

Keteladanan sebagai Strategi Rekayasa Sosial dalam Meningkatkan Perilaku Bersih di Area Makan Publik

M Fadhel Nurmidin^{1*}, Irny Evita Maino¹, Yolanda A. Sihombing¹, Andriana Chaniago Purba¹, Stela C. Br Tanggang¹, Yossi Dea Avriline¹, Reva F. Parinding¹, Orvin N. Hati¹, Karunia Pakasi¹, Misia F. O. Parengkuan¹

¹Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

*Email: fadhelnurmidin@unsrat.ac.id

ABSTRACT

This community service activity aimed to improve clean and healthy living behaviors in public spaces using a social engineering approach through exemplary conduct. Seven students served as behavioral models in a public dining area, demonstrating healthy actions without directly instructing other visitors. The strategies included handwashing, cleaning tables, and arranging chairs after eating. Observations indicated that most visitors began to imitate the behavior, although the level of responsiveness varied. The principles of liking, commitment & consistency, and social proof proved effective in shaping behavior. Technical limitations in documentation were noted as important considerations for future implementation. These findings highlight that exemplary behavior is a promising strategy to shift social norms toward healthier public conduct.

Keywords: Role Model, Clean Living Behavior, Social Engineering, Health Promotion

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di ruang publik melalui pendekatan rekayasa sosial berbasis keteladanan. Tujuh mahasiswa berperan sebagai model perilaku bersih di area makan publik tanpa memberikan instruksi langsung kepada pengunjung. Strategi yang dilakukan meliputi mencuci tangan, membersihkan meja, dan merapikan kursi setelah makan. Observasi menunjukkan bahwa sebagian besar pengunjung mulai meniru perilaku tersebut, meskipun tingkat respons bervariasi. Prinsip *liking, commitment & consistency*, dan *social proof* terbukti efektif dalam membentuk perilaku. Keterbatasan teknis pada dokumentasi menjadi catatan penting untuk perbaikan kegiatan sejenis di masa mendatang. Temuan ini menegaskan bahwa keteladanan adalah strategi yang potensial dalam mengubah norma sosial menuju perilaku sehat secara kolektif di ruang publik.

Kata Kunci: Keteladanan, Perilaku Hidup Bersih, Rekayasa Sosial, Promosi Kesehatan.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan elemen fundamental dalam kehidupan manusia, namun kerap kali kurang mendapatkan perhatian, terutama dalam konteks ruang publik. Promosi kesehatan berbasis perilaku di area umum menjadi instrumen penting untuk memperluas pemahaman dan praktik *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat* (PHBS) kepada masyarakat luas. Insani dan Martha (2023) mengungkapkan bahwa perubahan tren penyakit ke arah penyakit degeneratif, yang sebenarnya dapat dicegah melalui PHBS, semakin memperkuat urgensi intervensi di ruang-ruang publik seperti area makan. Oleh sebab itu, penguatan perilaku bersih di tempat umum perlu menjadi agenda prioritas dalam promosi kesehatan masyarakat.

Pendekatan rekayasa sosial yang bersifat nonverbal memberikan alternatif inovatif dalam upaya promosi kesehatan, yakni dengan menekankan kekuatan keteladanan dan suasana lingkungan sebagai pemicu perubahan perilaku. Mathar et al. (2023) menyatakan bahwa pengetahuan memainkan peran kunci dalam membentuk kebiasaan seperti cuci tangan. Strategi ini mengandalkan penciptaan situasi yang memungkinkan individu meniru perilaku sehat secara sukarela. Dengan menampilkan tindakan bersih yang nyata di ruang publik, peluang masyarakat untuk mengadopsi perilaku serupa menjadi lebih besar, seiring dengan pengaruh sosial yang muncul secara alami.

