

Gambaran Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Lanjut Usia di Desa Lueng Daneun Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen

Zulheri^{1*}, Maria Ulfa¹, Fadli Syahputra^{2,3}, Henki Adisa Putra¹

¹Diploma-III Keperawatan, Akademi Keperawatan Teungku Fakinah, Kota Banda Aceh

²Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat, Dinas Kesehatan, Kabupaten Bireuen

³Diploma-III Farmasi, Akademi Farmasi YPPM Mandiri, Kota Banda Aceh

* Corresponding Author: zulherikf02@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received: July 10 2026

Revised: July 27 2026

Accepted: August 18 2026

Available online: August 31 2026

Kata Kunci:

Lanjut Usia, Pengetahuan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Keywords:

Clean and Healthy Living Behavior, Elderly, Knowledge

ABSTRAK

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Posyandu ILP Desa Lueng Daneun, peneliti mewawancarai sepuluh orang lansia, tujuh dari sepuluh responden kurang memperhatikan kebersihan diri, seperti tidak mencuci tangan sebelum makan, lalu kurang mengonsumsi sayur dan buah setiap harinya, kemudian kurang melakukan aktivitas fisik dalam sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia. Metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan desain pendekatan cross-sectional. Populasi dan sampel adalah sebanyak 120 Lansia dengan kategori usia di atas 60 Tahun, serta analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat

(analisa deskriptif). Tingkat pengetahuan PHBS sebagian besar lansia berada pada kategori kurang sebanyak 62,5%. Data menunjukkan bahwa setengah dari lansia telah memiliki minimal 3 dari 7 indikator PHBS yang digunakan dalam penelitian ini. Program promosi kesehatan terkait PHBS dapat dilaksanakan dengan mengembangkan kebijakan pembangunan berwawasan kesehatan, memberdayakan masyarakat, meningkatkan keterampilan keluarga terhadap PHBS, mendekatkan pelayanan kesehatan dan pendidikan kesehatan agar masyarakat lebih mudah mendapatkan informasi kesehatan.

ABSTRACT

The preliminary study conducted by the researcher at the ILP Integrated Health Post (Posyandu) in Lueng Daneun Village, the researcher interviewed ten elderly people, seven out of ten respondents paid less attention to personal hygiene, such as not washing their hands before eating, then consuming less vegetables and fruit every day, then less physical activity in daily life. This study aims to describe the knowledge of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in the elderly. The quantitative descriptive method uses a cross-sectional approach design. The population and sample were 120 elderly with an age category above 60 years, and the data analysis used was univariate analysis (descriptive analysis). The level of PHBS knowledge of most elderly people is in the less category as much as 62.5%. The data shows that half of the elderly have had at least 3 of the 7 PHBS indicators used in this study. Health promotion programs related to PHBS can be implemented by developing health-oriented development policies, empowering communities, improving family skills regarding PHBS, bringing health services and health education closer so that people can more easily obtain health information.

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

Copyright © 2021 by Author. Published by Universitas Bina Bangsa Getsempera



PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu penunjang aktivitas manusia dan sangat diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Jika kita kerjakan dapat dilaksanakan dengan baik dan dapat menyenangkan (Levani et al., 2020). Pekerjaan tersebut seperti: belajar, bermain, makan, minum, dan lain sebagainya. Sebaliknya apabila kita sakit semua yang kita kerjakan akan terasa hampa dan tidak akan menyenangkan. Menurut World Health Organization (WHO) kesehatan adalah keadaan yang meliputi kesehatan badan, rohani dan sosial dan bukan hanya keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan. Di negara-negara maju, perilaku masyarakat sangat menunjang terhadap hidup sehat sehingga lebih proaktif untuk mencegah dan menanggulangi permasalahan kesehatan. Di negara-negara berkembang seperti Indonesia, pada umumnya masyarakat masih berorientasi pada pengobatan penyakit bukan pada pencegahan penyakit. Perilaku masyarakat belum mendukung ke arah perilaku hidup sehat dan memberikan pengaruh paling besar terhadap munculnya masalah kesehatan di masyarakat (Pratama & Jalil, 2025).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya. PHBS pada hakikatnya merupakan perilaku pencegahan oleh individu atau keluarga dari berbagai penyakit. Salah satu sasaran penerapan program PHBS adalah pada tatanan rumah tangga, yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan keluarga dan produktivitas kerja setiap anggota keluarga (Mulasari et al., 2021).

