

Penyuluhan PHBS dalam Mewujudkan Generasi Peduli Sehat di Masa Pandemi Covid-19

Musparlin Halid^{1*}, Hardani¹, Adriyan Suhada¹

¹ Department of Medical Record and Health Information, Politeknik Medica Farma Husada Mataram,

* Corresponding author email: musparlinhalid@gmail.com

INFO ARTIKEL

Diterima: 5 Sept 2022

Direvisi: 20 Sept 2022

Disetujui: 2 Okt 2022

Tersedia online:

18 November 2022

Keywords:

PHBS,
Sehat,
Pandemi,
Covid-19

ABSTRAK

Perilaku Hidup bersih dan sehat merupakan salah satu aspek yang perlu diperhatikan oleh setiap orang dalam menjalankan kehidupan demi mendapatkan kehidupan yang sehat secara jasmani. Tidak sedikit masyarakat yang mengabaikan perilaku hidup bersih dan sehat sehingga menyebabkan mereka menjadi sakit. Saat ini masyarakat sedang dihadapkan dengan pandemi covid-19 yang mengharuskan semua orang untuk menerapkan protokol kesehatan pada semua lini, salah satunya lingkungan pondok pesantren. Pondok pesantren Al-Islahul Atfal merupakan pondok pesantren yang di dalamnya ada siswa-siswi madrasah aliyah dan siswa-siswi ada yang langsung tinggal di dalam pondok tersebut. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa-siswi untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat serta menerapkan protocol kesehatan pada masa pandemic covid-19. Metode yang digunakan dalam kegiatan tersebut adalah presentasi live dengan siswa-siswi yang disertai dengan Tanya jawab dan pembagian masker gratis. Hasil dari kegiatan tersebut adalah terdapat 30 orang siswa-siswi yang menjadi peserta dan mendapatkan masker gratis dari panitia. Siswa-siswi yang mendapatkan materi tersebut menjadi lebih paham pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat serta protokol kesehatan pada masa pandemi covid-19.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)
Copyright © 2022 The Author(s)

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan masalah yang kompleks yang terjadi dalam kehidupan bermasyarakat baik di lingkungan rumah tangga, perkantoran, pusat pelayanan kesehatan serta sekolah-sekolah berdasarkan peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011. Semua lingkungan tersebut terbuka lebar untuk terjadinya masalah kesehatan seperti diare, demam berdarah, tipes, malaria sampai pada infeksi virus corona (Covid-19) yang sedang melanda dunia saat ini. Masalah tersebut dapat saja terjadi jika tidak menjaga kebersihan dilingkungan sekitar serta perilaku 3 M. Salah satu lingkungan yang beresiko terjadinya masalah kesehatan adalah sekolah, mulai dari sekolah dasar (SD) sampai sekolah menengah atas (SMA).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yulianti (2015), menunjukkan bahwa siswa/siswi yang tidak melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat disebabkan oleh adanya beberapa faktor. Faktor tersebut diantaranya yaitu siswa/siswi memiliki pengetahuan yang rendah tentang PHBS, indikator

PHBS, manfaat PHBS, dan kerugian tidak PHBS. Dampaknya bisa menimbulkan banyak penyakit [7] dan suasana belajar menjadi tidak nyaman. Untuk menghindari timbulnya penyakit, perlu dilakukan perilaku hidup bersih, yang memiliki beberapa indikator, diantaranya perilaku menggunakan jamban bersih dan sehat, perilaku olahraga yang teratur dan terukur, perilaku memberantas jentik nyamuk, perilaku tidak merokok di sekolah, perilaku menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan, dan perilaku membuang sampah pada tempatnya [1].

Salah satu lembaga pendidikan yang masih belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat adalah Pondok Pesantren Al Islahul Aftal, yang merupakan salah satu pondok pesantren yang di dalamnya terdapat siswa-siswi yang langsung tinggal menetap di dalam pesantren tersebut. Selain daripada itu, pada tahun 2020-2021 ini pandemi covid-19 masih menjadi masalah yang memerlukan perhatian khusus semua kalangan lebih khususnya lagi menjadi kewajiban setiap orang untuk menjaga kebersihan dan kesehatan pribadi dan keluarga. Siswa-siswi pondok pesantren AL-Islahul Aftal pada saat kunjungan tidak semua menggunakan masker sebagai salah satu protokol kesehatan yang diwajibkan kementerian kesehatan Republik Indonesia di masa pandemi covid-19.

