

## **SOSIALISASI DAN PENERAPAN PRILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PENYEBARAN VIRUS COVID-19 PADA KARANG TARUNA RW 06 KELURAHAN LIMO - DEPOK**

**Destian Andhani, Ria Rosalia Simangunsong, Yeti Kusmawati, Aldila Rahma Putri, Devi Fitria Wilandari**

Dosen Fakultas Ekonomi, Universitas

Pamulang Email :

[dosen02464@unpam.ac.id](mailto:dosen02464@unpam.ac.id)

### **Abstract**

*The purpose of holding Community Service entitled "Socialization and Implementation of Clean and Healthy Living Behaviors (PHBS) as an Effort to Prevent the Spread of the Covid-19 Virus at Karang Taruna RW 06 Limo - Depok Subdistrict" is an effort to fulfill the obligations of the Tri Dharma of Higher Education, namely Community Service (PKM), which will be implemented. Based on the foregoing, community service activities are carried out by providing socialization as well as implementing clean and healthy living habits (PHBS) as an effort to prevent the spread of the Covid-19 virus which is endemic in Indonesia. The method used in Community Service is in the form of counseling on how to live clean and healthy according to directions from WHO and the Ministry of Health of the Republic of Indonesia. The results of Community Service obtained are in the form of understanding and the desire of the object from PKM to implement a clean and healthy life (PHBS) so that later they can also overcome the spread of the Covid-19 virus.*

*Keywords: Dedication, Clean and Healty Living Habits, Covid-19*

### **Abstrak**

Tujuan dari penyelenggaraan Pengabdian kepada Masyarakat bertajuk "Sosialisasi dan Peneraan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19 Pada Karang Taruna RW 06 Kelurahan Limo – Depok" adalah sebagai upaya pemenuhan kewajiban Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu Pengabdian kepada Masyarakat yang akan dilaksanakan. Berdasarkan hal tersebut diatas maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan sosialisasi juga penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya dalam pecegahan penyebaran virus Covid-19 yang sedang mewabah di Indonesia . Metode yang digunakan dalam Pengabdian kepada Masyarakat berupa penyuluhan tentang cara-cara hidup bersih dan sehat sesuai arahan dari WHO dan juga Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Pengabdian kepada Masyarakat yang diperoleh berupa pemahaman dan keinginan objek dari PKM untuk menerapkan hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga nantinya juga dapat menanggulangi penyebaran virus Covid-19.

**Kata Kunci :** Pengabdian, Perilaku Hiup Bersih Dan Sehat, Covid-19

## PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 melanda Indonesia sejak Maret 2020. Upaya mencegah penyebaran virus dan menanggulangi dampak pandemi bukan hanya merupakan tanggung jawab pemerintah semata, tetapi memerlukan peran serta setiap elemen masyarakat. Apabila setiap warga masyarakat berperan aktif dalam upaya pencegahan, maka pandemi akan berhasil dikendalikan. Para ahli kesehatan menganjurkan penggunaan masker, menjaga jarak saat interaksi sosial, dan rajin mencuci tangan dengan sabun dan air bersih yang mengalir sebagai kunci utama memutus mata rantai penyebaran virus. Hal ini tampak mudah, tetapi pada dasarnya sulit diterapkan secara konsisten di masyarakat karena merupakan sebuah tindakan yang relatif baru dan belum menjadi kebiasaan apalagi perilaku di masyarakat. Pengenalan tindakan baru menjadi kebiasaan dan bahkan menjadi perilaku yang memerlukan waktu dan memerlukan promosi secara berulang-ulang. Padahal, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun merupakan salah satu dari aneka indikator perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang telah diperkenalkan dan dipromosikan oleh pemerintah sejak 2016.

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia menjelaskan bahwa PHBS sendiri adalah kumpulan perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Pada dasarnya perilaku hidup bersih dan sehat merupakan upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur komunikasi dijadikan sebagai media berbagai informasi. Perilaku hidup sehat bersih (PHBS) adalah tindakan yang dilakukan oleh perorangan, kelompok, atau masyarakat yang sesuai dengan norma-norma kesehatan, menolong dirinya

sendiri dan berperan aktif dalam membangun kesehatan untuk memperoleh derajat kesehatan setinggi-tingginya

World Health Organization pada tanggal 31 Desember 2019 memaparkan laporan kasus yang terjadi di negara China tentang Pneumonia yang belum diketahui etiologi atau penyebab dari kejadian tersebut. Secara spesifik, kejadian tersebut terjadi di Kota Wuhan yang terletak di Provinsi Hubei Negara China. Kronologi berikutnya, setelah 7 (tujuh) hari, jenis baru dari Coronavirus diidentifikasi oleh China sebagai penyebab adanya kasus pneumonia baru tersebut. Pada awal tahun 2020 mulai terjadi pandemi global dan menjadi masalah kesehatan di beberapa negara di luar RRC (Tim Kerja Kementerian Kesehatan, 2020). Berdasarkan penelitian Huang, et al (2020) terhadap 41 pasien pertama di Wuhan terdapat 6 orang meninggal (5 orang pasien ICU dan 1 pasien non ICU. Menurut Kemenkes RI (2020) insiden kejadian COVID-19 di Indonesia sejak 30 Desember 2019 sampai 20 April 2020 pukul 17.00 WIB, terdapat 43.749 orang yang diperiksa dengan hasil pemeriksaan yaitu 36.989 orang negatif dan 6.760 kasus konfirmasi positif COVID-19 di 34 Provinsi dan dinyatakan 747 orang sembuh dan 590 orang meninggal dunia.