Bagi masyarakat awam, peningkatan usia harapan hidup sering kali hanya dipahami sebagai bertambah panjangnya masa hidup seseorang. Padahal, yang lebih penting adalah bagaimana kualitas kesehatan tetap terjaga hingga usia lanjut. Proses menua merupakan suatu proses alami yang akan dialami oleh setiap manusia. Seiring dengan meningkatnya jumlah penduduk usia lanjut, diharapkan masa tua yang lebih panjang tidak menjadi beban, melainkan dapat dijalani dengan kondisi kesehatan yang baik, mandiri, dan produktif (Nabila et al., 2022). Namun, dengan menjaga pola hidup yang sehat, seseorang dapat mengurangi risiko penyakit serius yang dapat mengancam kesehatan. Usia lanjut yang sehat dapat dicapai dengan menjaga pola makan yang baik, menghindari bahan berbahaya, serta berpartisipasi dalam aktivitas fisik seperti berjalan kaki, makan buah dan

sayur, serta menjaga hubungan sosial yang positif dengan orang sekitar. Hal ini berkontribusi pada peningkatan harapan hidup (Amalia et al., 2025).

Usia lanjut merupakan fase terakhir dari kehidupan seseorang di mana perkembangan terakhir dalam kehidupan manusia terjadi. Orang tua ialah seseorang yang sudah mencapai usia 45 tahun atau 60 tahun (Putri, 2022). Jumlah lansia terus bertambah, bersamaan dengan kenaikan angka harapan hidup dan penurunan angka kematian. Perubahan-perubahan yang terjadi selama proses penuaan adalah waktu di mana seseorang mencoba untuk tetap Bahagia melalui berbagai perubahan dalam hidup (Fauziyah et al., 2020). Semakin tua, kemampuan tubuh untuk berfungsi semakin menurun akibat bertambahnya usia, dengan demikian penyakit tidak menular sering muncul pada orang tua. Permasalahan degeneratif juga dapat melemahkannya sistem kekebalan tubuh dan mengakibatkan tubuh lebih rawan terkena infeksi penyakit menular. Beberapa teori terkait dengan penuaan dikenal dan telah dipaparkan. Sebagian besar menjelaskan tentang perubahan peran fungsional yang berhubungan dengan perubahan fisiologis dan psikososial pada lansia (Runtu et al., 2024).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) yang dipublikasikan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022, diperkirakan bahwa tahun 2030, satu dari enam orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih. Jumlah populasi global yang berusia 60 tahun ke atas diprediksi akan meningkat dua kali lipat hingga mencapai 2.1 miliar pada tahun 2050. Berdasarkan laporan BPS tahun 2023, jumlah lansia di Indonesia telah mencapai 22.6 juta jiwa, atau sekitar 11.75% dari total populasi. Diprediksi bahwa pada tahun 2050, proporsi penduduk berusia di atas 65 tahun akan meningkat menjadi 25%. Angka ini mengalami kenaikan sebesar 1.27 poin persen dibandingkan tahun sebelumnya, yang tercatat sebesar 10.48%. Selain itu, sebagian besar provinsi di Indonesia memiliki persentase penduduk lansia di atas 6%, dengan delapan provinsi mencatatkan angka lebih dari 10%.

PHBS merupakan salah satu peran penting agar terciptanya *Healthy Aging* (Penuaan Sehat). Seperti yang kita ketahui, kebersihan adalah sebagian dari iman. “Sesungguhnya Allah SWT itu Suci yang Menyukai hal-hal yang suci, Dia Maha Bersih yang menyukai kebersihan, Dia Maha Mulia yang Menyukai kemuliaan, Dia Maha Indah yang Menyukai keindahan, karena itu bersihkanlah tempat-tempatmu. Dan jangan meniru orang-orang Yahudi (HR. Tirmizi)”. Maka dari itu perilaku hidup bersih dan sehat sudah lama dijelaskan di dalam agama Islam. Hal tersebut bertujuan agar semua umat manusia dapat menjadi orang yang menjaga kebersihan dan juga kesehatannya karena hal tersebut Adalah karunia-Nya yang harus kita syukur dan nikmati (Akbar, 2019).

