

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pemberian Sembako Era Pandemi COVID-19

Suprpto

Keywords :

PHBS;
Edukasi;
Covid19;
Prilaku;
Hidup Bersih;
Sembako;

Correspondensi Author

Keperawatan, Politeknik Sandi Karsa
Green Bulurokeng Residency Blok D/11
Makassar
Email: atoenurse@gmail.com

History Article

Received: 21-01-2021;
Reviewed: 02-02-2021;
Accepted: 05-04-2021;
Available Online: 10-04-2021;
Published: 20-4-2021;

Abstrak. Tujuan memberikan edukasi dan pendampingan kepada mahasiswa untuk menerapkan pola perilaku hidup bersih dan sehat agar terhindar dari penularan Covid-19 dan pemberian sembako kepada mahasiswa yang ada disekitar kampus. Tahapan kegiatan ini terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi identifikasi masalah yang dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi, penyiapan materi oleh fasilitator, dan persiapan media edukasi berupa poster bergambar. Tahapan pelaksanaan meliputi penyampaian materi edukasi tentang PHBS dan pembagian sembako kepada mahasiswa. Hasil bahwa edukasi yang diberikan oleh fasilitator dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa terhadap perilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan Covid-19. Simpulan pengetahuan peserta 74,48% sebelum diberikan edukasi, setelah dilakukan edukasi meningkat pengetahuannya menjadi 86,49%.

Abstract. The goal is to provide education and assistance to students to apply a clean and healthy lifestyle to avoid Covid-19 transmission and provide basic foodstuffs to students around campus. Stages of this activity consist of the preparation, implementation and evaluation stages. Preparatory stage includes identifying the problem by interviewing and observing it, preparing the material by the facilitator, and preparing the educational media in the form of a pictorial poster. Stages of implementation include the delivery of educational material about PHBS and the distribution of basic foodstuffs to students. Result is that the education provided by the facilitator can increase students' knowledge of clean and healthy living habits in preventing Covid-19. Conclusion, the participants' knowledge was 74.48% before being given education, after education, their knowledge increased to 86.49%.

PENDAHULUAN

Pandemi global mengindikasikan infeksi Covid-19 yang sangat cepat hampir tidak ada negara di dunia yang luput dari virus Corona. Peningkatan jumlah kasus terjadi dalam waktu singkat hingga butuh penanganan secepatnya. Sampai hari ini belum ada obat spesifik untuk menangani kasus infeksi Covid-19. Berkembangnya wabah Covid-19 di Indonesia juga sudah mulai mengkhawatirkan khususnya di Kota Makassar jumlah kasus positif Covid-19 sampai saat ini masih meningkat.

Corona Virus Disease 2019 adalah jenis penyakit baru yang disebabkan oleh infeksi Virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS COV-2) atau yang dikenal dengan novel coronavirus (2019-nCoV). Penyakit ini ditularkan melalui droplet (percikan) pada saat berbicara, batuk, dan bersin dari orang yang terinfeksi virus Corona. Selain itu penyakit ini juga dapat ditularkan melalui kontak fisik (sentuhan atau jabat tangan) dengan penderita serta menyentuh wajah, mulut, dan hidung oleh tangan yang terpapar virus Corona (Singhal, 2020).

Gejala klinis yang muncul akibat terinfeksi virus ini seperti gejala flu biasa demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, nyeri otot, nyeri kepala komplikasi berat pneumonia hingga menyebabkan kematian (Huang et al., 2020). Edukasi dapat meningkatkan pengetahuan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan Covid-19 dan pemberian sembako dapat membantu meringankan beban mahasiswa pada era pandemic Covid19 (Zukmadini et al., 2020). Kesulitan hidup bagi seseorang dapat terjadi pada kebutuhan pokok yang tidak dapat terpenuhi. Kesulitan dalam hal pemenuhan kebutuhan pokok serta ketiadaan kasih sayang dari orang tua. Bantuan sosial yang diberikan dapat membantu mahasiswa yang terdampak pandemik Covid-19 (Tapung et al., 2020).

