

Original Research Paper

Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat Pesisir melalui Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan di Desa Malaka, Lombok

Rifana Cholidah^{1*}, Romy Healthy Mikaila¹, Dwi Ayu Rahmawati¹, Danda Ananda¹

¹Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram

DOI : <https://doi.org/10.29303/jpmi.v8i2.12062>

Situsi: Cholidah, R., Mikaila, R. H., Rahmawati, D, A., & Ananda, D. (2025). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat Pesisir melalui Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan di Desa Malaka, Lombok. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 8(2)

Article history

Received: 08 Juni 2025

Revised: 15 Juni 2025

Accepted: 28 Juni 2025

*Corresponding Author: Rifana Cholidah, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia;
Email:
rifana.cholidah@unram.ac.id

Abstract: Desa Malaka, Kabupaten Lombok Utara merupakan salah satu wilayah dengan permasalahan penyakit yang dominan berupa keluhan penyakit kulit dan hipertensi yang belum tertangani secara optimal. Selain itu, anak-anak usia sekolah dasar juga belum terbiasa menjalankan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat melalui dua pendekatan, yakni penyuluhan PHBS kepada siswa SD dan pemeriksaan kesehatan dasar kepada masyarakat umum. Kegiatan dilaksanakan di SDN 1 Malaka dan Dusun Kecinan. Edukasi dilakukan dengan metode penyuluhan dan demonstrasi praktik cuci tangan, sedangkan pemeriksaan kesehatan mencakup pengukuran antropometri, tekanan darah, gula darah sewaktu dan konsultasi keluhan umum. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kebiasaan PHBS yang baik, sedangkan sebagian besar masyarakat mengeluhkan penyakit kulit dan menunjukkan gejala hipertensi. Kegiatan ini terbukti bermanfaat sebagai upaya promotif dan preventif kesehatan masyarakat di daerah pesisir.

Kata kunci: PHBS, penyakit kulit, hipertensi, masyarakat pesisir

Pendahuluan

Wilayah pesisir merupakan salah satu kawasan yang memiliki kerentanan tinggi terhadap berbagai permasalahan kesehatan masyarakat. Faktor-faktor seperti sanitasi lingkungan yang buruk, kebiasaan hidup tidak higienis, keterbatasan akses air bersih, serta terbatasnya fasilitas dan tenaga kesehatan di wilayah pesisir menyebabkan berbagai penyakit infeksi dan tidak menular masih banyak ditemukan di masyarakat (Ramdhani K *et al.*, 2022). Penyakit yang sering terjadi di lingkungan pesisir meliputi penyakit kulit, hipertensi yang tidak terdiagnosa atau tidak terkontrol secara optimal.

Desa Malaka, sebagai salah satu desa pesisir di Kabupaten Lombok Utara, masih menghadapi

tantangan serupa. Hasil observasi dan interaksi langsung tim pengabdian menunjukkan bahwa masyarakat di dusun-dusun desa tersebut, terutama di Dusun Kecinan, masih banyak mengeluhkan gatal-gatal pada kulit dan keluhan pusing pada kepala yang mengarah pada kasus hipertensi. Banyak warga yang belum melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin karena keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan, sehingga keluhan sering diabaikan atau ditangani secara mandiri tanpa pengawasan medis.

Di sisi lain, anak-anak usia sekolah dasar (SD) sebagai generasi penerus belum sepenuhnya memahami pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari. Praktik mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan

tubuh dan kuku, serta penggunaan alas kaki di luar rumah belum menjadi kebiasaan umum, yang dapat meningkatkan risiko cacingan dan infeksi kulit.

Permasalahan ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk melakukan intervensi berbasis edukasi dan pemeriksaan kesehatan sebagai bagian dari pendekatan promotif dan preventif. Melalui kegiatan pengabdian ini, tim melaksanakan penyuluhan PHBS bagi siswa SDN 1 Malaka dan pemeriksaan kesehatan umum di Dusun Kecinan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang kebersihan pribadi serta membantu masyarakat dalam deteksi dini keluhan umum, sekaligus memberikan saran tindak lanjut secara langsung dari tenaga kesehatan.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 24 Mei 2025 di Desa Malaka, Kecamatan Pemenang, Kabupaten Lombok Utara. Kegiatan terbagi menjadi dua bagian utama yang menyasar kelompok sasaran berbeda namun masih dalam satu kawasan administratif, yaitu siswa sekolah dasar dan masyarakat umum.