PHBS dipengaruhi oleh karakteristik lansia, seperti usia, pendidikan, pekerjaan, pemilihan media yang mendukung keterpaparan dengan informasi seputar PHBS serta status tinggal bersama keluarga. Perbedaan jenis kelamin turut berpengaruh dalam PHBS, lansia yang berpendidikan SMP/SMA serta mempunyai pekerjaan (pedagang dan petani) berada dalam kategori PHBS baik. Karakteristik individu pada lansia tidak bisa diubah, karena sudah menjadi ciri khas dari individu. Namun demikian upaya kesehatan perlu dilakukan untuk memberikan kesadaran pada lansia agar dapat menjalankan PHBS dengan baik (Putri, 2019).

PHBS yang dilakukan oleh lansia memiliki manfaat yang tidak terhingga dalam perjalanan hidup terakhirnya. Lansia yang mempraktikkan perilaku sehat seperti mempunyai pola makan sehat, makan sayur dan buah, dan melakukan olahraga teratur, memiliki daya ingat yang lebih baik dari pada orang yang lebih muda (Essing et al., 2024). Studi ini menunjukkan bahwa perilaku gaya hidup seseorang menunda timbulnya gejala memori seiring bertambahnya umur dan melindungi kesehatan otak. Adanya perubahan perilaku lansia yang lebih baik, sangat bermanfaat untuk kesejahteraan, mencegah penyakit, dan kualitas hidup mereka. Perilaku yang tidak sesuai dengan anjuran kesehatan berdampak buruk bagi individu terutama pada lansia, yang telah mengalami berbagai penurunan fisik, psikis dan sosial di dalam kehidupannya. Studi menunjukkan bahwa orang yang melakukan banyak perilaku yang tidak sehat beresiko tinggi mengalami kematian dan beresiko untuk mengalami penyakit kronis yang berbahaya dan kemudian diikuti oleh penurunan kognitif dibandingkan dengan orang yang berperilaku sehat (Tinah & Sinaga, 2024).

Berdasarkan Studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Posyandu ILP Desa Lueng Daneun, peneliti mewawancarai sepuluh orang lansia, tujuh dari sepuluh responden kurang memperhatikan kebersihan diri, seperti tidak mencuci tangan sebelum makan, lalu kurang mengkonsumsi sayur dan buah setiap harinya, kemudian kurang melakukan aktivitas fisik dalam sehari-hari.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia. PHBS merupakan serangkaian perilaku yang dilakukan berdasarkan kesadaran untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan. Pada kelompok lansia, penerapan PHBS sangat penting untuk mempertahankan kualitas hidup, mencegah berbagai penyakit, serta mendukung proses penuaan yang sehat (*healthy aging*).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* yang bertujuan untuk mengidentifikasi pengetahuan dan perilaku lansia terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Tinah & Sinaga, 2024). Penelitian ini dilakukan di Desa Lueng Daneun, Kecamatan Peusangan Siblah Krueng, Kabupaten Bireuen. Penelitian dilaksanakan pada 11 Mei 2026 sampai dengan Juni 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah 120 lansia dengan kategori usia di atas 60 tahun. Karena jumlah populasi relatif kecil dan memungkinkan untuk diteliti seluruhnya, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Dengan demikian, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 120 lansia yang berkunjung ke Posyandu ILP Desa Lueng Daneun. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat (analisis deskriptif) yang bertujuan untuk menjelaskan atau menggambarkan karakteristik setiap variabel penelitian. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi (Tinah & Sinaga, 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa, mayoritas usia responden adalah 60-69 tahun sebanyak 70 responden (58,3%), dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 80 responden (66,7%). Sebagian besar menamatkan pendidikan hingga SMA/SMK/MA sebanyak 60 responden (50,0%), mayoritas memiliki riwayat penyakit DM sebanyak 25 responden (20,5%), dan riwayat pekerjaan sebagai IRT sebanyak 65 responden (54,2%). Berdasarkan tingkat pengetahuan tentang PHBS, mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 75 responden (62,5%) (**Tabel 1**).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Gambaran PHBS Lansia di Desa Lueng Daneun Kecamatan Peusangan Siblah Krueng Kabupaten Bireuen Tahun 2026

Variabel	n	%
Umur		
60-69 Tahun (Lansia)	70	58,3
>70 Tahun (Lansia Risiko Tinggi)	50	41,7
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	40	33,3
Perempuan	80	66,7
Pendidikan		
Tidak Sekolah	8	6,7
SD/MI	16	13,3
SMP/MTs	31	25,8
SMA/SMK/MA	60	50,0
D3/S1/S2/S3	5	4,2
Riwayat Penyakit		