Di masa pandemi Covid-19, kampanye PHBS pun kembali digaungkan oleh pemerintah pada masyarakat agar diterapkan untuk memutus mata rantai penyebaran virus melalui materi tentang bagaimana sosialisasi dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dapat berguna untuk mencegah Covid-19 serta menghimbau para tokoh masyarakat khususnya adalah karang taruna, di setiap wilayah untuk berperan aktif dalam mengkampanyekan PHBS pada warga masyarakat untuk mencegah penyebaran Covid-19, dan juga berperan dalam upaya penanggulangan dampak pandemi.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka tim Pengabdian Kepada Masyarakat melakukan

penyuluhan dengan judul “**SOSIALISASI DAN PENERAPAN PRILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PENYEBARAN VIRUS COVID-19 PADA KARANG TARUNA RW 06 KELURAHAN LIMO - DEPOK**”.

### **METODE PELAKSANAAN**

Metode yang digunakan pada Pengabdian Kepada Masyarakat ini berupa penyuluhan dan pembinaan. Penyuluhan sendiri dilakukan dengan menyampaikan informasi secara verbal oleh seseorang dengan tujuan membantu sesamanya memberikan pendapat sehingga bisa membuat keputusan yang benar. Adapun mahasiswa Manajemen Universitas Pamulang turut terlibat aktif guna menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman mereka. Kegiatan ini menetapkan target *audiens* adalah pemuda pemudi dari Karang Taruna.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan sosialisasi dan penerapan di Karang Taruna Kelurahan Limo – Depok dengan tema Sosialisasi Dan Penerapan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19 Pada Karang Taruna RW. 06 Kelurahan Limo – Depok. Sosialisasi dan penerapan ini dilakukan pada RW.06 Kelurahan Limo, Kecamatan Sawangan, Kota Depok – Jawa Barat 16515 yang berjumlah 15 peserta.

Kegiatan penyuluhan dan pembinaan ini dimulai dengan sambutan dari ketua pelaksana dan dari pihak karang taruna yaitu Pembina karang taruna selanjutnya perkenalan anggota pengabdian kepada masyarakat dan juga para anggota karang taruna RW.06 Kelurahan Limo - Depok tujuannya untuk membuat suasana lebih akrab. Setelah itu, pemateri menayangkan *slide power point* yang berkaitan dengan materi Sosialisasi Dan Penerapan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai

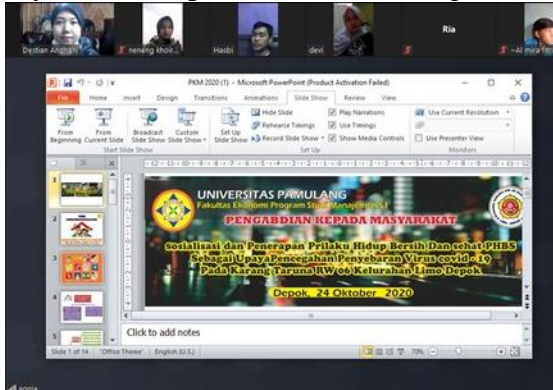
Upaya Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19. Respon dari karang taruna RW.06 sangat baik. Terlihat ketika pemateri menanyakan Penerapan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) ke salah satu anggota karang taruna respon yang diberikan cepat menangkap dan dengan mudah menerima pengetahuan dari materi tersebut.

Alhamdulillah kegiatan sosialisasi dan penerapan prilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan penyebaran virus covid-19 berjalan cukup baik, karena semua peserta sangat merespon dengan baik dalam kegiatan ini. Berdasarkan wawancara, tanya jawab dalam kegiatan tersebut ada beberapa perubahan yang dilihat dari para anggota karang taruna yang mengikuti kegiatan sosialisasi dan penerapan prilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan penyebaran virus covid -19. Dengan pengamatan langsung selama kegiatan berlangsung, kegiatan pengabdian pada masyarakat ini memberikan hasil sebagai berikut :

