



Strategi Pencegahan Diare Pada Anak Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Untuk Mengurangi Risiko Stunting Di Pondok Pesantren Al-Hidayah Kabupaten Seluma

Rahmi Nurhayati ¹⁾; Yusran Fauzi ²⁾; Jimmi Dwiyantara ³⁾; Sri Wulandari ⁴⁾

^{1,2,3,4,5)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹ rahminurhayati54321@gmail.com, ² yusron.statsn@unived.ac.id, ³ jimmidwiyantara09@gmail.com, ⁴ sryw87138@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [08 Agustus 2025]
Revised [20 September 2025]
Accepted [25 September 2025]

KEYWORDS

Diarrhea, Phbs, Health Counseling, Handwashing, Stunting.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Penyakit diare merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada anak-anak, terutama di daerah dengan tingkat kebersihan lingkungan yang rendah. Di Desa Sukasari, Kecamatan Air Periukan, Kabupaten Seluma, kasus diare masih cukup tinggi dan berdampak terhadap risiko stunting. Program Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) Universitas Dehasen Bengkulu tahun 2025 bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik masyarakat dalam mencegah diare melalui pendekatan edukatif. Strategi yang dilakukan meliputi penyuluhan tentang diare dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), demonstrasi praktik cuci tangan yang benar, pembagian leaflet edukatif, serta pemanfaatan media digital. Kegiatan ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Al-Hidayah bersama perangkat desa dan masyarakat setempat. Hasil pelaksanaan program menunjukkan peningkatan kesadaran siswa dan guru mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Upaya ini terbukti efektif dalam menekan angka kejadian diare serta menjadi langkah preventif dalam mengurangi risiko stunting pada anak. Kolaborasi lintas sektor dan edukasi berkelanjutan sangat diperlukan dalam mewujudkan masyarakat yang sehat dan mandiri.

ABSTRACT

Diarrheal disease is one of the leading causes of morbidity and mortality among children, particularly in areas with poor environmental hygiene. In Sukasari Village, Air Periukan Subdistrict, Seluma Regency, the incidence of diarrhea remains high and contributes to the risk of stunting. The 2025 Thematic Community Service Program (KKN-T) by Dehasen University Bengkulu aimed to improve community knowledge and practices in preventing diarrhea through educational approaches. The strategies implemented included counseling on diarrhea and Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), demonstrations on proper handwashing techniques, distribution of educational leaflets, and the use of digital media. The program was conducted at Al-Hidayah Islamic Boarding School in collaboration with village officials and local residents. The results showed increased awareness among students and teachers regarding personal and environmental hygiene. This initiative proved effective in reducing diarrhea cases and served as a preventive measure against stunting in children. Cross-sector collaboration and continuous education are essential in building a healthy and self-reliant community.

PENDAHULUAN

Diare merupakan suatu kondisi di mana individu mengalami buang air besar dengan konsistensi yang lembek atau cair, bahkan bisa hanya berupa air, dan frekuensinya meningkat (biasanya tiga kali atau lebih) dalam satu hari. Penyakit diare sering kali menyerang anak-anak karena sistem kekebalan tubuh mereka yang masih lemah. Banyak keluarga yang belum mampu memberikan penanganan yang memadai, hal ini disebabkan oleh rendahnya pengetahuan mengenai pencegahan diare pada anak, yang berdampak pada tingginya angka kejadian diare di kalangan anak-anak. Oleh karena itu, peran berbagai pihak dalam upaya pencegahan diare sangatlah penting. Etiologi diare pada anak umumnya didominasi oleh patogen enterik seperti virus, bakteri, dan parasit. Beberapa organisme patogen enterik yang sering menjadi penyebab diare antara lain rotavirus, E.coli, Shigella spp., Salmonella spp., Vibrio cholerae, dan Entamoeba histolytica (Irma et al., 2023).

