JOURNAL OF HEALTH COMMUNITY SERVICES
Vol 4, No. 1 (2026)

OPTIMALISASI PERAN IBU DALAM PENCEGAHAN DIARE PADA BALITA MELALUI PHBS

Rosmalia Kamil[1*]
[1] Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes

rosemulyawan@gmail.com

Abstract (*english*)

Diare pada balita masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi akibat rendahnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan keluarga. Ibu memiliki peran penting dalam upaya pencegahan diare melalui penerapan kebiasaan hidup bersih dan sehat pada balita. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu balita mengenai pencegahan diare melalui PHBS. Kegiatan dilaksanakan di Desa Janegara, Kecamatan Jatibarang, Kabupaten Brebes dengan peserta ibu yang memiliki balita. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, diskusi, dan tanya jawab mengenai pencegahan diare melalui PHBS. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu tentang pentingnya mencuci tangan pakai sabun, menjaga kebersihan makanan, penggunaan air bersih, dan sanitasi lingkungan dalam mencegah diare pada balita. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan peran ibu dalam menerapkan PHBS secara konsisten sehingga kejadian diare pada balita dapat menurun.

Kata Kunci: diare balita, PHBS, peran ibu, pencegahan diare.

Diarrhea in toddlers remains a common health problem caused by the low implementation of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) within the family environment. Mothers play an important role in preventing diarrhea by promoting clean and healthy habits among toddlers. This community service activity aimed to improve mothers' knowledge and awareness regarding diarrhea prevention through PHBS. The activity was conducted in Janegara Village, Jatibarang District, Brebes Regency, involving mothers with toddlers as participants. The methods used included health education, discussion, and question-and-answer sessions about diarrhea prevention through PHBS. The results showed an increase in mothers' understanding of the importance of handwashing with soap, maintaining food hygiene, using clean water, and improving environmental sanitation to prevent diarrhea in toddlers. This activity is expected to enhance mothers' roles in consistently implementing PHBS so that the incidence of diarrhea among toddlers can be reduced.

Keywords: toddler diarrhea, PHBS, mother's role, diarrhea prevention.

PENDAHULUAN

Diare masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang banyak dialami balita dan merupakan penyebab tingginya angka kesakitan maupun kematian anak di negara berkembang, termasuk Indonesia (WHO, 2017). Balita termasuk kelompok yang mudah terserang diare karena sistem imun tubuh yang belum berkembang secara optimal serta kondisi lingkungan yang kurang bersih. Apabila tidak ditangani dengan tepat, diare pada balita dapat menimbulkan dehidrasi, gangguan pertumbuhan, kekurangan gizi, serta menurunkan kualitas kesehatan anak (Kemenkes RI, 2023).

Rendahnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu penyebab meningkatnya kejadian diare pada balita. Kebiasaan tidak mencuci tangan memakai sabun, penggunaan air yang kurang bersih, pengolahan makanan yang tidak higienis, serta sanitasi lingkungan yang buruk dapat memperbesar risiko terjadinya diare pada anak. Oleh karena itu, penerapan PHBS dalam lingkungan keluarga sangat penting sebagai upaya pencegahan diare (Kemenkes RI, 2023). Ibu memiliki peran utama dalam menjaga kesehatan balita karena bertanggung jawab terhadap pola asuh, kebersihan makanan, kebersihan diri anak, dan kondisi lingkungan rumah. Pengetahuan serta kemampuan ibu dalam menerapkan PHBS sangat memengaruhi kesehatan balita. Namun, masih banyak ibu yang belum memahami pentingnya penerapan PHBS secara optimal untuk mencegah diare pada anak (Istiroha, I., dkk, 2016).

Masih terdapat kasus diare pada balita yang dipengaruhi oleh kurang optimalnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan keluarga. Sebagian ibu balita masih belum memahami pentingnya kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun, menjaga kebersihan makanan, dan memperhatikan sanitasi lingkungan sebagai langkah pencegahan diare. Selain itu, pengetahuan mengenai PHBS dan penanganan awal diare pada balita juga masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan penyuluhan dan pendampingan guna meningkatkan pengetahuan serta kesadaran ibu balita dalam upaya pencegahan diare (Firenza, M. D, dkk, 2022).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk penyuluhan dan pendampingan bagi ibu yang memiliki balita mengenai penerapan PHBS sebagai langkah pencegahan diare. Melalui kegiatan ini diharapkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dalam menerapkan PHBS dapat meningkat sehingga risiko diare pada balita menurun dan kesehatan anak dapat terjaga dengan lebih baik (Kemenkes RI, 2022).

