI eksklusif masih rendah. Pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu indikator PHBS rumah tangga yang berkaitan dengan kesehatan ibu dan anak. Rendahnya penerapan indikator ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan mengenai pentingnya ASI eksklusif masih perlu ditingkatkan kepada ibu dan keluarga agar pemahaman serta dukungan terhadap pemberian ASI eksklusif dapat diperkuat.

Pada indikator berat badan ideal, sebanyak 247 responden (79,2%) berada pada kategori ya dan 63 responden (20,2%) berada pada kategori tidak. Terdapat pula 2 data lainnya dengan kode 4 dan 10. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki berat badan yang termasuk dalam kategori ideal. Meskipun demikian, masih terdapat responden yang belum mencapai berat badan ideal sehingga diperlukan perhatian terhadap pola makan dan aktivitas fisik sebagai bagian dari upaya mempertahankan kondisi kesehatan masyarakat. Penilaian kondisi kesehatan melalui indikator PHBS diperlukan untuk mengetahui perilaku yang sudah baik maupun yang masih perlu ditingkatkan.

■

Indikator mencuci tangan dengan sabun menunjukkan hasil yang sangat baik. Seluruh responden yang dapat dianalisis, yaitu 312 responden (100%), menjawab ya. Hasil yang sama juga ditemukan pada indikator penggunaan air bersih, penggunaan jamban sehat, pemberantasan jentik nyamuk, serta konsumsi sayur dan buah, yang masing-masing mencapai 312 responden (100%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa beberapa indikator PHBS yang berkaitan dengan kebersihan diri, sanitasi lingkungan, dan pola hidup sehat telah diterapkan dengan sangat baik oleh masyarakat Desa Meunasah Baet. Penggunaan air bersih, mencuci tangan dengan sabun, penggunaan jamban sehat, dan pemberantasan jentik nyamuk merupakan bagian dari indikator PHBS rumah tangga.

Aspek sanitasi dalam penelitian ini menunjukkan hasil yang sangat baik. Penggunaan air bersih, penggunaan jamban sehat, mencuci tangan dengan sabun, dan pemberantasan jentik nyamuk masing-masing mencapai 312 responden (100%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa masyarakat telah menerapkan sanitasi dasar dalam kehidupan sehari-hari. Sanitasi yang baik berperan dalam menjaga kebersihan lingkungan rumah tangga dan mendukung upaya pencegahan penyakit yang berkaitan dengan lingkungan. Hasil penelitian sebelumnya di Kabupaten Aceh Besar juga menunjukkan bahwa beberapa indikator PHBS seperti mencuci tangan menggunakan air bersih dan sabun, penggunaan sumber air bersih, serta penggunaan jamban telah diterapkan dengan baik pada masyarakat (Seni et al., 2024).

Pada indikator konsumsi sayur dan buah, seluruh responden (100%) menjawab ya. Hasil ini menunjukkan bahwa konsumsi sayur dan buah telah menjadi perilaku yang diterapkan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Konsumsi sayur dan buah merupakan salah satu indikator PHBS rumah tangga yang berkaitan dengan penerapan pola hidup sehat. Tingginya capaian indikator ini merupakan kondisi yang baik dan perlu dipertahankan melalui edukasi mengenai pola makan sehat dan seimbang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Pada indikator melakukan aktivitas fisik, sebanyak 236 responden (75,6%) menjawab ya dan 74 responden (23,7%) menjawab tidak, sedangkan terdapat 2 data lainnya dengan kode 2. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah melakukan aktivitas fisik, meskipun masih terdapat responden yang belum menerapkannya. Aktivitas fisik merupakan salah satu indikator PHBS rumah tangga yang perlu dipertahankan dan ditingkatkan karena termasuk dalam perilaku hidup sehat.

Pada indikator tidak merokok, sebanyak 255 responden (81,7%) menjawab ya dan 56 responden (17,9%) menjawab tidak, serta terdapat 1 data lainnya dengan kode 2. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyatakan tidak merokok, tetapi masih terdapat responden yang merokok. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku tidak merokok masih perlu diperkuat, terutama untuk menciptakan lingkungan rumah yang sehat dan mengurangi paparan asap rokok terhadap anggota keluarga.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan PHBS di Desa Meunasah Baet belum merata pada seluruh indikator. Indikator mencuci tangan dengan sabun, menggunakan air bersih, menggunakan jamban sehat,

■

memberantas jentik nyamuk, dan mengonsumsi sayur dan buah menunjukkan capaian yang sangat baik, yaitu 100%. Namun, indikator persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan dan ASI eksklusif masih menunjukkan capaian yang rendah. Aktivitas fisik dan perilaku tidak merokok juga masih memerlukan peningkatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penguatan PHBS perlu diarahkan pada indikator yang masih rendah sesuai dengan kondisi masyarakat setempat (Insani & Martha, 2023).

