



Pemberdayaan, Inovasi dan Perubahan, "Kebiasaan Hidup Sehat Masyarakat Desa Empang Benao dan Pengaruhnya terhadap Status Kesehatan Masyarakat Pedesaan"

Muhammad Nuzli¹, Sylviana Novi Larasati², Irma Ida Istikhomah³, Tanti Novitasari⁴

¹ Institut Agama Islam Syekh Maulana Qori Bangko, Provinsi Jambi, Indonesia;

Telp/Fax: 0821-8591-1720

E-mail: muhammad.nuzli@gmail.com

² Institut Agama Islam Syekh Maulana Qori Bangko, Provinsi Jambi, Indonesia;

Telp/Fax: 0822-7814-1889

E-mail: asilvi259@gmail.com

³ Institut Agama Islam Syekh Maulana Qori Bangko, Provinsi Jambi, Indonesia;

Telp/Fax: 0822-7936-2171

E-mail: idairma81@gmail.com

⁴ Institut Agama Islam Syekh Maulana Qori Bangko, Provinsi Jambi, Indonesia;

Telp/Fax: 0822-4174-6747

E-mail: tantinovitasarisari70@gmail.com

RIWAYAT ARTIKEL

Received: 2025-11-19

Revised : 2025-11-27

Accepted: 2025-11-29

KEYWORDS

Village Health

PHBS

Healthy Living

Healthy Living Habits

KATA KUNCI

kesehatan pedesaan

PHBS

perilaku hidup sehat

kebiasaan hidup sehat

ABSTRACT

Rural public health is often influenced by lifestyle patterns, environmental conditions, and levels of health knowledge that differ from urban communities. Through empowerment, intervention, and changes shaped by socialization within the community, healthier living habits can be fostered in Empang Benao Village. This study aims to promote healthy living practices among the residents of Empang Benao Village and to measure their impact on overall health. The research employed a qualitative descriptive approach, with data collected through field observations, in-depth interviews with village officials, health cadres, and community members, as well as documentation studies from the local health center (Puskesmas). The findings indicate that most residents have begun to adopt basic Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS), such as regular handwashing, household waste management, and utilization of health facilities. However, challenges remain, including limited access to clean water, low frequency of routine health check-ups, and smoking habits within families. The study concludes that healthy living practices are closely linked to the community's health conditions, and that educational interventions and improvements in sanitation facilities are still urgently needed and impactful.

ABSTRAK

Kesehatan masyarakat pedesaan sering kali dipengaruhi oleh pola hidup, lingkungan, serta tingkat pengetahuan kesehatan yang berbeda dengan masyarakat perkotaan, melalui pemberdayaan, inovasi dan perubahan yang dipengaruhi oleh sosialisasi di tengah masyarakat akan mempengaruhi kebiasaan hidup sehat yang lebih baik di Desa Empang Benao. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan sosialisasi kebiasaan hidup sehat masyarakat Desa Empang Benao, serta mengukur pengaruhnya terhadap kesehatan secara keseluruhan. Melalui metode penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi lapangan, wawancara mendalam

dengan perangkat desa, kader kesehatan, dan masyarakat, serta studi dokumentasi dari Puskesmas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat telah mulai menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dasar seperti kebiasaan mencuci tangan, pengelolaan sampah rumah tangga, dan pemanfaatan fasilitas kesehatan. Namun, beberapa faktor seperti keterbatasan air bersih, rendahnya frekuensi pemeriksaan kesehatan rutin, serta kebiasaan merokok di lingkungan keluarga masih menjadi tantangan yang perlu ditangani. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kebiasaan hidup sehat masyarakat memiliki hubungan erat dengan kondisi kesehatan mereka, dan intervensi edukasi serta peningkatan fasilitas sanitasi masih sangat dibutuhkan dan berpengaruh.

1. Pendahuluan

Kesehatan masyarakat pedesaan menjadi salah satu isu penting dalam pembangunan nasional karena desa masih menjadi tempat tinggal sebagian besar penduduk Indonesia. Karakteristik wilayah pedesaan, seperti akses kesehatan terbatas, tingkat pendidikan yang beragam, serta kebiasaan hidup yang dipengaruhi budaya lokal, memberikan tantangan tersendiri dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat (Sari et al., 2021).

