



EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM PENCEGAHAN COVID-19 KEPADA KADER POSYANDU MAWAR DESA PALIOI KECAMATAN KINDANG KABUPATEN BULUKUMBA

Anita^{1*}, Risnawaty Alyah², Bambang Ariyanto³

¹Prodi Teknologi Laboratorium Medik, Politeknik Kesehatan Muhammadiyah Makassar

²Teknik Elektro, Fakultas Teknik, Universitas Sawerigading

³Prodi Radiologi, Politeknik Kesehatan Muhammadiyah Makassar

*Email : anitadinar1983@gmail.com

Abstract

The latest threat in the world of global health is an outbreak of a respiratory disease known as Coronavirus Disease 2019 (Covid-19). This disease is transmitted by droplets when talking, coughing and sneezing from an infected person with the Coronavirus, touch or handshake with sufferers and touching the face, mouth and nose by the hands exposed to the Corona virus. Based on the results of a survey conducted by the Community Partnership Program (PKM) team in Palioi Village, Kindang District, Bulukumba Regency, it was found that there was still a lack of awareness and understanding of the community regarding Clean and Healthy Behaviors to prevent Covid-19 transmission. The targets in this Partnership Program activity were Posyandu cadre partners, they are consisting of 6 people. The methods used in the Community Partnership Program (PKM) are lectures, discussions and practice. From the Community Partnership Program (PKM), it can be concluded that Posyandu Mawar cadre partners have increased understanding and awareness in an effort to implement Clean and Healthy Behavior (PHBS) to prevent Covid-19 transmission in households and communities in Palioi Village, Kindang District, Bulukumba Regency.

Key' words: PHBS, Covid-19, Posyandu Mawar

Abstrak

Ancaman terbaru dalam dunia kesehatan global adalah wabah penyakit pernapasan yang diberi nama Coronavirus Disease 2019 (Covid-19). Penyakit ini ditularkan melalui droplet (percikan) pada saat berbicara, batuk, dan bersin dari orang yang terinfeksi virus Corona, sentuhan atau jabat tangan dengan penderita serta menyentuh wajah, mulut, dan hidung oleh tangan yang terpapar virus Corona. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh tim Program Kemitraan Masyarakat (PKM) di Desa Palioi Kecamatan Kindang Kabupaten Bulukumba ditemukan masih minimnya kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk mencegah penularan covid-19. Sasaran dalam kegiatan Program Kemitraan ini adalah mitra kader Posyandu Mawar yang terdiri dari 6 orang. Metode yang digunakan dalam Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini adalah ceramah, diskusi dan praktek. Dari Program Kemitraan Masyarakat (PKM) dapat diperoleh kesimpulan bahwa mitra kader Posyandu Mawar mengalami peningkatan pemahaman dan kesadaran dalam upaya menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) untuk mencegah penularan covid-19 di tatanan rumah tangga dan masyarakat Desa Palioi Kecamatan Kindang Kabupaten Bulukumba.

Kata kunci: PHBS, Covid-19, Posyandu Mawar

1. PENDAHULUAN

Ancaman terbaru dalam dunia kesehatan global adalah wabah penyakit pernapasan yang diberi nama Coronavirus Disease 2019 (Covid-19). Wabah Covid-19 mulai muncul pada bulan Desember 2019 dan menimbulkan tantangan penting bagi kesehatan masyarakat, penelitian, dan komunitas medis¹.

Penyakit ini ditularkan melalui droplet (percikan) ketika berbicara, batuk, dan bersin dari orang yang terinfeksi virus Corona. Selain itu penyakit ini dapat ditularkan melalui sentuhan atau jabat tangan dengan penderita serta menyentuh wajah, mulut, dan hidung oleh tangan yang terpapar virus Corona².

Juru Bicara (Jubir) Gugus Tugas Covid-19 Kabupaten Bulukumba, H M Daud Kahal menyatakan bahwa pasien positif Covid-19 di Kabupaten Bulukumba, Sulawesi Selatan sudah mencapai 99 orang sedangkan pada tanggal 25 Juni 2020 terkonfirmasi terjadi penambahan pasien positif sebanyak 25 orang³.

Sementara berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh tim Program Kemitraan Masyarakat (PKM) di Desa Palioi Kecamatan Kindang Kabupaten Bulukumba ditemukan masalah masih minimnya kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai perilaku hidup bersih dan sehat untuk mencegah penularan covid-19.

Untuk menekan laju pertambahan kasus covid-19 *World Health Organization* (WHO) pada tanggal 9 Juli 2020, *World Health Organization* (WHO) menerbitkan rekomendasi-rekomendasi penting mengenai prinsip perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk mencegah penularan covid-19. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat⁴.

Adapun rekomendasi *World Health Organization* (WHO) yang dimaksud adalah menggunakan masker kain di tempat-tempat umum di mana terdapat transmisi komunitas, menjaga jarak fisik dan penerapan langkah-langkah pencegahan lainnya, menghindari tempat-tempat dengan kerumunan dan tempat tertutup dengan ventilasi buruk, memastikan ventilasi lingkungan yang baik di seluruh tempat tertutup, dan memastikan pembersihan dan disinfeksi lingkungan yang layak⁵.

Oleh karena itu yang menjadi sasaran mitra dari tim Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini adalah kader Posyandu Mawar Desa Palioi Kecamatan Kindang, Kabupaten Bulukumba berupa penyuluhan Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS).