Kebiasaan buruk seperti tidak mencuci tangan atau meninggalkan area makan dalam keadaan kotor masih sering ditemukan di tempat umum. Minimnya pemahaman akan pentingnya PHBS menjadi faktor penyebab rendahnya kesadaran terhadap kebersihan lingkungan (Insani & Martha, 2023). Berbagai studi juga menunjukkan bahwa kurangnya pemanfaatan fasilitas kebersihan yang tersedia berdampak pada peningkatan risiko penularan penyakit. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan yang lebih terstruktur dan melibatkan partisipasi aktif dari masyarakat untuk menanamkan kebiasaan bersih secara konsisten.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku melalui pendekatan keteladanan yang langsung diterapkan di lingkungan publik. Pendekatan ini sesuai dengan prinsip promosi kesehatan yang menyarankan penanaman nilai perilaku sehat melalui keterlibatan sosial dan komunitas, meskipun belum tersedia rujukan spesifik atas klaim tersebut. Dengan menampilkan praktik kebersihan secara nyata, individu diharapkan dapat terdorong untuk merefleksikan dan kemudian mengadopsi perilaku hidup bersih sebagai bagian dari keseharian mereka.

Penerapan keteladanan dalam konteks area makan publik diharapkan mampu mematahkan persepsi negatif mengenai rendahnya kepedulian terhadap kebersihan di ruang umum. Melalui strategi ini, pelibatan masyarakat dalam aktivitas edukatif dan partisipatif menjadi elemen penting dalam membangun kesadaran kolektif. Individu yang mempraktikkan PHBS dan membagikan pengalaman positifnya dapat menjadi agen perubahan di lingkungan sekitarnya, sehingga menciptakan efek berantai terhadap peningkatan kebiasaan bersih dalam komunitas.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya menargetkan perubahan perilaku di lokasi spesifik, tetapi juga bertujuan untuk menanamkan kesadaran kolektif dan tanggung jawab sosial terhadap kebersihan lingkungan. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip promosi kesehatan yang menekankan pentingnya keterlibatan aktif masyarakat dalam mewujudkan lingkungan yang bersih, sehat, dan mendukung kualitas hidup yang lebih baik.

2. METODE PENGABDIAN

Kegiatan ini merupakan bagian dari program pengabdian kepada masyarakat yang mengadopsi pendekatan rekayasa sosial (social engineering) dalam promosi kesehatan. Metode yang digunakan bersifat kualitatif-deskriptif dengan fokus pada pengamatan perubahan perilaku di ruang publik sebagai respons terhadap intervensi keteladanan.

Kegiatan dilaksanakan pada 16 Mei 2025 di salah satu area makan publik bernama Maji Bahu, yang menjadi lokasi strategis karena ramai pengunjung dan memiliki fasilitas sanitasi yang memadai. Partisipan kegiatan terdiri dari tujuh mahasiswa yang dibagi menjadi tiga kelompok, masing-masing menempati satu meja berbeda. Setiap kelompok menjalankan intervensi diam tanpa interaksi verbal langsung dengan pengunjung lain, dengan maksud agar perubahan perilaku yang terjadi murni dipengaruhi oleh contoh nyata yang ditampilkan.

Adapun strategi pelaksanaan mencakup beberapa langkah utama:

- a) Menyediakan sabun cuci tangan cair di area wastafel terdekat
- b) Menyediakan tisu dan meletakkannya di atas meja,
- c) Melakukan praktik cuci tangan sebelum makan dan membersihkan meja setelah makan secara demonstratif,
- d) Merapikan area duduk sebagai bentuk keteladanan, serta
- e) Mendokumentasikan respon sosial dari pengunjung melalui observasi dan video.

Instrumen utama dalam kegiatan ini adalah observasi nonpartisipatif yang dilakukan oleh masing-masing kelompok terhadap pengunjung di sekitarnya, serta dokumentasi visual berupa perekaman video sebagai data pendukung analisis. Teknik ini dipilih untuk menangkap perubahan spontan yang terjadi pada perilaku pengunjung sebagai dampak dari intervensi yang dilakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengamati tanggapan pengunjung pada tiga meja berbeda dalam sebuah area makan publik yang menjadi lokasi intervensi penerapan *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat* (PHBS). Pada meja pertama, sebagian pengunjung mulai meniru perilaku bersih yang diperagakan, namun belum sepenuhnya konsisten. Hasil pengamatan menunjukkan adanya ketidaksesuaian dalam penggunaan peralatan makan oleh beberapa pengunjung, menandakan bahwa keteladanan memiliki pengaruh,

meskipun tidak semua individu mampu merespons secara detail terhadap simbol kebersihan (Mathar et al., 2023). Mekanisme sosial seperti *liking* dan *social proof* tampak efektif dalam mempengaruhi perilaku dasar kebersihan di antara pengunjung.