1. Meningkatkan pengetahuan dan kemampuan individu agar mau dan mampu mengambil tindakan yang dapat meningkatkan dan memelihara kesehatannya
2. Menyiapkan akses terhadap sarana yang diperlukan untuk praktik PHBS baik di tempat tinggal maupun di lingkungan sekitar, sekolah, dan lingkungan kerja
3. Mengidentifikasi kebiasaan keluarga dan masyarakat yang menghalangi mereka dalam mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat
4. Merubah pandangan tentang PHBS dengan melibatkan berbagai tokoh di masyarakat
5. Menyediakan informasi tentang praktik-praktik perilaku PHBS yang tepat

Terdapat beberapa faktor yang mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah besarnya minat dan antusiasme peserta

selama kegiatan, sehingga kegiatan berlangsung dengan lancar dan efektif. Namun dalam pelaksanaannya terdapat juga faktor penghambatnya yaitu keterbatasan waktu sosialisasi dan penerapannya karena hanya melalui aplikasi zoom meeting.



Gambar 1,2,3 : Gambar Penyampaian Materi

**KESIMPULAN DAN SARAN**

**A. Kesimpulan**

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Pamulang yang dilakukan oleh dosen-dosen program studi Manajemen yang dilakukan pada Karang

Taruna RW. 06 Kelurahan Limo – Depok. Sosialisasi dan penerapan ini dilakukan pada RW.06 Kelurahan Limo, Kecamatan Sawangan, Kota Depok – Jawa Barat 16515.

Harapan kami dengan pengabdian ini dapat membuka wawasan dari pada Karang Taruna RW. 06 Kelurahan Limo – Depok Penerapan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19. Materi yang kami berikan yaitu Sosialisasi dan penerapan Penerapan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19 yang akan sangat bermanfaat dalam memberantas penyebaran Virus Covid-19.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau PHBS adalah upaya untuk memperkuat budaya seseorang, kelompok maupun masyarakat agar peduli dan mengutamakan kesehatan untuk mewujudkan kehidupan yang lebih berkualitas. PHBS merupakan perilaku yang harus dipraktikkan secara terus menerus agar menjadi suatu pola kebiasaan, Keterlibatan seluruh anggota keluarga akan menciptakan suasana yang mendukung bagi terbentuknya pola perilaku hidup bersih dan sehat. Anak-anak lebih berpotensi meniru perilaku orang dewasa, daripada melakukan perintah (suara) ataupun instruksi dari orang dewasa. Orang dewasa harus mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat secara terus-menerus (konsisten) dan benar baik saat di rumah maupun di luar rumah. Dengan begitu, maka anak-anak akan mempunyai pola perilaku hidup bersih dan sehat yang akan dipraktikkan sepanjang hidupnya.

**B. Saran**

Mengingat besarnya manfaat kegiatan pengabdian pada masyarakat

1. Mengadakan penyuluhan dan pembinaan serupa pada siswa sekolah lain di Kecamatan yang lain, dengan materi yang sama.

2. Adanya kesinambungan program pasca kegiatan pengabdian ini sehingga masyarakat benar-benar dapat termotivasi untuk mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat
3. Untuk Masyarakat: Menciptakan lingkungan yang lebih bersih dan sehat Perlu sosialisasi lebih besar agar dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat yang baik, Melakukan pemantauan berkala pada lingkungan masyarakat, agar berperilaku bersih dan sehat dengan mengurangi risiko dengan mencuci dengan sabun dan air yang mengalir, kurangi Kontak Langsung (Physical Distancing), dan menjaga Kesehatan Fisik dan Mental untuk mengawasi PHBS di lingkungan

Perilaku Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta. 2003. h. 3

Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2012). Perilaku hidup bersih dan sehat. Yogyakarta. Nuha Medika.

Stadnytskyi V, Bax CE, Bax A, Anfinrud P. The airborne lifetime of small speech droplets and their potential importance in SARS-CoV-2 transmission. Proc Ntl Acad Sci. 2020;117:11875-7.

WHO (2020). *Penyataan Keilmuan : Transmisi SARS-CoV-2: implikasi terhadap kewaspadaan pencegahan infeksi.*

## DAFTAR PUSTAKA

Asadi S, Wexler AS, Cappa CD, Barreda S, Bouvier NM, Ristenpart WD. Aerosol emission and superemission during human speech increase with voice loudness. Sci Rep. 2019;9:2348

Berger, Peter L., dan Thomas Luckman. 1990. *Tafsir Sosial dan Kenyataan.* Jakarta: LP3ES.

<https://tirto.id/protokol-new-normal-kemenkes-untuk-cegah-penularan-corona-covid-19-fCRj>

Kemkes RI (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2269/MENKES/PER/XI/2011 Tentang Pedoman Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat.* Jakarta

Kementerian Kesehatan RI (2020). *PEDOMAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN CORONAVIRUS DISEASE (COVID-19)*

Mac Iver, R. M. & Charles H. 1961. *Society An Introducing Analysis.* London : Macmilan & co ltd.

Notoatmodjo, Soekidjo. Pendidikan dan