Berdasarkan World Health Organization (WHO), diare merupakan penyakit kedua yang paling banyak menyebabkan kematian pada anak-anak setelah pneumonia. WHO memperkirakan bahwa secara global, terdapat sekitar 17 miliar kasus diare pada anak setiap tahunnya, dengan sekitar 600.000 anak meninggal dunia setiap tahun akibat penyakit ini, terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO/UNICEF 2022).

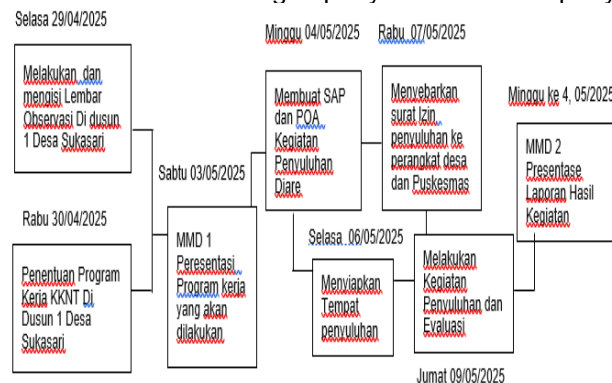
Diare adalah penyebab kematian kedua setelah pneumonia pada bayi berusia 29 hari hingga 11 bulan (9,8%) dan pada balita berusia 12 hingga 59 bulan (4,5%) dari total kematian. Sejak tahun 2022, Kementerian Kesehatan telah meluncurkan imunisasi rotavirus secara bertahap di 21 kabupaten/kota. Pada tahun 2023, program ini diperluas secara nasional untuk mencegah diare pada anak-anak

(KEMENKES RI 2023). Di tingkat lokal, terdapat kasus diare di Kabupaten Seluma, Provinsi Bengkulu. Diare adalah penyakit yang terjadi perubahan konsistensi feces selain dari ferkuensi buang air besar. Seseorang dikatakan menderita diare bila feces lebih berair dari biasanya, atau buang air besar tiga kali atau lebih atau bunag air besar yang berair tapi tidak berdarah dalam waktu 24 jam. Dari data profil Kesehatan Kabupaten Seluma tahun 2023 di temukan sebanyak 7169 perkiraan kasus diare, sebanyak 639 ditangani (100%), dengan angka kesakitan 270 per 1000 penduduk. Kasus terbanyak terdapat di Puskesmas Cahaya Negeri 427 kasus dan yang terkecil ada di Puskesmas Muara Maras 84 kasus. (lihat (DINKES Seluma 2023).

METODE

Program KKN-T ini menerapkan Metode Penyuluhan, Praktik, dan Edukasi Digital. Mitra dalam program ini adalah siswa-siswi Pondok Pesantren AL-Hidayah yang terletak di Dusun 1, Desa Sukasari, Kecamatan Air Periukan, Kabupaten Seluma, Kota Bengkulu. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 10 Mei 2025, melibatkan sekitar 12 mahasiswa KKN dari Universitas Dehasen Bengkulu serta seluruh perangkat Kelurahan. Kegiatan Penyuluhan dimulai dengan penyampaian materi mengenai bahaya Diare, pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat, langkah-langkah pencegahan melalui gerakan cegah kuman, serta demonstrasi cara mencuci tangan yang benar. Tim KKN berkolaborasi dengan perangkat Kelurahan untuk mengajak masyarakat berpartisipasi dalam kegiatan bersih-bersih lingkungan setiap hari Jum'at. Selain itu, tim KKN juga membuat Edukasi Digital tentang pencegahan Diare melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta gerakan cegah kuman (GERCEK).

Implementasi program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta gerakan pencegahan kuman (GERCEK) di Pesantren AL-Hidayah, Dusun 1, Desa Sukasari, Kecamatan Air Periukan meliputi: 1. Siswa dan guru di Pesantren AL-Hidayah diimbau untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. 2. Siswa dan guru diimbau untuk menjaga kebersihan lingkungan di Pesantren AL-Hidayah setidaknya sekali seminggu. Langkah ini efektif dalam mencegah terjadinya penyakit diare. 3. Praktik mencuci tangan dengan benar dan baik untuk mencegah penyebaran kuman penyebab diare.



