



Penerapan *Self-Management* dan PHBS untuk Mencegah Angka Kejadian Diare pada Remaja

Wulan Permatasari¹, Tiya Rizki Novianti¹, Vina Aprelia¹, Rini Fitriani¹, Yuda Nugraha¹, Dhani Andriansyah¹, Angga Antofani¹, Triman Tresnawan¹

¹Department of Nursing, STIKes Muhammadiyah Ciamis, Indonesia

Correspondence author: Wulan Permatasari

Email: wulanpermatasari519@gmail.com

Address : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 20 Ciamis, West Java 46216 Indonesia, Telp. 085794610828

Submitted: 24 Maret 2023, Revised: 2 April 2023, Accepted: 15 April 2023, Published: 29 April 2023

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v3i2.195



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Diarrhea is a condition experienced by a person when the bowel movements are of an abnormal consistency, namely soft or liquid, the frequency of which can occur more than 3 times a day. Even if you have experienced severe diarrhea, the frequency can reach 10 times a day. Severe diarrhea can cause fluid loss and can be life-threatening, especially in children and adolescents who have nutritional deficiencies. Apart from causing fluid loss, there are also complications such as severe dehydration and even death.

Objective: This community service aims to determine the effectiveness of self-management in PHBS as a form of effort to improve health and prevent diseases, especially diarrhea in adolescents at SMK Terpadu Al Hasan.

Method: The methodology of health education that incorporates self-management. Participants in this counseling are anticipated to be able to apply a complete strategy, particularly in the creation of new behaviors, specifically PHBS in the school setting as well as the community.

Result: Based on the results of pre- and post-implementation of Community service regarding the level of knowledge of the participants had increased. this shows that counseling with the application of self-management in PHBS has a positive impact on SMK Terpadu Al Hasan students. there is a significant effect before and after being given counseling.

Conclusion: The conclusion from the implementation of health education activities regarding the application of self-management in PHBS in preventing diarrhea in adolescents is going according to plan. This activity is effective and has positive value for the students of SMK Terpadu Al Hasan. This can be seen from the enthusiasm and activeness of the participants in counseling as well as increased knowledge about self-management in PHBS in preventing diarrhea before and after being given counseling.

Keywords: *adolescent, diet, diarrhea, gastritis, habit*

Pendahuluan

Diare merupakan keadaan yang dialami seseorang saat kondisi buang air besarnya berkonsistensi tidak normal yaitu lembek atau cair yang frekuensinya bisa terjadi lebih dari 3 kali dalam sehari (Irianty, Hayati and Riza, 2018). Bahkan apabila sudah mengalami diare berat maka frekuensinya bisa mencapai 10 kali dalam sehari (Kartika, 2022). Diare berat dapat mengakibatkan kehilangan cairan dan dapat mengancam jiwa terutama pada anak-anak maupun remaja yang memiliki kekurangan asupan gizi (Tutu and Akbar, 2022). Selain mengakibatkan kehilangan cairan, terdapat komplikasi yang ditimbulkan juga seperti dehidrasi berat, ketidakseimbangan elektrolit, syok hipovolemik, dan malnutrisi energi protein yang dapat menyebabkan kematian (Inggraini and Sari, 2022). Maka dari itu, perlu diketahui sejak dini tanda dan gejala dalam penyakit diare diantaranya terdapat feses cair atau lembek sehingga keluar dalam jumlah banyak, mual, muntah, munculnya darah pada feses, badan terasa lemas, pusing, kesulitan untuk menahan keinginan buang air besar, sakit perut atau bahkan kram perut, merasa haus terus-menerus atau dehidrasi, serta demam (WULAN SARI and Haryani, 2022). Adapun juga penyebab dari penyakit diare yaitu dapat disebabkan dari berbagai organisme seperti bakteri, virus dan parasit (Inggraini and Sari, 2022). Mikroorganisme yang menyebabkan diare yaitu *Escherichia coli*, *Salmonella typhimerium*, dan *Shigella flexneri* terjadi pada usus halus dan usus besar yang tidak dapat menjalankan fungsinya dengan baik (Irawan and Mujiburrahman, 2022). Mikroorganisme tersebut menyebar melalui makanan yang terkontaminasi atau air minum, bahkan bisa menyebar dari orang ke orang akibat kebersihan yang buruk. Selain disebabkan oleh mikroorganisme, diare juga dapat disebabkan karena terlalu sering mengkonsumsi penggunaan obat pencahar, stress, cemas, dan minimnya dalam berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Irawan and Mujiburrahman, 2022).

