



SOSIALISASI PRILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Siti Umroh Sani

Kesehatan Masyarakat, FIKKM, UNDIKMA

Abstrak

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di masa pandemi covid-19 ini masih sangat minim di terapkan oleh masyarakat. Mewabahnya penyebaran penyakit Covid-19 yang menyebabkan bencana bagi masyarakat hingga mengakibatkan kematian ribuan jiwa diseluruh dunia, tidak terkecuali di Indonesia. Metode pengabdian dilakukan melalui koordinasi, persiapan, pelaksanaan berupa penyuluhan. kegiatan ini berjalan lancar karena adanya koordinasi yang berlangsung dengan baik antara mahasiswa, pemuda pemudi dan mitra. Kegiatan yang kami lakukan ini mendapat dukungan dari masyarakat dan pemerintah desa setempat. Penyuluhan cara penerapan perilaku hidup bersih dan sehat PHBS pembagian masker di masa pandemi Bersama salah satu ibu rumah tangga di wilayah kalijaga timur. 1) Audien/masyarakat serta anak-anak mendengarkan materi yang di jelaskan, 2) Masyarakat dengan antusias di saat kami membagikan masker dan memperbaiki tempat cuci tangan.

Kata Kunci

Prilaku hidup bersih dan sehat, pandemic Covid 19

Pendahuluan

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di masa pandemi covid-19 ini masih sangat minim di terapkan oleh masyarakat. Mewabahnya penyebaran penyakit Covid-19 yang menyebabkan bencana bagi masyarakat hingga mengakibatkan kematian ribuan jiwa diseluruh dunia, tidak terkecuali di Indonesia. Munculnya wabah penyakit ini mendorong pentingnya untuk memberikan edukasi terhadap masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Selain itu, masyarakat perlu mengetahui dengan pasti penularan dan cara pencegahan Covid-19 agar tidak terus mewabah. Masyarakat sangat disarankan untuk tetap menjaga kebersihan seperti mencuci tangan ,harus menggunakan masker, menjagajarak, menghindari kerumunan PHBS merupakan strategi yang dapat mencegah penyebaran Covid-19. Oleh karena itu masyarakat kalijaga terus dihimbau untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam upaya pencegahan penyebaran Covid-19, karena perilaku masyarakat sangat berperan penting dalam penurunan angka penyebaran Covid-19.

PHBS merupakan salah satu strategi dalam pencegahan penyebaran Covid -19 yang sangat efektif dan mudah dilakukan oleh semualapisan masyarakat. Rekomendasi pemerintah terus menghimbau gerakan PHBS menjadi kunci pencegahan penyebaran Covid-19 pada masa pandemi ini. Melakukan PHBS diharapkan penyebaran Covid-19 dapat dihambat sehingga kejadian tidak bertambah. Oleh karena itu pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, perlu dilakukan pemberian informasi secara terus menerus sehingga dapat meningkatkan pengetahuan seluruh lapisan masyarakat untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Penerapan PHBS sangat dianjurkan kepada seluruh masyarakat di Indonesia meskipun ada atau tidaknya wabah Covid-19. Hal ini dikarenakan menjaga imunitas tubuh sangat



penting agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari penyakit. Akan tetapi, masih sangat banyak masyarakat Indonesia yang belum paham akan pentingnya pola hidup yang sehat. Terutama pada masyarakat Kalanga nanak-anak muda yang masih harus dalam pendampingan. Penerapan PHBS dapat dilakukan dengan melakukan pembiasaan seperti menjaga kebersihan lingkungan, olahraga teratur, dan mengonsumsi makanan bergizi. Pemberdayaan masyarakat dalam upaya penerapan PHBS sangat penting untuk dilakukan, karena Langkah awal untuk memulai kebiasaan ini dimulai dari rumah tangga atau keluarga (Natsir, 2019).

Dari hasil survey ini saya mengangkat tema tentang “SOSIALISASI PRILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SEBAGAI UPAYA PENYEBARAN VIRUS COVID-19”, Karena kepedulian saya terhadap Kesehatan masyarakat setempat sehingga saya memberikan pemahaman kepada masyarakat melalui penyuluhan tentang PHBS dan bahayanya virus covid-19 ini dan saya mencoba memaparkan bagaimana cara penerapan perilaku hidup bersih dan sehat serta bagaimana cara menerapkan protocol Kesehatan sesuai yang di anjurkan oleh pemerintah. Rekan –Rekan KKN saya di sini ikut serta mendampingi penyuluhan yang saya berikan kepada masyarakat serta anak-anak.

Desa Kalijaga Timur merupakan salah satu Desa yang ada di Kecamatan Aikmel, Kabupaten Lombok Timur, Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB). Pada masa dahulu Desa Kalijaga Timur merupakan salah satu Desa yang ada di Kalijaga yang sebelumnya di mekarkan menjadi 5 Desa, yaitu; Desa Kalijaga Induks, Desa Kalijaga Selatan, Desa Kalijaga Tengah, Desa Kalijaga Baru Dan Desa Kalijaga Timur pada Tahun 2004.

