

PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN COVID-19 DI SD MUGRES KAMPUS B

Nono Triono¹, Dela Sifa Salma¹, Maslakhah¹, Maya Firdausi², Dewi Anggar Wati², Budi Sucahyo², Imam Basori², Syamsul Arifin², Satriyo Wahyu Purnomo³, Vetty³, Hasyim Asy'ari³, M. Fakit⁴, Adrijanti⁵

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik

²Fakultas Ekonomi, Universitas Gresik

³Fakultas Hukum Universitas Gresik

⁴Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Gresik

Adriyanti5@gmail.com

Abstrak

Pandemi COVID-19 secara keseluruhan masih belum berakhir yang disebabkan oleh virus covid -19. Virus COVID-19 dapat menular dari orang ke orang bahkan juga dapat menyerang siapa saja tidak mengenal orang, baik dari kalangan tua, muda bahkan anak-anak, Pola hidup bersih dan sehat merupakan solusi terbaik sebagaiantisipasi dini penularan virus tersebut pada anak-anak. Sebagai salah satu program mahasiswa KKN (kelompok 011 desa Pulopancikan) Universitas Gresik tahun 2022 yaitu mengadakan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan cara mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan, memakan makanan yang bergizi dan yang lainnya sebagai upaya pencegahan covid-19 yang pelaksanaannya di SD Muhammadiyah Gresik Kampus B Gresik. Metode penyuluhan yang digunakan adalah metode ceramah dimana peserta didik diberikan materi mengenai bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui cuci tangan, kemudian seluruh peserta didik SD MUGRES kampus B Gresik praktek langsung cuci tangan dan dilanjutkan dengan tanya jawab. Kegiatan ini diakhiri dengan pengisian kuesioner oleh siswa kelas V dan VI. Adapun hasil dari pengisian angket menunjukkan bahwa siswa sangat senang dengan kegiatan ini dan bisa dilanjutkan untuk tahun berikutnya.

Kata kunci : Perilaku ;hidup bersih: sehat; Covid-19

ABSTRACT

The overall COVID-19 pandemic is still not over caused by the covid-19 virus. The COVID-19 can be transmitted from person to person and can even attack anyone who does not know people, both from the old, young and even children, a clean and healthy lifestyle is the best solution as an early anticipation of the transmission of the virus to children. As one of the KKN student programs (group 011 Pulopancikan village) Universitas Gresik in 2022, which is to hold counseling on clean and healthy living behavior (PHBS) by washing hands with soap, maintaining environmental cleanliness, eating nutritious food and others as an effort to prevent COVID-19 which is implemented at SD Muhammadiyah Gresik Campus B Gresik. The counseling method used is the lecture method where students are given material about how to live clean and healthy behavior (PHBS) through hand washing, then all students of SD MUGRES campus B

Gresik practice immediately washing their hands and continue with questions and answers. This activity ended with filling out questionnaires by students in class V and VI. The results of filling out the questionnaire showed that students were very happy with this activity and could continue it for the following year.

Keywords: *Clean ; and healthy living: behavior; Covid-19*

1. PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 melanda dunia, dan Indonesia termasuk di dalamnya, yang disebabkan oleh virus covid-19. Virus ini luar biasa, hanya dalam waktu singkat, virus ini sudah merenggut ribuan nyawa bukan hanya di Cina tetapi juga di berbagai negara di dunia seperti Italia, Iran, Korea Selatan, Inggris, Jepang, Amerika Serikat, Jerman, dan negara lainnya termasuk Indonesia (Wong dkk., 2020).

Dalam menghadapi penyebaran virus Covid-19 ini dilakukan dengan upaya pencegahan penyebaran. Upaya pencegahan penularan virus salah satunya adalah dengan menjaga kesehatan sejak dini, karena didalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang sehat pula. Menjaga kesehatan sangatlah penting di terapkan sejak dini yaitu pada anak-anak usia sekolah PAUD hal ini penting karena pada anak-anak rawan terkena penyakit karena daya tahan tubuh anak-anak belum sekuat orang dewasa pada umumnya.(Mardhiati 2019: 20). Selain itu anak-anak biasanya sering memasukkan tangan kedalam mulut mereka, benda apapun yang ia pegang kemudian mereka mencoba untuk memakan, sehingga tidak tahu benda itu kotor apa tidak mereka tidak mengetahui, hal itu yang menjadi bahaya ketika anak-anak tidak di ajarkan dan dibiasakan hidup bersih. (Aulina 2018).

