

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN DEMAM BERDARAH DENGUE DI KELURAHAN KOTA ALAM, LAMPUNG UTARA

Ipan Jeremia Manik¹, Naufal Rizki Suandra Putra², Wahyu Rianto², Eriza Tri Sativa³,
Ni Wayan Ayu Pratisia Wati⁴, Nasya Tsabitah⁵, Khairunnisa⁶, Aryan Danil Mirza. BR^{7*},
Mega Metalia⁷

¹Jurusan Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

²Jurusan Administrasi Bisnis, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lampung

³Jurusan Ilmu Komputer, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lampung

⁴Jurusan Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lampung

⁵Jurusan Ilmu Pemerintahan, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lampung

⁶Jurusan Ekonomi Pengembangan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Lampung,

⁷Jurusan Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Lampung

ABSTRAK

Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia, terutama di daerah dengan kondisi lingkungan yang mendukung perkembangbiakan nyamuk *Aedes aegypti*. Salah satu langkah preventif yang efektif adalah penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui edukasi dan pemberdayaan masyarakat. Program penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya siswa sekolah dasar, mengenai PHBS dan strategi pencegahan DBD. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, demonstrasi, serta diskusi interaktif. Program ini dilaksanakan di tiga sekolah dasar di Kelurahan Kota Alam, Kabupaten Lampung Utara. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kesadaran dan pemahaman siswa terhadap PHBS, termasuk penerapan metode 3M Plus (Menguras, Menutup, Mendaur Ulang, serta upaya tambahan seperti penggunaan kelambu dan obat antinyamuk). Evaluasi juga menunjukkan antusiasme tinggi dari siswa dalam sesi interaktif dan praktik cuci tangan sesuai standar *World Health Organization*. Oleh karena itu, diperlukan keberlanjutan program edukasi guna memastikan perubahan perilaku yang lebih efektif dalam menekan angka kejadian DBD.

Kata Kunci: *Demam Berdarah Dengue*, Penyuluhan, PHBS, Sekolah Dasar, pencegahan DBD.

*Korespondensi:

Aryan Danil Mirza. BR

Jl. Prof. Sumantri Brodjonegoro No 1 Bandar Lampung

+62-896-3283-2380 | Email: aryan.danil@feb.unila.ac.id

PENDAHULUAN

Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan salah satu penyakit menular yang masih menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia, terutama di daerah dengan kepadatan penduduk yang tinggi.¹ Penyakit ini disebabkan oleh virus dengue yang ditularkan melalui gigitan nyamuk *Aedes aegypti*. Salah satu strategi utama dalam upaya pencegahan DBD adalah melalui edukasi dan penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), terutama bagi anak-anak sekolah dasar yang memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan bebas dari sarang nyamuk.²

PHBS merupakan suatu upaya yang dilakukan oleh individu, keluarga, dan masyarakat dalam menjaga kesehatan guna mencegah berbagai penyakit, termasuk DBD.³ Penerapan PHBS, seperti menjaga kebersihan lingkungan, memastikan ketersediaan air bersih, serta pemberantasan sarang nyamuk melalui metode 3M Plus (Menguras, Menutup, Mendaur ulang,

serta upaya pencegahan lainnya), telah terbukti efektif dalam menekan risiko penularan DBD.⁴

Penyuluhan mengenai PHBS kepada anak sekolah dasar bertujuan untuk menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini, sehingga dapat membentuk pola perilaku yang berkelanjutan.⁵ Beberapa aspek PHBS yang diajarkan dalam penyuluhan ini meliputi kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan, membuang sampah pada tempatnya, serta melakukan upaya pencegahan DBD seperti menguras, menutup, dan mendaur ulang tempat-tempat yang dapat menjadi sarang nyamuk. Dengan pemahaman yang baik mengenai PHBS, diharapkan anak-anak dapat berperan aktif dalam mencegah penyebaran DBD di lingkungan sekolah dan rumah mereka.⁶