Berdasarkan hal diatas, tim pengabdian masyarakat dari Politeknik Medica Farma Husada Mataram melakukan kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih. Tujuan dari kegiatan ini dilaksanakan adalah untuk memberikan pemahaman kepada siswa-siswi Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al-Islahul Aftal tentang perilaku hidup bersih sehat, terutama pada masa pandemi covid-19.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan pemaparan materi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) secara live di kelas siswa kelas 3 MA. Kegiatan ini diselingi dengan game dari panitia dan Tanya jawab dengan siswa-siswi. Materi pada saat penyuluhan tersebut disampaikan oleh ketua pelaksana sendiri, Ibu Ika Nurfaejri Mentari, S.ST., M.Kes dengan tema Penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dalam Mewujudkan Generasi Peduli Sehat di Masa Pandemi Covid-19. PHBS tersebut dikhususkan pada PHBS di sekolah yang terdiri atas 8 indikator ditambah dengan 3 protokol kesehatan pada masa pandemic covid-19

3. HASIL & PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di pondok pesantren Al-Islahul Aftal pada kelas 3 Madrasah Aliyah hari Rabu 27 Januari 2021 pukul 08.00 WITA sampai selesai dengan tema penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dalam Mewujudkan Generasi Peduli Sehat di Masa Pandemi Covid-19. Kegiatan ini diselenggarakan oleh dosen dan mahasiswa Politeknik Medica Farma Husada Mataram dalam rangka program pengembangan dan pengabdian kepada masyarakat desa (P3MD) di desa Rumak. Peserta yang hadir adalah sebanyak 30 orang siswa-siswi yang terdiri dari 22 orang siswi dan 8 orang siswa. Materi yang disampaikan dalam penyuluhan ini adalah 8 indikator perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. Indikator perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah terdiri dari Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, mengkonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok disekolah, membuang sampah pada tempatnya, menjauhi NAPZA. Selain dari itu, 3 protokol kesehatan yang utama yang perlu diterapkan pada masa pandemi covid-19 seperti mencuci

tangan dengan benar, memakai masker, jaga jarak dengan orang lain, tidak berada di kerumunan orang[4]. Siswa-siswi pada saat kami melakukan penyuluhan, hanya beberapa orang yang menggunakan masker pada saat di kelas, dan jarak antara satu sama lain masih belum memperhatikan protokol kesehatan. Kondisi tersebut dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1 Siswa sedang mendengarkan paparan materi

Pemberdayaan di institusi pendidikan seperti sekolah, madrasah, pesantren, seminari dan lain-lain, dilakukan terhadap para anak didik. Sebagaimana di desa atau kelurahan, di sebuah institusi pendidikan pemberdayaan juga diawali dengan pengorganisasian masyarakat (yaitu masyarakat institusi pendidikan tersebut). Pengorganisasian masyarakat ini adalah untuk membentuk atau merevitalisasi Tim Pelaksana UKS atau yang disebut dengan nama lain dan para pendidik di institusi pendidikan yang bersangkutan (pengembangan kapasitas pengelola). Dengan pengorganisasian masyarakat di institusi pendidikan tersebut, maka selanjutnya pemberdayaan anak didik dapat diserahkan kepada pimpinan institusi pendidikan, komite atau dewan penyantun, Tim Pelaksana UKS atau yang disebut dengan nama lain, para pendidik, dan anak-anak didik yang ditunjuk sebagai kader (misalnya dokter kecil) [5].

PHBS di Sekolah. Sekolah memperkenalkan dunia kesehatan pada anak-anak di sekolah, seyogianya tidak terlalu susah karena pada umumnya tiap sekolah sudah memiliki Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Pengertian UKS adalah usaha untuk membina dan mengembangkan kebiasaan serta perilaku hidup sehat pada peserta didik usia sekolah yang dilakukan secara menyeluruh dan terpadu. Dalam UU Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan, ditegaskan bahwa "Kesehatan Sekolah" diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya sehingga diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

