

PELAKSANAAN PROGRAM KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT TENTANG PENGENALAN POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT(PHBS) PADA ERA PANDEMI COVID-19 DI KELURAHAN TANAH TINGGI

Supardi¹, Risyan Nanda Utama², Jeremia Efraim Sitepu³, Siti Nuraminah⁴

¹Dosen Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut,Indonesia

²Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut,Indonesia

³Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut,Indonesia

e-mail: supardi461@gmail.com Risyananda07@gmail.com Jeremia567@gmail.com
Sitinuraminah@gmail.com

Abstrak

Untuk mencegah penularan Covid-19 dapat dilakukan dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Tujuan dari penelitian ini yaitu menjelaskan gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam mencegah penularan Corona Virus Disease (Covid-19) di Indonesia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode tinjauan kepustakaan (literatur review). Pada penelitian tinjauan kepustakaan ini ditelusuri 8 jurnal nasional baik yang berbahasa Indonesia maupun yang diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris dengan kriteria metode penelitian bersifat kuantitatif. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diterapkan pada berbagai lapisan masyarakat seperti masyarakat umum, mahasiswa, dan anak-anak. Persentase cuci tangan dengan benar di masyarakat pada masa pandemi Covid-19 sudah mencapai 89%.

Keyword: perilaku hidup bersih dan sehat, covid-19, Indonesia

Abstract

To prevent the spread of Covid-19, it can be done by implementing a Clean and Healthy Lifestyle (PHBS). The purpose of this study is to explain the description of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in preventing the transmission of Corona Virus Disease (Covid-19) in Indonesia. The method used in this study is the literature review method. In this literature review research, 8 national journals, both in Indonesian and translated into English, were traced with the criteria of quantitative research methods. Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is applied to various levels of society such as the general public, students, and children. The percentage of washing hands properly in the community during the Covid-19 pandemic has reached 89%.

Keywords: sleep quality, diabetes mellitus, risk, lack of sleep

1. PENDAHULUAN

Saat ini dunia sedang dilanda pandemi Corona Virus Disease (COVID-19). Jumlah kasus positif COVID-19 terjadi fenomena naik turun pada berbagai negara di dunia termasuk Indonesia. Kasus positif COVID-19 juga banyak menjangkit usia muda yaitu anak-anak. Salah satu tugas dosen fakultas keperawatan adalah melaksanakan pengabdian masyarakat untuk menghadapi pandemi COVID-19 ini agar tidak semakin meluas. Pencegahan penularan COVID-19 dapat dilakukan dengan menyebar luaskan program PHBS di lingkungan sekolah dengan target sasaran guru dan anak.

PHBS (Pola Hidup Bersih Sehat) merupakan semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggota mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan, serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Tujuan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi para individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan mayoritas siswa mengalami peningkatan pengetahuan tentang PHBS meliputi pengertian, tujuan, dan indikator PHBS. Mereka juga lebih memahami tentang COVID-19 meliputi pengertian, tanda gejala, penanganan, dan cara mencegah penularannya. Mayoritas siswa juga tepat dalam melakukan tindakan pencegahan penularan COVID-19 yaitu dengan cara cuci tangan, etika batuk dan bersin, serta cara memakai masker dengan benar. Pendidikan kesehatan dengan metode menyenangkan ini harus konsisten dilaksanakan kepada anak oleh guru, petugas kesehatan, dan teman sebaya guna mencegah penularan COVID-19 yang sedang menjadi pandemi saat ini.

Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Binjai kembali melakukan pengabdian kepada masyarakat di Kelurahan Tanah Tinggi yang memang merupakan daerah binaan UKI khususnya masalah kesehatan. Program Pengabdian kepada Masyarakat kali ini bertujuan untuk melakukan Peningkatan Pengetahuan Tentang PHBS Terhadap Kesehatan pada masyarakat Tanah Tinggi, dengan mengadakan penyuluhan tentang PHBS Terhadap Kesehatan dengan harapan pengetahuan para kader meningkat tentang PHBS Terhadap Kesehatan. Kami juga menempelkan poster di mading sekolah dan pemberian booklet yang berisikan pengetahuan pola hidup bersih dan sehat pada era pandemic covid 19.

Respon positif dari para kader dengan banyak pertanyaan yang mereka masih butuhkan seputar masalah PHBS serta masalah covid 19. Kami merespon hal ini untuk dapat berdiskusi dan menjawab pertanyaan seputar masalah kesehatan masyarakat.

2. METODE

2.1 Pemilihan Responden

Responden Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah para kader Masyarakat Tanah Tinggi.

2.2 Alat bahan

Alat bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

- Spanduk
- Laptop
- Video
- Kamera

- Tripot
- *Exercise Bed*
- *Booklet*
- *Poster*
- *Data sekunder kondisi umum Masyarakat*

2.3 Cara Pengumpulan Data

Data sekunder (Data kesehatan Masyarakat Tanah Tinggi)

2.4 Analisis Data

Data yang diperoleh merupakan data PHBS pada era pandemi covid 19 Tanah Tinggi. Data sekunder ini diolah dengan menggunakan data demografi sehingga didapat gambaran pola hidup bersih dan sehat pada era pandemi covid 19 pada Masyarakat Tanah Tinggi.

