

## **PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DALAM MENANGGULANGI PENYEBARAN COVID-19 DI KECAMATAN SUKASARI BANDUNG**

### ***THE IMPLEMENTATION OF CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOR IN TACKLING THE SPREAD OF COVID-19 IN SUKASARI BANDUNG SUB-DISTRICT***

**<sup>1</sup> Mubassiran, <sup>2</sup> Muh. Ibnu Choldun R, <sup>3</sup> Woro Isti Rahayu**

*<sup>1,2</sup>Program Studi D3 Manajemen Informatika, Politeknik Pos Indonesia*

*<sup>3</sup>Program Studi D4 Teknik Informatika, Politeknik Pos Indonesia*

*E-mail : <sup>1</sup> mubassiran@poltekpos.ac.id*

#### **ABSTRAK**

Berdasarkan data yang diperoleh dari Pusat Informasi Covid-19 Kota Bandung hingga 11 April 2020 diperoleh data ODP, PDP, Positif Covid-19 masih menunjukkan grafik peningkatan. Dari data tersebut menunjukkan bahwa tingkat penyebaran virus terus meningkat dan perlu ditanggulangi dengan aksi nyata, cepat dan disiplin. hingga tanggal 12 April 2020 terdapat 2321 ODP, 282 PDP dan 77 kasus Positif dari 4241 kasus positif skala nasional (COVID-19, 2020). Angka-angka ini bisa jadi akan terus meningkat jika kita selaku warga masyarakat kota Bandung mengabaikan himbauan yang telah dikeluarkan oleh pemerintahan kota Bandung. Oleh karena itu penting bagi seluruh lapisan masyarakat kota Bandung untuk mematuhi dan disiplin menjalankan himbauan yang telah disampaikan oleh pemerintah kota Bandung dalam menanggulangi penyebaran covid-19. Kecamatan sukasari merupakan salah satu kecamatan yang memiliki tingkat penyebaran covid -19 rendah. Oleh karena itu kecamatan ini terus melakukan kampanye kepada seluruh masyarakat agar status penyebaran ini terus dipertahankan bahkan kalo bisa bersih dari status PDP. Berdasarkan data yang diperoleh dari pusat Informasi Covid-19 kota Bandung, Kecamatan Sukasari tercatat ODP sebanyak 14 Orang, PDP sebanyak 4 orang dan tidak ada yang terpapar positif. Dalam rangka mempertahankan status ini maka berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintahan kecamatan Sukasari dalam memutus mata rantai penyebaran Covid-19. Kegiatan ini merupakan pengabdian kepada masyarakat yang rutin dilakukan setiap tahun oleh Dosen-dosen di Politeknik Pos Indonesia dalam rangka menjalankan Fungsional dosen yang telah diamanatkan oleh undang-undang. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini dapat memberikan manfaat mutualisme yang saling menguntungkan kedua belah pihak. Selain itu juga kegiatan sosialisasi ini diharapkan dapat memberikan edukasi kepada masyarakat memiliki budaya hidup bersih dan sehat sehingga melahirkan masyarakat yang sehat baik fisik maupun mental secara umum dan secara khusus dapat memutus mata rantai penyebaran Covid-19. Abstrak dalam paragraf justified, Times New Roman, 10 pt, satu spasi, ditulis dalam bahasa Indonesia, satu kolom penuh, maksimum 300 kata, mengandung intisari dari seluruh tulisan mengenai pendahuluan, tujuan, metode, dan hasil penelitian secara singkat.

**Kata Kunci** : PKM, perilaku hidup bersih, Covid 19, Politeknik Pos Indonesia

#### **ABSTRACT**

*Based on data obtained from the Bandung City Covid-19 Information Center until April 11, 2020, data obtained from people under monitoring/ orang dalam pemantauan (ODP), patients under surveillance/pasien dalam pengawasan (PDP), Positive Covid-19 still shows an increasing graph. The data shows that the rate of spread of the virus continues to increase and needs to be addressed with real, fast and disciplined action. as of April 12, 2020, there were 2321 ODP, 282 PDP and 77 Positive cases out of 4241 positive cases on a national scale (COVID-19, 2020). These numbers may continue to increase if we as citizens of the city of Bandung ignore the appeal that has been issued by the Bandung city government. Therefore, it is important for all levels of the city of Bandung to obey and be disciplined in carrying out the appeals that have been conveyed by the Bandung city government in tackling the spread of COVID-19. Sukasari sub-district is one of the sub-districts that has a low rate of Covid-19 spread. Therefore, this sub-district continues to campaign for the entire community so that the status of this distribution can be maintained even if it is free from PDP status. Based on data obtained from the Covid-19 Information Center in the city*

