

## **Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Desa Parakanjaya**

**Ade Saputra Nasution**

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ibn Khaldun

e-mail: [adenasutioners@gmail.com](mailto:adenasutioners@gmail.com)

### **Abstrak**

Protokol kesehatan adalah upaya kesehatan masyarakat yang merujuk pada sejumlah tindakan yang perlu dilakukan dalam rangka promosi kesehatan dan pencegahan penyakit. Dalam masa berakhirnya pandemi saat ini masyarakat masih diwajibkan untuk menerapkan Protokol Kesehatan dalam kehidupan sehari-hari untuk memutus rantai penyebaran penyakit seperti pentingnya menggunakan masker, mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir, membawa *hand sanitizer*, menjaga jarak, makan-makanan bergizi, rajin berolahraga di rumah, tidak bersalaman dulu, gunakan uang elektronik dan setibanya di rumah langsung mandi. Tujuan pengabdian masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terutama para anak-anak dan ibu-ibu terkait pentingnya menerapkan kebiasaan baru dengan disiplin protokol kesehatan dan meningkatkan pengetahuan PHBS. Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat Kampung Salabenda RT 03/03 Didesa Parakanjaya Kecamatan Kemang yang dilakukan yaitu mengedukasi mengenai meningkatkan pengetahuan melalui penyuluhan PHBS dimasa pandemi saat ini. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu anak-anak Kampung Salabenda dapat mempraktekkan PHBS seperti cara mencuci tangan dengan baik dan benar, mematuhi protokol Kesehatan ketika ada kegiatan.

**Kata Kunci:** *Protokol Kesehatan, PHBS, Penyebaran penyakit.*

### **Abstract**

Health protocol is a public health effort that refers to some actions that need to be taken in the context of health promotion and disease prevention. During the current pandemic, people are required to apply the Health Protocol in their daily life to break the chain of the spread of disease, such as the importance of wearing masks, washing hands with soap, and running water, carrying hand sanitizers, maintaining distance, eating nutritious food, diligently exercising. at home, don't shake hands first, use electronic money and when you get home, take a shower. The purpose of community service is to increase knowledge and awareness of the community, especially children and mothers regarding the importance of implementing new habits with the discipline of health protocols and increasing knowledge of PHBS. The method of community service activities in Salabenda Village, RT 03/03 in Parakanjaya Village, Kemang District, which is carried out is educating about increasing PHBS knowledge during the current pandemic. The results of this community service activity are that the Salabenda Village children can practice PHBS such as how to wash their hands properly and correctly and comply with Health protocols when there are activities.

**Kata Kunci:** *Health Protocols, PHBS, Spread of disease.*

## PENDAHULUAN

Penularnya penyakit di dunia dapat menyebabkan keresahan, tidak terkecuali di Indonesia (Aida & Mandang, 2022). Wabah seperti Covid-19 adalah jenis virus baru yang ditemukan sehingga diawal wabah ini banyak korban yang berjatuhannya dikarenakan tidak mengerti dan tidak tahu bagaimana cara menangani virus tersebut (Telaumbanua, 2020). Seiring perkembangan wabah penyakit ke berbagai negara, Pemerintah Indonesia menetapkan aturan protokol Kesehatan (Sari & Agustina, 2023). Aturan protokol ini harus dilaksanakan oleh seluruh masyarakat Indonesia guna menekan wabah penyakit seperti halnya covid-19 (Moudy & Syakurah, 2020).

Aturan yang sudah ditetapkan dengan upaya tata cara dan penjelasan penanganan sudah dilaksanakan dengan baik oleh berbagai pihak pemerintah terutama oleh tenaga Kesehatan yang bekerja dengan keras, namun pada kenyataannya wabah penularan penyakit masih saja terus meluas dan seakan tidak dapat ditangani (Atmadani et al., 2021). Hal ini, dikarenakan kurangnya informasi yang diperoleh oleh masyarakat sehingga membuat masyarakat di berbagai wilayah Indonesia bingung, mengeluh, serta khawatir akibat dari tidak memperoleh pelayanan Kesehatan secara aman, nyaman dan yakin ketika merasa adanya suatu indikasi terjangkit penyakit yang dapat ditularkan (Rusdi et al., 2021).

Menjaga kesehatan supaya tidak terjangkit penyakit yang dapat ditularkan, dimana secara garis besar ada 2 (dua) faktor utama yang dapat mempengaruhi Kesehatan seseorang, yaitu faktor perilaku serta faktor non perilaku (Jaya et al., 2021). Domain dari perilaku adalah pengetahuan, sikap, dan Tindakan (Khariri et al., 2023). Promosi kesehatan atau penyuluhan akan memberikan sebuah pembelajaran guna meningkatkan kemampuan, pengetahuan atau kemauan pada masyarakat baik secara individu, atau kelompok untuk berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Annis & Qur'aniati, 2023). Perilaku seseorang yang berlandaskan dengan pemahaman atau pengetahuan jauh lebih langgeng dibandingkan perilaku tidak berlandaskan pengetahuan (Anggraini & Hasibuan, 2020).