Pada meja kedua, jumlah pengunjung yang mengikuti contoh perilaku bersih lebih banyak dibandingkan meja sebelumnya, namun masih terdapat kekurangan dalam konsistensi praktik. Meskipun begitu, penyampaian nilai-nilai PHBS melalui pendekatan visual dan berulang terbukti berdampak positif. Hasil diskusi informal menunjukkan bahwa pengunjung menanggapi dengan baik aksi keteladanan yang ditampilkan, meskipun penerapan mereka terhadap perilaku bersih masih parsial (Ajul et al., 2023). Temuan ini menguatkan prinsip *commitment and consistency*, di mana seseorang yang mulai melakukan suatu tindakan cenderung mempertahankan perilaku tersebut untuk menjaga konsistensi diri.

Meja ketiga menunjukkan hasil yang paling menonjol, di mana pengunjung secara aktif dan lengkap meniru seluruh perilaku bersih yang ditampilkan oleh kelompok mahasiswa. Respons positif ini terlihat meskipun dokumentasi visual tidak tersedia akibat keterbatasan teknis, yakni memori kamera yang penuh (Kartikasami et al., 2023). Reaksi positif dan tindakan berulang dari pengunjung menunjukkan bahwa kombinasi antara keteladanan dan penguatan norma sosial memiliki potensi besar dalam membentuk perilaku kolektif yang mendukung kebersihan lingkungan.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan



Gambar 2. Bahan yang digunakan

Secara keseluruhan, pendekatan keteladanan terbukti menjadi strategi yang efektif dalam membentuk perilaku bersih di ruang makan publik. Melalui strategi ini, lingkungan yang mendukung praktik PHBS dapat tercipta, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan derajat kesehatan masyarakat (Raksanagara & Raksanagara, 2016). Lebih jauh, promosi PHBS sebaiknya

dilakukan secara berkesinambungan dan dengan berbagai media, termasuk pendekatan visual dan interaktif, untuk memperkuat pemahaman di kalangan masyarakat luas (Hendrawati et al., 2020).

Meski menunjukkan hasil positif, penelitian ini menghadapi kendala dalam aspek teknis dokumentasi. Keterbatasan daya simpan pada perangkat kamera menyebabkan tidak seluruh aktivitas dan respon pengunjung terekam dengan baik. Hal ini menggarisbawahi pentingnya kesiapan teknis dalam pengumpulan data lapangan (Ningsih et al., 2024). Untuk itu, ke depan disarankan penggunaan media digital yang lebih efisien agar pelaksanaan kegiatan dan dokumentasi berlangsung optimal (Aldi et al., 2023).

Analisis terhadap hasil kegiatan menunjukkan bahwa keteladanan merupakan instrumen penting dalam menggeser norma sosial menuju perilaku yang lebih sehat. Hal ini dapat diwujudkan melalui aktivitas yang melibatkan partisipasi masyarakat secara aktif dan membangun interaksi sosial yang mendukung PHBS (Lestari & Yasnani, 2020). Langkah berikutnya adalah mengintegrasikan edukasi dengan aksi nyata agar pendekatan ini menjadi lebih aplikatif dan menyentuh berbagai kalangan secara luas.

Diharapkan, melalui kegiatan seperti ini, masyarakat semakin memahami pentingnya menjaga kebersihan di ruang publik dan terdorong untuk membangun lingkungan yang lebih sehat. Dengan menekankan keterkaitan antara edukasi dan penerapan lapangan, kegiatan ini menjadi landasan penting dalam mewujudkan perilaku bersih yang berkelanjutan (Suarya et al., 2023).

