



## **Pelatihan Penyuluhan Pola Hidup Bersih Sehat dan Vaksin di Masa Pandemi Covid 19 Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban**

**Novialita Angga Wiratama<sup>(\*)</sup>, Ina Agustin, Iis Daniati Fatimah**  
Universitas PGRI Ronggolawe

### **Article Info**

#### **Article history:**

Received : 1 Juli 2021  
Revised : 13 Juli 2021  
Accepted : 29 Juli 2021

#### **Keywords:**

clean and healthy living;  
vaccines; covid-19 pandemic

### **ABSTRACT**

Public attention to the importance of clean and healthy living behavior (PHBS) is still relatively minimal. The people of Desa Karanglo, Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban, need counseling and training as well as assistance regarding this PHBS. This community service aims to provide knowledge and information, especially during a pandemic like today. During this COVID-19 pandemic, everyone must implement PHBS to increase body immunity and always apply the health protocol in the form of 5M. Creating a healthy life in addition to fulfilling the nutritional balance of the family requires the role of the family, especially the role of the mother in providing health awareness and supervision for family members. The purpose of this community service program is to provide PHBS training and counseling as well as to socialize the importance of vaccines in the pandemic era. Community service partners who are PKK members are expected to gain insight, awareness, willingness and ability of the community to live clean and healthy lives in the face of the COVID-19 pandemic and have awareness and implement vaccine programs from the government. This community service method uses counseling and training methods, discussions and direct practice (learning by doing). The results of community service after partners participated in activities and filled out questionnaires showed that the material provided was in accordance with what the participants needed, the ability of the training instructor to provide counseling and training was as expected, participants had high enthusiasm in community service activities. Participants have an understanding and additional insight into PHBS and vaccination. There is relevance of current conditions with the material presented.

**(\*) Corresponding Author:** novialita3@gmail.com

**How to Cite:** Wiratama, N. A., Agustus, I., & Fatimah, I. D. (2021). Pelatihan penyuluhan pola hidup bersih sehat dan vaksin di masa pandemi Covid 19 Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban. *Pelita: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1 (3): 61-65.

### **PENDAHULUAN**

Latarbelakang yang mendasari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bagi setiap insan manusia. Menurut Kemenkes RI (2011) kesehatan merupakan hak asasi manusia dan salah satu unsur kesejahteraan yang harus diwujudkan sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia yang tertuang dalam Pancasila dan UUD tahun 1945. Kehidupan yang sehat dapat terwujud dengan menciptakan lingkungan yang sehat pula. Menurut Mubarak (2007) perilaku individu /masyarakat tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi dari orang atau masyarakat yang bersangkutan, ketersediaan fasilitas, sikap dan perilaku para petugas kesehatan terhadap kesehatan juga mendukung dan memperkuat terbentuknya perilaku. Penanaman pola pikir sehat kepada masyarakat harus dimulai dari diri sendiri sehingga dari raga yang sehat tercipta jiwa yang kuat. Kesehatan merupakan investasi bagi sumber daya manusia yang produktif. Menurut Machfoed (2005), definisi perilaku kesehatan mempunyai dua unsur pokok. Unsur tersebut terdiri dari



respon atau reaksi manusia, baik bersifat pasif (pengetahuan, persepsi, dan sikap) maupun bersifat aktif (tindakan yang nyata atau praktis. Unsur berikutnya yaitu stimulus atau rangsangan, terdiri dari sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan dan lingkungan.

Menciptakan kehidupan yang sehat selain pemenuhan keseimbangan gizi dari keluarga dibutuhkan peran keluarga terutama peranan ibu dalam memberikan kesadaran dan pengawasan kesehatan bagi anggota keluarga. Perhatian masyarakat terhadap pentingnya PHBS masih tergolong minim. Masyarakat Desa Karanglo Kecamatan Kerek memerlukan penyuluhan dan pelatihan serta pendampingan mengenai PHBS ini. Masyarakat masih kurang pengetahuan serta informasi sehingga masalah kesehatan. Menurut Sulaeman dan supriadi (2020) memaparkan bahwa selain membekali masyarakat dengan pengetahuan tentang covid 19, perlu memberikan pengetahuan tentang kunci penting agar terhindar dari penularan virus covid19 yaitu wawasan mengenai kesehatan dan pola hidup bersih dan sehat. Di masa pandemi covid 19 ini setiap orang harus menerapkan PHBS untuk meningkatkan imunitas tubuh dan selalu menerapkan protocol kesehatan berupa 5M agar terhindar dari penularan virus tersebut. Kegiatan 5M terdiri dari mencuci tangan dengan air mengalir, memakai masker, menjaga jarak dengan sesama, menghindari kerumunan, dan mengurangi mobilitas. Menurut Widiyanti (2020) penularan virus covid19 ini sangat cepat, WHO menetapkan covid19 sebagai pandemi pada tanggal 11 Maret 2020. Saat ini pemerintah telah memberikan layanan vaksin covid secara gratis terhadap warga Negara Indonesia. Namun sayangnya masyarakat belum memanfaatkan dengan baik fasilitas vaksin tersebut karena takut terhadap efek yang ditimbulkan pasca vaksin. Isu yang beredar di masyarakat tentang dampak negative vaksin covid 19 membuat masyarakat enggan mengikuti vaksin padahal pemerintah sudah mengupayakan pemberian vaksin secara gratis.