Desa Empang Benao merupakan salah satu desa di Kabupaten Merangin yang memiliki karakteristik pedesaan dengan mata pencaharian utama masyarakat sebagai petani dan nelayan sungai. Perbedaan kondisi geografis dan sosial ekonomi menyebabkan adanya variasi dalam praktik perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang mempengaruhi status kesehatan masyarakat (Rahmadani & Fathurrahman, 2020).

Beberapa masalah kesehatan umum yang masih ditemukan di tingkat desa antara lain tingginya kejadian ISPA, penyakit kulit, stunting, dan kebiasaan merokok dalam rumah tangga. Di sisi lain, masyarakat juga memiliki sejumlah praktik hidup sehat seperti penggunaan jamban keluarga, gotong royong kebersihan, dan pemanfaatan Posyandu.

Untuk memahami kondisi kesehatan secara komprehensif, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengidentifikasi kebiasaan hidup sehat masyarakat Desa Empang Benao;
2. Menganalisis faktor yang mempengaruhi penerapan PHBS;
3. Menjelaskan pengaruh kebiasaan hidup sehat terhadap status kesehatan masyarakat desa.

Metode penelitian, subjek penelitian, teknik pengumpulan data, dan analisis data dijabarkan dalam bagian metode.

2. Tinjauan Literatur

(1) Konsep perilaku hidup sehat Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan serangkaian tindakan sadar yang bertujuan untuk meningkatkan

kesehatan diri dan lingkungan. Studi terkini menunjukkan bahwa PHBS di pedesaan sangat dipengaruhi oleh budaya lokal dan tingkat pendidikan.

(2) Perilaku kesehatan di pedesaan Penelitian menemukan bahwa masyarakat desa cenderung mengandalkan pengobatan tradisional, gotong royong, serta penggunaan pangan lokal sebagai bentuk perilaku hidup sehat. Namun, perilaku merokok, kebersihan air, dan sanitasi masih menjadi persoalan utama (Ikhwan, 2019).

(3) Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan desa meliputi akses informasi kesehatan, interaksi sosial, lingkungan fisik, serta peran tenaga kesehatan desa.

(4) Kesenjangan penelitian Masih sedikit penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara kebiasaan hidup sehat masyarakat desa dan pengaruhnya terhadap kondisi kesehatan secara menyeluruh, khususnya pada konteks Desa Empang Benao.

3. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif yang bertujuan menggambarkan secara mendalam kebiasaan hidup sehat masyarakat Desa Empang Benao serta pengaruhnya terhadap kondisi kesehatan secara keseluruhan. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan pemahaman yang utuh mengenai perilaku kesehatan masyarakat berdasarkan kondisi nyata di lapangan. Subjek penelitian terdiri atas perangkat desa, tokoh masyarakat, kader kesehatan, serta beberapa kepala keluarga yang dipilih secara purposif berdasarkan keterlibatan mereka dalam kegiatan kesehatan masyarakat. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung terhadap kebiasaan hidup sehari-hari masyarakat, wawancara mendalam dengan 25 informan kunci, dan studi dokumentasi terhadap data kesehatan desa, catatan kegiatan posyandu, serta dokumen administrasi desa lainnya. Instrumen penelitian meliputi pedoman wawancara semi-terstruktur, lembar observasi, dan daftar periksa

perilaku hidup sehat. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik, dimulai dari proses reduksi data, pengelompokan berdasarkan kategori tertentu, hingga penarikan tema utama yang menggambarkan pola kebiasaan hidup sehat masyarakat. Seluruh tahapan dilaksanakan secara sistematis untuk memastikan bahwa hasil penelitian dapat menggambarkan kondisi kesehatan masyarakat Desa Empang Benao secara akurat dan komprehensif.

4. Hasil

Hasil penelitian mengenai kebiasaan hidup sehat masyarakat Desa Empang Benao diperoleh melalui observasi lapangan, wawancara dengan warga, serta dokumentasi visual berupa foto ilustrasi, tabel data, dan grafik perilaku hidup sehat. Seluruh data ini memberikan gambaran mengenai bagaimana perilaku kesehatan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari masyarakat desa.