*of Bandung, Sukasari District, there were 14 people with ODP, 4 PDP, and none of them were positively exposed. In order to maintain this status, various efforts have been made by the Sukasari sub-district government in breaking the chain of the spread of Covid-19. This activity is a community service that is routinely carried out every year by lecturers at the Pos Indonesia Polytechnic in order to carry out the lecturer functions that have been mandated by law. It is hoped that this activity can provide mutual benefits that are mutually beneficial to both parties. In addition, this socialization activity is expected to be able to provide education to the community to have a clean and healthy living culture so as to give birth to a healthy community both physically and mentally in general and in particular to be able to break the chain of the spread of COVID-19.*

**Keywords :** *Community Service, clean living behavior, Covid 19, Pos Indonesia Polytechnic*

## **I. PENDAHULUAN**

Pandemi Covid-19 telah mempengaruhi aspek-aspek kemasyarakatan di berbagai negara, termasuk Indonesia (Chairani, 2020). Diperlukan tindakan nyata dari unsur pemerintah, mulai dari tingkah paling bawah dalam menghadapi pandemi ini. Perencanaan maupun kegiatan nyata perlu dilakukan untuk mencegah semakin meluasnya penularan Covid-19 (Wahidah, 2020).

Saat ini kota Bandung sedang berjuang untuk memutus mata rantai penyebaran covid-19. Berdasarkan data yang diperoleh dari Pusat Informasi Covid-19 Kota Bandung hingga 11 April 2020 diperoleh data ODP, PDP, Positif Covid-19 masih menunjukkan grafik peningkatan. Dari data tersebut menunjukkan bahwa tingkat penyebaran virus terus meningkat dan perlu ditanggulangi dengan aksi nyata, cepat dan disiplin. hingga tanggal 12 April 2020 terdapat 2321 ODP, 282 PDP dan 77 kasus Positif dari 4241 kasus positif skala nasional. Angka-angka ini bisa jadi akan terus meningkat jika kita selaku warga masyarakat kota bandung mengabaikan himbauan yang telah dikeluarkan oleh pemerintahan kota bandung. Oleh karena itu penting bagi seluruh lapisan masyarakat kota Bandung untuk mematuhi dan disiplin menjalankan himbauan yang telah disampaikan oleh pemerintah kota bandung dalam menanggulangi penyebaran covid-19. Berbagai bentuk himbauan dan ajakan telah disampaikan secara berjenjang mulai dari Provinsi, lalu Kota, kecamatan hingga kelurahan. Salah satu kecamatan yang menjadi target penganggulangan covid-19 adalah Kecamatan Sukasari. Kecamatan sukasari merupakan salah satu kecamatan yang memiliki tingkat penyebaran covid -19 rendah. Oleh karena itu kecamatan ini terus melakukan kampanye kepada seluruh masyarakat agar status penyebaran ini terus dipertahankan bahkan kalo bisa bersih dari status PDP. Kampanye dilakukan agar kesehatan mental masyarakat tetap terjaga (Ridlo, 2020). Berdasarkan data yang diperoleh dari pusat Informasi Covid-19 kota Bandung, Kecamatan Sukasari

tercatat ODP sebanyak 14 Orang, PDP sebanyak 4 orang dan tidak ada yang terpapar positif. Dalam rangka mempertahankan status ini maka berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintahan kecamatan Sukasari dalam memutus mata rantai penyebaran Covid-19. Diantara usaha yang dilakukan oleh aparat kecamatan adalah kampanye hidup bersih dan sehat. Kampanye ini telah dilakukan akan tetapi karena keterbatasan jumlah aparat sehingga proses kampanye hidup bersih dan sehat masih belum menjangkau seluruh wilayah yang ada dalam ruang lingkup kecamatan Sukasari. Oleh karena itu Politeknik Pos Indonesia terpanggil dalam rangka membantu pemerintah dengan menyumbangkan pemikiran, tenaga dan finansialnya untuk mensosialisasikan perilaku hidup bersih dan sehat dalam menanggulangi penyebaran virus covid-19. Kegiatan ini merupakan pengabdian kepada masyarakat yang rutin dilakukan setiap tahun oleh Dosen-dosen di Politeknik Pos Indonesia dalam rangka menjalankan Fungsi dosen yang telah diamanatkan oleh undang-undang. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini dapat memberikan manfaat mutualisme yang saling menguntungkan kedua belah pihak. Selain itu juga kegiatan sosialisasi ini diharapkan dapat memberikan edukasi kepada masyarakat memiliki budaya hidup bersih dan sehat sehingga melahirkan masyarakat yang sehat baik fisik maupun mental secara umum dan secara khusus dapat memutus mata rantai penyebaran Covid-19.