Tujuan dari program pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan pelatihan dan penyuluhan pola hidup bersih dan sehat serta melakukan sosialisasi pentingnya melakukan vaksin di era pandemi ini. Menurut Notoadmojo (2012) kegiatan penyuluhan merupakan serangkaian kegiatan komunikasi dengan menggunakan media dalam memberikan bantuan terhadap pengembangan potensi, yaitu fisik, emosi, sosial, sikap dan pengetahuan semaksimal mungkin sebagai upaya untuk meningkatkan atau memelihara kesehatan Mitra pengabdian masyarakat merupakan ibu-ibu anggota PKK diharapkan akan mendapatkan wawasan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat agar hidup bersih dan sehat dalam menghadapi pandemi covid 19. Memberikan penyuluhan pentingnya melakukan vaksin covid 19. Dalam penyuluhan ini diharapkan masyarakat memiliki kesadaran mengikuti vaksin Covid-19 tidak terhasut berita tidak benar. Melalui ibu-ibu PKK diharapkan dapat membantu sosialisasi terhadap keluarga dan lingkungan mengenai pentingnya mengikuti vaksin covid 19. Setelah mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh tim pelaksana diharapkan mitra mempunyai pengetahuan makna PHBS dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga terbentuk perilaku sadar kesehatan dan vaksinasi. Metode yang dipakai dalam program ini adalah observasi lapangan, pelatihan, dan pendampingan. Observasi lapangan dilaksanakan untuk menganalisis keadaan masyarakat Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban. Pelatihan dilaksanakan dengan pemberian materi terkait PHBS mempraktikkannya selanjutnya pendampingan dilaksanakan untuk proses lanjutan.

Corona Virus atau biasa kita kenal dengan covid 19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh virus corona ditemukan pada akhir 2019. Menurut Theron dan Mchunu (2014) partisipasi masyarakat mengacu pada penciptaan peluang yang memberikan ruang bagi anggota masyarakat untuk secara aktif terlibat dan menarik manfaat dari kegiatan yang diikuti. Partisipasi masyarakat menjadi kunci utama untuk pencegahan penyebaran wabah Covid-19. Pemerintah menganjurkan masyarakat untuk menerapkan social distancing (pembatasan sosial) dan physical distancing (pembatasan fisik) guna memotong rantai penyebaran virus tersebut. Sebagian masyarakat secara sadar dan kritis mengikuti mekanisme pembatasan sosial, tetapi sebagian lagi belum berpartisipasi. Masa pandemi seperti saat ini selain pembatasan social, PHBS perlu dilakukan untuk mengurangi penularan virus covid 19.



Berperilaku hidup bersih dan sehat harus dilakukan setiap orang dimanapun seseorang berada. Hal yang penting untuk membangun budaya PHBS di keluarga dan masyarakat diantaranya meningkatkan pengetahuan dan kemampuan setiap individu agar mau dan mampu mengambil tindakan yang dapat meningkatkan dan menjaga kesehatan. Seluruh lapisan masyarakat harus menerapkan PHBS terutama pada saat pandemi covid 19 ini. Salah satu contoh PHBS paling sederhana adalah etika ketika batuk. Ketika batuk lebih baik menutup mulut dengan lipatan siku. Mencuci tangan dengan air mengalir menggunakan sabun, atau kalau tidak ada air mengalir bisa menggunakan pembersih tangan yang mengandung alcohol. Menurut Anggraini (2016) memaparkan bahwa mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun yang lebih dikenal dengan cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu indikator PHBS.