Bagan 1. Alur Aktivitas Kegiatan KKN-T

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari Puskesmas Air Periukan di Kabupaten Seluma, terdapat kasus Diare di Desa Sukasari, khususnya di Dusun 1. Tingginya angka kasus Diare ini disebabkan oleh banyaknya makanan yang sudah kedaluwarsa serta kurangnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Selain itu, faktor lain seperti tidak mencuci tangan sebelum makan atau setelah buang air besar juga berkontribusi terhadap penyebab penyakit Diare. Karakteristik individu yang terinfeksi, termasuk usia, status gizi, kebiasaan hidup, dan paparan lingkungan, turut mempengaruhi aspek-aspek yang dapat berkontribusi pada penularan Diare, sesuai dengan segitiga epidemiologi. Mengingat jumlah anak yang terjangkit ISPA di Kabupaten Seluma, terutama di Dusun 1 Desa Sukasari Kecamatan Air Periukan, tim Kuliah Kerja Nyata (KKN) berupaya melakukan penyuluhan mengenai program PHBS dan Gerakan Cegah Kuman untuk menurunkan angka kejadian penyakit Diare. Kegiatan ini juga bertujuan untuk mengurangi penyebaran bakteri dan virus penyebab Diare, khususnya di Pondok Pesantren AL-Hidayah Desa Sukasari Dusun 1 Kabupaten Seluma. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi::



Gambar 2 Foto Bersama Siswa/siswi, guru dan Mahasiswa KKN di Pondok Pesantren Al-Hidayah



Gambar. 3 Penyuluhan Diare di Pondok Pesantren Al-Hidayah



Gambar. 4 Praktik Cuci Tangan Yang Baik dan Benar

Penyuluhan Tentang Diare

Penyuluhan mengenai Diare dilaksanakan di Pondok Pesantren Al-Hidayah yang terletak di Desa Sukasari. Kegiatan ini melibatkan siswa dan guru Pondok Pesantren Al-Hidayah yang berpartisipasi dari awal hingga akhir. Selain itu, mereka juga ikut serta dalam sesi tanya jawab yang dipandu oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen Bengkulu, yang memberikan penghargaan berupa Door prize kepada siswa yang menjawab dengan benar. Antusiasme siswa dan guru dalam mengikuti penyuluhan ini sangat tinggi, dan diharapkan kegiatan ini dapat memberikan manfaat bagi mereka. Penyuluhan tentang Diare memiliki peranan penting dalam mengurangi risiko stunting, terutama pada anak-anak. Diare dapat mempengaruhi status gizi anak karena tubuh memerlukan lebih banyak energi untuk melawan infeksi, sementara nafsu makan biasanya menurun saat sakit. Hal ini menyebabkan asupan nutrisi berkurang, penyerapan gizi terganggu, dan pertumbuhan anak dapat terhambat.

Penyuluhan Tentang perilaku hidup bersih dan sehat PHBS

Langkah selanjutnya dalam pencegahan diare adalah menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Penyuluhan mengenai PHBS merupakan serangkaian usaha yang bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku individu, kelompok, komunitas, atau siswa/siswi di Pondok Pesantren Al-Hidayah, sehingga mereka memiliki pengetahuan, motivasi, dan kemampuan untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Tujuan utama dari penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Indonesia secara keseluruhan. Program PHBS dilaksanakan melalui proses edukasi kepada masyarakat. (Susianti et al., 2022). Sementara itu, penyuluhan kesehatan adalah suatu bentuk pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan dengan cara menyadarkan masyarakat melalui pengetahuan, yang menjadi dasar kontribusi individu dalam menjalani perilaku sehari-hari yang bersih dan sehat. Sementara itu, tujuan PHBS di fasilitas pelayanan kesehatan adalah untuk membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat, mencegah penularan penyakit, serta