Upaya untuk menjaga kesehatan dalam menghadapi virus ini juga sangat penting, karena manusia merupakan sumber daya yang diperlukan dalam pembangunan bangsa. Untuk mewujudkan SDM (Sumber Daya Manusia) yang berkualitas dan berdaya saing, pembangun kesehatan diarahkan pada upaya peningkatan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang. Hal ini dapat diwujudkan melalui kegiatan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) (Arif Sumantri, 2010:305).

Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran. Pembelajaran yang dilakukan bertujuan menjadikan anak-anak mampu menolong diri sendiri di bidang kesehatan (Kemenkes, 2011:7). Selain itu pola tersebut (PHBS) mempunyai maksud untuk memotivasi anak-anak untuk berperan penting dalam mewujudkan kesehatan kebugaran (jasmani) atau

kesehatan tubuhnya, guna terwujudnya hal tersebut maka di dilaksanakan pengembangan sistem kesehatan yang baik. salah satu yang menjadi sasaran pengembangan lingkungan kesehatan tidak lain adalah sekolah, karena sekolah merupakan instansi yang memberikan edukasi anak-anak serta sebagai pengembangan sistem kesehatan lingkungan sosial.

Peran serta mahasiswa KKN kelompok Desa Puloancikan Universitas Gresik tahun 2022 dalam mensosialisasikan progam pemerintah yakni Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diwujudkan dengan mengadakan penyuluhan kesehatan yakni “ Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan Covid-19 di SD Muhammadiyah Gresik Kampus B Gresik “ yang beralamat di Jalan Harun Tohir Gresik, bertepatan dengan lokasi KKN di desa Puloancikan Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan melibatkan Guru SD MUGRES Kampus B, seluruh Mahasiswa KKN kelompok Desa Puloancikan dengan narasumber mahasiswa KKN dari Prodi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik. Adapun Pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat ini sebagai berikut :

a. Kegiatan Pra-Pengabdian

Kegiatan penyuluhan ini agar berjalan dengan baik dan sesuai dengan harapan dan tercapainya tujuan kegiatan ini , maka perlu dipersiapkan sebelum pelaksanaan penyuluhan PHBS ini yaitu :

1. Permohonan ijin kepada bapak Kepala Desa Puloancikan yaitu bapak Achmad Afandi untuk mengadakan kegiatan penyuluhan bagi peserta didik SD Muhammadiyah Gresik Kampus B Gresik yang masih dalam wilayah desa Puloancikan Kecamatan Gresik.
2. Permohonan ijin dengan mitra KKN yaitu dengan Bapak Kepala Sekolah SD MUGRES Kampus B, Bapak Hadi Purnomo, S.Pd.

Dalam proses perijinan ini diawali dengan membahas tentang kegiatan PHBS cuci tangan termasuk hari dan jam serta tempat pelaksanaan serta peserta didik yang diikuti sertakan dalam kegiatan PHBS ini.

3. Persiapan penyusunan materi-materi yang akan disampaikan dalam kegiatan PHBS yakni pembuatan materi dengan media Ppt serta mengatur durasi waktu yang diberikan oleh pihak sekolah kepada tim Pengabdian masyarakat.
4. Pembuatan Leaflet langkah – langkah dalam cuci tangan.

5. Persiapan penyediaan bahan-bahan berupa tempat cuci tangan dan alat yang dipakai untuk praktek lapangan.
6. Persiapan sarana berupa LCD Proyektor, pengeras suara, banner dll.
7. Persiapan pengaturan tempat yang akan digunakan dalam penyuluhan.
8. Persiapan membuat evaluasi kegiatan.
9. Menyiapkan *doorprize* bagi peserta didik yang bisa menjawab pertanyaan dengan benar dan mempraktekan cuci tangan dengan tepat.

b. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 5 Agustus 2022 pukul 06.30 sampai dengan pukul 08.00 WIB. Kegiatan ini diawali dengan persiapan dan senam pagi yang dipimpin oleh guru olahraga dari SD MUGRES dilanjutkan dengan penyuluhan oleh Tim KKN Universitas Gresik. Adapun sasaran dari kegiatan PHBS ini adalah seluruh peserta didik SD MUGRES Kampus B mulai kelas 1 sampai dengan kelas 6 yang berlangsung di lapangan SD MUGRES Kampus B dipandu oleh mahasiswa dari Prodi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik dan dibantu dengan mahasiswa peserta KKN lainnya.

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat pada kegiatan PHBS ini dengan menggunakan metode-metode antara lain : metode Ceramah, metode praktek secara langsung, metode Tanya jawab yang diuraikan dibawah ini :

Metode ceramah

Pada kegiatan penyuluhan ini digunakan metode ceramah, Mahasiswa KKN menjelaskan secara singkat tentang PHBS dengan media proyektor dan pemberian leaflet kepada peserta didik.

