

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SEKOLAH PADA MASA ADAPTASI KEBIASAAN BARU (NEW NORMAL)

Ayu Rofia Nurfadillah¹

Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo¹

Email : ayu@ung.ac.id¹

ABSTRAK

PHBS pada dasarnya adalah semua perilaku kesehatan masyarakat yang dilakukan atas kesadaran pribadi. Hal-hal yang diterapkan pada PHBS tergantung dari lingkungannya, misalnya di lingkungan tempat tinggal, sekolah, perkantoran, dan lain-lain. Meski demikian, tujuan PHBS secara umum adalah sama, yakni meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sarana pendidikan sudah sejak lama digaungkan oleh pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan. Namun, PHBS di sekolah kini terasa semakin krusial mengingat anak-anak akan segera kembali bersekolah di masa new normal pandemi virus corona. PHBS di sekolah adalah pelaksanaan prosedur kesehatan tertentu dengan memberdayakan guru, siswa, serta masyarakat di lingkungan sekolah. Mereka diharapkan melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah dan lingkungan di sekitar sekolah yang sehat pula. Manfaat PHBS di sekolah adalah menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat. Dengan begitu, proses belajar-mengajar akan berjalan lancar, sedangkan kesehatan guru, siswa, maupun masyarakat di sekitar juga tidak terganggu. Pengabdian ini dilaksanakan pada hari senin tanggal 19 Oktober 2020 bertempat di SDN 08 Tilamuta Kabupaten Boalemo. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk ceramah dengan bantuan power point, diskusi dengan para pelajar dan juga demonstrasi 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar. Adapun yang menjadi peserta adalah siswa kelas IV yang berjumlah 15 orang. Pengabdian ini dilaksanakan secara mandiri dan terlaksana dengan baik sesuai dengan tujuan yang diharapkan oleh pelaksana.

Kata Kunci : PHBS, New Normal.

ABSTRACT

PHBS is basically all public health behavior that is carried out on personal awareness. The things that are applied to PHBS depend on the scope, for example in the neighborhood where they live, schools, offices, etc. However, the objectives of PHBS in general are the same, namely increasing public awareness to want to live a clean and healthy life. The clean and healthy lifestyle (PHBS) in educational facilities has long been echoed by the Indonesian government through the Ministry of Health. However, PHBS in schools now feels even more crucial considering that children will soon return to school in the new normal period of the corona virus pandemic. PHBS in schools is the implementation of certain health procedures by empowering teachers, students, and the community in the school environment. They are expected to adopt a healthy lifestyle to create a school and a healthy environment around the school. The benefits of PHBS in schools are to create a clean and healthy environment. That way, the teaching and learning process will run smoothly, while the health of teachers, students, and the surrounding community is also not disturbed. This. As for the participants were the fourth grade students, totaling 15 people. This service is carried out independently and is carried out well in accordance with the objectives expected by the executor.

Keywords: PHBS, New Normal.

© 2020 Ayu Rofia Nurfadillah

Correspondence author: Ayu Rofia Nurfadhilah ayu@ung.ac.id Gorontalo, Indonesia

PENDAHULUAN

Covid-19 adalah penyakit yang disebabkan oleh virus corona, sebuah makhluk sangat kecil berukuran sekitar 125 nanometer namun bisa menyebabkan kematian. Covid-19 ditandai dengan munculnya gejala batuk pilek, flu, demam, gangguan pernapasan, namun ada juga yang tidak nampak/muncul gejalanya, dan dalam kondisi parah bisa menyebabkan gagal napas dan berakhir pada kematian. Penularannya melalui droplets atau percikan batuk atau bersin.

Virus dapat berpindah secara langsung melalui percikan batuk atau bersin dan napas orang yang terinfeksi yang kemudian terhirup orang sehat. Virus juga dapat menyebar secara tidak langsung melalui benda-benda yang tercemar virus akibat percikan atau sentuhan tangan yang tercemar virus. Virus bisa tertinggal di permukaan benda-benda dan hidup selama beberapa jam hingga beberapa hari, namun cairan disinfektan dapat membunuhnya.

Penyakit ini belum ada obat/vaksinnya dan sudah menjadi

pandemi yang menyebabkan banyak kematian di dunia maupun di Indonesia dan sampai saat ini kasusnya masih terus meningkat. Untuk melawan virus hal utama yang perlu kita lakukan adalah melakukan tindakan pencegahan seperti: sering cuci tangan pakai sabun, menerapkan etika batuk/pakai masker, meningkatkan daya tahan tubuh, menjaga jarak dan hindari kerumunan dan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

PHBS pada dasarnya adalah semua perilaku kesehatan masyarakat yang dilakukan atas kesadaran pribadi. Hal-hal yang diterapkan pada PHBS tergantung dari lingkungannya, misalnya di lingkungan tempat tinggal, sekolah, perkantoran, dan lain-lain. Meski demikian, tujuan PHBS secara umum adalah sama, yakni meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Dengan demikian, masyarakat bisa mencegah dan mengatasi masalah kesehatan tertentu, termasuk pandemi penyakit Covid-19. PHBS di

sekolah adalah pelaksanaan prosedur kesehatan tertentu dengan memberdayakan guru, siswa, serta masyarakat di lingkungan sekolah. Mereka diharapkan melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah dan lingkungan di sekitar sekolah yang sehat pula.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sarana pendidikan sudah sejak lama digaungkan oleh pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan. Namun, PHBS di sekolah kini terasa semakin krusial mengingat anak-anak akan segera kembali bersekolah di masa new normal pandemi virus corona.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan memberikan penjelasan dan pemahaman tentang perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah melalui media gambar, poster, ppt dan video. Kegiatan ini dilaksanakan dengan harapan agar para siswa dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara disiplin saat berada di sekolah, untuk menghindari

penularan risiko Covid19 di sekolah.