Metode penyuluhan yang efektif bagi anak sekolah dasar harus melibatkan pendekatan interaktif, seperti penggunaan media visual, permainan edukatif, serta demonstrasi langsung terkait PHBS. Studi terdahulu menunjukkan bahwa pendekatan interaktif dalam penyuluhan dapat meningkatkan pemahaman dan kepatuhan anak-anak terhadap perilaku hidup sehat.⁷ Selain itu, peran guru dan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi secara berkelanjutan sangat penting untuk memastikan bahwa anak-anak benar-benar menerapkan kebiasaan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.⁸

Selain pendidikan formal, dukungan orang tua dan masyarakat dalam mendukung penerapan PHBS juga merupakan faktor krusial dalam keberhasilan program ini. Penelitian lain menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam memantau dan membimbing anak-anak dalam praktik PHBS dapat meningkatkan efektivitas penyuluhan dan mempercepat perubahan perilaku.⁹ Oleh karena itu, program penyuluhan PHBS kepada anak sekolah dasar harus melibatkan berbagai pihak, termasuk sekolah, tenaga kesehatan, dan orang tua, untuk menciptakan lingkungan yang sehat dan bebas dari DBD.¹⁰

Penyuluhan PHBS dan pencegahan DBD kepada anak sekolah dasar merupakan langkah strategis dalam meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam menjaga kesehatan lingkungan. Dengan metode yang tepat dan dukungan berbagai pihak, diharapkan angka kejadian DBD dapat ditekan secara signifikan dan menciptakan generasi yang lebih sehat di masa depan.

Berdasarkan informasi dari tercatat Sepanjang Tahun 2024 dan memasuki Januari tahun 2025 di Kabupaten Lampung Utara terdapat 1698 pasien yang terkena DBD dan 7 diantaranya mengalami kematian¹¹. Hasil identifikasi yang telah dilakukan, sebagian besar kasus DBD yang terjadi akibat dari kurangnya pemahaman masyarakat Kota Alam terhadap Penyebaran dan pencegahan DBD. Pemahaman dasar seperti definisi, penyebab, dampak, hingga cara mengatasinya tergolong minim sehingga dampak akibat minim akan pemahaman DBD yakni berupa missunderstand mengenai DBD terhadap masyarakat yang rentan terhadap penyakit DBD.

Penyuluhan PHBS dan pencegahan DBD dalam program ini menargetkan siswa sekolah dasar sebagai sasaran utama. Hal ini didasarkan pada asumsi bahwa edukasi sejak dini dapat membentuk kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan. Selain itu, siswa juga dapat menjadi agen perubahan dalam keluarga dan lingkungan sekitar mereka. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi penyuluhan interaktif, demonstrasi praktik PHBS, serta diskusi yang melibatkan partisipasi aktif dari peserta. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kepatuhan dalam menerapkan PHBS secara konsisten.

Dengan adanya program penyuluhan ini, diharapkan dapat tercipta peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan menerapkan

PHBS sebagai langkah preventif terhadap DBD. Selain itu, program ini juga bertujuan untuk memberdayakan komunitas dalam mengambil peran aktif dalam upaya pencegahan dan pengendalian DBD. Keberlanjutan edukasi dan kolaborasi antara berbagai pihak, seperti sekolah, tenaga kesehatan, dan masyarakat, menjadi kunci utama dalam menekan angka kejadian DBD dan menciptakan lingkungan yang lebih sehat bagi generasi mendatang.

METODE

Metode penulisan artikel menggunakan pendekatan kualitatif dengan model deskriptif-eksplanatif yang memberikan gambaran detail artikel terkait program kerja penyuluhan PHBS serta DBD sekaligus menjelaskan langkah-langkah persiapan kegiatan, saat, hingga output dan outcome dari program kerja. Data yang digunakan dalam pembuatan artikel ini merupakan data primer yang bersumber dari hasil diskusi pada akhir sesi materi di kegiatan penyuluhan PHBS serta Pencegahan DBD.