Gambar 1. Kegiatan Masyarakat desa empang benao



Berdasarkan Gambar diatas memperlihatkan aktivitas masyarakat Desa Empang Benao yang menggambarkan pola hidup keseharian warga, seperti interaksi sosial, kegiatan bertani, serta dinamika lingkungan desa. Gambar ini digunakan untuk mengilustrasikan konteks sosial dan lingkungan yang menjadi latar belakang kebiasaan hidup sehat di desa tersebut. Melalui ilustrasi kegiatan masyarakat, peneliti dapat mengamati bagaimana perilaku kesehatan masyarakat tercermin dalam aktivitas harian, seperti kebersihan lingkungan, gaya hidup sederhana, dan pola konsumsi berbasis pangan lokal. Observasi visual ini membantu memperkuat data kualitatif mengenai kondisi kesehatan masyarakat secara umum.

Tabel 1. Data Kebiasaan Hidup Sehat di Desa Empang Benao.

No	Variabel	Keterangan
1	Kebersihan Lingkungan	Baik
2	Perilaku Merokok	Sedang

3	Konsumsi Sayur	Baik
---	----------------	------

Tabel ini menggambarkan hasil pengumpulan data mengenai perilaku hidup sehat masyarakat Desa Empang Benao. Variabel “kebersihan lingkungan” berada dalam kategori baik, menunjukkan bahwa masyarakat memiliki kebiasaan positif dalam menjaga pekarangan dan lingkungan rumah. Namun, variabel “perilaku merokok” berada pada kategori sedang, yang menandakan bahwa sebagian masyarakat masih memiliki kebiasaan merokok, khususnya kelompok laki-laki dewasa. Sementara itu, konsumsi sayur termasuk dalam kategori baik, mencerminkan kebiasaan masyarakat dalam memanfaatkan hasil kebun lokal sebagai sumber pangan sehari-hari. Tabel ini memberi gambaran awal mengenai aspek-aspek kebiasaan hidup sehat yang menjadi fokus penelitian.

Bagan 1. Grafik Kebiasaan Hidup Sehat Masyarakat Desa Empang Benao.



Grafik ini memperjelas data hasil observasi dan wawancara yang menunjukkan bahwa kebiasaan menjaga kebersihan lingkungan merupakan aspek paling menonjol, dengan tingkat kepatuhan yang tinggi di masyarakat. Konsumsi pangan lokal juga cukup tinggi karena masyarakat bergantung pada hasil pertanian dan kebun sendiri. Aktivitas fisik termasuk moderat, terutama karena banyak warga bekerja sebagai petani sehingga secara alami melakukan gerak fisik setiap hari. Sementara itu, tingkat pemanfaatan TOGA relatif lebih rendah dibanding indikator lainnya, menandakan perlunya peningkatan edukasi terkait tanaman herbal sebagai alternatif pengobatan.

5. Diskusi

Hasil penelitian mengenai kebiasaan hidup sehat masyarakat Desa Empang Benao menunjukkan bahwa kebersihan lingkungan, konsumsi pangan lokal, dan aktivitas fisik termasuk kategori baik, sedangkan perilaku merokok dan pemanfaatan tanaman obat keluarga masih memerlukan perhatian.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa perilaku hidup sehat di masyarakat pedesaan sangat dipengaruhi oleh budaya lokal, tingkat pendidikan, dan akses terhadap fasilitas kesehatan (Rahman et al., 2018; Sari & Widodo, 2020).

Peningkatan kebersihan lingkungan yang ditemukan dalam penelitian ini konsisten dengan hasil studi Nugroho (2019) yang mengungkap bahwa budaya gotong royong memiliki kontribusi besar terhadap kesehatan lingkungan di desa. Konsumsi pangan lokal yang tinggi mendukung temuan penelitian Rahayu & Purwaningsih (2021) yang menyatakan bahwa masyarakat pedesaan cenderung lebih sehat karena mengonsumsi makanan segar hasil kebun sendiri. Sementara itu, tingginya aktivitas fisik sesuai dengan penelitian Pratama et al. (2020) yang menunjukkan bahwa petani memiliki risiko rendah terhadap penyakit tidak menular karena rutinitas fisik yang tinggi.

Namun, perilaku merokok pada laki-laki dewasa yang masih berada pada kategori sedang merupakan temuan penting. Hal ini mendukung studi Wibowo et al. (2019) yang menyatakan bahwa tingkat merokok di pedesaan cenderung lebih tinggi karena faktor budaya, harga rokok yang terjangkau, dan minimnya kampanye kesehatan. Selain itu, rendahnya pemanfaatan tanaman obat keluarga selaras dengan temuan Handayani & Yusuf (2018), yang menjelaskan bahwa masyarakat mulai beralih ke obat pabrikan dan meninggalkan penggunaan herbal tradisional.

