

PENCEGAHAN COVID-19 MELALUI EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI DESA PANGKATREJO

COVID-19 PREVENTION THROUGH EDUCATION OF CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOR IN PANGKATREJO VILLAGE

¹⁾ Ida Fitriyah ²⁾ Ardi Tri Untoro ³⁾ Afrizal Atma ⁴⁾ Khusnul huda ⁵⁾ Ika Purwanti ⁶⁾ Annita Mahmudah

¹⁾ Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, ida04272@gmail.com

²⁾ Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, arditriuntoro@gmail.com

³⁾ Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, afrizalatma@gmail.com

⁴⁾ Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, khusnulhuda@gmail.com

⁵⁾ Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, ikapoer2@gmail.com

⁶⁾ Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Lamongan, annitamahmudah@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan suatu perilaku di mana seseorang menerapkan perilaku dalam kebersihan karena kesadaran pribadi untuk kesehatan sehingga keluarga dan seluruh anggota keluarga mampu menolong diri sendiri serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat hingga membuat terciptanya suasana yang indah dan asri serta damai sehingga membuat hidup lebih nyaman. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan pendampingan kepada siswa-siswi SMP Muhammadiyah 4 Desa Pangkatrejo Kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan untuk menerapkan pola perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) agar terhindar dari penularan covid-19. Materi PHBS yang diberikan kepada siswa-siswi SMP Muhammadiyah 4 Pangkatrejo diantaranya pengenalan Covid-19 dan gejalanya, cara mencuci tangan yang baik dan benar, cara memakai masker yang benar, etika batuk, penyemprotan disinfektan, dan cara menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Metode kegiatan menggunakan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi. Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa edukasi PHBS yang diberikan oleh fasilitator dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa-siswi SMP Muhammadiyah 4 Pangkatrejo terkait perilaku hidup bersih dan sehat dalam upaya pencegahan Covid-19. Pengetahuan dan pemahaman peserta dievaluasi dari lembar angket yang diberikan sebelum dan setelah kegiatan edukasi.

Kata Kunci: Covid-19, Edukasi, PHBS

ABSTRACT

Clean and healthy living behavior is a behavior in which a person applies behavior in cleanliness because of personal awareness for health so that families and all family members are able to help themselves and have an active role in community activities to create a beautiful and beautiful and peaceful atmosphere so as to make life more comfortable. This activity aims to provide education and assistance to students of SMP Muhammadiyah 4 Pangkatrejo Village, Maduran District, Lamongan Regency to implement a clean and healthy lifestyle (PHBS) to avoid the transmission of COVID-19. The PHBS materials given to the students of SMP Muhammadiyah 4 Pangkatrejo include the introduction of Covid-19 and its symptoms, how to wash hands properly and correctly, how to wear masks correctly, cough etiquette, spraying disinfectants, and how to apply a clean and healthy lifestyle. The activity method uses lecture, discussion, question and answer methods, and demonstrations. The results of the service activity show that PHBS education provided by the facilitator can increase the knowledge and understanding of SMP Muhammadiyah 4 Pangkatrejo students regarding clean and healthy living behavior in an effort to prevent Covid-19. The knowledge and understanding of the participants were evaluated from the questionnaire given before and after the educational activity.

Keywords: Covid-19, Education, PHBS

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalan komunikasi, memberikan informasi, dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan serta sikap dan perilaku, melalui pendekatan pimpinan (advokasi), bina suasana (social support), serta pemberdayaan masyarakat (empowerman) sebagai suatu upaya untuk membantu masyarakat untuk mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dalam tatanan masing-masing agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan (Maryunani, 2013).

Menerapkan perilaku hidup sehat sebenarnya sangatlah mudah serta murah, dibandingkan harus mengeluarkan biaya untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan. Hidup sehat merupakan hal yang seharusnya diterapkan oleh setiap orang karena manfaat yang didapat sangat banyak, mulai dari kefokusannya dalam mengerjakan sesuatu, hingga pada kesejahteraan hidup anggota keluarga mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat (Promkes, Kemenkes).

Sayangnya belum semua orang memahami tentang apa arti hidup sehat itu, hal ini dibuktikan dengan masih banyaknya masyarakat yang melakukan berbagai aktivitas tanpa memperdulikan tingkat kesehatannya, salah satu contohnya di mana saat pandemic sekarang masyarakat diwajibkan dan diharuskan untuk memakai masker dan menjaga jarak. Ketika perilaku seperti itu diabaikan saat pandemic ini, maka hal ini dapat membahayakan bagi diri mereka dan juga keluarga serta orang sekitarnya. Perilaku-perilaku tersebut memang terlihat sepele namun berdampak besar ketika menjadi kebiasaan. Untuk itu diperlukan pemberitahuan atau informasi terkait pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kepada masyarakat, supaya tumbuh kesadaran akan pentingnya

menerapkannya pada masyarakat demi kesehatan dan kesejahteraan anggota keluarga di masa pandemi ini.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh mahasiswa KKN ITB Ahmad Dahlan LAMONGAN yang berlokasi di Desa Pangkatrejo kecamatan Maduran kabupaten Lamongan, masih banyak masyarakat yang belum menyadari pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, terutama siswa-siswi SMP Muhammadiyah 4 Pangkatrejo. Hasil wawancara dengan kepala sekolah diperoleh informasi bahwa dalam masa pandemic saat ini, siswa-siswi sangat membutuhkan pendampingan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

