

Edukasi Pola Hidup Bersih Sehat (PHBS) untuk Pencegahan Diare pada Balita di Posyandu Mawar Kemayoran

Clean and Healthy Lifestyle Education (PHBS) as a Strategy to Prevent Toddlers Diarrhea at Posyandu Mawar Kemayoran

Aribah Zulfa¹, Dinda Maulida Azkiya¹, Lakisha Fayza¹, Putri Faidah Hendriani¹, Qathrah Nadiyatuzahrah¹, Rosyanne Kushargina^{6*}

¹ Program Studi S1 Gizi, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta Pusat, Indonesia

Abstract

Diarrhea is an infectious disease that is often experienced by toddlers. Diarrhea among toddlers needs to be treated promptly. Toddlers who experience diarrhea are susceptible to nutritional problems, especially weight loss. Monitoring the nutritional status and health of toddlers is very important and can be monitored through the implementation of integrated health service posts (Posyandu). Through Posyandu, education for diarrhea prevention and treatment efforts for parents of toddlers can also be provided. This activity aimed to provide education on diarrhea prevention and treatment efforts to parents of toddlers. Educational materials are provided through lecture and discussion methods regarding the definition, signs, symptoms, management, and prevention of diarrhea through the implementation of Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS). Participants in the activity were 13 mothers of toddlers in the work area of Posyandu Mawar, RW 06 Kemayoran, Central Jakarta. Pre- and post-tests were conducted as a form of monitoring and evaluation of the achievement of this activity. The success of the activity is seen from the increase in pre- and post-test scores. As many as 77% of participants with post-test scores remained/increased from the pre-test score, which indicated that there has been an increase in participants' knowledge of the educational material that has been provided. It is hoped that this activity can continue to be carried out to further strengthen knowledge and motivate participants to implement diarrhea prevention and treatment efforts in their daily lives and improve toddler health

Keywords: diarrhea, education, toddlers

Article history:

PUBLISHED BY:

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

Address:

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru, Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

Submitted 11 Juli 2025

Revised 24 Oktober 2025

Accepted 13 Desember 2025



Email:

info@salnesia.id, jagri@salnesia.id

Phone:

+62 85255155883

Abstrak

Diare merupakan penyakit infeksi yang banyak dialami oleh balita. Diare pada balita penting untuk segera ditangani karena dapat menyebabkan dehidrasi hingga kematian. Balita yang mengalami diare rentan mengalami masalah gizi terutama penurunan berat badan. Pemantauan status gizi dan kesehatan balita sangat penting yang dapat dipantau melalui pelaksanaan posyandu. Melalui posyandu juga dapat dilakukan edukasi untuk upaya pencegahan dan penanganan diare pada orang tua balita. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi upaya pencegahan dan penanganan diare kepada orangtua balita. Materi edukasi diberikan dengan metode ceramah dan diskusi mengenai definisi, tanda, gejala, penatalaksanaan, pencegahan diare melalui Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Peserta kegiatan adalah 13 orang ibu balita di wilayah kerja Posyandu Mawar, RW 06 Kemayoran, Jakarta Pusat. Pre dan post-test dilakukan sebagai bentuk monitoring dan evaluasi capaian kegiatan ini. Keberhasilan kegiatan dilihat dari peningkatan nilai *pre-test* dan *post-test*. Sebanyak 77% peserta dengan nilai *post-test* tetap/tingkat dari nilai *pre-test*, yang menunjukkan telah terjadi peningkatan pengetahuan peserta terhadap materi edukasi yang telah diberikan. Kegiatan ini diharapkan dapat terus dilaksanakan untuk semakin menguatkan pengetahuan dan menggerakkan peserta untuk menerapkan upaya pencegahan dan penanganan diare dalam kehidupan sehari-hari dan meningkatkan kesehatan balita.