Penyuluhan PHBS di SDN 1 Malaka

Penyuluhan dilaksanakan di SD Negeri 1 Malaka dan diikuti oleh 31 siswa kelas I dan II. Materi penyuluhan difokuskan pada Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), mencakup alasan mengapa mencuci tangan perlu dilakukan untuk mencegah penularan kuman, langkah-langkah mencuci tangan yang benar, serta waktu-waktu penting untuk mencuci tangan. Selain itu, disampaikan pula cara menjaga kesehatan gigi dan mulut, termasuk kebiasaan menyikat gigi dua kali sehari, teknik menyikat yang benar, dan pengenalan bagian-bagian gigi. Anak-anak juga diajak memahami dampak negatif jika tidak menjaga kebersihan diri, seperti gigi berlubang, bau mulut, serta risiko infeksi. Seluruh materi disampaikan secara interaktif dan disertai demonstrasi sederhana yang melibatkan partisipasi siswa agar pesan mudah diingat dan diterapkan dalam keseharian.

Pemeriksaan Kesehatan di Dusun Kecinan

Pemeriksaan kesehatan dilakukan di Dusun Kecinan dan ditujukan untuk masyarakat umum, khususnya orang tua dan warga sekitar. Pemeriksaan meliputi pengukuran antropometri, tekanan darah, pemeriksaan gula darah sewaktu (GCU), serta

konsultasi ringan terhadap keluhan yang disampaikan. Kegiatan berlangsung selama ±3 jam dan difasilitasi oleh kementerian pengabdian masyarakat BEM KM FKIK Universitas Mataram bersama kader kesehatan desa. Keluhan yang paling banyak disampaikan adalah gatal-gatal pada kulit dan keluhan pusing, yang pada beberapa warga menunjukkan tanda-tanda hipertensi.

Hasil dan Pembahasan

Penyuluhan PHBS

Penyuluhan kepada siswa berjalan dengan lancar dan mendapat respons antusias. Mayoritas siswa sudah mulai terbiasa mencuci tangan dengan sabun sebelum makan atau setelah buang air, serta aktivitas lainnya. Demonstrasi praktik cuci tangan menjadi bagian yang paling menarik bagi siswa dan memudahkan pemahaman mereka terhadap konsep PHBS.



Gambar 1. Penyuluhan tentang PHBS



Gambar 2. Pemberian hadiah setelah penyuluhan

Pemeriksaan Kesehatan

Dari total warga yang diperiksa ±75 orang, ditemukan bahwa sebagian besar mengeluhkan masalah kulit seperti gatal, diduga berkaitan dengan kebiasaan mandi di laut. Selain itu, beberapa warga

menunjukkan tekanan darah di atas batas normal ($\geq 140/90$ mmHg). Pemeriksaan gula darah sewaktu (GCU) juga dilakukan dan ditemukan beberapa kasus warga dengan kadar gula darah yang melebihi ambang batas normal (≥ 140 mg/dL), menandakan potensi risiko diabetes yang belum terdiagnosis.



Gambar 3. Pemeriksaan Kesehatan



Gambar 4. Pemberian obat gratis

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian ini berhasil dilaksanakan dengan dua sasaran utama yaitu siswa SD dan masyarakat umum di Desa Malaka. Penyuluhan PHBS meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya kebersihan pribadi, sedangkan pemeriksaan kesehatan memberikan deteksi awal terhadap keluhan umum yang sering diabaikan, khususnya penyakit kulit dan hipertensi.

Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dan pemeriksaan dasar yang sederhana namun terfokus dapat menjadi langkah awal yang penting dalam meningkatkan kesadaran dan kesehatan masyarakat pesisir. Perlu dilakukan keberlanjutan kegiatan serupa secara berkala, termasuk pelatihan kader lokal agar pesan-pesan kesehatan dapat diteruskan secara mandiri di komunitas setempat.

Daftar Pustaka

Clara Hendrik, V., Romeo, P., Marni, 2024. Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga di Desa Kolobolon Kecamatan Lobalain Kabupaten Rote Ndao. *Antigen : Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi* 2, 22–35.
<https://doi.org/10.57213/antigen.v2i4.433>

Ramdhani K, D., Hidajat, D., A.A.A, N.W., 2022. Pengenalan dan Edukasi Deteksi Dini Penyakit Kulit di Daerah Pesisir Pantai Ampenan, Lombok NTB. *Jurnal Gema Ngabdi* 4, 90–94.
<https://doi.org/10.29303/jgn.v4i1.232>