Adapun tahap-tahap pelaksanaan kegiatan penyuluhan PHBS dan DBD sebagai berikut:

Tahap Pra Pelaksanaan

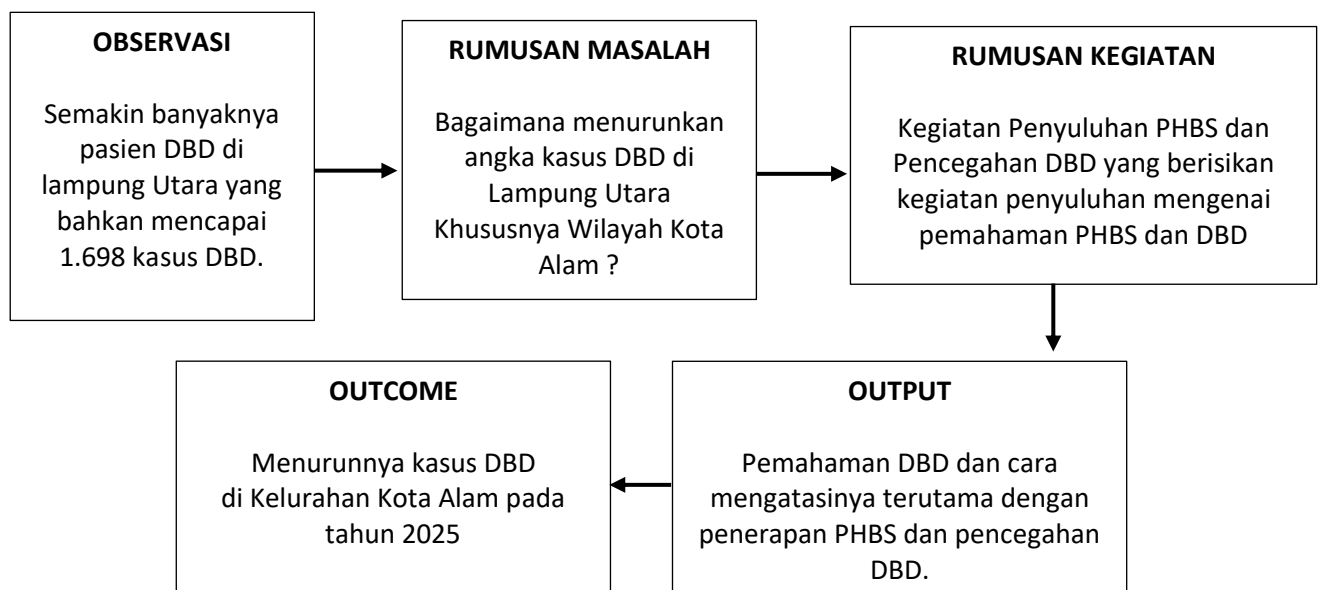
1. Penentuan tema kegiatan
2. Penyusunan rangkaian dan susunan kegiatan
3. Penentuan jobdesk kepanitiaian kegiatan
4. Penentuan hadiah serta racangan anggaran biaya kegiatan
5. Pembuatan Materi

Tahapan Saat Pelaksanaan

1. Pemaparan materi PHBS dan DBD
2. Sesi diskusi PHBS dan DBD
3. Sesi Penerapan Cuci Tangan WHO Sebagai Gambaran penerapan PHBS

Tahapan Post Pelaksanaan

1. Observasi pemahaman anak anak Sekolah Dasar dalam pengetahuan dasar mengenai PHBS dan pencegahan penyakit DBD.
2. Observasi penerapan PHBS yaitu cuci tangan WHO oleh anak anak Sekolah Dasar di wastafel depan ruangan kelas.