PHBS merupakan beberapa perilaku yang terkumpul di masyarakat maupun lingkungan sekolah dan merupakan perwujudan dari hasil pembelajaran yang dapat menunjang pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan serta terwujudnya lingkungan yang nyaman dan sehat (Anastakim *et al.*, 2022). PHBS ini merupakan program yang berperan dalam pemberian pengalaman belajar serta terciptanya alur komunikasi seperti penyampaian informasi dalam melakukan edukasi bagi individu, kelompok ataupun masyarakat dengan menggunakan pendekatan Advokasi (pimpinan), pembinaan suasana serta pemberdayaan masyarakat (Susilowati and Suwarni, 2022). Cuci tangan merupakan salah satu contoh program PHBS yang berperan salahsatunya dalam pencegahan penyakit diare dengan teknik 6 langkah cuci tangan yaitu tuangkan cairan kedalam telapak tangan lalu menggosok telapak tangan kiri dan kanan secara perlahan, kedua gosok pada kedua bagian punggung telapak tangan dengan bergantian, ketiga bersihkan sela-sela jari bagian dalam, keempat bersihkan sela jari bagian luar dan ujung jari dengan teknik mengunci, kelima bersihkan ibu jari tangan kanan dan kiri secara bergantian, terakhir letakan ujung jari pada telapak tangan kanan dan kiri, setelah itu gosok secara perlahan dan memutar secara bergantian (Tutu and Akbar, 2022). Masyarakat terutama remaja masih sangat abai terhadap mencuci tangan ini, sehingga angka kejadian diare di Negara Indonesia terbilang cukup tinggi dan selalu mengalami peningkatan (Inggraini and Sari, 2022).

Di Indonesia angka kesakitan diare terus meningkat bahkan sampai menimbulkan kematian. Tahun ke tahun angka kesakitan diare selalu mengalami kenaikan, sebanyak 10.980 kasus diare pada tahun 2020 dengan 277 orang mengalami kematian (2,52%) (Permana and Emelia, 2022). Perkiraan kejadian diare selama setahun secara keseluruhan berkisar antara 40 juta, sekitar 200.000-400.000 orang mengalami kematian (Haenisa and Surury, 2022). Dalam setahun menurut hasil survei pada tahun 2021 yang dilakukan oleh Departemen kesehatan RI pada 10 provinsi dari jumlah 18.000 rumah tangga dengan jumlah sample

dengan jumlah 13.440 orang 1.3% diantaranya terjadi diare pada remaja (Ayu, Damanik and Yulianto, 2022). Angka kejadian diare di tahun 2021 sebanyak 10,2% per 1000 remaja mengalami peningkatan di tahun 2022 sebanyak 14,6 % per 1000 remaja, data ini dilansir dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat . Begitupun di Kabupaten Ciamis terjadi peningkatan angka kejadian diare di tahun 2021 ke tahun 2022, sebanyak 645 kasus (52,8%) di 2021 meningkat menjadi 671 kasus (64,5 %) di tahun 2022 yang dilansir dari Data Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis. Oleh karena itu, untuk menurunkan persentase angka kejadian penyakit diare pada remaja selain dengan PHBS dapat dilakukan dengan cara *Self-Management* di lingkungan masyarakat maupun di lingkungan sekolah (Ayu, Damanik and Yulianto, 2022).

