

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS), GERAKAN MENGGUNAKAN MASKER (GEMAS), SERTA PENGGUNAAN ANTISEPTIK DAN DESINFEKTAN DI DESA LA NIPA NIPA, KECAMATAN KATOI, KOLAKA UTARA, PROVINSI SULAWESI TENGGARA

¹Fadhliyah Malik, ²Mentarry Bafadal, ³Wahyuni, ⁴Sahidin

¹²³⁴Fakultas Farmasi, Universitas Halu Oleo, Kendari, Sulawesi Tenggara

Penulis **Korespondensi:** Fadhliyah Malik

Email: fadhliyah@uho.ac.id

RINGKASAN

Dalam rangka penanganan cepat covid-19 diperlukan pemahaman masyarakat di Kab. Kolaka Utara khususnya di desa La Nipa-nipa dalam meningkatkan kesadaran untuk mencegah dan melawan virus covid-19 dalam bentuk Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS), Gerakan Menggunakan Masker (GEMAS), serta Penggunaan Antiseptik dan Desinfektan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan tersebut merupakan salah satu program khusus dari pemerintah Indonesia yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Indonesia secara keseluruhan serta untuk mencegah virus corona masuk dalam tubuh kita. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pemahaman dan ketrampilan masyarakat dalam perilaku hidup bersih dan sehat, penggunaan masker, penggunaan Antiseptik dan Desinfektan serta peningkatan ketentraman/kesehatan masyarakat di Kab. Kolaka Utara khususnya di desa La Nipa-nipa. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dengan sosialisasi atau ceramah yang didukung interaksi kesehatan serta media leaflet. Minat masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, gerakan menggunakan masker, serta Penggunaan Antiseptik dan Desinfektan dalam kehidupan sehari-hari sangat besar, sehingga penyuluhan tersebut mudah diterima dan dapat menciptakan sikap yang positif terhadap kesadaran dari diri sendiri untuk menjaga kebersihan diri dan sekitar.

Kata kunci: *PHBS; GEMAS; Antiseptik; dan Desinfektan*

A. Latar Belakang

1. (Analisis Situasi)

Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara social dan ekonomi. Perilaku hidup bersih sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau

menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku melalui pendekatan pimpinan (advocacy), bina suasana (social support) dan pemberdayaan masyarakat (empowerment). Masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Notoatmodjo, 2007).

Penerapan PHBS di masyarakat merupakan tanggung jawab setiap orang yang juga menjadi tanggung jawab pemerintah beserta jajaran sektor terkait untuk memfasilitasi kegiatan PHBS di masyarakat agar dapat dijalankan secara efektif. Kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat serta menciptakan lingkungan sehat, oleh karena itu kesehatan perlu dijaga, dipelihara dan ditingkatkan oleh setiap anggota rumah tangga serta diperjuangkan oleh semua pihak (Nurmahmuda, 2018).

Coronavirus Disease 2019 adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Dua cara utama transmisi virus COVID-19 adalah percikan (droplet) saluran pernapasan dan kontak. Percikan saluran pernapasan dihasilkan saat seseorang batuk atau bersin. Setiap orang yang berada dalam kontak erat (dalam radius 1 m) dengan orang yang menunjukkan gejala-gejala gangguan pernapasan (batuk, bersin) berisiko terpapar percikan saluran pernapasan yang kemungkinan dapat menyebabkan infeksi (infeksius). Percikan juga dapat jatuh ke permukaan benda di mana virus tetap aktif; oleh karena itu, lingkungan sekitar terdekat dari orang yang terinfeksi dapat menjadi sumber penularan (WHO, 2020).

Penggunaan masker adalah salah satu langkah pencegahan yang dapat membatasi penyebaran penyakit-penyakit saluran pernapasan tertentu yang diakibatkan oleh virus, termasuk COVID-19. Namun, penggunaan masker saja tidak cukup memberikan tingkat perlindungan yang memadai, dan harus dilakukan juga langkah-langkah lain. Terlepas dari apakah masker digunakan atau tidak, kepatuhan maksimal dalam menjaga kebersihan tangan dan langkah-langkah Pencegahan dan Pengendalian

Kasus penambahan yang terinfeksi Covid-19 merupakan salah satu polemik nyata bagi warga masyarakat yang berkediaman di Kabupaten Kolaka Utara tanpa terkecuali warga Desa Lanipa-Nipa. Akibatnya masyarakat tidak menutup kemungkinan mengalami kepanikan, pekerjaan tersendat dan segala aktivitas yang biasanya dilakukan ikut terbengkalai. Langkah penanganan dan pencegahan COVID-19 sudah sangat gencar dilakukan oleh pemerintah baik oleh pusat (memanfaatkan media sosial dan sosialisasi) dan daerah. Tapi langkah ini di anggap masih kurang, untuk itu sebagai seorang akademisi (Mahasiswa) harus turut andil dalam penyelesaian masalah ini berupa penyuluhan dengan sosialisasi atau ceramah serta didukung interaksi kesehatan yang dapat berupa tanya-jawab dengan menggunakan media leaflet, sebagai perantara sumber informasi serta media sosial yang ada seperti Instagram, WhatsApp maupun Facebook. Permasalahan tersebut mendasari Universitas Halu Oleo untuk turut andil dalam penyelesaian melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Lanipa-nipa Kabupaten Kolaka Utara.