Adapun materi yang disampaikan meliputi : pengertian cuci tangan, manfaat cuci tangan, waktu yang tepat untuk cuci tangan, macam-macam cuci tangan, penyakit yang disebabkan jika kita tidak cuci tangan serta langkah-langkah mencuci tangan.

Metode Praktek langsung

Setelah menjelaskan secara singkat tentang kegiatan PHBS dengan mencuci tangan, peserta didik diajak untuk mempraktekkan cara mencuci tangan dengan benar. Siswa kelas 1(satu) sampai dengan kelas 6 (enam) secara bergantian mempraktekkan mencuci tangan yang di pandu oleh mahasiswa KKN.

Metode tanya jawab

Setelah itu dilanjutkan dengan sesi tanya jawab tentang materi yang disampaikan dan praktek cuci tangan. Bagi peserta / siswa yang aktif dan mampu menjawab pertanyaan tentang mencuci tangan serta mampu mempraktekkan mencuci tangan dengan benar diberikan hadiah *doorprize*. Pemberian hadiah ini merupakan salah satu bentuk apresiasi kepada peserta didik yang aktif serta mendengarkan pemaparan dari narasumber

c. Evaluasi Kegiatan Pengabdian

Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui tingkat ketercapaian tujuan dan tingkat pemahaman terhadap materi yang disampaikan serta praktek langsung dari hasil materi yang disampaikan. Evaluasi kegiatan ini dilakukan juga dengan memberikan angket untuk dijawab oleh peserta didik yaitu kelas 5 dan kelas 6. Angket tersebut untuk mengetahui juga keberlanjutan dari kegiatan ini, apakah kegiatan ini bisa dilanjutkan lagi atau tidak.

3. HASIL PEMBAHASAN

a. Kegiatan Pengabdian

Rangkaian kegiatan penyuluhan PHBS ini dilaksanakan secara tatap muka dan praktek langsung di lapangan SD MUGRES Kampus B ini berlangsung sesuai dengan rencana dan berjalan dengan baik dan lancar serta tepat waktu. Peserta didik juga sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini terlihat dari focus dan komunikatif dalam menyimak narasumber pada saat memberi penyuluhan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan PHBS ini bertujuan untuk memahami pentingnya PHBS melalui cuci tangan dengan benar untuk mencegah penularan covid 19 di masa pandemic ini.

Agar pemahaman dan pemaparan dari narasumber lebih jelas maka dibagikan juga leaflet-leaflet kepada peserta didik

Adapun leaflet – leaflet di gambarkan dibawah ini :



Gambar 1. Leaflet Cuci tangan

Penyuluhan tentang cuci tangan di SD MUGRES Kampus B Gresik



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan PHBS

Praktek lapangan Cuci tangan siswa SD MUGRES Kampus B Gresik



Gambar 3. Praktek cuci tangan

Pada kegiatan acara PHBS ini, juga ada kegiatan pemberian hadiah, dimana hadiah akan diberikan kepada siswa yang bisa menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh pemateri, sehingga siswa terpacu untuk mendengarkan dan menyimak pemaparan pemateri dengan seksama. Pemberian hadiah ini juga merupakan salah satu motivasi dan daya tarik agar peserta didik senantiasa mendengarkan memperhatikan kegiatan ini.



Gambar 5.
Pemberian hadiah bagi yang bisa menjawab pertanyaan



Gambar 5.
Foto bersama dengan Kepala Sekolah SD MUGRES Kampus B Gresik

b. Capaian Kegiatan Pengabdian MUGRES

Capaian kegiatan penyuluhan PHBS yang dilaksanakan pada peserta didik SD Kampus B Gresik antara lain :

1. Adanya respon positif yang dilihat dari antusias peserta didik dalam mendengarkan penyuluhan serta praktek langsung. Disamping itu hasil dari penyebaran angket kuesioner yang dibagikan ke peserta didik kelas 5 (lima) dan 6 (enam) sebanyak 60 lembar, dengan pertanyaan –pertanyaan sebagai berikut :

**KKN UNIVERSITAS GRESIK TAHUN 2022
(Kelompok 011 Desa Pulo Pancikan)**

Nama : _____

Kelas : _____

Kegiatan : Penyuluhan Cuci Tangan di SD MUGRES Kampus B Gresik

1. Apakah adik-adik senang dengan kegiatan cuci tangan pada hari ini ?
2. Apakah adik-adik ingin diadakan kegiatan seperti ini ?