Self-management merupakan salah satu bentuk usaha seseorang bagi pribadinya sendiri. Mereka yang memilih dan menentukan apa yang harus dilakukannya, memantau perilakunya kemudian diakhir mereka evaluasi apakah yang dilakukannya itu mencapai tujuannya atau tidak (Cahaya Wanti, 2022). Tujuan self management bagi penderita diare adalah untuk mempertahankan hidup bersih dan sehat, memilih dan memilih dalam asupan makanan, sehingga penerapan PHBS dan penerapan *Self-management* sangat berhubungan dalam pengendalian angka kejadian diare pada remaja (Anggraini, 2022). Selain itu juga, penerapan *self-management* ini dapat mengurangi dampak yang ditimbulkan dari diare itu sendiri, seperti gejala dan komplikasi penyakit (Chaki *et al.*, 2022). Karena, jika tidak segera diatasi maka dapat menjadi masalah kesehatan yang serius dan membahayakan terutama bagi anak-anak dan remaja (Wardani, Dewi and Khasanah, 2022).

Remaja diartikan sebagai sekelompok orang yang sedang beranjak dewasa yang dipenuhi dengan berbagai masalah serta keadaan emosi yang belum stabil, kemudian ada juga yang mengartikan bahwa remaja adalah sekelompok orang dengan penuh semangat dan kreativitas (Cahaya Wanti, 2022). Tapi secara umum didefinisikan sebagai seseorang yang mengalami masa peralihan atau perpindahan dari anak menuju masa dewasa (Selsa Amanda Pramedi, 2022). Sedangkan menurut WHO, remaja diartikan sebagai fase transisi masa anak ke masa dewasa awal dengan kisaran usia 10 sampai dengan usia 19 tahun. Masa remaja akan mengalami perubahan perkembangan serta pertumbuhan dari segi psikologis, fisik, kognitif, sosial dan emosional (Polhemus *et al.*, 2022). Tahap remaja terbagi atas tiga kategori, yaitu masa remaja awal dengan kisaran umur 12 tahun sampai dengan umur 15 tahun, remaja pertengahan mulai dari usia 14 tahun sampai dengan 18 tahun serta masa remaja akhir kisaran umur mulai dari 18 tahun sampai dengan 22 tahun. Maka ketika seorang remaja mengalami diare dan bahkan mengalami komplikasi lainnya akibat diare akan menghambat pertumbuhannya dan mengalami keterlambatan sehingga prosesnya tidak optimal (Syahrul and Nurmayanti, 2020).

Tujuan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan ini memiliki tujuan untuk mengetahui efektivitas *self management* PHBS sebagai salah satu bentuk upaya peningkatan kesehatan dan pencegahan penyakit khususnya diare pada remaja di SMK Terpadu Al-Hasan.

Metode

Sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan kejadian diare maka dilakukan penyuluhan kesehatan pada siswa-siswi SMK Terpadu Al-Hasan dengan 30 Partisipan menggunakan media leaflet serta lembar observasi yang digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan mengenai pencegahan diare sehingga terjadi peningkatan PHBS dan *self-management* setelah dilakukan evaluasi. Proses kegiatan ini dilaksanakan dengan berdiskusi serta tanya jawab berbasis penyuluhan dengan dimulai tahap persiapan dan diakhiri dengan dilakukannya penilaian atau evaluasi diakhir acara, tahap ini dilakukan agar penyuluhan bisa

berjalan efektif dan dapat memberikan manfaat yang maksimal, penerapan PHBS serta *self-management* dalam pencegahan kejadian diare pada remaja ini dilaksanakan secara kelompok. Edukasi ini dilaksanakan atas kerjasama Mahasiswa Program Studi D-III Keperawatan STIKes Muhammadiyah Ciamis yang tergabung di kelompok 5. Jumlah tim yang terlibat dalam kegiatan tersebut sebanyak 8 orang. Selanjutnya yaitu mendata karakteristik peserta kegiatan penyuluhan kesehatan yang sesuai kriteria dan bersedia menjadi partisipan, kemudian pemaparan materi yang sudah tersusun menggunakan leaflet, dan langkah yang terakhir melakukan evaluasi mengenai tingkat pengetahuan melalui tes lisan dan seluruh anggota tim mengisi lembar observasi. Keberlangsungan acara ini berpatok pada SAP yang sebelumnya telah dibuat, yaitu penyampaian salam, pengenalan anggota serta menjelaskan tujuan dari penyuluhan serta maksud penyuluhan, melakukan kontrak waktu dan diakhir melakukan evaluasi berkaitan dengan metrik yang sudah disampaikan.