## **II. METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat merupakan kewajiban tenaga pengajar pendidikan tinggi dan merupakan bagian dari tridharma. Politeknik Pos Indonesia melalui lembaga penelitian dan pengabdian berusaha menjadikan kegiatan ini sebagai kegiatan rutin setiap tahun sebagai media disseminasi pengetahuan kepada masyarakat. Selain dapat memberikan manfaat kepada mitra, kegiatan ini pun mempunyai target dan luaran kegiatan.

Target pengabdian kepada masyarakat yang direncanakan adalah sebagai berikut:

1. Memberikan penjelasan tentang perilaku hidup bersih dan sehat untuk menanggulangi penyebaran Covid-19.
2. Memberikan bantuan berupa Paket sembako, pembersih tangan dan masker untuk digunakan sebagai mestinya.
3. Adanya kerjasama kemitraan dengan kecamatan Sukasari yang memberikan manfaat bagi kedua belah pihak.

Luaran pengabdian kepada masyarakat yang direncanakan adalah sebagai berikut:

1. Dokumentasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Kecamatan Sukasari.
2. Sertifikat bagi peserta dan instruktur pelaksana pengabdian kepada masyarakat.

Kegiatan PKM ini menggunakan metode demonstrasi dan pelatihan kepada warga masyarakat di kecamatan Sukasari. Pemilihan warga masyarakat yang ikut dilakukan dipilih oleh pihak kecamatan. Masyarakat dikumpulkan pada suatu ruangan dengan tim pelaksana untuk memberikan tata cara tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat secara umum dan secara khusus untuk menganggulangi penyebaran Covid-19. Kegiatan ini bertujuan memberikan pengetahuan dan pengalaman secara praktis kepada aparat, warga masyarakat di wilayah Kecamatan Sukasari tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat secara umum dan secara khusus untuk menganggulangi penyebaran Covid-19. Kegiatan ini diawali dengan memberikan bantuan paket sembako dan perlengkapan kesehatan kemudian dilanjutkan dengan melakukan pemaparan materi. Proses diskusi dilakukan selama pemaparan berlangsung guna memperdalam pengetahuan peserta dalam berperilaku hidup bersih dan sehat.

### **III. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Acara dibuka oleh Sekretaris Camat Sukasari Bapak Drs. H. Yayan Heriyana, M.Si. turut hadir Ketua LPMK, perwakilan dari Desa, perwakilan PKK Kecamatan Sukasari, dan beberapa orang dari masyarakat.

Dalam sambutannya, Bapak Yayan Heriyana mengatakan setelah adanya sosialisasi ini diharapkan masyarakat dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari, dengan harapan agar kita dapat merubah perilaku hidup kita menjadi perilaku hidup bersih dan sehat, ungkapnya.

Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) membutuhkan waktu 3-5 tahun, karena masalah kesehatan selalu berkembang dan berubah-ubah sesuai kondisi lingkungan, kondisi masyarakat dan faktor yang masuk dari luar. Untuk membiasakan masyarakat dengan PHBS ini terlebih dahulu diberikan pengetahuan terlebih dahulu. Terlebih dalam suasana pandemi saat ini maka PHBS harus menjadi prioritas bagi seluruh masyarakat.

Lebih lanjut, Bapak Yayan berharap terjadinya perubahan sikap masyarakat yang diwujudkan melalui pelaksanaan PHBS di seluruh bidang meliputi bidang gizi dan farmasi serta bidang kesehatan ibu dan anak. Protokol Kesehatan harus diterapkan secara ketat sehingga penyebaran Covid-19 dapat dikendalikan harapannya bisa memutus rantai penyebaran virus corona.