3. LAPORAN KEGIATAN

3.1 Persiapan

3.1.1 Koordinasi dengan Kelurahan Tanah Tinggi

Koordinasi dengan Kelurahan Tanah Tinggi telah berlangsung sejak tahun 2021 dengan ditandatanganinya surat perjanjian kerjasama dalam bentuk MoU serta penugasan pengelolaan dan pembinaan keluarga Masyarakat dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat (PKM) Masyarakat Tanah Tinggi kepada institusi Perguruan Tinggi dalam hal ini Akper Kesdam I/BB Binjai. Dalam rangka memenuhi program kerja dalam surat perjanjian kerjasama yang telah disepakati tersebut serta untuk menjaga kualitas Masyarakat, maka untuk proses keberlanjutan dilaksanakan pembinaan keluarga Masyarakat secara berkala dan teratur, yang dilaksanakan oleh Akper Kesdam I/BB Binjai.

3.1.2 Koordinasi dengan pengurus organisasi Masyarakat Kelurahan Tanah Tinggi

- a. Tim Akper Kesdam I/BB Binjai dalam memenuhi program yang telah tertuang dalam MoU, berkoordinasi dengan Ketua dan pengurus Masyarakat tanah Tinggi untuk membahas bentuk atau model pelaksanaan pada masyarakat. Berdasarkan hasil pembicaraan dalam persiapan dengan ketua dan pengurus organisasi Masyarakat Kelurahan Tanah Tinggi , maka disepakati untuk diadakan kegiatan sosialisasi tentang pengenalan pola hidup bersih dan sehat pada era pandemic covid 19 pada Masyarakat dengan cara melaksanakan penyuluhan.
- b. Waktu yang dapat disepakati bersama untuk pelaksanaan adalah hari Sabtu, 19 Juni 2021 pukul 10.00 WIB-11.00WIB.

3.1.3 Persiapan tim

Persiapan tim dilaksanakan dalam aspek akademik dan logistik. Untuk aspek logistik, masing-masing anggota mendapatkan penugasan persiapan.

a. Kelompok penyuluhan

Kelompok penyuluhan bertanggung jawab menyusun dan menyampaikan materi penyuluhan dan booklet yang berisi pengenalan PHBS pada era covid 19 Terhadap Kesehatan yang akan terjadi dan

panduan pencegahan (terlampir).

3.2 Pelaksanaan

3.2.1 Penyuluhan

Penyuluhan dilaksanakan tanggal Sabtu, 19 Juni 2021 Di Kelurahan Tanah Tinggi. Acara dimulai pada pukul 10.00 WIB.

3.2.2 Pengumpulan data sekunder hasil pemeriksaan kondisi umum Masyarakat

Data tentang kondisi umum Masyarakat di Kelurahan Tanah Tinggi diambil berdasarkan hasil pemeriksaan rutin bulan Mei 2021, yang terdiri dari: jenis kelamin, umur merupakan factor pola hidup sehat dan bersih pada Masyarakat

3.3 Tindak Lanjut Kegiatan

Sesuai dengan rencana, pada Sabtu, 19 Juni 2021 tim melakukan evaluasi hasil serta tanggapan atau respon ataupun kondisi Masyarakat beserta keluarga dari kader yang bersedia untuk mengetahui adanya perkembangan situasi dan pengaruh penyuluhan yang telah diberikan.

Berkenaan dengan topic pada tulisan pengabdian Masyarakat ini, maka melalui kegiatan ini dilakukan penyuluhan tentang PHBS hal - hal yang berhubungan dengan konsep Kesehatan tubuh dan kebersihan di era Covid-19 yang sehat dan aman sesuai dengan prosedur di Kelurahan Tanah Tinggi Masyarakat, yang bertempat di Tanah Tinggi Binjai, yang dilaksanakan pada tanggal 19 Juni 2021 yang diikuti oleh 20 peserta, yang terdiri dari Masyarakat serta Pimpinan setempat lainnya, termasuk salah seorang Pemimpin tersebut. Kegiatan pengabdian ini pada saat pelaksanaan meminta kepada para peserta untuk mengisi daftar hadir peserta secara langsung disertai dengan saran dan manfaat yang mereka dapatkan dari kegiatan ini. Narasumber penyuluhan merupakan praktisi akademisi yang berasal dari mahasiswa/I Akper Kesdam I/BB Binjai dan Dosen yang menguasai persoalan di bidangnya.