METODE

Metode Pengabdian kepada Masyarakat (IbM) dilaksanakan melalui metode ceramah dan diskusi dengan bantuan media leaflet sebagai alat edukasi. Kegiatan dimulai dengan penyampaian materi mengenai upaya pencegahan diare pada balita melalui penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), seperti kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun, menjaga kebersihan makanan, penggunaan air bersih, serta menjaga sanitasi lingkungan. Setelah penyampaian materi, dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab guna memperdalam pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Leaflet diberikan kepada peserta sebagai media informasi sekaligus pengingat agar ibu dapat menerapkan PHBS secara rutin dalam kehidupan sehari-hari

untuk mencegah terjadinya diare pada balita (Hidayat, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (IbM) ini dilaksanakan di Desa Janegara, Kecamatan Jatibarang, Kabupaten Brebes, tepatnya di Rumah Kader Desa Janegara pada hari Rabu, 29 April 2026 pukul 09.00 WIB dengan jumlah peserta sebanyak 15 ibu yang memiliki balita. Seluruh peserta mengikuti kegiatan penyuluhan mengenai pencegahan diare pada balita melalui penerapan PHBS dengan antusias.

Kegiatan diawali dengan koordinasi bersama Bidan Desa Janegara dan kader setempat untuk mengundang ibu yang memiliki balita agar hadir dalam kegiatan penyuluhan. Pada saat pelaksanaan, peserta terlebih dahulu melakukan pendaftaran dan diberikan beberapa pertanyaan terkait pengetahuan tentang diare pada balita dan penerapan PHBS.

Sebelum penyuluhan dimulai, peserta diberikan lima pertanyaan mengenai diare pada balita. Hasil awal menunjukkan bahwa sekitar 40% ibu balita masih belum memahami cara pencegahan diare. Penyuluhan kemudian dilaksanakan selama kurang lebih 60 menit menggunakan metode ceramah dan diskusi interaktif mengenai pencegahan diare pada balita melalui PHBS. Selama kegiatan berlangsung, peserta terlihat aktif, antusias mendengarkan materi, serta berpartisipasi dalam sesi tanya jawab mengenai pencegahan diare pada balita melalui PHBS.

Gambar. Penyuluhan tentang Diare pada Balita melalui PHBS pada ibu yang mempunyai Balita.





KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan ini terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu yang memiliki balita mengenai pentingnya penerapan PHBS dalam pencegahan diare pada balita. Program pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat terus dilaksanakan dan dikembangkan di wilayah lain pada tahun-tahun berikutnya sehingga manfaat edukasi kesehatan dapat dirasakan oleh masyarakat yang lebih luas. Selain itu, diperlukan

monitoring, evaluasi, dan pendampingan secara berkelanjutan setelah pelaksanaan program di Desa Janegara, Kecamatan Jatibarang, Kabupaten Brebes agar penerapan PHBS dapat dilakukan secara konsisten. Dengan demikian, program ini diharapkan mampu memberikan dampak positif yang berkesinambungan dalam meningkatkan kesadaran serta peran ibu dalam menjaga kesehatan balita melalui pencegahan diare berbasis PHBS.

DAFTAR PUSTAKA

Firenza, M. D., Mardiati, & Syafridah, A. 2022. "Hubungan Pengetahuan Ibu dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Kejadian Diare pada Balita." *GALENICAL: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 1(3), 45–52

Hidayat, A. A. A. 2021. *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan Kebidanan.* Jakarta: Salemba Medika.

Istiroha, I., & Sahak, M. A. 2016. "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Ibu Berhubungan dengan Kejadian Diare pada Balita." *Journals of Ners Community*, 7(2), 120–126.

Jamil, L., Mardhiati, R., & Astuti, N. H. 2019. "Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Kejadian Diare pada Balita." *Arkesmas*, 4(1), 87–9

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023.* Jakarta: Kemenkes RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).* Jakarta: Kemenkes RI.

World Health Organization. 2017. *Diarrhoeal Disease.* Geneva: WHO.