Metode yang digunakan oleh tim pengabdian kepada masyarakat adalah dengan ceramah serta proses tanya jawab dengan materi yang disajikan meliputi pengertian PHBS, cara menerapkan PHBS di lingkungan sekolah dan masyarakat, dan menjelaskan mengenai hubungan penerapan PHBS dengan diare. Setelah pemaparan materi telah selesai, dilaksanakan sesi untuk bertanya dan menjawab dan bagi peserta yang aktif menjawab mendapatkan doorprize dari tim. Setelah semua rangkaian acara selesai moderator menyampaikan kesimpulan dari kegiatan penyuluhan yang diakhir dengan doa serta salam penutup. Selanjutnya adalah tahap penilaian atau evaluasi dimana didasarkan kriteria hasil dan indikator telah sesuai dengan SAP. Pengamat sudah menyiapkan lembar evaluasi untuk mengatur jalannya kegiatan penyuluhan sehingga saat evaluasi akhir lembar/catatan tersebut dapat dibahas bersama.

Hasil

Data dengan jumlah 95% yang memiliki status gizi normal, tidak pernah memiliki riwayat penyakit, namun penerapan PHBS dan *self-management* di lingkungan sekolah maupun di masyarakat pada seluruh responden (100%) masih terbilang jarang untuk dilakukan. Dari hasil evaluasi menunjukkan bahwa seluruh rangkaian kegiatan dari awal sampai akhir sudah berjalan dengan runtut dan benar sesuai dengan yang tertera pada instrumen lembar observasi. Berdasarkan lembar evaluasi tersebut ditetapkan empat hal berkaitan dengan ketepatan waktu dan durasi, partisipasi, pengetahuan serta pemecahan masalah. Lembar observasi tersebut diisi oleh seluruh anggota tim yang berlangsung selama selama 45 menit atau secara detail dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Evaluasi jadwal dan durasi

Indikator	Time Line	Plot	Evaluasi	Skala Likert
Salam dan pengenalan	10.00-10.03	3	0 10.00-10.03	4
Evaluasi pre- implementasi	10.03-10.05	2	0 10.03-10.05	4
Materi utama	10.05-10.33	28	+2 10.05-10.35	4
Diskusi	10.33-10.38	5	-2 10.35-10.38	4
Evaluasi pasca implementasi	10.38-10.43	5	+1 10.38-10.44	4
Penutupan	10.43-10.45	2	-1 10.44-10.45	4
TOTAL DURASI		45	45	4
Total point				28

Interpretasi :

- ❖ >10 : Tidak tepat pada waktunya (1)
- ❖ 7-9 : Kurang tepat pada waktunya (2)
- ❖ 5-6 : Cukup tepat pada waktunya (3)
- ❖ <5 : Tepat pada waktunya (4)

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa durasi kegiatan penyuluhan sesuai dengan durasi yang direnakan yaitu 45 menit, dengan kata lain kegiatan penyuluhan yang sudah dilakukan tepat waktu dengan total poin 28. Meskipun dalam beberapa sesi ada yang masih kurang tepat waktu, karena masih ada beberapa materi dalam cuplikan video yang harus ditampilkan namun ketidaktepatan waktu tersebut masih dalam batas wajar.

Dalam kegiatan penyuluhan kesehatan ini, partisipasi yang hadir 100% sesuai dengan indikator target sasaran. Dimana dalam rangkaian kegiatannya partisipasi memberikan umpan balik yang baik. Pengukuran nilai partisipasi dilihat berdasarkan kesiapan serta respon tanggap peserta selama berlangsungnya kegiatan dari awal sampai akhir secara sukarela.