Kata Kunci: balita, diare, edukasi

*Penulis Korespondensi:

Rosyanne Kushargina, email: rosyanne.kushargina@umj.ac.id



This is an open access article under the CC-BY license

Highlight:

- Edukasi PHBS di Posyandu efektif meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang pencegahan dan penanganan diare, ditunjukkan oleh 77% peserta yang mengalami peningkatan atau mempertahankan nilai *post-test* dibandingkan *pre-test*.
- Metode ceramah interaktif, diskusi, dan media visual (poster dan leaflet) terbukti membantu pemahaman ibu balita mengenai definisi, tanda, gejala, serta penatalaksanaan diare berbasis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).
- Posyandu berperan strategis sebagai sarana pemberdayaan masyarakat, namun pelaksanaan edukasi masih menghadapi kendala konsentrasi peserta akibat pendampingan balita, sehingga diperlukan penyesuaian metode dan media edukasi agar lebih optimal dan berkelanjutan.

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara dengan tingkat kepadatan penduduk tertinggi keempat dari sepuluh negara di dunia (Yanuar et al., 2024). Jakarta sebagai ibu kota negara memiliki tingkat kepadatan penduduk yang tinggi. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa tahun 2025 ini jumlah penduduk Jakarta diproyeksikan

mencapai 10.677.975 jiwa (Supyana dan Karyana, 2022). Jakarta menjadi lokasi yang sangat strategis untuk pembangunan tempat tinggal, dan tempat perdagangan, administrasi serta menjadi penyangga dikarenakan lokasinya yang strategis. Kemayoran merupakan Kecamatan di Jakarta Pusat dengan tingkat kepadatan penduduk tertinggi dibandingkan Kecamatan lainnya (Ta'ani *et al.*, 2023). Kepadatan penduduk yang terjadi dapat menimbulkan berbagai masalah sosial, lingkungan, dan kesehatan, salah satunya adalah kejadian diare pada balita.

Diare adalah kondisi dimana sistem pencernaan terganggu, ditandai dengan meningkatnya jumlah buang air besar tiga kali atau lebih dalam satu hari, dan tinja yang lebih lunak atau cair dari biasanya, yang dianggap tidak normal dari frekuensi dan bentuk normal pada umumnya. Diare diklasifikasikan menjadi tiga kategori berdasarkan klinis yakni diare akut, disentri dan diare persisten. Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya diare salah satunya adalah tidak diterapkannya pola hidup bersih dan sehat (Mustain *et al.*, 2022). Pada umumnya diare lebih sering mengenai anak balita dikarenakan sistem kekebalan tubuhnya yang rentan. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 menunjukkan bahwa prevalensi diare pada balita di Jakarta sebesar 4,1% (Kemenkes, 2025). Diare terutama pada anak menjadi masalah kesehatan prioritas yang harus ditanggulangi karena dapat mengakibatkan dehidrasi bila disertai dengan kondisi muntah-muntah yang dapat mengakibatkan kematian. Diare juga dapat menyebabkan malnutrisi pada balita melalui penurunan nafsu makan serta terjadi gangguan pada perkembangan tubuh, hal ini berisiko menyebabkan kejadian gizi kurang hingga gizi buruk pada balita (Miswan *et al.*, 2023). Kebersihan lingkungan dan sanitasi menjadi faktor utama terjadinya kejadian diare pada balita (Iqbal *et al.*, 2022).

Pencegahan dan penanganan diare pada balita sangat terkait dengan pengetahuan orang tua mengenai penanganan diare seperti pemberian oralit serta pemberian ASI (Kushargina *et al.*, 2023; Norma *et al.*, 2017). Posyandu dapat menjadi sarana kesehatan untuk edukasi melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Mawar, Kemayoran, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan orang tua terhadap upaya pencegahan dan penanganan diare untuk mencapai status gizi dan kesehatan yang optimal.