Berdasarkan informasi yang penulis peroleh bahwa 30 dari 47 anak-anak tidak mengetahui pentingnya mencuci tangan dengan menggunakan sabun yang baik dan benar sebagai salah satu cara dalam penanganan seperti halnya Covid-19 maupun penularan penyakit lainnya, hal ini karena kurangnya informasi yang diperoleh oleh anak-anak maupun ibu di Desa Parakan Jaya mengenai protokol Kesehatan. Besarnya dampak yang ditimbulkan serta berpotensi penyebaran kepada orang lain. Sehingga perlu sebuah upaya yang dilakukan guna meningkatkan penerapan protokol Kesehatan di Desa ini dengan langkah utama adalah melakukan penyuluhan guna meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat dalam menjalankan protokol Kesehatan.

## METODE

Pengabdian masyarakat ini beralokasi di Kampung Salabenda RT 03/03 Desa Parakanjaya Kota Bogor. Penerapan pengabdian ini meliputi beberapa tahapan yakni:

Pada tahap persiapan pengabdian terlebih dahulu melakukan survei dan observasi terkait masalah protokol Kesehatan pada lingkungan setempat khususnya pada anak-anak, kemudian menyusun program yang akan dilaksanakan sesuai dengan permasalahan yang ada. Adapun program yang disusun untuk pengabdian ini adalah penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak-anak guna meningkatkan pengetahuan terkait penerapan PHBS dikehidupan sehari-hari dan meraih Kesehatan yang optimal.

Pada tahap selanjutnya memberikan pendidikan Kesehatan atau penyuluhan kepada anak-anak terkait disiplin protokol Kesehatan dalam kebiasaan baru meningkatkan pengetahuan anak-anak tentang PHBS dalam mencegah penularan penyakit menular, memberikan edukasi, berbasis teori serta praktik mencuci tangan yang baik dan benar. Adapun program ini diberikan supaya anak-anak masih dapat menerapkan PHBS walaupun pandemic Covid-19 sudah dikatakan hamper selesai akan tetapi penerapan PHBS berguna untuk mencegah anak-anak dari berbagai macam penularan penyakit yang dapat membahayakan atau dapat berakibat kematian.

Pada tahap akhir dilakukan evaluasi terhadap pengetahuan anak-anak mengenai penerapan PHBS dikehidupan yang sudah bebas dari pandemi, sehingga anak-anak masih dapat menerapkan PHBS guna mencegah dan menjadikan PHBS sebagai kebiasaan yang harus dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap pelaksanaan yang dilakukan pertama adalah edukasi berbasis teori mengenai penerapan PHBS, bagaimana cara-cara untuk mencuci tangan yang baik dan benar, cara menggunakan masker, menggunakan pendekatan persuasif. Jalur komunikasi langsung dilakukan dengan mengumpulkan anak-anak di aula Kampung Salabenda guna memberikan materi terkait PHBS sebagai upaya pencegahan wabah yang dapat menular. Jalur media berbentuk video dan materi, hal tersebut dilakukan agar dapat dipahami.

Edukasi terkait cara mewaspadai dan cara menangani penularan penyakit yang dipaparkan oleh tim kami pengembang seperti: Mencuci tangan dengan 6 langkah, salah satu kasus penularan virus diprediksi terjadi ketika tangan menyentuh permukaan atau benda yang terkontaminasi virus lalu tidak sengaja memegang wajah. Lalu virus tersebut berpindah dari tangan ke hidung atau mulut. Untuk itu, ditekankan kepada seluruh warga agar membiasakan diri agar mencuci tangan dengan sabun atau *handsanitizer* dan sedapat mungkin untuk tidak menyentuh wajah ketika habis menyentuh benda.



Gambar 1. Penyuluhan PHBS

Setelah dilakukannya penyuluhan dan praktik cuci tangan pada anak-anak yang sangat antusias ketika acara berlangsung berdampak pada perubahan pengetahuan anak-anak bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar, serta mencuci tangan setelah melakukan suatu kegiatan dapat mencegah penularan penyakit. Pelaksanaan program pengabdian pada masyarakat ini dapat berjalan dengan lancar dan baik. Pengabdian pada masyarakat ini memfokuskan pada penerapan PHBS guna sebagai salah satu upaya preventif penyebaran penyakit. Penyuluhan PHBS yang telah dilakukan merupakan suatu bentuk kegiatan pengabdian yang meningkatkan pengetahuan, selain itu pengabdian ini juga dapat memberikan suatu keterampilan melalui pendampingan partisipatif sehingga anak-anak dapat menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari secara mandiri.