Di tengah kehidupan masyarakat masih ada pemahaman yang berbeda mengenai vaksinasi, sehingga masih banyak bayi dan balita yang tidak mendapatkan pelayanan imunisasi. Alasan yang disampaikan orangtua mengenai hal tersebut, antara lain karena anaknya takut panas, sering sakit, keluarga tidak mengizinkan, tempat imunisasi jauh, tidak tahu tempat imunisasi. Menurut Hadiani dkk (2015: 20) dalam buku ajar imunisasi bahwa imunisasi berasal dari kata imun, kebal atau resisten. Anak diimunisasi, berarti diberikan kekebalan terhadap suatu penyakit tertentu. Anak kebal atau resisten terhadap suatu penyakit tetapi belum tentu kebal terhadap penyakit yang lain. Imunisasi adalah suatu upaya untuk menimbulkan/meningkatkan kekebalan seseorang secara aktif terhadap suatu penyakit, sehingga apabila suatu saat terpajan dengan penyakit tersebut tidak akan sakit atau hanya mengalami sakit ringan. Kegiatan imunisasi diperluas menjadi Program Pengembangan Imunisasi (PPI) dalam rangka pencegahan penularan terhadap beberapa Penyakit yang Dapat Dicegah dengan Imunisasi (PD3I), yaitu Tuberkulosis, Difteri, Pertusis, Campak, Polio, Tetanus, Hepatitis-B, serta Pneumonia. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi membawa program imunisasi ke dalam penyelenggaraan pelayanan yang bermutu dan efisien. Upaya tersebut didukung dengan kemajuan yang pesat dalam bidang penemuan vaksin baru (*Rotavirus, Japanese Encephalitis, dan lain-lain*). Perkembangan teknologi lain adalah menggabungkan beberapa jenis vaksin sebagai vaksin kombinasi yang terbukti dapat meningkatkan cakupan imunisasi, mengurangi jumlah suntikan dan kontak dengan petugas.

## **METODE**

Pengabdian kepada masyarakat ini bermitra dengan ibu-ibu PKK Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban dengan jumlah 25 orang. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 2-7 April 2021 di Kantor Kecamatan Kerek. Metode yang dipakai dalam program ini adalah observasi lapangan, pelatihan, dan pendampingan. Observasi lapangan dilaksanakan untuk menganalisis keadaan masyarakat Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban. Kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari Tahap persiapan, Tahap Pelaksanaan, dan Tahap Monitoring dan Evaluasi.

Tahap persiapan melakukan kegiatan observasi di lapangan dan wawancara langsung dilakukan terhadap mitra yaitu ibu PKK untuk mendapatkan data dan permasalahan akurat yang dialami oleh mitra sebagai bahan refleksi. Observasi dilakukan untuk menentukan solusi dan alternatif dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi mitra. Kegiatan wawancara langsung dilakukan terhadap mitra yaitu ibu PKK Tuban untuk mendapatkan data dan permasalahan akurat yang dialami oleh mitra sebagai bahan refleksi. Observasi dilakukan untuk menentukan solusi dan alternatif dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi mitra. Tahap persiapan ini difokuskan untuk menyiapkan semua keperluan penyuluhan dan pelatihan pola hidup bersih sehat dan vaksin di masa pandemi covid19. Pada tahap persiapan ini yang dilakukan adalah: (1) survei ke Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kecamatan Tuban tentang PHBS; (2) penentuan lokasi dan sasaran berdasarkan hasil survei; (3) penyusunan bahan/materi pelatihan, yang meliputi: *slide power point* untuk kegiatan pelatihan dan penyuluhan pola hidup bersih sehat dan vaksin di masa pandemi covid19; serta (4) survei ke desa dilaksanakan pada



tanggal 01 Maret 2021, penentuan lokasi dan sasaran pengmas tanggal 09 Maret 2021, dan penyusunan bahan/materi pelatihan tanggal 22-31 Maret 2021.

Pada tahap pelaksanaan, hal-hal yang dilakukan meliputi: (1) penjelasan tentang PHBS; (2) penjelasan tentang pandemi covid-19; (3) penjelasan tentang vaksin; (4) melakukan evaluasi terhadap hasil pelatihan dan pendampingan. Tahap pelaksanaan, dilaksanakan pada tanggal 2-7 April 2021. Setelah pelaksanaan kegiatan, kemudian dilakukan monitoring dan evaluasi kegiatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat memberikan penyuluhan dan pelatihan PHBS di Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban merupakan upaya memberikan wawasan, informasi dan pengalaman menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat. Penyuluhan PHBS ini dilaksanakan dengan, memberikan informasi dan edukasi pada ibu-ibu anggota PKK untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku. Setelah mengikuti pengabdian masyarakat ini diharapkan para ibu anggota PKK sebagai mitra kegiatan dapat membantu masyarakat mengenali dan mengatasi masalah sendiri dalam rumah tangga agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Materi PHBS dan Pentingnya Vaksinasi

Tatanan PHBS melibatkan seluruh lapisan masyarakat. Lingkungan masyarakat pada umumnya merupakan bagian dari tempat beraktifitas dalam kehidupan sehari-hari. Berikut ini adalah 5 tatanan PHBS yang dapat menjadi simpul-simpul untuk memulai proses penyadartahuan tentang PHBS. Dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat ini difokuskan pada PHBS di lingkungan rumah tangga, PHBS di lingkungan tempat tinggal serta memberikan penyuluhan mengenai pentingnya melakukan vaksin di tengah pandemi covid 19 ini. Ibu PKK selain mengikuti kegiatan dengan menyimak penyuluhan juga melakukan simulasi salah satu kegiatan perilaku hidup dan sehat di tengah pandemi covid 19 ini.