METODE

Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Mawar, Kemayoran, Jakarta Pusat pada 13 Juni 2025. Peserta merupakan ibu balita dengan kisaran balita berusia 10 sampai 48 bulan sebanyak 13 orang. Edukasi dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi. Sebelum pelaksanaan kegiatan tim melakukan koordinasi dengan Ketua RW 06 dan kader untuk menyusun jadwal kegiatan yang meliputi pemberian edukasi dan media. Materi edukasi yang disampaikan terdiri dari definisi, tanda, gejala, penatalaksanaan, pencegahan diare melalui Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Media edukasi yang digunakan adalah poster dan *leaflet*, seperti yang ditampilkan pada Gambar 1. Sebelum pemberian materi diberikan *pre-test* dengan 5 pertanyaan dan setelahnya diberikan *post-test* dengan pertanyaan yang sama. Data *pre-test* dan *post-test* dianalisis secara deskriptif dalam bentuk persentase (%).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Posyandu Mawar Kemayoran, Jakarta Pusat. Kegiatan ini dimulai dari koordinasi sampai penyelesaian kegiatan.

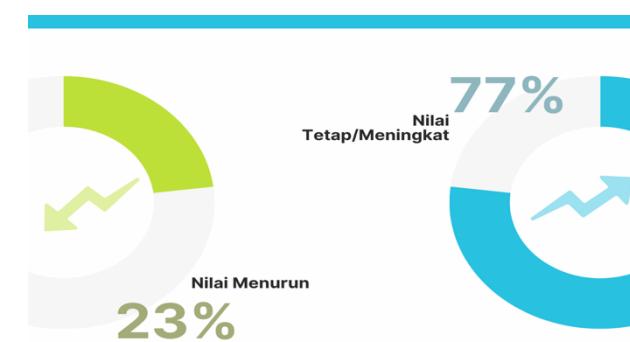
Kegiatan edukasi dilakukan selama satu hari yaitu pada tanggal 13 Juni 2025. Kegiatan ini dibuka oleh Ibu Ketua Kader Posyandu dan turut dihadiri oleh Ibu Ketua RW 06, 7 orang kader lainnya serta 13 peserta yang merupakan Ibu-ibu dari balita setempat. Kegiatan berlangsung selama 2 jam dari pukul 09.00-11.00 WIB.

Kegiatan edukasi bertujuan untuk menambah pengetahuan ibu balita dalam menerapkan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk mencegah terjadinya diare pada balita. Diare masih menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada anak usia dini, terutama di daerah dengan akses terbatas terhadap sanitasi dan air bersih (Muhsinin et al., 2024). Kegiatan edukasi yang dilaksanakan di Posyandu Mawar ini menjadi salah satu upaya nyata dalam pemberdayaan masyarakat, khususnya ibu balita, dalam mendukung kesehatan anak.



Gambar 1. Media edukasi yang digunakan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan pembukaan, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi. Sebelum pemberian materi diberikan *pre-test* mengenai materi yang akan disampaikan. Adapun materi yang akan disampaikan yaitu diare dan PHBS. Setelah penyampaian materi secara interaktif dilanjutkan sesi games dan diakhiri dengan pemberian *post-test*. Untuk mengukur pengetahuan ibu balita dalam penerimaan materi yang disampaikan maka sebelum dan setelah materi diberikan soal *pre-test* dan *post-test*. Adapun sebaran nilai peserta dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Sebaran perolehan skor *pre-test* dan *post-test* peserta

Pada Gambar 2 dapat dilihat terdapat sekitar 23% peserta mengalami penurunan nilai setelah kegiatan edukasi, sedangkan sebanyak 77% peserta telah mengalami peningkatan atau mempertahankan nilai. Peserta yang mengalami peningkatan nilai menunjukkan bahwa metode penyampaian edukasi sudah cukup efektif. Materi yang telah disampaikan melalui media visual, diskusi interaktif, dan praktik langsung sehingga mempermudah peserta dalam menerima dan memahami materi. Hal ini juga didukung oleh sebuah studi yang menyatakan bahwa metode partisipatif seperti diskusi mampu meningkatkan pengetahuan ibu tentang kesehatan anak dan gizi balita secara signifikan (Miskiyah *et al.*, 2025). Lebih detail sebaran nilai *pre* dan *post-test* peserta ditampilkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Sebaran nilai *pre-test* dan *post-test*

Subjek	Pre-Test	Post-Test
1	100	80
2	100	100
3	80	100
4	80	100
5	100	100
6	100	100
7	80	80
8	100	100
9	100	60
10	80	100
11	60	80
12	60	60
13	100	80