Dari hasil observasi yang dilakukan, Hasil wawancara dengan mahasiswa diperoleh informasi bahwa dalam masa pandemic membutuhkan pendampingan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat selama masa pandemic serta pemenuhan kebutuhan hidup sehari-hari.

Seyogyanya mendapatkan perhatian khusus tentang cara pencegahan dan penularan Covid-19, serta mendapatkan jaminan terpenuhinya kebutuhan sehari-hari mereka. Hanya saja keterbatasan sumber informasi baik dari orang tua, pengasuh, ataupun media lainnya membuat mereka masih perlu mendapatkan bimbingan untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang menjadi protokol dalam pencegahan Covid-19. Pembatasan sosial (social distancing) yang terjadi juga berdampak terhadap pemenuhan kebutuhan pokok mereka.

Dalam rangka mengantisipasi risiko lebih besar, maka dilaksanakan pengabdian masyarakat untuk mengedukasi masyarakat bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat untuk mencegah penyebaran Covid-19 dan memberikan sembako. Hal itu diharapkan dapat membantu pemerintah dalam upaya pencegahan Covid-19. Dengan adanya pandemi ini, maka diberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar yang secara langsung ataupun tidak akan berdampak pada kehidupan ekonomi dan sosial masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di wilayah sekitar kampus sandi karsa yang dengan harapan dapat memutus mata rantai penyebaran virus Corona dan membantu masyarakat yang membutuhkan

Untuk meminimalisir penularan Covid-19 serta menjamin kebutuhan hidup anak-anak di panti asuhan, maka perlu dilakukan edukasi untuk mengajarkan bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang menjadi protokol penanganan Covid-19 serta pemberian bantuan, Sembilan Bahan Pokok atau sering disingkat Sembako adalah sembilan jenis kebutuhan pokok masyarakat yang meliputi beras, gula pasir, minyak goreng dan mentega, daging sapi dan ayam, telur ayam, susu, jagung, minyak tanah, dan garam beryodium. Sedangkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat agar mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk pencegahan virus Covid-19

dapat berupa cara mencuci tangan yang baik dan benar, cara menerapkan etika batuk, cara melakukan Physical Distancing (menjaga jarak fisik), dan cara menjaga kebersihan diri. Pemberian edukasi mengenai PHBS ini dapat dilakukan dengan penyuluhan atau dengan menggunakan media berupa poster (Razi et al., 2020).

Salah satu bentuk media pembelajaran cetak yang dapat dengan mudah digunakan untuk menyampaikan informasi kepada pembaca adalah poster. Kegiatan edukasi PHBS serta pembagian sembako yang dilakukan di panti asuhan kasih sayang diharapkan dapat memberikan pemenuhan kebutuhan pokok, serta pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan pola perilaku hidup bersih secara mandiri agar mereka dapat terhindar dari penularan Covid-19 (Maskur et al., 2017).

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode kaji tindak (*Action Research*) dengan pendekatan program tindak partisipatif (*Participatory Action Program*) yang melibatkan kelompok masyarakat sasaran yaitu 45 orang mahasiswa. Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada tanggal 22 Juni 2020.

Tahapan kegiatan ini terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi identifikasi masalah yang dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi, penyiapan materi oleh fasilitator, dan persiapan media edukasi berupa poster bergambar. Tahapan pelaksanaan meliputi penyampaian materi edukasi tentang PHBS dan pembagian sembako kepada mahasiswa. Penyampaian materi dilakukan dengan memberikan penyuluhan, pendampingan, serta bimbingan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam pencegahan Covid-19. Metode yang digunakan dalam menyampaikan materi adalah ceramah, tanya jawab, diskusi, dan demonstrasi.