Tidak Ada	2	1,7
Hipertensi	21	17,5
Diabetes Mellitus (DM)	25	20,8
Penyakit Jantung	17	14,2
Asam Urat	16	13,3
Asma	15	12,5
Asam Lambung	20	16,7
Stroke	4	3,3
Pekerjaan:		
IRT	65	54,2
Wiraswasta	20	16,7
PNS	7	5,8
Buruh	22	18,3
Pensiunan	6	5,0
Pengetahuan PHBS		
Baik	45	37,5
Kurang	75	62,5

Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa mayoritas lansia berada dalam rentang usia 60–69 tahun, dengan jumlah sebanyak 58,3%. Kategori usia tersebut termasuk dalam kategori lansia muda. Lansia yang berusia 60–69 tahun cenderung masih aktif dalam menjalani aktivitas sehari-hari serta masih berada dalam rentang usia harapan hidup di Indonesia. Menurut Pratiwi et al. (2026), berdasarkan data nasional, usia harapan hidup (UHH) penduduk Indonesia mencapai 69,65 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa lansia berusia 60–69 tahun masih berada dalam rentang usia harapan hidup, dibandingkan dengan lansia berusia 70 tahun ke atas yang mulai mengalami penurunan kondisi fisik dan aktivitas.

Dengan bertambahnya usia seseorang, pola pikir dan daya tangkapnya akan semakin berkembang, kemudian ilmu pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin banyak (Nisa et al., 2023). PHBS adalah segala tindakan yang dilakukan secara sadar untuk meningkatkan kesehatan diri sendiri dan berpartisipasi aktif dalam upaya kesehatan masyarakat (Cahyanto et al., 2021). Tujuan PHBS yaitu untuk meningkatkan kesadaran, kemampuan, dan keinginan untuk hidup sehat, mengubah sikap dan perilaku, serta meningkatkan kemandirian dalam menangani permasalahan kesehatan supaya dapat hidup bersih dan sehat. Penerapan PHBS sangat penting bagi semua usia, terutama lansia, demi menjaga kesehatan dan kenyamanan mereka (Runtu et al., 2024).

Sebagian besar lansia yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 66,7%. Dapat disimpulkan bahwa jumlah peserta perempuan dalam penelitian ini lebih banyak dibandingkan dengan peserta laki-laki. Hal ini sesuai

dengan data BPS di Indonesia tahun 2023, bahwa jumlah lansia perempuan mencapai 52,28%, lebih tinggi dibandingkan lansia laki-laki yang tercatat sebesar 47,72%.

Rata-rata pendidikan terakhir lansia yang paling banyak mengikuti proses penelitian ini adalah SLTA/SMA/MA, yaitu sebanyak 50%. Menurut Pratiwi et al. (2026), pendidikan merupakan kebutuhan dasar bagi setiap individu, termasuk lansia. Pada tahun 2022, tercatat bahwa 83% lansia di Indonesia memiliki kemampuan membaca dan menulis. Tingkat melek huruf lansia laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan, dengan persentase 88,23% berbanding 78,13%. Selain itu, lansia yang tinggal di perkotaan lebih melek huruf dibandingkan mereka yang berada di perdesaan, dengan angka masing-masing 88,81% dan 75,60%. Lansia dengan tingkat kesejahteraan yang lebih baik juga cenderung memiliki kemampuan membaca dan menulis yang lebih tinggi.