Tabel 2. Evaluasi partisipasi

Indikator	Target	Partisipan	Point	Skala Likert
Jumlah kehadiran	20	20	100%	4
Umpan balik evaluasi pra- implementasi	3	2	85%	4
Umpan balik diskusi	3	2	85%	4
Umpan balik evaluasi pasca- implementasi	3	3	100%	4
TOTAL	29	27	88%	4

Interpretasi nilai :

- ❖ <25% : Tidak adanya peserta (1)
- ❖ 25-50 % : Kurangnya peserta (2)
- ❖ 50-70 % : peserta yang cukup (3)
- ❖ >70% : peserta banyak atau tinggi (4)

Dilihat dari tabel 2 menunjukkan bahwa jumlah kehadiran dan umpan balik evaluasi setelah implementasi menjadi indikator tertinggi dengan point 100 %. Dengan kata lain menandakan bahwa partisipan yang hadir sangat antusias dalam kegiatan edukasi ini bahkan dengan sukarela. Dalam target direncanakan bahwa dalam membuka sesi tanya jawab dan diskusi evaluasi sebelum melakukan implementasi berjumlah 30 orang, namun dalam pelaksanaannya hanya 5 orang yang respon tanggapnya baik. Secara lengkap, dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut :

Tabel 3 Pre-Implementasi

Indikator	Target	Partisipan	Point
Jumlah kehadiran <i>Pre-Implementasi</i>	30	30	100%
• Mengetahui	30	5	16.7%
• Tidak mengetahui		25	83.3%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa hanya 5 partisipan yang merespon pertanyaan, ini disebabkan karna pada sesi ini belum dilakukan pemaparan materi. Namun dari hasil pengamatan yang sudah didokumentasikan menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan partisipan mengenai materi yang akan disampaikan relatif baik.

Ini diakibatkan pada tahap evaluasi sebelum dilakukannya implementasi serta evaluasi setelah dilakukannya implementasi dari semua partisipan yang telah memberikan respon atas adanya pertanyaan yang diajukan penerbit dapat dijawab dengan baik dan benar. Secara lebih terperinci dapat dilihat secara detail di tabel 4.

Tabel 4 Post-Implementasi

Indikator	Target	Partisipan	Point
Jumlah kehadiran	30	30	100%
<i>Post-Implementasi</i>			
• Mengetahui	30	30	100%
• Tidak mengetahui	0	0	0

Maka, berdasarkan tabel 3 dan 4 dapat disimpulkan bahwa sebelum dilaksanakan penyuluhan kesehatan sebanyak 5 orang (16,7%) peserta mampu menjawab pertanyaan sebelum materi disampaikan, 25 orang (83.3%) peserta tidak mengetahui mengenai penerapan *self-management* dan PHBS sebagai pencegahan diare. Kemudian, setelah dilaksanakan penyuluhan kesehatan pengetahuan peserta mengenai *self-management* dan PHBS meningkat menjadi 30 orang (100%). Jadi, dapat disimpulkan bahwa partisipan yang hadir relatif sudah cukup faham mengenai materi yang telah disampaikan.

Potensi dan resiko masalah dalam suatu kegiatan memang sulit dihindari. Maka dari itu pentingnya melakukan persiapan sebaik dan sedetail mungkin untuk memprediksi kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi agar dapat terhindar dari hal-hal yang tidak diinginkan dan mencari solusi atau jalan keluar dari suatu peristiwa. Namun demikian, keberlangsungan kegiatan berjalan dengan baik dan tanpa hambatan, sehingga kegiatan ini efektif dan efisien. Begitupun harapan tim bahwa dilaksanakannya kegiatan ini bertujuan agar partisipan dapat lebih memahami berkaitan dengan pencegahan diare yang banyak terjadi dikalangan remaja dengan cara menerapkan PHBS dan *self-management* yang benar.