Bagan 1. Kerangka Konsep Penyusunan Kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kerja kegiatan Penyuluhan PHBS dan pencegahan DBD terlaksana di 3 sekolah dasar di wilayah kelurahan Kota Alam yaitu: SD Xaverius Kota Bumi, SDN 05 Kota Alam, dan Min 7 Lampung Utara yang secara berurutan dilakukan pada 3 hari yang berbeda yaitu pada tanggal 17 Januari 2025, 20 Januari 2025, dan 30 Januari 2025. Secara bertahap, di setiap pelaksanaannya kegiatan ini terdiri dari beberapa tahap yakni pra, saat, dan post. Dalam menilai hasil dari aspek berhasilnya kegiatan ini serta tercapainya output yang dicapai, dapat dilihat dari evaluasi di masing-masing tahapan. Sedangkan dalam aspek kelancaran kegiatan, dilihat dari gambaran bagaimana berlangsungnya kegiatan. Persiapan/pra kegiatan ini sudah terlaksana sejak tanggal 13 Januari 2025 dalam hal penyusunan rangkaian kegiatan, penentuan jobdesk, serta penyusunan rancangan anggaran dana kegiatan. Tetapi dalam hal post kegiatan, pelaksanaan observasi lanjutan tidak dapat kami lakukan dikarenakan waktu kegiatan.

Tabel 1. Evaluasi Setiap Tahapan.

Tahapan	Realita	Evaluasi
Pra Kegiatan	Kunjungan ke Sekolah Dasar di sekitar Kota Alam untuk survey jumlah siswa, Lokasi pelaksanaan sosialisasi, dan izin ke pihak sekolah terkait	Dalam penyusunan rangkaian kegiatan masih terdapat revisi secara mendadak dan revisi masih dapat ditemukan saat bejalannya hari H
	Melakukan penyusunan rangkaian kegiatan sosialisasi PHBS dan Pencegahan DBD	
	Melakukan penentuan jobdesk kepanitiaan	
	Melakukan penyusunan rancangan anggaran dana kegiatan	
	Pembuatan materi	
Saat Kegiatan	Melakukan pemaparan materi	Beberapa sekolah masih terbatas dengan media presentasi seperti proyektor dan pengeras suara
	Demonstrasi cara melakukan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.	
	Membuka sesi tanya jawab	
Post Kegiatan	Mengadakan foto bersama	Pelaksanaan observasi tidak bisa dilaksanakan karena keterbatasan waktu pelaksanaan program pengabdian.
	Observasi pemahaman anak anak Sekolah Dasar dalam pengetahuan dasar mengenai PHBS dan pencegahan penyakit DBD.	
	Observasi penerapan PHBS yaitu cuci tangan WHO oleh anak anak Sekolah Dasar di wastafel depan ruangan kelas.	

Hasil observasi menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman siswa mengenai PHBS dan pencegahan DBD. Siswa menjadi lebih sadar akan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, menerapkan 3M (Menguras, Menutup, dan Mendaur ulang), serta menggunakan kelambu atau obat nyamuk untuk mencegah gigitan nyamuk *Aedes aegypti*. Hal ini terlihat dari tingginya partisipasi siswa dalam sesi diskusi dan demonstrasi praktik cuci tangan sesuai standar WHO.



Gambar 1. Pemberian Materi Penerapan PHBS dan Pencegahan DBD di SDN 05 Kota Alam (a), MIN 7 Lampung Utara (b), dan SD Xaverius Kota Bumi (c).

Hasil dari sesi diskusi menunjukkan bahwa siswa memiliki ketertarikan tinggi terhadap materi yang diberikan. Mereka aktif mengajukan pertanyaan dan mampu menjawab pertanyaan yang diajukan oleh pemateri. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang melibatkan demonstrasi dan diskusi interaktif lebih efektif dibandingkan dengan metode ceramah satu arah.

