

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

PHBS adalah perilaku kesehatan yang dilakukan secara sadar untuk mendukung partisipasi sosial dan menjaga kesehatan, serta menjadi salah satu program pemerintah dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat. PHBS diterapkan di berbagai tatanan, termasuk rumah tangga, yang merupakan tingkat dasar pembentukan perilaku sehat. Pada tatanan rumah tangga terdapat 10 indikator PHBS, seperti persalinan oleh tenaga kesehatan, ASI eksklusif, penimbangan balita, cuci tangan pakai sabun, penggunaan air bersih, jamban sehat, pemberantasan jentik, konsumsi buah dan sayur, aktivitas fisik, dan tidak merokok. Penerapan indikator ini bertujuan mencegah penyakit dan dapat ditingkatkan melalui kampanye kesehatan agar masyarakat mampu mempraktikkannya sehari-hari (Krtika Aldjokdja et al., 2025).

Pola asuh yang baik membantu anak berkembang secara intelektual, emosional, kreatif, religius, dan sosial, serta mencerminkan dukungan orang tua untuk tumbuh kembang fisik dan mental anak. Kemandirian berkembang secara bertahap, membuat anak mampu menghadapi situasi tanpa bergantung pada orang lain. Melatihnya sejak usia prasekolah penting untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Dalam PHBS, kemandirian ditunjukkan melalui kemampuan menjaga kesehatan dan kebersihan diri, seperti makan seimbang, olahraga, istirahat cukup, serta praktik personal hygiene. Anak prasekolah biasanya sudah mampu menggosok gigi, mandi dengan arahan, menggunakan toilet, dan mencuci tangan sendiri, meski kadang masih melakukan kesalahan. Perkembangan ini berpengaruh pada cara mereka menjaga kesehatannya (Azizah Amalia & Yulianti, 2025).

Sanitasi lingkungan bertujuan menjaga kondisi lingkungan dan penyediaan air bersih. Sanitasi yang buruk dapat menyebabkan penyakit seperti diare pada balita akibat air tercemar dan rendahnya kebersihan. PHBS keluarga turut menentukan kesehatan ibu dan anak. Lingkungan rumah yang tidak bersih, sanitasi dan pengelolaan sampah yang buruk, serta akses air bersih yang terbatas meningkatkan risiko penyakit pada anak dan berdampak pada kesehatan ibu, terutama yang hamil atau menyusui (Saputra Marzuki et al., 2023).

Aspek lainnya adalah kesehatan reproduksi (kespro) ibu, yang berperan penting dalam keberlangsungan kesehatan keluarga. Pengetahuan mengenai kesehatan organ reproduksi, pencegahan infeksi, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala dapat membantu ibu mencegah gangguan kesehatan yang berdampak langsung terhadap kualitas pengasuhan anak. Kesehatan reproduksi ibu berperan penting dalam menjaga kesehatan keluarga. Pengetahuan tentang organ reproduksi, pencegahan infeksi, dan pemeriksaan rutin membantu mencegah gangguan yang dapat memengaruhi pengasuhan anak. Kesehatan reproduksi adalah kesejahteraan fisik, mental, dan sosial secara menyeluruh terkait sistem reproduksi, bukan hanya bebas dari penyakit. Konsep ini mencakup kehidupan seksual yang aman dan memuaskan, kemampuan memiliki keturunan sesuai keinginan, serta hak untuk memilih metode kontrasepsi dan memperoleh layanan kesehatan reproduksi seperti antenatal, persalinan, nifas, kesehatan anak, dan remaja (Akbar et al., 2021).

Melihat kondisi lingkungan, perilaku masyarakat, serta berbagai faktor risiko tersebut, diperlukan suatu intervensi berupa konseling berbasis PHBS yang komprehensif dan terarah. Pendekatan konseling dinilai efektif karena mampu memberikan edukasi secara personal, meningkatkan pemahaman ibu, memperkuat kemampuan praktik PHBS, serta mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan. Melalui konseling yang mencakup aspek kebersihan diri, keluarga, lingkungan, serta kesehatan reproduksi, diharapkan terjadi peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat serta peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak usia dini.

1.2 Tujuan

1.2.1 Tujuan Umum

Meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada ibu dan keluarga melalui konseling komprehensif yang mencakup kebersihan diri, kemandirian anak, sanitasi lingkungan, dan kesehatan reproduksi.

1.2.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari laporan magang ini antara lain :

- 1 Meningkatkan pengetahuan ibu mengenai indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tingkat rumah tangga sebagai dasar penerapan perilaku sehat dalam keluarga.
- 2 Meningkatkan kemampuan dan peran ibu dalam menumbuhkan kemandirian anak usia prasekolah dalam menjaga kebersihan diri (personal hygiene), seperti mencuci tangan, mandi, dan menggosok gigi.
- 3 Meningkatkan pemahaman ibu tentang pentingnya sanitasi lingkungan rumah, termasuk pengelolaan air bersih dan pembuangan limbah rumah tangga yang sehat.
- 4 Meningkatkan pengetahuan ibu mengenai kesehatan reproduksi dasar, termasuk kebersihan organ reproduksi, tanda bahaya setelah melahirkan, serta upaya pencegahan infeksi.
- 5 Meningkatkan pemahaman dan kesiapan ibu dalam memberikan edukasi perlindungan tubuh kepada anak serta mendorong penerapan PHBS secara berkelanjutan dalam kehidupan keluarga sehari-hari.

1.3 Manfaat

1.3.1 Manfaat Teoritis

Menambah referensi terkait penerapan PHBS berbasis konseling, khususnya pada aspek kemandirian anak, sanitasi lingkungan, dan kesehatan reproduksi ibu.

1.3.2 Manfaat Praktis

1. Membantu ibu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.
2. Meningkatkan kemampuan anak dalam menjalankan kebersihan diri secara mandiri.
3. Mendukung keluarga menciptakan lingkungan rumah yang bersih dan sehat.
4. Membantu ibu mengenali dan mencegah gangguan kesehatan reproduksi.
5. Mengurangi risiko penyakit menular pada ibu dan anak.

1.4 Lokasi dan Waktu

Kegiatan ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Puger, dengan lokasi pelaksanaan utama di Puskesmas Pembantu Desa Grenden, Kecamatan Puger. Intervensi difokuskan pada kegiatan Posyandu sebagai sasaran utama, mengingat Posyandu merupakan salah satu wadah pelayanan kesehatan dasar yang berperan penting dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan pada tanggal 27 November hingga 1 Desember 2025.

1.5 Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah konseling berbasis PHBS melalui pendekatan edukasi personal dan komunikasi dua arah. Kegiatan meliputi pemberian informasi mengenai indikator PHBS tatanan rumah tangga, edukasi kebersihan diri dan personal hygiene serta kemandirian anak usia dini, penyuluhan sanitasi lingkungan termasuk pemanfaatan air bersih dan pengelolaan sampah, konseling kesehatan reproduksi ibu, serta diskusi dan arahan praktik sederhana yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.