Dalam upaya meminimalisir penularan Covid-19 di lingkungan SMP 4 Muhammadiyah Pangkatrejo, maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian edukasi untuk mengajarkan bagaimana menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang menjadi protocol Kesehatan Covid-19. Beberapa kegiatan pengabdian yang dilakukan diantaranya pengenalan Covid-19 dan gejalanya, cara mencuci tangan yang baik dan benar, cara memakai masker yang benar, etika batuk, penyemprotan disinfektan, dan cara menerapkan pola hidup bersih dan sehat.

Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara mandiri, agar mereka dapat terhindar dari penularan Covid-19.

METODE

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah ceramah, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi. Adapun pendekatan kegiatan menggunakan pendekatan partisipatif yang melibatkan kelompok sasaran berjumlah 37 orang. Kegiatan pengabdian dilakukan pada tanggal 24 Agustus 2021 di Balai Desa Pangkatrejo Kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan.

Tahapan kegiatan terdiri dari persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

1. Persiapan, meliputi identifikasi masalah melalui wawancara dan observasi,

- pembuatan materi oleh pengabdi/fasilitator, dan pembuatan media edukasi berupa poster.
2. Pelaksanaan, meliputi penyampaian materi edukasi tentang penerapan pola perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan Covid-19. Adapun metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, diskusi, dan demonstrasi.
 3. Evaluasi, yakni menilai pengetahuan peserta kegiatan mengenai penerapan PHBS. Kegiatan evaluasi ini dilakukan sebelum dan sesudah peserta mendapatkan materi PHBS.
 4. Evaluasi menggunakan lembar angket (kuesioner) yang berisi beberapa pertanyaan terkait pengetahuan PHBS sebagai pencegahan covid-19.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian tentang edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam pencegahan covid-19 di Balai Desa Pangkatrejo dengan peserta para siswa-siswi SMP Muhammadiyah 4 Maduran telah erlaksana dengan baik dan lancar, baik dari tahap persiapan hingga evaluasi.

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan mengenai covid-19 dan gejalanya, pendampingan dan bimbingan dalam menerapkan PHBS agar terhindar dari covid-19. Perilaku hidup bersih dan sehat yang disampaikan kepada peserta adalah cara mencuci tangan yang baik dan benar, etika batuk, physical distancing, dan cara menjaga kebersihan diri.



Gambar 1



Gambar 2

Kegiatan pengabdian diikuti dengan sangat antusias oleh para peserta. Para peserta kegiatan juga aktif dalam mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Tim pengabdian ini terdiri dari 2 orang dosen sebagai fasilitator dan 4 orang mahasiswa dari Prodi Manajemen ITB Ahmad Dahlan Lamongan sebagai pendamping.

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan covid-19 dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa-siswi SMP Muhammadiyah 4 Maduran. Hal ini terlihat dari hasil lembar evaluasi sebelum dan sesudah kegiatan edukasi dilakukan. Presentase pengetahuan peserta sebelum kegiatan sebesar 71,28% kemudian meningkat menjadi 84,68% setelah kegiatan edukasi. Materi edukasi PHBS yang diberikan kepada peserta diantaranya pengenalan covid-19 dan gejalanya, cara mencuci tangan yang baik dan benar, etika batuk, cara memakai masker, physical distancing, dan cara menjaga kebersihan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor:
2269/MENKES/PER/XI/2011.
- Indriani, D. dan Listyandini, R. (2020). Edukasi PHBS Via Daring pada Remaja di Masa Pndemi Covid-19. *JURMA: Jurnal Program Mahassiswa Kreatif*, 4(20).
- Rahadian Syah, D.Z., Utari, D. dan Adinugraha, T.S. (2020). Edukasi penerapan Protokol Kesehatan Penyelenggaraan Kegiatan pada Masa Pandemi Covid-19 di TPQ Masjid Awalul Mu'minin

Gamping. *Jurnal pengabdian kepada Masyarakat Karya Husada (JPMKH)*, 2(20).

Zukmadini, A.Y., Karyadi, B. dan Kasrina. (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).