Sasaran pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah parasiswa di SDN 08 Tilamuta Kabupaten Boalemo. Jumlah siswa yang ikut dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini sebanyak 15 siswa. Kegiatan pertama diawali dengan mempersiapkan daftar hadir, berita acara, banerdan kelengkapan lainnya untuk pelaksanaan.

Selanjutnya dilakukan perkenalan dan diawalidengan sesi tanya jawab mengenai Covid19 dan PHBS sebelum kegiatan inti dimulai. Setelah sesi tanya jawab, dan memasukikegiatan inti yaitu memberikan penjelasan tentang PHBS di Sekolah dengan menggunakan PPT dan video. Diakhir sesi dilakukan demonstrasi mengenai 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar kemudian dilanjutkan dengan tanya jawabkembali untuk melihat apakah peserta mampu memahami mengenai materi yang sudah dijelaskan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan PHBS bagi anak sekolah ini merujuk pada

4 langkah aksi penelitian yaitu : perencanaan, tindakan, observasi dan evaluasi, serta refleksi. Tahapan tersebut dijelaskan sebagai berikut :

1. Perencanaan

- a. Pengurusan Surat izin Pengabdian Masyarakat di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo dan Sekolah Dasar Negeri 08 Tilamuta Kabupaten Boalemo.
- b. Sosialisasi program penyuluhan PHBS di SDN 08 Tilamuta Kabupaten Boalemo yang melibatkan siswa, guru dan tim pelaksana
- c. Penyusunan materi penyuluhan PHBS di sekolah

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan dalam kegiatan ini berupa implementasi Program Kegiatan yang

dilaksanakan adalah:

- a. Edukasi Program PHBS untuk siswa
- b. Mendemonstrasikan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar

- c. Mendemonstrasikan cara sikat gigi yang baik dan benar

3. Observasi, monitoring dan evaluasi

Observasi dilakukan terhadap proses implementasi kegiatan berdasarkan indicator program PHBS. Dari hasil kegiatan ini didapatkan rata-rata para siswa memiliki pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan sebelum kegiatan pendidikan kesehatan ini dimulai. Hal ini dilihat dari respon pertanyaan yang diberikan oleh para siswa. Dari 15 siswa yang telah mengikuti kegiatan ini, sebanyak 10 siswa yang merespon pertanyaan dengan baik dan benar.

Kegiatan penyuluhan PHBS berjalan lancar, semua siswa antusias mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan masyarakat ini. Berdasarkan hasil pre test dan pos test, kegiatan ini mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa agar dapat mempraktekkan perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah.

4. Refleksi

Refleksi dilakukan terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui

kekurangan-kekurangan atau kelebihan-kelebihan terhadap kegiatan yangtelah dilakukan dalam rangka untuk menetapkan rekomendasi terhadap keberlangsungan atau pengembangan kegiatan berikutnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (New Normal)” yang diikuti oleh 15 orang siswa telah dilaksanakan pada hari senin, tanggal 19 Oktober 2020 dengan baik dan lancar. Ouput yang diharapkan dapat tercapai dengan baik dimana terjadi peningkatan pengetahuan dari para peserta kegiatan pengabdian.

Diharapkan 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 kedisiplinan siswa dalam menerapkan PHBS di Sekolah pada masa adaptasi kebiasaan baru.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan. (2016). PHBS. <http://promkes.kemkes.go.id/phbs>.
- Levy ,M.R. (1984).Lyfe and health.New York:Random House
- Notoadmodjo, S. 2007. Ilmu Kesehatan Masyarakat . Jakarta: PT Rineka Cipta Rineka Cipta
- _____. (2010). Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Yogyakarta: Andi Offset
- Tabi'in, A. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. JEA (Jurnal Edukasi AUD), 6(1), 58–73.
- Zukmadini, A. Y., Karyadi, B., dan Kasrina, K. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Covid-19 kepada Anak-anak di Panti

Asuhan. Jurnal
Pengabdian Magister
Pendidikan IPA, 3(1), 68–
76.

Mutiara P, Irwan : MERS-CoV
(Middle East Respiratory
Syndrome-Corona Virus)
menggegerkan dunia timur.
Jurnal health and Science ;
Gorontalo jurnal health &
science community.

DOI: [https://doi.org/10.35971/gojhe
s.v4i1.4666](https://doi.org/10.35971/gojhe.s.v4i1.4666)

Lia amalia, Irwan (2020). Analisis
Gejala Klinis Dan
Peningkatan Kekebalan
Tubuh Untuk Mencegah
Penyakit Covid-19

DOI: [https://doi.org/10.35971/jjhsr.
v2i2.6134](https://doi.org/10.35971/jjhsr.v2i2.6134)

Jambura journal Of Health Scinece
and Research.

[http://ejournal.ung.ac.id/inde
x.php/jjhsr/article/view/613
4](http://ejournal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/article/view/6134)