Dari hasil dan pembahasan diatas, respons pengunjung terhadap pendekatan keteladanan menegaskan bahwa strategi ini efektif dalam konteks rekayasa sosial untuk promosi PHBS. Prinsip *liking*, *commitment & consistency*, dan *social proof* terbukti mampu mendukung perubahan perilaku di ruang publik (Ajul et al., 2023; Kartikasasmi et al., 2023). Oleh karena itu, inovasi dalam pelaksanaan program PHBS perlu terus dikembangkan agar dapat menjangkau beragam kelompok masyarakat di berbagai konteks sosial.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pendekatan rekayasa sosial melalui keteladanan dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di ruang publik. Keteladanan yang diperagakan oleh mahasiswa berhasil memicu respon positif dari pengunjung area makan, mulai dari mencuci tangan, membersihkan meja, hingga merapikan kursi setelah makan. Mekanisme sosial seperti *social proof*, *liking*, dan *commitment & consistency* terbukti berkontribusi dalam mendorong perubahan perilaku, meskipun tingkat respons pengunjung bervariasi di tiap kelompok pengamatan.

Meskipun terdapat kendala teknis dalam dokumentasi, temuan ini memperkuat pentingnya pendekatan nonverbal yang kontekstual dan partisipatif dalam promosi kesehatan. Keteladanan nyata di tempat umum tidak hanya menjadi alat edukatif, tetapi juga berfungsi sebagai media transformasi norma sosial menuju lingkungan yang lebih bersih dan sehat. Dengan memperluas praktik ini ke berbagai ruang publik, intervensi sederhana namun terstruktur seperti ini dapat memberikan dampak luas terhadap peningkatan kesadaran dan perilaku masyarakat.

5. SARAN

Diperlukan replikasi kegiatan serupa di lokasi dan populasi yang lebih luas dengan perencanaan teknis yang lebih matang, terutama dalam hal dokumentasi dan evaluasi dampak. Kolaborasi dengan pihak pengelola tempat umum serta pemanfaatan media digital secara maksimal dapat memperkuat jangkauan pesan PHBS. Selain itu, penguatan edukasi melalui keteladanan sebaiknya dipadukan dengan pendekatan multimodal agar lebih inklusif dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajul, K., Fari, A., Windahandayani, V., Surani, V., & Pratama, D. (2023). Pendampingan anak-anak dalam meningkatkan pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(8), 3453-3462. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i8.10700>
- Aldi, D., Sya'ni, A., & Fasya, A. (2023). Gambaran PHBS pada santri di salah satu pondok pesantren di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia (JKMI)*, 1(2), 61-65. <https://doi.org/10.62017/jkmi.v1i2.641>

- Hendrawati, S., Rosidin, U., & Astiani, S. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa/siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN). *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(1), 295-307. <https://doi.org/10.32584/jpi.v4i1.454>
- Insani, H., & Martha, E. (2023). Gambaran pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat pada tatanan rumah tangga: Literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(7), 1268-1277. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i7.3446>
- Kartikasasmi, R., Shaluhiyah, Z., & Widjanarko, B. (2023). Analisis perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak jalanan: Literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(5), 878-884. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i5.3437>
- Lestari, H., & Yasnani, Y. (2020). Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat pesisir di Kel. Mata & Kel. Kessilampe, Kec. Kendari, Kota Kendari. *Preventif Journal*, 4(2). <https://doi.org/10.37887/epj.v4i2.12475>
- Mathar, I., Klevina, M., & Sebtalesy, C. (2023). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat dengan mencuci tangan kepada siswa SD Santo Bavo Kota Madiun. *Jurnal Abdimas Itekes Bali*, 3(1), 17-22. <https://doi.org/10.37294/jai.v3i1.485>
- Ningsih, N., Yusuf, A., Rismawati, R., Hamzah, H., & Syarifuddin, S. (2024). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku hidup bersih dan sehat rumah tangga. *Sulolipu: Media Komunikasi Sivitas Akademika dan Masyarakat*, 23(1), 61-67. <https://doi.org/10.32382/sulo.v23i1.414>
- Raksanagara, A., & Raksanagara, A. (2016). Perilaku hidup bersih dan sehat sebagai determinan kesehatan yang penting pada tatanan rumah tangga di Kota Bandung. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 1(1). <https://doi.org/10.24198/jsk.v1i1.10340>
- Suarya, L., Immanuel, A., & Gagahriyanto, M. (2023). Ketidakpuasan terhadap tubuh dan indeks massa tubuh sebagai prediktor terhadap perilaku makan intuitif remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 10(2), 354. <https://doi.org/10.24843/jpu.2023.v10.i02.p04>