Bina suasana di institusi pendidikan selain dilakukan oleh para pendidik, juga oleh para pemuka masyarakat (khususnya pemuka masyarakat bidang pendidikan dan agama), pengurus organisasi anak didik seperti OSIS dan sejenisnya, Pramuka dan para kader. Para pendidik, pemuka masyarakat, pengurus organisasi anak didik, Pramuka dan kader berperan sebagai panutan dalam mempraktikkan PHBS di institusi pendidikan tersebut. Bina suasana juga dapat dilakukan dengan pemanfaatan media seperti billboard di halaman, poster di dinding ruang kelas, pertunjukan film, pemuatan makalah/berita di majalah dinding atau majalah sekolah, serta penyelenggaraan seminar/simposium/diskusi mengundang pakar atau alim-ulama atau figur publik untuk berceramah,

pemanfaatan halaman untuk taman obat/taman gizi dan lain-lain [5]. Dasar inilah yang mendasari kami sebagai institusi pendidikan untuk melakukan pengabdian masyarakat sebagai bentuk bina suasana di sekolah. Hasil penyuluhan tersebut siswa-siswi menjadi lebih paham bagaimana pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat serta bagaimana menjaga protocol kesehatan pada masa pandemic covid-19. Pada saat pelaksanaan penyuluhan tersebut, panitia membagikan masker gratis kepada siswa-siswi yang menjadi peserta untuk membantu siswa-siswi menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat khususnya menerapkan protocol kesehatan pada masa pandemi Covid-19. Gambar 2 menunjukkan siswa-siswi semuanya menggunakan masker.



Gambar 2 Siswa Menggunakan Masker

PHBS merupakan strategi yang dapat mencegah penyebaran Covid19. Masyarakat terus dihimbau untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam upaya pencegahan penyebaran Covid-19, karena perilaku masyarakat berperan penting dalam menekan angka penyebaran Covid-19. PHBS merupakan salah satu strategi dalam pencegahan penyebaran Covid -19 yang sangat efektif dan mudah dilakukan oleh seluruh lapisan masyarakat. Sehingga masyarakat perlu dihimbau untuk terus melakukan gerakan PHBS yang dapat menjadi kunci pencegahan penyebaran Covid-19 di masa pandemi ini [6].

Hasil penelitian ini juga didukung oleh Teori Green [1] yang menyatakan bahwa peran guru merupakan salah satu faktor penguat dalam pembentukan perilaku yaitu faktor yang mendorong untuk bertindak dalam mencapai suatu tujuan yang terwujud dalam peran keluarga terutama orang tua, guru dan petugas kesehatan untuk saling bahu membahu, sehingga tercipta kerjasama yang baik antara pihak rumah dan sekolah yang akan mendukung anak dalam memperoleh pengalaman yang hendak dirancang, lingkungan yang bersifat sebagai pusat anak yang akan mendorong proses belajar melalui penjelajah dan penemuan untuk terjadinya suatu perilaku. Selain itu peranan sekolah juga tidak kalah penting dalam membuat suatu kebijakan yang bisa meningkatkan peran guru terhadap tindakan PHBS pada siswanya. Hal lain yang mungkin juga bisa dilakukan adalah dengan memberikan informasi PHBS kedalam kurikulum pembelajaran di sekolah [1]

4. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di pondok pesantren Al-Islahul Atfal pada hari Rabu tanggal 27 Januari 2021 dengan tema Penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dalam

Mewujudkan Generasi Peduli Sehat pada Masa Pandemi Covid-19. Kegiatan tersebut diikuti oleh 30 orang siswa-siswi kelas 3 MA dengan lancar dan berjalan sesuai rencana. Panitia yang mengikuti kegiatan tersebut adalah terdiri dari 3 dosen dan 20 mahasiswa

DAFTAR PUSTAKA

- [1] 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.
- [2] Kemenkes RI. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)*. Kemenkes RI. Jakarta.
- [3] Lina, H.P. (2017). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *Jurnal Promkes*, 4(1), 92- 103.
- [4] Lolowang, M.A., Maramis, F.R., & Ratag, B.T. (2017). Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat di Sekolah Dasar Inpres Talikuran Kecamatan Kawangkoan Utara. *Media Kesehatan*, 9(3).
- [5] Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.
- [6] Rahmawati, A. F., & Kristantini, I. (2021). Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) Strategy to Prevent the Spread of the Covid-19 Virus. *Proceeding of International Conference on Science, Health, And Technology*, 168–169. <http://ojs.uadb.ac.id/index.php/icohetech/article/view/1114>
- [7] Sondakh, Joseph, & Koem, Z.A. (2015). Hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada pelajar di SD Inpres Sukur Kecamatan Airmadidi Kabupaten Minahasa Utara. *PHARMACON*, 4(4).
- [8] Yulianti, W. (2015). Pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di tatanan sekolah pada anak sekolah dasar di SDN Jabon 1 Mojoanyar Mojokerto. *KTI D3 Keperawatan*.