Adapun program yang akan di lakukan yaitu:

1. Sosialisasi Pencegahan Covid-19 melalui PHBS, GEMAS, serta Penggunaan antiseptik dan desinfektan. Kegiatan ini dilaksanakan secara offline atau online dengan memberikan penyuluhan
2. Membuat design leaflet mengenai PHBS, GEMAS, serta Penggunaan antiseptik dan desinfektan. Leaflet bisa dalam bentuk file ataupun dicetak.

C. Hasil dan Pembahasan

Sosialisasi Pencegahan Covid-19 melalui PHBS, GEMAS, serta Penggunaan antiseptik dan desinfektan dapat mengedukasi masyarakat untuk menjaga lingkungan yang bersih, serta pola hidup bersih dan sehat sehingga dapat membantu masyarakat terhindar dari berbagai penyakit infeksi. Kegiatan penyuluhan kesehatan juga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga lingkungan dan diri agar tetap sehat. Lingkungan yang sehat akan menekan

perkembangan agen penyakit seperti virus, bakteri dan parasit, serta akan sangat membantu masyarakat untuk merasa nyaman, tenang dan bahagia sehingga dapat menikmati hidup (Sulaeman dan Supriadi, 2020).

Semua orang, baik dalam keadaan sehat atau menderita gejala terkait Covid-19, perlu melakukan PHBS, isolasi diri di rumah, dan *social distancing measures* untuk mencegah penularan Covid-19. Penularan virus melalui droplet yang menempel di permukaan benda dapat dicegah dengan “etiket batuk dan bersin,” yaitu menutup mulut dan hidung menggunakan tisu atau lipatan siku tangan bila batuk atau bersin dan membuang tisu tersebut ke tempat sampah, dan menggunakan masker bersih dan terstandar bila batuk agar droplet tidak menyebar. Tangan harus sering dicuci dengan air mengalir dan sabun, atau pembersih tangan berbasis alkohol, untuk memutus kontak dengan droplet yang menempel. Permukaan benda dan pakaian perlu dilakukan pencucian atau disinfeksi dengan cairan pembersih atau alkohol yang dapat membunuh virus. Upaya-upaya tersebut disertai asupan gizi seimbang akan meningkatkan daya tahan tubuh menghadapi Covid-19.

Kegiatan yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN Tematik Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo tahun ini sangat membantu program pemerintah mewujudkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, penggunaan masker serta Penggunaan Antiseptik Dan Desinfektan dalam kehidupan sehari-harinya guna mencegah terjadinya penularan Covid-19.

D. Kesimpulan Dan Saran

Kegiatan PKM dengan tema Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS), Gerakan Menggunakan Masker (GEMAS), Serta Penggunaan Antiseptik Dan Desinfektan Di Desa La Nipa Nipa, Kecamatan Katoj, Kolaka Utara, Sulawesi Tenggara berjalan dengan lancar. Masyarakat sangat antusias mengikuti kegiatan ini sehingga kegiatan PKM ini telah mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat dalam mempraktekan perilaku Hidup Bersih dan Sehat, penggunaan masker serta Penggunaan Antiseptik Dan Desinfektan dalam kehidupan sehari-harinya.

E. Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Universitas Halu Oleo yang telah memberikan pendanaan untuk kegiatan KKN Tematik terintegrasi Pengabdian Kepada Masyarakat tahun 2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Indonesia, P. R. (1992). *Undang-Undang No.23 Tahun 1992 tentang Kesehatan. 23*.
Kemenkes RI. (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19). *Germas*, 0–115.
- Kementrian Kesehatan RI. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Umum Penggunaan Antibiotik*, 34–44.
- Kesehatan Pencegahan Hipertensi Sejak Dini Setiawan, P. H., Roslianti, E., Firmansyah, A., & Fitriani, A. (n.d.). *JURNAL ABDIMAS UMTAS LPPM-Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya*. 162–167.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku. In *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 46–52. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.327>
- Purbawati, C., Hidayah, L. N., & Markhamah. (2020). Dampak Social Distancing Terhadap Kesejahteraan Pedagang di Pasar Tradisional Kartasura Pada Era Pandemi Virus Corona. *Jurnal Ilmu Sosial, Politik, Dan Humaniora*, 4(2), 156–164.
- World Health Organization. (2020). Anjuran mengenai penggunaan masker dalam konteks COVID-19. *World Health Organization*, April, 1–6.