Gambar 6. Angket evaluasi

Maksud dan tujuan dari penyebaran angket ini, adalah untuk mengetahui respon dari peserta didik dalam kegiatan ini.

Adapun rekapitulasi hasil penyebaran kuesioner ini dapat dipaparkan pada tabel dibawah ini :

**Tabel 1.
Rekapitulasi hasil penyebaran Kuesioner**

No	Pertanyaan	Hasil Jawaban			
		Senang sekali	Senang	Tidak senang	Tidak menjawab
1.	Apakah adik-adik senang dengan kegiatan cuci tangan pada hari ini ?	16	30	11	3
2.	Apakah adik-adik ingin diadakan kegiatan seperti ini ?	Mau	Tidak mau	Tidak Mau karena lulus	Tidak Menjawab
		48	1	8	3

Berdasarkan tabel.1 diatas menunjukkan bahwa peserta didik sangat senang dengan adanya penyuluhan ini terlihat dari lebih dari 50% peserta didik yang menjawab

senang dan senang sekali pada pertanyaan nomer 1 yaitu “Apakah adik-adik senang dengan kegiatan cuci tangan pada hari ini ? “

Sedangkan pada pertanyaan nomer 2 yaitu “ Apakah adik-adik ingin diadakan kegiatan seperti ini ?” menunjukkan bahwa peserta didik senang dan mau apabila diadakan lagi kegiatan Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat sehingga menambah wawasan dalam ilmu kesehatan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat diambil kesimpulan pada program kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan covid 19 antara lain 1) Tingginya kesadaran dari peserta didik dalam mengikuti kegiatan PHBS ini untuk pencegahan penularan covid-19, terlihat dari banyak peserta didik dengan tekun mendengarkan paparan dari pemateri, 2) tingginya motivasi dari peserta didik untuk keberlanjutan dari kegiatan ini terlihat dari hasil kuesioner yang dibagikan yang ditunjukkan dengan separuh lebih peserta didik menjawab “ mau” pada pertanyaan nomer 2. 3) Terjalannya kerjasama yang baik antara pihak sekolah sebagai mitra kerjasama KKN dengan mahasiswa KKN Universitas Gresik dengan adanya penyediaan sarana dan prasarana dari pihak sekolah pada kegiatan penyuluhan ini, juga sambutan dari para guru dan pimpinan sekolah.

5. SARAN

Berdasarkan uraian diatas dan juga manfaat dari kegiatan penyuluhan PHBS ini, maka dapat dihimpun saran-saran sebagai berikut : 1) diadakannya kegiatan PHBS ini lebih kontinu dan berkesinambungan agar peserta didik memahami pentingnya hidup sehat, 2) adanya penyuluhan-penyuluhan PHBS lainnya demi kesadaran hidup bersih dan sehat dalam menghadapi pandemic covid 19 ini.

DAFTAR PUSTAKA

Darmalaksana, Wahyudin, R Yuli Ahmad Hambali, and Ali Masrur. (2020). “Analisis Pembelajaran Online Masa WFH Pandemic Covid-19 sebagai Tantangan Pemimpin Digital Abad 2,” 12

- Julianti, Ratna. (2018). "Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah". *Jurnal Ilmiah Potensial*. Vol. 3. (1).
- Kementrian Kesehatan RI. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*, Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2005). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Mardhiati, Retno. (2019). " Guru Paud : Pendidikan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Anak Usia Dini" 2 (3): 9.
- AKSIOLOGIYA : *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3 (1): 50. "Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)di TK Kecamatan Candi Sidoarjo." <https://doi.org/10.30651/aks.v3i1.1480>.
- Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* 6 (3): 264. "Pelaksanaan Perilaku Sehat Pada Anak Usia Dini Di Paud Purwomukti Desa Batur Kecamatan Getasan." <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p264-272>.
- Wong, G. L. H., Wong, V. W. S., Thompson, A., Jia, J., Hou, J., Lesmana, C. R. A., Susilo, A., Tanaka, Y., Chan, W. K., Gane, E., Ong-Go, A. K., Lim, S. G., Ahn, S. H., Yu, M. L., Piratvisuth, T., & Chan, H. L. Y. (2020). Management of patients with liver derangement during the COVID-19 pandemic: An Asia- Pacific position statement. *The Lancet Gastroenterology and Hepatology*, 5(8), 776–787. [https://doi.org/10.1016/S2468-1253\(20\)30190-4](https://doi.org/10.1016/S2468-1253(20)30190-4)
- Ikeu Nurhidayah, Lisfa Asifah, Udin Rosidin, Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar *jurnal. unmuhjember.ac.id / index.php/TIJHS/article/view/4864*