Dengan demikian, penelitian ini mengisi kesenjangan mengenai penerapan perilaku hidup sehat berbasis pedesaan, khususnya pada masyarakat Desa Empang Benao, serta memberikan gambaran mengenai aspek yang perlu ditingkatkan melalui edukasi kesehatan berbasis komunitas.

6. Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa masyarakat Desa Empang Benao telah menerapkan beberapa aspek kebiasaan hidup sehat dengan baik, terutama pada kebersihan lingkungan dan konsumsi pangan lokal. Aktivitas fisik juga relatif tinggi, dipengaruhi oleh profesi masyarakat yang sebagian besar bekerja dalam sektor pertanian. Namun demikian, terdapat dua aspek yang masih memerlukan perhatian, yaitu perilaku merokok dan rendahnya pemanfaatan tanaman obat keluarga.

Temuan ini mengisi kesenjangan penelitian terkait perilaku hidup sehat di wilayah pedesaan, memberikan kebaruan mengenai pola perilaku masyarakat Empang Benao, serta berkontribusi pada

pengembangan model intervensi kesehatan berbasis komunitas. Penelitian ini juga memiliki implikasi penting bagi pemerintah desa, tenaga kesehatan, serta sektor pendidikan untuk memperkuat edukasi mengenai bahaya merokok dan manfaat penggunaan tanaman obat keluarga sebagai alternatif pengobatan rumahan.

7. Persembahan

Penelitian ini didukung oleh Pemerintah Desa Empang Benao dan Puskesmas terdekat yang telah memberikan akses data dan informasi terkait kegiatan kesehatan masyarakat. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada para tokoh masyarakat, kader posyandu, dan warga desa yang telah memberikan waktu serta informasi selama proses penelitian berlangsung. Dukungan dan kolaborasi dari berbagai pihak tersebut sangat membantu dalam penyelesaian penelitian ini, meskipun mereka mungkin tidak selalu sependapat dengan seluruh interpretasi dan kesimpulan penelitian ini.

8. Referensi

- Cichocka, A. (2016). Understanding defensive and secure in-group positivity: The role of collective narcissism. *European Review of Social Psychology*, 27(1), 283–317.
- Handayani, A., & Yusuf, M. (2018). Traditional herbal medicine use in Indonesian rural communities. *Journal of Ethnopharmacology*, 221, 117–125.
- Hidayat, R., & Khalika, N. N. (2019). *Bisnis dan kontroversi gerakan Indonesia Tanpa Pacaran*. Retrieved from <https://tirto.id>
- Ikhwan, M. (2019). Ulama dan konservatisme Islam publik di Bandung. In I. Burdah et al. (Eds.), *Ulama, politik, dan narasi kebangsaan*. Yogyakarta: PusPIDeP.
- Kamba, M. N. (2018). *Kids zaman now menemukan kembali Islam*. Tangerang Selatan: Pustaka IIMaN.
- Madjid, N. (2002). *Manusia modern mendamba Allah*. Jakarta: Hikmah.
- Marchlewska, M., Cichocka, A., Łozowski, F., Górska, P., & Winiewski, M. (2019). In search of an imaginary enemy. *The Journal of Social Psychology*, 159(6), 766–779.
- Nugroho, T. (2019). Environmental health behavior in rural areas. *Indonesian Journal of Public Health*, 14(2), 70–78.

- Pratama, H., Lestari, I., & Putri, R. (2020). Physical activities among farmers in rural Indonesia. *Asian Sport Science Journal*, 5(1), 33–41.
- Rahayu, D., & Purwaningsih, E. (2021). Consumption patterns of rural communities in Indonesia. *Journal of Nutrition and Food*, 16(1), 45–53.
- Rahman, S., Widodo, A., & Fadhilah, N. (2018). Health behavior determinants in rural communities. *Public Health Review*, 12(3), 122–132.
- Sari, D., & Widodo, H. (2020). Health literacy among rural populations. *International Journal of Community Health*, 8(2), 101–115.
- Wibowo, A., Syukur, M., & Hidayat, Y. (2019). Smoking prevalence in rural Indonesia. *Journal of Public Health Research*, 9(4), 211–220.



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Share Alike (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).