Diskusi

Diare merupakan salah satu penyakit endemis dan penyakit potensial menular yang dapat menyerang seluruh kelompok usia baik laki-laki maupun perempuan di dunia maupun di Indonesia. Angka kejadian diare di Indonesia terbilang cukup tinggi yaitu sebesar 270/1000 penduduk terjadi untuk semua umur dan sebesar 843/1000 penduduk terjadi pada balita (Saputri and Astuti, 2019). Penyakit diare ini dapat mengakibatkan KLB (Kejadian Luar Biasa) karena dapat menyebabkan kematian. Sebagian besar yang meninggal akibat diare karena dehidrasi berat dan kehilangan cairan (Indriati and Warsini, 2022). Tidak hanya itu saja, penyakit diare ini dapat dipengaruhi juga oleh kondisi lingkungan yang turut berkorelasi dengan faktor perilaku, dimana kondisi lingkungan yang tidak sehat ditambah dengan buruknya perilaku manusia. Ketika individu memiliki kebiasaan yang tidak sehat dalam berperilaku sehari-hari maka dapat berisiko menimbulkan berbagai penyakit, maka dari itu diperlukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam masyarakat (Harahap, Ahmad and Aritonang, 2023)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran individu sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri

sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat (Natsir, 2019). PHBS ini diketahui menjadi salah satu kunci penting yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan penyakit menular, salah satunya adalah diare (Toyibah and Apriani, 2019). Hal ini karena di masyarakat terjadinya interaksi sosial serta aktivitas fisik terjadi sangat tinggi, sehingga kerentanan terhadap penularan penyakit juga cukup tinggi. Sejalan juga berdasarkan dengan teori H.L. Blum (2021) yang menjelaskan bahwa salah satu perilaku yang dapat mempengaruhi status kesehatan adalah gaya hidup (perilaku dan sikap) dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (Pramana, 2023).

Adapun hasil penelitian Jamil (2019) menyatakan dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan kejadian diare yang ditunjukkan dengan hasil uji statistik p value = 0,000 mempunyai resiko 4,9 kali lebih besar untuk terkena penyakit diare (Alvinasyrah, 2021).

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat juga dilakukan pada siswa-siswi SMK Terpadu Al-Hasan Desa Kertasari, Kecamatan Ciamis menyebutkan bahwa rata-rata angka kejadian diare sebanyak 14 orang yang ditentukan dengan jumlah siswa-siswi sebanyak 20 orang akibat kurangnya melakukan PHBS (Apriliani *et al.*, 2021).

Selain diare, ada juga hubungan lain yang dapat terjadi yaitu pada kesehatan tubuh seperti sindrome metabolik yang mencakup tekanan darah tinggi, gula darah tinggi, kelebihan lemak tubuh, dan kadar kolesterol yang tidak normal. Berdasarkan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Suminar *et al.*, 2023) bahwa terdapat hubungan antara kesehatan tubuh yang berdampak sindrome metabolik dengan kurangnya PHBS yang ditunjukkan dengan hasil p -value = 0,001. Sejalan juga dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh penulis bahwa dari jumlah responden sebanyak 20 orang terdapat 6 orang mengalami sindrom metabolik yang disebabkan karena kurangnya PHBS di masyarakat. Maka dari itu, dalam mengurangi kasus tersebut alangkah baiknya kita selaku tenaga kesehatan berkewajiban untuk melakukan edukasi mengenai pencegahan kasus itu sendiri (Wibisono *et al.*, 2023).