Tahapan evaluasi meliputi penilaian pengetahuan peserta mengenai PHBS dalam pencegahan Covid-19. Tahap evaluasi (penilaian) dilakukan sebelum dan sesudah peserta mendapatkan edukasi mengenai PHBS. Kegiatan evaluasi bertujuan untuk mengetahui pengaruh kegiatan edukasi

terhadap pengetahuan peserta mengenai PHBS dalam pencegahan Covid-19. Metode evaluasi yang digunakan adalah menggunakan angket (kuisisioner) dan observasi angket berisi sejumlah pertanyaan tentang pengetahuan peserta mengenai phbs dalam pencegahan covid-19.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam pencegahan Covid-19 telah terlaksana dengan baik mulai dari tahap persiapan hingga tahap evaluasi.

Edukasi Mengenai PHBS dalam Pencegahan COVID-19

Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan pengetahuan kepada mahasiswa dan gejalanya, serta memberikan pendampingan dan bimbingan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang diajarkan kepada anak-anak agar mereka terhindar dari Covid-19 adalah cara mencuci tangan yang baik dan benar, cara menerapkan etika batuk, cara melakukan jaga jarak fisik (Physical Distancing), dan cara menjaga kebersihan diri. Kegiatan edukasi PHBS dalam pencegahan Covid-19.

Kegiatan diikuti dengan antusias oleh peserta, hal ini dilihat dari keaktifan peserta dalam mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, keberanian peserta dalam menjawab pertanyaan yang diberikan oleh fasilitator, serta motivasi yang tinggi untuk belajar. Adapun media yang digunakan adalah poster bergambar. Media poster bergambar yang dipilih adalah poster berwarna yang memuat gambar/ilustrasi mengenai PHBS dalam pencegahan Covid-19. Poster-poster tersebut selanjutnya ditempel di beberapa bagian ruangan panti asuhan agar anak-anak selalu ingat dalam menerapkan PHBS sehingga terhindar dari penularan Covid-19.

Poster merupakan salah satu media berisi gambar atau tulisan di atas kertas atau kain yang berisi pemberitahuan. Media poster bergambar dipilih karena informasi yang ada di dalamnya disajikan dengan menarik dan mudah diingat bagi mereka yang melihatnya (Risa et al., 2018). Poster merupakan media kombinasi visual dari rancangan yang kuat, berwarna dan memiliki pesan dengan maksud untuk menangkap perhatian orang yang

lewat, meskipun gagasan yang disampaikan membutuhkan waktu yang tidak singkat untuk tertanam dalam pikiran pembacanya (Nurrita, 2018).



Gambar 1. Pemasangan poster

Selain memberikan edukasi mengenai pengetahuan, peserta juga diajarkan untuk mempraktekkan secara langsung pengetahuan PHBS yang diperolehnya. Pada tahap ini, fasilitator mendemonstrasikan bentuk-bentuk PHBS dalam pencegahan Covid-19, kemudian diarahkan untuk melakukan praktek secara langsung apa yang telah didemonstrasikan oleh fasilitator. Dalam hal ini fasilitator berperan sebagai pendamping dalam memberdayakan pengetahuan dan keterampilan mereka terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk pencegahan Covid-19. Fasilitator berperan dalam memberikan pengetahuan yang relevan kepada kelompok pemberdayaan masyarakat, sehingga kelompok sasaran mampu mencapai tujuan yang diinginkan (Agustin & Supriyadi, 2017).

Pembagian Sembako

Mahasiswa yang tinggal di sekitar kampus merupakan salah satu kelompok masyarakat yang terkena dampak pandemi Covid-19. Oleh sebab itu, untuk mengurangi beban mereka maka kegiatan edukasi ini juga diikuti dengan pembagian sembako untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Jenis sembako yang dibagikan diantaranya beras, telur, minyak goreng, gula, susu, sarden, mie instan, dan sebagainya.