Selain itu, kegiatan penyuluhan PHBS dan pencegahan DBD memiliki dampak positif terhadap peningkatan kesadaran siswa akan pentingnya pola hidup sehat. Berdasarkan teori perubahan perilaku, peningkatan pemahaman merupakan tahap awal dalam mengubah kebiasaan masyarakat¹². Dengan memberikan edukasi kepada anak-anak usia sekolah dasar, diharapkan mereka dapat menjadi agen perubahan dalam keluarga dan lingkungan sekitarnya¹³.



Gambar 2. Foto Bersama Kegiatan Penyuluhan PHBS dan Pencegahan DBD di SDN 05 Kota Alam (a), MIN 7 Lampung Utara (b), dan SD Xaverius Kota Bumi (c).

Kendala dalam pelaksanaan kegiatan, seperti keterbatasan fasilitas, menjadi tantangan yang perlu diperhatikan dalam program penyuluhan di masa mendatang. Penggunaan media visual dan alat peraga yang lebih menarik dapat menjadi solusi dalam meningkatkan efektivitas penyampaian materi. Selain itu, observasi pasca kegiatan sebaiknya dilakukan secara berkala untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari penyuluhan ini.

Menurut data dari Puskesmas Kota Bumi Selatan II, pada tahun 2024 hingga awal 2025, terdapat 1.698 kasus DBD di Kabupaten Lampung Utara, dengan 7 kasus di antaranya berujung pada kematian. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi dan pencegahan DBD harus dilakukan secara berkelanjutan. Program penyuluhan PHBS dan pencegahan DBD yang telah dilakukan merupakan langkah awal yang baik, namun masih memerlukan upaya lebih lanjut dalam bentuk pendampingan dan monitoring berkala.

Dari hasil evaluasi kegiatan, direkomendasikan agar program serupa dapat dilakukan dengan cakupan yang lebih luas, melibatkan lebih banyak sekolah, serta melibatkan pihak lain seperti tenaga kesehatan, guru, dan orang tua dalam proses edukasi. Dengan demikian, upaya pencegahan DBD dapat lebih optimal dan berkelanjutan, sehingga dapat menurunkan angka kejadian DBD secara signifikan di Kelurahan Kota Alam dan sekitarnya.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi PHBS serta pencegahan DBD di Kelurahan Kota Alam, Kabupaten Lampung Utara ini berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat, terutama anak-anak sekolah dasar, terhadap pentingnya menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Terdapat peningkatan skor rata-rata pemahaman siswa terhadap konsep PHBS dan DBD sebesar minimal 30% dari pre-test ke post-test. Antusiasme yang tinggi dimana lebih dari 80% siswa terlibat aktif dalam sesi penyuluhan dan praktik langsung menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh peserta.

Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini, yaitu melalui penyuluhan, demonstrasi, dan diskusi interaktif, terbukti efektif dalam menyampaikan materi mengenai PHBS dan pencegahan DBD. Interaksi yang baik antara pemateri dan peserta memungkinkan pemahaman yang lebih mendalam serta keterlibatan aktif dalam proses belajar. Dengan adanya penyuluhan ini, peserta mulai memahami dan menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan dengan benar sesuai standar WHO, menjaga kebersihan lingkungan, serta menerapkan metode 3M (Menguras, Menutup, dan Mendaur ulang) untuk mencegah berkembangnya nyamuk *Aedes aegypti*.

Untuk memastikan keberlanjutan dan efektivitas program ini dalam jangka panjang, diperlukan upaya lebih lanjut seperti pendampingan secara berkala, pelibatan lebih banyak pihak, serta observasi pasca-kegiatan untuk menilai dampak yang lebih signifikan dalam menekan angka kejadian DBD di Kelurahan Kota Alam. Penyuluhan PHBS dan pencegahan DBD yang telah dilaksanakan merupakan langkah awal yang penting dalam membangun kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan. Keberhasilan program ini tidak hanya bergantung pada pelaksanaan kegiatan sekali waktu, tetapi juga memerlukan kesinambungan dalam edukasi dan dukungan dari berbagai pihak, termasuk sekolah, tenaga kesehatan, serta keluarga.