Sumber: Data primer, 2025

Peserta yang mengalami penurunan setelah dilakukan kegiatan penyampaian edukasi memungkinkan terjadinya beberapa faktor hambatan, seperti gangguan konsentrasi. Gangguan konsentrasi ini menghambat peserta dalam menerima materi edukasi. Studi yang diteliti oleh Abdurrahmah (2022) telah menyatakan bahwa kondisi fisik, tanggung jawab ganda, dan gangguan dari anak kecil yang dapat menurunkan efektivitas kegiatan edukasi, terutama pada ibu rumah tangga (Sari dan Dora, 2024). Gangguan konsentrasi ini juga dapat terjadi karena peserta membawa balita yang rewel sehingga peserta edukasi kesulitan untuk berkonsentrasi seperti yang terdapat pada Gambar 3.



Gambar 3. Dokumentasi pelaksanaan kegiatan pemberian *pre-test* dan *post-test*

Pada Gambar 3 terlihat bahwa kondisi selama pemberian edukasi kepada ibu balita mengalami gangguan dari anak kecil yang rewel dan ingin bermain sehingga mengganggu proses pengajaran *pre-test* dan *post-test*. Kondisi ini juga menghambat proses penerimaan materi yang berkaitan erat dengan peningkatan pengetahuan ibu. Pengetahuan ibu yang masih rendah menjadi salah satu tantangan yang perlu dilakukan intervensi lebih lanjut yang mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai Kesehatan dan gizi balita (Ifroh dan Permana, 2021).

Pemilihan media edukasi juga merupakan salah satu hal yang perlu dipertimbangkan saat proses penyampaian edukasi, dikarenakan media edukasi yang baik harus mencakup isi pesan yang mampu merangsang semua panca Indera dalam menangkap pesan yang disampaikan melalui media (Sudartinah et al., 2022). Dikutip dari studi (Chotib, 2018) yang menyatakan bahwa terdapat 3 jenis media edukasi, yakni media audio, media visual dan media audio visual. Dalam pelaksanaan penyampaian edukasi kali ini, media edukasi yang digunakan berupa kertas yang termasuk kedalam jenis media visual. Pemilihan media edukasi menggunakan kertas juga perlu dipertimbangkan kembali karena ada kekhawatiran bahwa media tersebut justru akan dibuang oleh ibu-ibu balita dan tidak dimanfaatkan sebagaimana mestinya. Oleh karena itu, dalam proses pembuatan media edukasi, penting untuk melakukan konsultasi terlebih dahulu dengan kader posyandu. Hal ini bertujuan agar media yang dibuat benar-benar sesuai dengan kebutuhan, mudah dipahami, dan memiliki potensi untuk digunakan kembali. Selain itu, isi materi yang disampaikan juga sebaiknya dikonsultasikan dengan kader agar relevan dan tepat sasaran sesuai dengan kondisi masyarakat setempat.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi terkait penyakit diare serta pola hidup bersih dan sehat dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita. Sebagian besar sasaran mengalami peningkatan nilai, namun masih terdapat ibu balita yang mengalami penurunan nilai, hal ini menandakan masih adanya hambatan selama proses edukasi seperti gangguan dari anak yang rewel. Kegiatan ini dapat terus dilanjutkan dengan terus berkoordinasi dengan kader posyandu agar materi yang diberikan sesuai dengan kondisi masyarakat setempat untuk menghasilkan perubahan perilaku terkait PHBS pada masyarakat di wilayah kerja Posyandu Mawar Kemayoran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Ibu Murtini selaku ketua kader yang sudah memberikan kami izin untuk melakukan pemberian edukasi di Posyandu Mawar RT 06 Kemayoran, serta semua mitra dari Posyandu yang telah memberikan dukungan, kerjasama dan fasilitas sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Chotib, S.H., 2018. Prinsip Dasar Pertimbangan Pemilihan Media Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah* 1(2), 109-115.