Manfaat PHBS secara umum adalah meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut agar masyarakat bisa mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan. Selain itu, dengan menerapkan PHBS masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup. Mitra kegiatan pengabdian masyarakat juga mendapatkan materi mengenai vaksinasi.



Gambar 2. Mitra Pengabdian Memperhatikan Model Melakukan Simulasi Mencuci Tangan



## PENUTUP

Setelah dilaksanakan Program Pengabdian Masyarakat, dapat disimpulkan sebagai berikut. Sebelum pelatihan, dilakukan survei kepada masyarakat Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban. Dari hasil observasi awal diperoleh permasalahan mitra yaitu pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah para anggota PKK Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban. Berdasarkan hasil observasi awal, kondisi masyarakat desa belum sepenuhnya memahami mengenai pola hidup bersih dan sehat serta belum menyadari pentingnya mengikuti vaksin. Melalui pelaksanaan pengabdian masyarakat ini para anggota PKK Desa Karanglo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat agar hidup bersih dan sehat dalam menghadapi pandemi covid 19, sehingga dapat tercipta lingkungan sehat dan mewujudkan derajat kesehatan bagi masyarakat Desa Karanglo dan sumber daya manusia yang produktif. Selain itu, dilakukan juga penyuluhan pentingnya melakukan vaksin. Dalam penyuluhan ini diharapkan masyarakat memiliki kesadaran mengikuti vaksin terhadap anggota keluarga.

Kegiatan pelatihan diikuti dengan seluruh mitra yaitu ibu PKK Desa Karanglo kecamatan Kerek Kabupaten Tuban dengan sangat antusias terlihat dari banyaknya pertanyaan yang disampaikan. Setelah pelatihan dilakukan, peserta pelatihan diberikan angket dan diperoleh hasil bahwa peserta banyak yang menjawab sangat setuju bahwa (1) materi pelatihan yang diberikan sesuai yang dibutuhkan peserta, (2) metode pelatihan yang digunakan sesuai dengan jenis pelatihan, (3) kemampuan instruktur pelatihan dalam memberikan pelatihan sudah sesuai harapan, (4) peserta memiliki antusias yang tinggi dalam pelatihan, (5) pelatihan dapat memberikan penyegaran pikiran untuk peserta, (6) peserta mampu menyerap ilmu pengetahuan yang diberikan setelah mengikuti pelatihan, (7) peserta mampu menyerap ilmu keterampilan yang diberikan setelah mengikuti pelatihan, (8) terdapat relevansi kondisi saat ini dengan pelatihan yang telah dilaksanakan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, S. E. (2016). *Perbedaan pendidikan kesehatan metode demonstrasi secara langsung dengan audio visual tentang cuci tangan terhadap praktik dan perilaku cuci tangan*. Ilmu Keperawatan. Fakultas Ilmu Kesehatan.
- Hadianti, D. N, dkk. (2015). *Buku ajar imunisasi*. Kebayoran Baru Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan.
- Machfoed. (2005). *Perilaku sehat dalam prinsip-prinsip kesehatan*. Yogyakarta: UGM.
- Mubarak, W. I, Chayatin, N, Rozikin, K., Supradi. (2007). *Promosi kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Notoatmodjo, S., (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Nomor: 2269/ MENKES/PER/XI/2011. 2011. *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kepala Pusat Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Sulaeman dan Supriadi. (2020). Peningkatan pengetahuan masyarakat Desa Jelantik dalam menghadapi pandemi Corona Virus Diseases-19 (Covid-19). *Jurnal Hasil Pengabdian & Pemberdayaan kepada Masyarakat*. 1 (1), 12-17. <http://ojs.ikipmataram.ac.id/index.php/jpu>
- Theron, F., & Mchunu, N. (2014). Public Participation as a MicroLevel Development Strategy: the Principles and Context for Autentic and Empowering Development in Theron, F. and Davids, I. (eds.). *Development, the State and Civil Society in South Africa*. Hatfield: Van Schaik.
- World Health Organization. (2020). *Coronavirus*. [https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1). diakses 01 April 2021.