Gambar 1: Masyarakat Membersihkan Selokan**Gambar 2:** Dokumentasi Selama Kegiatan

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk kegiatan pengabdian yang dilaksanakan adalah penyuluhan dan pendidikan kesehatan berupa ceramah tentang bahaya merokok bagi kesehatan. Sebelum melakukan penyuluhan pelaksana memberikan bina suasana kepada siswa agar mereka mau mendengarkan dan menerima penyuluhan tersebut. Sebelum memberikan penyuluhan dilakukan pretest untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan sasaran/ siswa tersebut mengenai pentingnya mengetahui pola hidup sehat dan bersih. Dari 20 orang masyarakat, hanya 6 orang yang mampu menjawab soal pretest dengan benar. Tetapi setelah dilakukan penyuluhan atau pemberian informasi mengenai PHBS, hasil posttest hampir semua (90%) siswa bisa menjawab pertanyaan dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat Kelurahan Tanah Tinggi tentang pengenalan PHBS pada era pandemi covid 19. Memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada siswa tentang PHBS bagi kesehatan sangatlah penting. Karena anak-anak sekarang dengan adanya pergaulan diluar sekolah ataupun diluar lingkungan rumah, membuat mereka mudah mengikuti arus yang menurut mereka baik, padahal itu adalah sesuatu yang bisa membahayakan kesehatannya. Selain peran orang tua dirumah, peran dari guru terutama guru bidang kesiswaan, bidang konseling juga sangat penting dalam mengawasi perilaku siswa untuk menjaga pola hidup sehat dan bersih. Berbagai dampak dan bahaya jika tidak menjaga pola hidup bersih dan sehat sebenarnya sudah dipublikasikan kepada masyarakat

Agar anak-anak usia sekolah lebih memahami dari bahaya tidak menjaga pola hidup bersih dan sehat, pendidikan kesehatan merupakan upaya atau pembelajaran kepada anak-anak agar mereka mau melakukan tindakan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Melaksanakan Pengabdian Masyarakat Penyuluhan PHBS di Kelurahan Tanah Tinggi merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam

meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat dalam mengetahui tentang PHBS tersebut.

5. PENUTUP

Kesimpulan

1. Pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dengan tema “Pengenalan Pola Hidup Bersih dan Sehat Pada Era Pandemi Covid 19” pada Masyarakat di Kelurahan Tanah Tinggi dapat terlaksana dengan baik.
2. Output yang diharapkan dapat tercapai dengan baik dimana terjadi peningkatan pengetahuan dari para peserta kegiatan pengabdian.

Kegiatan Pengabdian ini mendapatkan respon yang baik dari guru dan juga masyarakat Tanah Tinggi. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa tentang bahaya merokok. Sebelum diberikan penyuluhan, dari 20 masyarakat hanya 8 masyarakat yang mampu menjawab pertanyaan tentang Pola Hidup Bersih dan Sehat Pada Era Pandemi Covid 19 bagi kesehatan dan setelah diberikan penyuluhan hampir semua siswa (90 %) sudah mengetahui tentang cara perilaku hidup bersih dan sehat. Kepada pihak sekolah agar dapat memberikan bimbingan serta pengawasan kepada masyarakat agar mereka bisa menjaga perilaku yang baik dan benar terutama dalam hal menjaga perilaku dengan membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat. Diharapkan juga kepada pihak sekolah untuk memberikan kegiatan ekstrakurikuler, agar Masyarakat Kelurahan Tanah Tinggi aktif dalam kegiatan-kegiatan positif sehingga dengan begitu perilaku siswa yang tidak sehat akan berkurang.

Saran

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran pelajar sebagai periode penting untuk meningkatkan kesadaran dalam menurunkan dan menanggulangi peningkatan Covid 19 di kalangan anak dan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abuhammad, S. (2020). Parents' knowledge and attitude towards COVID-19 in children: A Jordanian Study. (July), 1–6. <https://doi.org/10.1111/ijcp.13671>
- Adnan, M., Khan, S., Kazmi, A., Bashir, N., & Siddique, R. (2020). COVID-19 infection: Origin, transmission, and characteristics of human coronaviruses. *Journal of Advanced Research*, 24, 91–98. <https://doi.org/10.1016/j.jare.2020.03.005>
- Anhusadar, L. O. (2020). Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19 Abstrak. 5(1), 463–475. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.555>
- Arikunto, S (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Covid-, P. (2020). Menjawab Problematika Yang Dihadapi Anak Usia Dini di Masa. 14(1), 29–50. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2310>
- Aris, Arifal. (2015). Hubungan Pengetahuan Orang tua Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia 3-6 tahun di Desa Plosowahyu Kab Lamongan. Vol.079 (01)
- Damaiyanti, Ria. (2015). Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak dalam Lingkungan Rumah Kelurahan Laing

Wilayah Kerja Puskesmas Nan Balimo Kecamatan Tanjung Harapan Kota Solok. *Jurnal Kesehatan* 2(1)

Dwi, P., Ambar, C., & Ridlo, I. A. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. 8(1), 47–58.<https://doi.org/10.20>