Gambar 2. pemberian sembako

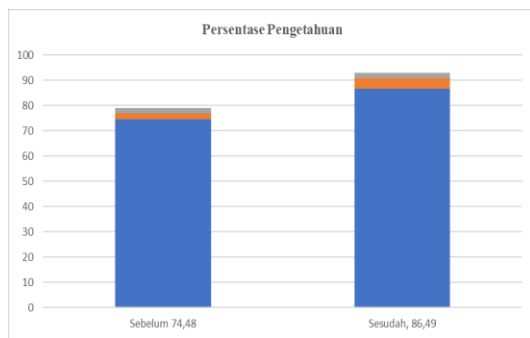
Evaluasi Kegiatan

Mengetahui perubahan pengetahuan bagi peserta yang telah diberikan materi tentang PHBS dalam pencegahan Covid19

Tabel 1. Pengetahuan Siswa Mengenai PHBS dalam Pencegahan COVID-19

Materi	Skor Pengetahuan Peserta	
	Sebelum	Setelah
Covid-19 dan Gejala penyakitnya	69	82,28
Cara mencuci tangan yang baik dan benar	79	87,5
Cara menerapkan Etika Batuk	73,8	87,2
Cara menerapkan <i>Physical Distancing</i>	74	87,5
Cara menjaga kebersihan diri	76,6	88

Bahwa ada perbedaan skor pengetahuan awal dan pengetahuan akhir peserta mengenai PHBS dalam pencegahan Covid-19 pada saat sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Dari hasil analisis persentase, terdapat peningkatan persentase pengetahuan secara keseluruhan dari semua aspek edukasi PHBS yang disampaikan oleh fasilitator. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi PHBS yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak panti asuhan terhadap pencegahan Covid-19. Kegiatan penyuluhan PHBS dapat meningkatkan pengetahuan (Rahmadeni et al., 2019). Persentase kenaikan pengetahuan tentang PHBS dalam pencegahan COVID-19 sebelum dan sesudah kegiatan dapat dilihat pada



Gambar 3. Persentase Pengetahuan

Bahwa persentase pengetahuan peserta mengenai PHBS dalam pencegahan Covid19 sebelum dilaksanakan kegiatan ini adalah 74,48%. Setelah diberikan materi melalui kegiatan ceramah, tanya jawab, diskusi, dan demonstrasi, terdapat kenaikan persentase pengetahuan sebesar 12,01 % menjadi 86,48%. Adanya kegiatan edukasi yang diberikan oleh fasilitator menjadikan pengetahuan yang mereka miliki menjadi semakin meningkat. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya informasi, pendidikan, pekerjaan, umur, minat, pengalaman, dan budaya (Suwaryo & Yuwono, 2017). Jika pengetahuan seseorang baik, maka perilaku hidup bersih dan sehatnya juga akan menjadi baik, dan akan berdampak baik pula untuk kehidupannya (Adliyani, 2015).

Tingginya pengetahuan peserta terhadap informasi Covid-19 dan gejalanya menunjukkan bahwa informasi tersebut banyak tersebar dan cepat diperoleh dari lingkungan sekitar tempat tinggal mereka. Sedangkan rendahnya pengetahuan peserta dalam menerapkan etika batuk dan *physical distancing* dikarenakan terbatasnya sumber informasi yang menjelaskan bagaimana cara yang benar ketika batuk dan ketika menjaga jarak fisik dengan orang lain.

Edukasi PHBS yang diberikan merupakan bentuk kegiatan yang tidak hanya sekedar memberikan pengetahuan semata, melainkan juga memberikan keterampilan melalui pembimbingan agar dapat menerapkannya secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini merupakan bentuk kegiatan pendidikan yang secara informal diharapkan dapat mempengaruhi pengetahuan, keterampilan dan sikap/perilaku peserta. Pendidikan merupakan suatu usaha yang bertujuan untuk mempengaruhi peserta didik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan

diperlukan kondisi belajar baik kondisi internal maupun kondisi eksternal untuk terjadinya proses belajar pada diri siswa (T. Kurniawan & Maryani, 2015). Edukasi pada kegiatan ini diharapkan dapat menjadi perilaku hidup yang dapat diterapkan secara disiplin agar mereka terhindar dari Covid-19. Kegiatan edukasi yang diberikan dapat menjadi landasan dalam melakukan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk mencapai derajat kesehatan yang baik. Upaya memberikan pengetahuan (edukasi) tentang perilaku hidup bersih dan sehat (H. Kurniawan, 2017). Peningkatan pengetahuan peserta mengenai PHBS dalam pencegahan Covid-19 diharapkan dapat diikuti oleh peningkatan sikap dan perilaku anak untuk menerapkannya secara mandiri. Oleh sebab itu kemandirian yang telah terdapat dalam diri mereka perlu didukung oleh keadaan lingkungan di sekitarnya. Kemandirian adalah kemampuan anak dalam berpikir dan melakukan sesuatu oleh diri mereka sendiri untuk memenuhi kebutuhannya sehingga mereka tidak lagi bergantung pada orang lain namun dapat menjadi individu yang dapat berdiri sendiripola asuh, kondisi sosial budaya, serta kondisi sosial ekonomi merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi pembentukan kemandirian (Sa'diyah, 2017).