Sebagian besar responden memiliki riwayat penyakit Diabetes Mellitus (DM), yaitu sebanyak 20,8%. Adapun riwayat penyakit yang dimiliki lansia dalam penelitian ini adalah hipertensi sebanyak 17,5%, disusul oleh penyakit asam lambung sebanyak 16,7%. Pratiwi et al. (2026) menyebutkan bahwa dalam beberapa dekade terakhir, penyakit tidak menular telah menjadi tantangan besar dalam bidang kesehatan. Salah satu faktor penyebab utamanya adalah rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan. Secara global, 63% penyebab utama kematian di seluruh dunia adalah penyakit tidak menular, yang menyebabkan sekitar 36 juta kematian setiap tahun. Sekitar 80% dari kematian tersebut terjadi di negara-negara berpenghasilan menengah ke bawah.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa riwayat pekerjaan lansia yang paling banyak mengikuti proses penelitian ini adalah ibu rumah tangga, yaitu sebesar 54,2%. Menurut Pratiwi et al. (2026), terdapat berbagai alasan yang mendorong lansia untuk tetap bekerja, salah satunya adalah kebutuhan ekonomi. Ketiadaan pendapatan nonlabor, seperti jaminan pensiun, menjadi faktor utama yang membuat lansia harus terus bekerja. Selain itu, penelitian sebelumnya mengidentifikasi beberapa faktor lain yang memengaruhi keputusan lansia untuk tetap bekerja, antara lain kondisi fisik dan mental yang masih prima, tekanan ekonomi, serta keinginan untuk aktualisasi diri atau memenuhi kebutuhan emosional. Menjadi lansia yang sehat dan aktif adalah harapan setiap orang. Dengan tetap bekerja, lansia dapat merasa lebih mandiri dan memiliki peran yang bermanfaat dalam masyarakat. Dalam beberapa tahun terakhir, tren lansia yang bekerja menunjukkan peningkatan.

Lansia dengan jenis kelamin laki-laki memiliki tingkat pengetahuan yang kurang dibandingkan perempuan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Hal tersebut dapat

disebabkan oleh laki-laki yang kurang mendapatkan perhatian terhadap penerapan PHBS dan kesibukan sehari-hari, terutama bagi lansia yang masih bekerja (Afifah & Radityo, 2020). Lansia yang tidak memiliki pendidikan mayoritas memiliki tingkat pengetahuan yang kurang dibandingkan dengan lansia yang memiliki tingkat pendidikan lainnya terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini disebabkan oleh tingkat pendidikan yang dapat memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang (Oktaviana et al., 2024). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya, dan sebaliknya. Lansia dengan pekerjaan sebagai pedagang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang dibandingkan dengan pekerjaan lainnya terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini dapat disebabkan karena pedagang memiliki kesibukan yang cukup tinggi dalam kesehariannya dan kurang memperhatikan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat secara tepat (Tinah & Sinaga, 2024).

Pada penelitian ini, tingkat pengetahuan PHBS sebagian besar lansia berada pada kategori kurang, yaitu sebanyak 62,5%. Data menunjukkan bahwa sebagian lansia telah memiliki minimal 3 dari 7 indikator PHBS yang digunakan dalam penelitian ini. Dapat disimpulkan bahwa sebagian responden telah menerapkan perilaku PHBS, termasuk mencuci tangan dengan sabun, rutin mengonsumsi buah dan sayur, serta melakukan aktivitas fisik setiap hari. Penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Runtu et al. (2024) tentang gambaran pengetahuan PHBS pada lansia di Kelurahan Lahendong Wilayah Kerja Puskesmas Lansot Kota Tomohon. Dalam penelitian tersebut, sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik, yaitu sebesar 82,2%, sedangkan responden dengan pengetahuan kurang sebesar 17,8%.

Berdasarkan penelitian Citra dan Amalini (2025), mayoritas lansia yang memiliki kebiasaan PHBS yang baik, yaitu sebanyak 18 orang, mampu mempertahankan kategori mandiri dibandingkan dengan lansia yang kurang menerapkan pola tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku kesehatan yang disiplin dapat berfungsi sebagai faktor protektif terhadap penurunan fungsi tubuh yang biasanya menyertai proses penuaan. Sebaliknya, lansia dengan penerapan PHBS yang kurang cenderung berada dalam kategori tidak mandiri atau mengalami ketergantungan pada orang lain. Fenomena ini mempertegas bahwa kemandirian di usia lanjut bukan sekadar faktor keberuntungan biologis, melainkan dapat menjadi hasil dari akumulasi kebiasaan hidup yang berkualitas. Oleh karena itu, tingkat kemandirian secara fungsional dapat dipengaruhi oleh sejauh mana seorang lansia berkomitmen terhadap standar kebersihan dan kesehatan pribadi.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Lansia yang baik cenderung memiliki tingkat kemandirian yang lebih tinggi dibandingkan lansia dengan penerapan PHBS kurang. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya pengetahuan dan pemahaman PHBS sebagai upaya promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan dan kemandirian lansia. Implikasi dari penelitian ini adalah perlunya penguatan program edukasi dan pembinaan PHBS bagi lansia di Desa maupun di Posyandu. Pihak Kader Posyandu Lansia diharapkan dapat memfasilitasi lingkungan yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat, serta melibatkan tenaga kesehatan dalam pendampingan lansia.