Selain kegiatan sosialisasi PHBS di lingkungan kecamatan Sukasari, TIM Pengabdian Kepada Masyarakat juga memberikan bantuan sembako kepada masyarakat yang terdampak ekonominya. Bantuan ini diterima langsung oleh sekretaris Camat dan akan langsung disalurkan kepada warga desa yang terkena dampak ekonomi akibat pandemic Covid-19 ini. sebanyak 147 paket disampaikan kepada perwakilan desa yang ada di kecamatan sukasari. Harapannya dengan bantuan ini dapat sedikit meringankan beban hidup masyarakat yang terdampak. Adapun isi paket yang diberikan kepada masyarakat adalah handsanitizer, beras, mie, Vitamin, masker, minyak, gula. Berikut adalah beberapa foto kegiatan yang dilaksanakan pada saat PKM.

Penulisan persamaan matematika harus diberi nomor secara berurutan dan dimulai dengan (1) sampai akhir makalah. Penomoran ini harus ditulis dalam tanda kurung buka dan kurung tutup. Persamaan dituliskan rata kiri dan nomor persamaan dituliskan rata kanan, seperti contoh dibawah. Tambahkan satu spasi kosong di atas dan di bawah persamaan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan data yang diperoleh dari Pusat Informasi Covid-19 Kota Bandung hingga 11 April 2020 diperoleh data ODP, PDP, Positif Covid-19 masih menunjukkan grafik peningkatan. Dari data tersebut menunjukkan bahwa tingkat penyebaran virus terus meningkat dan perlu ditanggulangi dengan aksi nyata, cepat dan disiplin. hingga tanggal 12 April 2020 terdapat 2321 ODP, 282 PDP dan 77 kasus Positif dari 4241 kasus positif skala nasional. Angka-angka ini bisa jadi akan terus meningkat jika kita selaku warga masyarakat kota bandung mengabaikan himbauan yang telah dikeluarkan oleh pemerintahan kota bandung. Oleh karena itu penting bagi seluruh lapisan masyarakat kota Bandung untuk mematuhi dan disiplin menjalankan himbauan yang telah disampaikan oleh pemerintah kota bandung dalam menanggulangi penyebaran Covid-19. Berbagai bentuk himbauan dan ajakan telah disampaikan secara berjenjang mulai dari Provinsi, lalu Kota, kecamatan hingga kelurahan. Salah satu kecamatan yang menjadi target

penganggulan Covid-19 adalah Kecamatan Sukasari. Kecamatan sukasari merupakan salah satu kecamatan yang memiliki tingkat penyebaran Covid -19 rendah. Oleh karena itu kecamatan ini terus melakukan kampanye kepada seluruh masyarakat agar status penyebaran ini terus dipertahankan bahkan kalo bisa bersih dari status PDP. Berdasarkan data yang diperoleh dari pusat Informasi Covid-19 kota Bandung, Kecamatan Sukasari tercatat ODP sebanyak 14 Orang, PDP sebanyak 4 orang dan tidak ada yang terpapar positif.

Sebagai perguruan tinggi yang letaknya berdekatan dengan kecamatan Sukasari kota Bandung, Politeknik Pos Indonesia mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi “Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Menanggulangi Penyebaran Covid-19”. Tahapan-tahapan kegiatan yang dilakukan adalah:

1. Perwakilan masyarakat dikumpulkan di ruangan dengan tetap memperhatikan aturan protokol kesehatan
2. Pemaparan tentang perilaku hidup bersih dan sehat oleh tim Politeknik Pos Indonesia
3. Tanya jawab

## DAFTAR PUSTAKA

Chairani, I. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 dalam Perspektif Gender di Indonesia.

Jurnal Kependudukan Indonesia. *Edisi Khusus Demografi Dan COVID-19*, 39–42.

Ridlo, I. A. (2020). Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 5(2), 155–164.

Wahidah, I. (2020). Pandemi Covid-19: Analisis Perencanaan Pemerintah dan Masyarakat dalam Berbagai Upaya Pencegahan. *Jurnal Manajemen Dan Organisasi (JMO)*, 11(3), 179–188.

Link

\_\_\_\_\_, COVID-19, T. T. (2020, April 12). <https://covid19.bandung.go.id/data>.  
Diambil kembali dari <https://covid19.bandung.go.id>

\_\_\_\_\_, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, No. 2269/Menkes/per/XI/2011 Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Jakarta 2011

\_\_\_\_\_, Kementerian Kesehatan RI, Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (Covid-19), Jakarta Juli 2020

\_\_\_\_\_, Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan COVID-19 dapat di unduh melalui <https://covid19.kemkes.go.id/protokol-covid-19/protokol-kesehatan-bagimasyarakat-di-tempat-dan-fasilitas-umum-dalam-rangka-pencegahan-covid-19>