menciptakan lingkungan yang sehat. (Ekasari D. et al., 2021). Implementasi di berbagai fasilitas kesehatan seperti puskesmas dan klinik serta di lingkungan sekolah telah terbukti efektif dalam mencegah Diare, meningkatkan kesadaran siswa terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta memberikan kontribusi signifikan dalam menurunkan angka kejadian Diare, khususnya pada kelompok rentan seperti anak-anak, dengan dukungan melalui edukasi, advokasi, dan pengawasan lingkungan yang berkelanjutan. Selanjutnya, dilakukan penyuluhan mengenai PHBS dan praktik cuci tangan yang baik dan benar.

Pembagian Leaflet

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa leaflet merupakan media yang efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang Diare, termasuk gejala, cara penularan, dan langkah-langkah pencegahannya. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa distribusi leaflet yang disertai dengan penyuluhan dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan masyarakat. Karena mudah disebarkan dan biayanya rendah, leaflet sangat cocok digunakan di daerah yang memiliki keterbatasan akses internet. Dukungan visual seperti gambar atau ilustrasi sangat membantu kelompok dengan tingkat literasi rendah dalam memahami informasi yang disampaikan. Selain efisien dari segi biaya, leaflet juga dapat memperkuat kegiatan edukatif lainnya seperti kampanye kesehatan, penyuluhan langsung, dan kegiatan komunitas. Namun, keberhasilannya dapat menurun jika masyarakat enggan membaca atau tidak memahami isi leaflet, sehingga diperlukan integrasi dengan metode edukasi lainnya. Evaluasi yang berkelanjutan terhadap desain dan isi leaflet, termasuk penggunaan bahasa yang mudah dipahami dan tampilan yang menarik, sangat penting untuk meningkatkan efektivitas dan jangkauan pesan kesehatan terkait pencegahan Diare.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kolaborasi Tim KKN UNIVED 2025 dengan Pemerintah Desa Sukasari dalam pencegahan Diare dengan melakukan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terutama melakukan langkah-langkah cuci tangan yang baik dan benar telah membuktikan efektivitas pendekatan terintegrasi dalam mengendalikan penyakit Diare. Program ini tidak hanya menekankan pencegahan individu tetapi juga memperkuat partisipasi siswa/siswi dan guru Pondok Pesantren Al-Hidayah melalui kegiatan himbuan untuk mengajak masyarakat berpartisipasi dalam kegiatan bersih-bersih lingkungan setiap hari Jum'at berhasil disampaikan melalui kegiatan lapangan dan media edukasi digital dan Lifleet. Pendekatan ini meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan serta mendorong perubahan perilaku yang positif untuk menghentikan penyebaran bakteri, virus, dan parasit penyebab diare. Sebagai hasilnya, risiko penyebaran diare berkurang, yang menunjukkan betapa pentingnya kolaborasi antar sektor dalam mencapai kesehatan masyarakat yang lebih baik. Langkah-langkah ini diharapkan dapat menjadi contoh bagi kelurahan lain dalam mengurangi risiko diare melalui partisipasi aktif dan kesadaran lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kabupaten Seluma. (2023). *Profil dinas kesehatan Kabupaten Seluma*.
- Ekasari D., K. F., A.N, P., & H, F. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Perilaku Hidup Bersih Kabupaten Tanggamus. Hubungan Pengetahuan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Upaya Pencegahan Covid-19 Pada Masyarakat Di Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Irma, I., Lestari, H., Gunawan, E., & AF, S. (2023). Edukasi Pencegahan Diare pada Anak Sekolah Dasar Negeri 12 Kota Kendari. *PRAXIS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2).
- Susianti, S., Rudiyanto, W., 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. <https://doi.org/10.23960/jpm>.
- WHO /UNICEF. 2022. "Joint Statement on Clinical Management of Acute Diarrhoea." WHO Library: <https://rehydrate.org/diarrhoea/pdf/acute-diarrhoea.pdf>.