- Ifroh, R.H., Permana, L., 2021. Kombinasi Metode Permainan dan Demonstrasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang Stunting. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* 13(1), 1-6. <https://doi.org/10.52022/jikm.v13i1.124>
- Iqbal, A.F., Setyawati, T., Towidjojo, V.D., 2022. Pengaruh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terhadap Kejadian Diare pada Anak Sekolah. *Jurnal Medical Profession* 4(3), 271-279. <https://jurnal.fk.untad.ac.id/index.php/medpro/article/view/779>
- (Kemenkes) Kementerian Kesehatan., 2025. Survei Status Gizi Indonesia 2024 dalam Angka. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Kushargina, R., Falah, A.N., Hafidz, M.D., Nadia, N.Z., Uswatun, U., 2023. "ASI Itu Penting": Edukasi pada Ibu Hamil untuk Cegah Stunting di Kabupaten Bogor. *Jurnal Abmas Negeri* 4(1), 8-15. <https://doi.org/10.36590/jagri.v4i1.495>
- Muhsinin, M., Maisaroh, S., Maharani, G., Putri, Y., Areska, N.B., Hasanah, M., 2024. Optimalisasi Kesehatan Anak melalui Program Edukasi Pencegahan Diare. *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2(2), 67-72. <https://pengabmas.com/index.php/dimaskesmas/article/view/55>
- Miskiyah, M., Daimah, U., Rosdiana, R., Nurayuda, N., Kamalia, R., 2025. Edukasi terhadap Ibu Balita dalam Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Posyandu Kelurahan Tungkal. *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 5(2), 222-229. <https://journal.inspira.or.id/index.php/kolaborasi/article/view/494>
- Miswan, M., Firyanti, F., Hamidah, H., 2023. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diare pada Balita. *Jurnal Kolaboratif Sains* 6(6), 536-543. <https://doi.org/10.56338/jks.v6i6.3676>
- Mustain, M., Yuniarti, T., Puput, P., Yonanda, Y., Adji, R.K., 2022. Meta-Analisis Pengaruh Dehidrasi terhadap Penderita Diare. *Jurnal Ilmiah Stikes Kendal* 14(3), 75-82. <https://repository.stikesmus.ac.id/40/1/2084>
- Sari, A.K., Dora, N., 2024. Konsentrasi Belajar Siswa Ditinjau dari Peran Orang Tua dalam Persiapan Pola Makan dan Kecukupan Gizi. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 15(1), 59-66. <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i1.80489>
- Sudartinah, S., Mediastuti, F., Kasjono, H.S., 2022. Effective Educational Media for Health Promotion to Preventing Cervical Cancer of Women Reproductive in 2019-2022: A Systematic Literature Review. *Jurnal Kebidanan Kestra* 5(1), 29-36. <https://doi.org/10.35451/jkk.v5i1.1187>
- Supyana, L.M.F., Karyana, Y., 2022. Proyeksi Penduduk Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta dengan Pendekatan Demografi Multiregional Tahun 2025. *Bandung Conference Series* 2(2), 308-316. <https://doi.org/10.29313/bcss.v2i2.4237>
- Ta'ani, M.Q.A., Anindra, T.A.G., Maharani, N.P., Azzahrah, O., Ghoni, A., Paramita, A., Dewanto, A.K.C., Gustaf, R.M., Siham, A., Alwi, M.S., Husna, V.N., 2023. Pengaruh Tingkat Kepadatan Penduduk terhadap Desintas Bangunan Menggunakan Transformasi Digital Urban Index di Wilayah Urban DKI Jakarta. [Prosiding]. Seminar Nasional Fisip Universitas Negeri Semarang.
- Norma, A., Wahyuningsih, H.P., Margono, M., 2017. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Diare pada Bayi di Puskesmas Umbulharjo 1 Kota Yogyakarta Tahun 2016. *Kesehatan Ibu dan Anak* 11(1), 16-22.
- Yanuar, F.L., Ahmad, A., Tjahjono, G.A., 2024. Pengaruh Kepadatan Penduduk terhadap Kualitas Hidup Masyarakat di Kecamatan Pasar Kliwon Kota Surakarta Tahun 2021. *Geadidaktika* 4(1), 100-109. <https://doi.org/10.20961/gea.v4i1.70842>