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini telah dihadiri sebanyak 20 anak-anak Kampung Salabenda RT 03/03 Desa Parakanjaya Kota Bogor. Materi penyuluhan yang diberikan pada anak-anak yaitu sosialisasi mengenai pengenalan gejala serta pencegahan penyakit menular, maupun upaya preventif seperti penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Selama pengabdian ini berlangsung, anak-anak sangat antusias dalam mendengarkan penyuluhan yang diberikan dalam bentuk video maupun presentasi. Anak-anak juga sangat interaktif dalam melakukan diskusi. Pada rangkaian kegiatan pengabdian ini, anak-anak dapat mempraktikkan 6 langkah mencuci tangan dengan menggunakan sabun dan air mengalir.

## SIMPULAN

Berdasarkan pada hasil pembahasan yang telah dijelaskan pada pelaksanaan pengabdian terkait upaya pencegahan penyakit melalui edukasi PHBS, diperoleh bahwa anak-anak Kampung Salabenda, Desa Parakanjaya mendapatkan pengetahuan melalui tahap edukasi berbasis teori dan praktik mengenai cara mencuci tangan dengan baik dan benar. Dari hasil edukasi tersebut,

anak-anak Kampung Salabenda dapat mempraktekkan PHBS seperti cara mencuci tangan dengan baik dan benar, mematuhi protokol Kesehatan ketika ada kegiatan.

Perlu edukasi yang berkesinambungan kepada anak-anak dalam menerapkan protokol Kesehatan dengan melakukan perilaku PHBS guna dapat dilakukan secara mandiri didalam kehidupan sehari-hari guna mencegah penularan penyakit.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aida, Y., & Mandang, F. (2022). Analisis Kuantitatif Mikrobiologi pada Minuman Es Kepal Milo di Beberapa Kedai Minuman di Kelurahan Tikala Kota Manado. *Journal Of Agritech Science (JASc)*, 6(1), 30–35. <https://doi.org/10.30869/jasc.v6i1.904>
- Anggraini, D. T., & Hasibuan, R. (2020). Gambaran Promosi PHBS Dalam Mendukung Gaya Hidup Sehat Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemic Covid-19 Tahun 2020. *Menara Medika*, 3(1), 22–31. <https://doi.org/10.31869/mm.v3i1.2194>
- Annis, A. F., & Qur'aniati, N. (2023). Edukasi PHBS dalam Upaya Pencegahan Diare pada Anak Sekolah di Desa Dander Kecamatan Dander Kabupaten Bojonegoro. *Journal of Community Engagement in Health*, 6(1), 146–153.
- Atmadani, R. N., Yunita, S. L., Hidayati, I. R., Aldila, A. O., & Rizqi, F. D. (2021). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Preventif dalam Memutus Rantai Penyebaran Covid-19 pada kalangan Mahasiswa Baru Farmasi. *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 153. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v4i2.620>
- Jaya, S. T., Wulandari, R. F., & Susiloningtyas, L. (2021). Pendidikan Kesehatan PHBS Kader Kesehatan Era New Normal di Desa Darungan. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 162–166. <http://jceh.org/>
- Khariri, K., Arwanih, E. Y., Amanah, A., Larasati, M. D., Antonjaya, U., Angka, R. N., Handayani, N., Saputro, A. R. A., Saputro, A. R. A., Tuah, A. D., Amanda, C. R., Utami, M. P., Andriany, S. Y., Louisa, M., & Laksono, A. B. (2023). Sosialisasi Pentingnya Perilaku Hidup Bersih Panjuran Kota Cirebon. *GERVASI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 110–124.
- Moudy, J., & Syakurah, R. A. (2020). Pengetahuan terkait usaha pencegahan Coronavirus Disease (COVID-19) di Indonesia. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 4(3), 333–346.
- Rusdi, S. M., Efendi, M. R., Afriyani, A., Putri, L. E., Kamal, S., & Surya, S. (2021). Edukasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Pencegahan Penyebaran Covid-19. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 47–51. <https://doi.org/10.25008/altifani>
- Sari, C. F., & Agustina, D. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Pada Proses Pembelajaran Sejak Dini Usia 9-11 Tahun SD Negeri 101765 Bandar Setia Kec. Percut Sei Tuan. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 281–289.
- Telaumbanua, D. (2020). Urgensi Pembentukan Aturan Terkait Pencegahan Covid-19 di Indonesia. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*,

12(01), 59–70. <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v12i01.290>