Ketika siswa-siswi telah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang PHBS maka diharapkan pengetahuannya dapat meningkat yang dikarenakan siswa-siswi akan lebih memahami masalah tentang pentingnya melakukan PHBS di masyarakat dan di sekolah, sehingga dapat memahami juga bagaimana cara pencegahan masalah-masalah penyakit tersebut terutama diare. Adapun hasil penelitian (Tabita *et al.*, 2023) menjelaskan bahwa dengan menggunakan bahasa yang baik saat memberikan edukasi, maka akan mudah dipahami dengan pesan yang disampaikan secara singkat dan jelas, sehingga para siswa dapat menerapkan di kehidupan sehari-hari (Trisna, 2019)

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di SMK Terpadu A-Hasan ini bertujuan untuk memberikan edukasi dalam mencegah serta menanggulangi angka kejadian diare pada remaja dengan metode penyuluhan kesehatan. Dalam pemaparan materi pada penyuluhan kesehatan ini dilakukan dengan metode ceramah memberikan informasi terbaru mengenai hubungan PHBS dengan masalah-masalah penyakit yang akan terjadi apabila PHBS ini diabaikan khususnya hubungan PHBS dengan diare. Setelah pemaparan materi diberikan kepada responden, evaluasi dilakukan dengan metodetanya jawab untuk memastikan sejauhmana pemahaman responden. Dalam proses evaluasi ini, responden mampu menjawab pertanyaan yang tim berikan serta responden tampak aktif dan antusias mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.

Kesimpulan

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai penerapan *self-management* pada PHBS dalam mencegah diare pada remaja ini berjalan dengan baik sesuai dengan apa yang diinginkan dan yang sudah direncanakan. Penyuluhan ini efektif dan

bernilai positif bagi siswa siswi SMK Terpadu Al Hasan. Hal ini terlihat dari antusiasisme serta keaktifan audiens atau peserta dalam penyuluhan serta adanya peningkatan pengetahuan tentang *self management* pada PHBS dalam pencegahan diare sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Daftar Pustaka

1. Alvinasyrah (2021) 'Jurnal Penelitian Perawat Profesional', Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 3(1), pp. 153–158.
2. Anastakim, S. et al. (2022) 'Analisis Kejadian Diare pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Sareal Tahun 2021', Journal of Public Health Education, 2(1), pp. 277–281.
3. Anggraini, F. N. (2022) 'PERFORMANCE: Self, Management, and Organizational Social Perspectives', PRODUKTIF: Jurnal Kepegawaian dan Organisasi, 1(1), pp. 1–9.
4. Apriliani, I. M. et al. (2021) 'Open access Open access', Citizen-Based Marine Debris Collection Training: Study case in Pangandaran, 2(1), pp. 56–61.
5. Ayu, F. M., Damanik, H. D. and Yulianto (2022) 'Kejadian diare pada balita berdasarkan perilaku cuci tangan pakai sabun dan sarana air minum di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Ogan Ilir', Jurnal Sanitasi Lingkungan, 2(1), pp. 60–65.
6. Cahya Wanti, R. (2022) 'Hubungan Self Care Management Dengan Perilaku Hidupbersih Dan Sehat (Phbs) Pada Lansia Hipertensi Di Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Gadingharjo Bantul'. Universitas Alma Ata Yogyakarta.
7. Haenisa, N. N. and Surury, I. (2022) 'Hubungan Personal Hygiene Dengan Kejadian Diare Pada Santri Di Kota Tangerang Selatan', Jurnal Kesehatan Lingkungan: Jurnal dan Aplikasi Teknik Kesehatan Lingkungan, 19(2), pp. 231–238. doi: 10.31964/jkl.v19i2.487.
8. Harahap, Y. W., Ahmad, H. and Aritonang, S. (2023) 'Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sekolah di SD Negeri Ujung Gurap Tahun 2022', ABDIGERMAS: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan, 1(1), pp. 18–23.
9. Indriati, R. and Warsini, W. (2022) 'Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Kejadian Diare Pada Anak Balita', KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan, 10(1), pp. 16–22. doi: 10.37831/kjik.v10i1.223.
10. Inggraini, M. and Sari, E. M. (2022) 'Pencegahan Stunting Dengan Penerapan Phbs Dan Penggunaan Senyawa Alami', Jurnal Mitra Masyarakat, 3(1), pp. 46–52.
11. Irawan, B. and Mujiburrahman, M. (2022) 'Pengaruh Sumber Air Bersih, Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Dan Penggunaan Jamban Sehat Terhadap Kejadian Diare', Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan, 2(2), pp. 65–74.
12. Irianty, H., Hayati, R. and Riza, Y. (2018) 'Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan kejadian diare pada balita', PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8(1), pp. 1–10.
13. Kartika, A. S. (2022) 'Hubungan Penerapan Phbs Dalam Keluarga Dengan Kejadian Diare Pada Balita Di Desa Lengkong Wilayah Kerja Puskesmas Lengkong Kabupaten Sukabumi', Jurnal Health Society, 11(2).
14. Natsir, M. F. (2019) 'Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo', Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK), 1(3), pp. 54–59.
15. Permana, D. and Emelia, R. (2022) 'Analisis Penggunaan Obat Rasional Pengobatan Diare Non Spesifik di Apotek Kimia Farma 167 Cimahi', Jurnal Sosial Sains, 2(1), pp. 159–163. doi: 10.36418/sosains.v2i1.331.
16. Polhemus, A. et al. (2022) 'Data Visualization for Chronic Neurological and Mental Health Condition Self-management: Systematic Review of User Perspectives', JMIR mental health, 9(4), p. e25249.
17. Pramana, K. D. (2023) 'Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Diare Pada Wisatawan: a