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan dalam menentukan program promosi kesehatan yang sesuai untuk meningkatkan program PHBS. Program promosi kesehatan terkait PHBS dapat dilaksanakan dengan mengembangkan kebijakan pembangunan berwawasan kesehatan, memberdayakan masyarakat, meningkatkan keterampilan keluarga terhadap PHBS, mendekatkan pelayanan kesehatan dan pendidikan kesehatan agar masyarakat lebih mudah mendapatkan informasi kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H. (2019). *Gambaran tingkat kemandirian dan perilaku hidup bersih dan sehat pada lansia di Kelurahan Pondok Jagung* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan].
- Amalia, et al. (2025). Efektivitas program Posyandu Lansia di Desa Teluk Haur Kecamatan Daha Utara Kabupaten Hulu Sungai Selatan. *Jurnal Kebijakan Publik*, 2(1).
- Cahyanto, B., Sholihah, L. K., Hamidah, N., Sari, E. D. W., Wati, A. K., Damayanti, N. A., Arina, A. L., Febrianti, M. S., Suroya, A. U., Jannah, I. M., & Putri, K. H. (2021). Penyuluhan kesehatan masyarakat untuk meningkatkan kesadaran pola hidup bersih dan sehat (PHBS) di era pandemi COVID-19. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 2(1), 69–74.
- Citra, M. R., & Amalini, R. (2025). Hubungan PHBS dengan kemandirian lansia di panti sosial. *SUPLEMEN: Jurnal Ilmu Keolahragaan & Kesehatan Masyarakat*, 1(2).
- Essing, R. R., Rayanti, R. E., Nugraheni, I. T., Yuandi, D. K., Rahayu, S., Ndapamerang, B., Zai, A. K., Salawala, J., Bidana, E. G. T., & Payumka, D. (2024). Promosi kesehatan: Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia di Puskesmas Cebongan Salatiga. *Magistrorum et Scholarium: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 151–161.
- Fauziyah, N., Simamora, K. H., Ningrum, S. D., & Salamiah, S. (2020). Faktor-faktor penunjang kebahagiaan pada lanjut usia. *Taujihat: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 23–32.
- Levani, Y., Hasanah, U., & Fatwakiningsih, N. (2020). Stress dan kesehatan mental di masa pandemi COVID-19. *Proceeding Umsurabaya*.

- Mulasari, S. A., et al. (2021). *Modul pengabdian masyarakat: Perilaku hidup bersih dan sehat*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan & CV Mine.
- Nabila, B. I., Kurniawan, W. E., & Maryoto, M. (2022). Gambaran tingkat demensia pada lansia di Rojinhome Ikedaen Okinawa Jepang. *Jurnal Studi Keperawatan*, 3(2), 28–36.
- Nisa, R. R., Nugraheni, W. T., & Ningsih, W. T. (2023). Tingkat pendidikan, usia, pekerjaan dengan pengetahuan ibu tentang imunisasi dasar pada balita di wilayah kerja Puskesmas Merakurak Kabupaten Tuban: Penelitian terhadap hubungan dari tingkat pendidikan, usia, pekerjaan dengan pengetahuan ibu tentang imunisasi dasar pada balita di wilayah kerja Puskesmas Merakurak Kabupaten Tuban. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(3).
- Oktaviana, D., Arafah, S., Ilham, R., & Purwanto, E. (2024). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia Pesisir Lamangkia. *Genitri: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan*, 3(2), 26–31.
- Pratama, M. F., & Jalil, A. (2025). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap peningkatan kesehatan masyarakat Kelurahan Talang Mandi Kecamatan Mandau Kabupaten Bengkalis. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(7C), 98–108.
- Pratiwi, L. A., et al. (2026). Gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia. *Holistik Jurnal Kesehatan (HJK)*, 20(2).
- Putri, D. R. (2022). Perubahan kepribadian pada masa usia lanjut. *Jurnal Talenta Psikologi*, 11(2), 49–57.
- Putri, R. M. (2019). Gambaran penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) lansia pada tatanan rumah tangga. *VISI KES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Runtu, A. R., et al. (2024). Gambaran pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 4(3).
- Tinah, & Sinaga, P. F. (2024). Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia di UPT Puskesmas Tuntungan. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dental Hygiene)*, 19(3).