Kami berharap program ini dapat berkontribusi dalam menekan angka kejadian DBD di wilayah Lampung Utara, khususnya Kelurahan Kota Alam. Semoga upaya kecil yang telah dilakukan dapat memberikan dampak besar dalam menciptakan lingkungan yang lebih sehat

dan terbebas dari penyakit DBD. Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam kegiatan ini, sehingga program penyuluhan PHBS dan pencegahan DBD dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Suparyati S, Suparyati T. Peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) serta pentingnya pemeriksaan laboratorium dalam pencegahan penyakit demam berdarah (dbd) di kelurahan kedungwuni barat. *Jurnal Abdimas Medika*. 2025;1(1):21-27.
2. Kurniawan R, Hariaji I. Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) dalam mengatasi demam berdarah dengue (dbd) pada siswa/i sdn 060807 di kelurahan pasar merah barat kota medan. *Jurnal Implementa Husada*. 2022;3(3):135-139.
3. Cantona ARD, Wicaksana WA, Wulandari G, Kartika DSY. Mewujudkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan cuci tangan, pola makan sehat, dan pengelolaan sampah. *Pandawa: Pusat Publikasi Hasil Pengabdian Masyarakat*. 2024;2(1):143-151.
4. Hendawati H, Lukita H, Khotimah H, Simanjuntak GF, Tsaqila NQ, Aulia E. Pemberdayaan masyarakat dalam penerapan phbs untuk pengendalian jentik nyamuk aedes aegypti di kelurahan sungai pangeran. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*. 2024;6(4):43-54.
5. Hudzaifa TN, Putri SA, Mirajiani M. Penerapan program penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat dalam meningkatkan derajat kesehatan siswa di sekolah dasar negeri kadumaneuh kabupaten pandeglang. *Jurnal Pengabdian Dinamika*. 2023;10(2):1-12.
6. Wilaga PA, Hamidah E, Abdillah H, Basri B. Pengaruh edukasi kesehatan terhadap perubahan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar. *Journal of Nursing Practice and Education*. 2024;5(1):86-92.
7. Andry M, Tarigan RE. Penyuluhan kesehatan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) di lembaga pembinaan khusus anak (lpka) kelas i medan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Digital (JUPED)*. 2025:35-40.
8. Wanti AA, Mahbubah SMR, Sholihah LF, et al. Peran sosialisasi peningkatan praktek hidup bersih dan sehat (phbs) dalam meningkatkan kesehatan siswa di sd al maksum desa balunganyar kecamatan lekuk. *Jurnal Kabar Masyarakat*. 2025;3(1):110-124.
9. Wahyuningsi BNFMS, Juniarti LY. Peran orang tua dalam pembiasaan hidup bersih dan sehat (phbs) pada anak kelompok a di tk negeri ki hadjar dewantoro 1 gorontalo. *Awladuna: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*. 2023;1(1):30-35.
10. Day WOSH, Sulistyowati RW, Harmawati D. Upaya kesehatan anak usia dini: pencegahan stunting melalui praktik phbs tk santa maria fatimah merauke. *Mitra Mahajana: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2025;6(1):8-15.
11. Puskesmas Kota Bumi Selatan II. *Database jenis penyakit pasien tahun 2024-2025*. Dinas Kesehatan Kab. Lampung Utara; 2025.
12. Napitu M. Pelaksanaan penyuluhan gizi tentang vitamin c untuk anak sekolah dasar di sd negeri 091307 nagahuta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Digital (JUPED)*. 2025:51-56.
13. Rachman DA, Awal A, Akbar AA. Edukasi bahaya rokok pada anak usia sekolah dasar di desa sunggumanai kab. gowa. *KORSACS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2024;3(2):90-94.