SIMPULAN DAN SARAN

Edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam pencegahan Covid-19 dapat meningkatkan pengetahuan. Kegiatan pengabdian masyarakat edukasi PHBS dalam pencegahan Covid-19 dengan pembagian sembako kepada mahasiswa sebagai upaya memberikan bantuan kepada mereka yang terkena dampak pandemi Covid-19 yang tidak pulang kampung.

DAFTAR RUJUKAN

- Adliyani, Z. O. N. (2015). Pengaruh perilaku individu terhadap hidup sehat. *Jurnal Majority*, 4(7), 109–114.
- Agustin, W. A., & Supriyadi, S. N. (2017). Peran Fasilitator Dalam Pemberdayaan Masyarakat Pada Program Penataan Lingkungan Permukiman Berbasis Komunitas. *DILEMA*, 32(1), 69–78.

- Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., Zhang, L., Fan, G., Xu, J., & Gu, X. (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet*, 395(10223), 497–506.
- Kurniawan, H. (2017). Upaya peningkatan derajat kesehatan pada anak di panti asuhan melalui edukasi perilaku hidup bersih dan sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 3(1).
- Kurniawan, T., & Maryani, E. (2015). Pengaruh Lingkungan Keluarga dan Lingkungan Sekolah terhadap Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi Peserta Didik dalam Pembelajaran IPS. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 24(2), 209–216.
- Maskur, R., Nofrizal, N., & Syazali, M. (2017). Pengembangan Media Pembelajaran Matematika dengan Macromedia Flash. *Al-Jabar: Jurnal Pendidikan Matematika*, 8(2), 177–186.
- Nurrita, T. (2018). Pengembangan media pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar siswa. *MISYKAT: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Quran, Hadist, Syari'ah Dan Tarbiyah*, 3(1), 171.
- Rahmadeni, A. S., Hayat, N., Novia, R., Siska, D., & Yunaspi, D. (2019). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dan Pembagian Sembako Pada Anak Di Panti Asuhan Mahabbatul Haq Tanjung Uma Batam. *Jurnal Abdimas Sainatika*, 1(1), 141–144.
- Razi, F., Yulianty, V., Amani, S. A., & Fauzia, J. H. (2020). Bunga Rampai COVID-19: Buku Kesehatan Mandiri untuk Sahabat. *PD Prokami: Depok*.
- Risa, S. F., I Made Alit Gunawan, I., & Weni Kurdanti, W. K. (2018). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Poster Terhadap Pengetahuan Tentang Aktifitas Fisik Dan Makanan Fast Food Pada Remaja Gemuk SMP Di Yogyakarta. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Sa'diyah, R. (2017). Pentingnya melatih kemandirian anak. *Kordinat| Jurnal Komunikasi Antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, 16(1), 31–46.
- Singhal, T. (2020). A review of coronavirus disease-2019 (COVID-19). *The Indian Journal of Pediatrics*, 1–6.
- Suwaryo, P. A. W., & Yuwono, P. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat dalam mitigasi bencana alam tanah longsor. *URECOL*, 305–314.
- Tapung, M., Regus, M., Payong, M., Rahmat, S., & Jelahu, F. (2020). Bantuan sosial dan pendidikan kesehatan bagi masyarakat pesisir yang terdampak sosial-ekonomi selama patogenesis Covid-19 di Manggarai. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 16(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.20414/transformasi.v16i1.2067>
- 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).