Hasil penelitian ini memperlihatkan adanya perbedaan penerapan antarindikator PHBS pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet. Beberapa indikator telah diterapkan dengan sangat baik, terutama yang berkaitan dengan sanitasi dan kebersihan lingkungan, sedangkan indikator kesehatan ibu dan anak serta beberapa perilaku gaya hidup masih perlu diperkuat. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai indikator PHBS yang telah diterapkan dengan baik dan indikator yang masih membutuhkan peningkatan di Desa Meunasah Baet. Informasi tersebut dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, kader, dan pihak desa dalam menentukan kegiatan promosi kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Upaya peningkatan PHBS perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui edukasi, pemberdayaan masyarakat, serta penguatan dukungan dari keluarga, kader kesehatan, dan pihak terkait (Puteri et al., 2023).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan PHBS pada tatanan rumah tangga di Desa Meunasah Baet memiliki variasi pada setiap indikator. Sebagian besar indikator menunjukkan proporsi penerapan yang tinggi, terutama pada perilaku kebersihan dan sanitasi rumah tangga, sedangkan persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan dan pemberian ASI eksklusif masih menunjukkan proporsi penerapan yang rendah. Dengan demikian, penerapan PHBS perlu dilihat berdasarkan masing-masing indikator karena penelitian ini tidak menetapkan batas kategori untuk menentukan PHBS secara keseluruhan sebagai “baik” atau “kurang baik”. Penelitian ini memberikan gambaran awal mengenai indikator PHBS yang telah banyak diterapkan dan indikator yang masih memerlukan perhatian di Desa Meunasah Baet. Hasil tersebut dapat dimanfaatkan sebagai dasar bagi tenaga kesehatan, kader, dan pemerintah desa dalam menentukan prioritas promosi kesehatan, khususnya terkait persalinan oleh tenaga kesehatan dan ASI eksklusif. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengidentifikasi faktor yang berkaitan dengan rendahnya penerapan indikator tersebut serta menggunakan observasi atau metode verifikasi pada indikator tertentu untuk memperoleh gambaran PHBS yang lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

Susianti, S., Windarti, I., & Zuraida, R. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Rumah Tangga di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *JPM (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Ruwa Jurai*, 6(1), 1-5.

- Puteri, N. S., Azwar, E., & Fahdhienie, F. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Rumah Tangga. *Afiasi: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 472-480.
- Agustina, A. N. N., Setianto, B., & Lara, A. G. (2023). Evaluasi Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Rumah Tangga. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(3), 500-505.
- HERAWATI, H., MAPPEATY, N., ISMAIL, E., & INDAH, A. (2023). Promosi Kesehatan Memengaruhi Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) padaTatanan Rumah Tangga di Desa Bonan Dolok Kecamatan Batang Onang Kabupaten Padang Lawas Utara. *JOURNAL OF EDUCATIONAL INNOVATION AND PUBLIC HEALTH Учредители: Politeknik Pratama Purwokerto*, 1(1), 134-148.
- Nastiti, A. D., Kusuma, E., Puspitasari, R. H., & Handayani, D. (2023). Penguatan Edukasi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dalam Tatanan Rumah Tangga sebagai Upaya Menciptakan Keluarga Ber-PHBS. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), 1623-1629.
- Karim, D. S. P. (2018). Determinan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tangga. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(01), 1-9.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2012). Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Profil kesehatan Indonesia 2020. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Puteri, N. S., Azwar, E., & Fahdhienie, F. (2023). Faktor yang berhubungan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada rumah tangga. *Afiasi: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 472-480. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v8i2.291>
- Seni, W., Amalia, R., Amani, Z. R., Hikmah, N., Faihaa, P., Gustiana, A., & Rahmadani, S. (2024). Gambaran prilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) rumah tangga di Desa Lam Rukam Kecamatan Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Celebes*, 5(1), 1-7.