Dari hasil pengamatan dan wawancara yang kami lakukan secara langsung Bersama mitra yaitu bapak kepala desa kalijaga sekaligus sebagai penanggung jawab masyarakat desa kalijaga timur. Ditemukan beberapa masalah terkait dengan minimnya penerapan protocol kesehatan oleh masyarakat desa kalijaga di masa pandemic ini. . Dari uraian masalah tersebut dapat disimpulkan bahwa:

1. Kurangnya pengetahuan masyarakat setempat tentang apa tu PHBS dan bagai mana cara penerapannya di masa pandemi.
2. Kurangnya pendekatan dan sosialisasi tentang bahayanya covid-19 yang di lakukan oleh pemerintah desas etempat.

Metode Pengabdian

1. Koordinasi

Koordinasi Bersama antara mahasiswa dengan kepala desa kalijaga timur, kepala dusun,dan pemuda pemudi setempat sebelum melakukan program. Kegiatan koordinasi ini dilakukan melalui pertemuan Bersama secara langsung dengan tetap mentaati protocol kesehatan covid-19.

2. Tahap persiapan

Mahasiswa KKN-T telah melakukan Kerjasama dengan pemuda Pemuda desa kalijaga timur kecamatan aikmel. Ini adalah salah satu tahap awal yang di lakukan bersama. sebelum



melakukan kegiatan ini saya Bersama rekan-rekan KKN-T meminta izin terlebih dahulu kepada pemerintah desa setempat untuk merealisasikan program ini.

a. Persiapan dan alat yang di gunakan :

- 1) Leaflet PHBS
- 2) Tempat cuci tangan dan sabun
- 3) Masker

3. Tahappelaksanaan

Setelah melakukan beberapa tahapan proses seperti di atas kemudian saya melakukan penyuluhan Bersama rekan-rekan KKN-T kesetiap rumah warga yang berada di kalijaga timur penyuluhan di lakukan selama 3 hari. Selain itu saya meletakkan sabun cuci tangan pada setiap tempat cuci tangan yang telah disediakan dan membagikan masker serta pemasangan leaflet pada tembok-tembok warga.

4. Tujuan melakukan penyuluhan

Tujuan utama dari penyuluhan prilaku hidup bersih dan sehat ini adalah untuk meningkatkan kualitas Kesehatan melalui proses pengetahuan yang menjadi awal kontribusi dalam menjalani prilaku kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat. dan manfaat dari PHBS yang paling utama di masa pandemi covid-19 ini adalah supaya terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani prilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan.

Hasil dan Pembahasan

Program kegiatan “sosialisasi prilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya penyebaran virus covid-19” ,kegiatan ini berjalan lancar karena adanya koordinasi yang berlangsung dengan baik antara mahasiswa, pemuda pemudi dan mitra. Kegiatan yang kami lakukan ini mendapat dukungan dari masyarakat dan pemerintah desa setempat.

Penyuluhan cara penerapan prilaku hidup bersih dan sehat PHBS pembagian masker di masa pandemi Bersama salah satu ibu rumah tangga di wilayah kalijaga timur.

1. Audien/masyarakat serta anak-anak mendengarkan materi yang di jelaskan
2. Masyarakat dengan antusias di saat kami membagikan masker dan memperbaiki tempat cuci tangan.

Kesimpulan

Kuliah kerja nyata (KKN) Tematik Universitas Pendidikan Mandalika Tahun 2021 di desa kalijaga timur, kecamatan aikmel,kabupaten Lombok timur berjalan dengan baik dan lancar. kesimpulan yang diperoleh dari pelaksanaan program Gerakan penerapan prilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan penularan covid-19 dalam tujuannya membantu membangun keproduktifan masyarakat gunamemperbaiki pola hidup sehat bagi masyarakat dengan selalu menggunakan masker saat keluar rumah dan jangan lupa selalu mencuci tangan



Saran

Di harapkan kepada pihak desa untuk melakukan pendekatan kepada masyarakat untuk selalu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan cara memberikan informasi melalui penyuluhan. Dan untuk masyarakat Desa Kalijaga Timur Kec. Aikmel di harapkan dapat melakukan dan menepatkan perilaku hidup bersih dan sehat

Daftar Pustaka

- Zukmadini, A.Y., Karyadi, B., & 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). doi: <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v3i1>.
- Website Resmi Corona Jakarta. <https://corona.jakarta.go.id/id>.
- Singhal, Tanu. 2020. A Review of Coronavirus Disease-2019 (COVID-19). *The Indian Journal of Pediatrics*, 87, 281-286.