- Systematic Review', 15, pp. 127–132.
18. Saputri, N. and Astuti, Y. P. (2019) 'Hubungan Faktor Lingkungan Dengan Kejadian Diare Pada Balita Di Puskesmas Bernung', *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 10(1), p. 101. doi: 10.26751/jikk.v10i1.619.
 19. Selsa Amanda Pramedi, S. (2022) 'Pengaruh Edukasi Phbs Menggunakan Media Booklet Terhadap Perilaku Pencegahan Covid-19 Di Desa Jetis Wilayah Kerja Puskesmas Jaten 1'. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
 20. Suminar, M. et al. (2023) '(Phbs) Dengan Kejadian Diare Pada Balita', Vi.
 21. Susilowati, I. T. and Suwarni, S. (2022) 'Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Diare dan Muntaber melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih serta Pemanfaatan Bahan Herbal', *PARAHITA: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(2).
 22. Syahrul, S. and Nurmayanti, N. (2020) 'Pengelolaan Pendidik dan Tenaga Kependidikan di SMA Muhammadiyah Kendari', *Shautut Tarbiyah*, 25(2), pp. 259–284.
 23. Tabita, H. et al. (2023) 'Peningkatan Pengetahuan tentang Penanganan dan Pencegahan Diare pada Anak melalui Penyuluhan dan Story Telling', 5(1), pp. 361–367.
 24. Toyibah, T. and Apriani, M. (2019) 'Hubungan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Kejadian Diare Pada Balita', *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 4. doi: 10.36729/jam.v4i1.238.
 25. Trisna, E. and Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang, D. (2019) 'Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Kejadian Diare Pada Mahasiswa', *Jurnal Keperawatan*, XI(1), pp. 135–138.
 26. Tutu, C. G. and Akbar, H. (2022) 'Hubungan Penerapan dan Edukasi PHBS dengan Kejadian Diare pada Balita di Desa Passi II', *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), pp. 172–176.
 27. Wardani, M. E. S., Dewi, E. and Khasanah, S. (2022) 'Implementasi Diare pada Pasien Anak dengan Gastroenteritis menggunakan Terapi Komplementer Akupresur', *Journal of Management Nursing*, 2(1), pp. 158–167. doi: 10.53801/jmn.v2i1.72.
 28. Wibisono, A. F. D. et al. (2023) 'Hubungan Pengetahuan, Perilaku, dan Pengelolaan Jamban dengan Kejadian Diare di Wilayah Puskesmas Bogor Selatan 2022', *Journal of Public Health Education*, 2(2), pp. 282–286. doi: 10.53801/jphe.v2i2.107.
 29. Wulan Sari, I. and Haryani, S. (2022) 'Pengelolaan Diare Pada Anak Prasekolah Dengan Diare Akut Dehidrasi Ringan Di Desa Rembes Kec. Bringin'. Universitas Ngudi Waluyo.