2. SOLUSI DAN TARGET LUARAN

Akibat minimnya kesadaran dan pemahaman masyarakat desa Palioi mengenai penularan Covid-19 maka penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bagian program yang direncanakan oleh tim Program Kemitraan Masyarakat (PKM) dengan sasaran adalah mitra kader Posyandu Mawar yang terdiri dari 6 orang. Alasan dipilihnya mitra kader Posyandu Mawar karena materi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu program kader dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat di Desa Palioi melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu – individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat.

Target luaran dari kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini yang utama adalah terciptanya kesadaran kader Posyandu Mawar dan masyarakat terhadap kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menerapkan perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan untuk mencegah penularan covid-19.

3. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan oleh tim Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini yaitu:

1. Ceramah, metode ini digunakan fasilitator pada saat menyampaikan materi secara verbal atau tertulis. Pada pelaksanaan penyuluhan metode ini cenderung digunakan pada saat awal kegiatan.
2. Diskusi, penggunaan metode ini membutuhkan adanya partisipasi peserta penyuluhan untuk saling bertukar informasi secara lisan dan berhadapan. Tujuan dari penggunaan metode ini adalah agar peserta penyuluhan memahami lebih mendalam materi yang diberikan.
3. Praktek, digunakan dalam kegiatan penyuluhan dengan tujuan memberikan pengalaman langsung kepada peserta. Metode ini digunakan dalam penyuluhan setelah pemberian materi

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penulanan Covid -19 dapat ditekan ketika masyarakat memahami pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara tertib dan berkesinambungan. Beberapa perilaku dapat dilakukan oleh masyarakat dalam upaya pencegahan penyebaran virus Covid-19 adalah dengan sering mencuci tangan dengan sabun, menggunakan masker, dan menjaga jarak, sesuai yang direkomendasikan oleh *World Health Organization* (WHO).

Salah satu langkah untuk mencegah penyebaran virus Corona adalah dengan cuci tangan sebelum makan maupun melakukan aktivitas apapun menggunakan sabun dan air mengalir selama 20 detik. Sabun maupun cairan pencuci tangan yang mengandung alkohol sebesar 70% serta tata cara mencuci tangan yang benar akan mengurangi individu dari paparan dari virus Corona, kuman dan bakteri. Hal ini sesuai dengan penelitian Umar (2008) menyatakan bahwa terdapat perilaku cuci tangan berpengaruh terhadap kejadian infeksi kecacingan. Tujuan cuci tangan adalah menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit dan secara bermakna mengurangi konsentrasi mikroorganisme penyebab penyakit seperti virus, bakteri dan parasit lainnya pada kedua tangan. Mencuci tangan dengan menggunakan air dan sabun dapat lebih efektif membersihkan kotoran dan telur cacing yang menempel pada permukaan kulit, kuku dan jari-jari⁸



Gambar 1. Materi Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)

Selain kebersihan diri, kebersihan rumah juga perlu dijaga sesuai dengan protokol isolasi mandiri yang dikeluarkan oleh pemerintah. Hal ini sangat penting dilakukan sebagai upaya untuk mengurangi risiko penularan virus Corona, terutama jika terdapat penghuni rumah yang sedang menjalani isolasi mandiri karena virus Corona dapat bertahan hidup selama berjam-jam bahkan berhari-hari di permukaan suatu benda. Oleh karena itu, untuk mencegah infeksi virus Corona, perlu membersihkan rumah secara menyeluruh⁸.

Dalam masa pandemi penggunaan masker sangat penting diperhatikan. Saat ini, menggunakan masker disarankan bagi orang yang bepergian untuk mengantisipasi penularan virus Corona. Virus ini terdapat pada percikan air liur orang yang sakit ketika bersin, batuk, atau bahkan saat berbicara. Penularan terjadi ketika percikan air liur terhirup orang lain yang ada di sekitar. Hal ini sesuai dengan penelitian Zamahsyahri (2013)⁷ menyatakan bahwa tindakan pemakaian masker mempunyai hubungan yang signifikan dengan gangguan fungsi paru. Seperti halnya dengan penyakit Covid 19 yang menyerang paru-paru, masker pun juga memiliki fungsi untuk mencegah penularan penyakit tersebut.



Gambar 2. Tim Program Kemitraan Masyarakat (PKM) bersama Kader Posyandu Mawar

World Health Organization (WHO). menyatakan untuk mencegah penularan Covid 19 salah satunya adalah dengan menjaga jarak dengan orang lain sejauh 1 sampai 3 meter, terlebih jika ada orang yang batuk dan bersin. Serupa dengan penularan penyakit TBC penyakit Covid 19 juga ditularkan melalui droplet sehingga menjaga jarak merupakan hal yang penting dalam mencegah penyakit Covid 19⁸.

SIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat Program Kemitraan Masyarakat (PKM) dapat diperoleh kesimpulan bahwa mitra kader Posyandu Mawar mengalami peningkatan pemahaman dan kesadaran dalam upaya menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) untuk mencegah penularan covid-19 di tatanan rumah tangga dan masyarakat Desa Palioi Kecamatan Kindang Kabupaten Bulukumba.

PERSANTUNAN

Penulis menyampaikan apresiasi terdalem kepada KEMENTERIAN RISET DAN TEKNOLOGI/ BADAN RISET DAN INOVASI NASIONAL DEPUTI BIDANG PENGUATAN RISET DAN PENGEMBANGAN yang telah mendanai PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT Tahun2020.Kepada Pimpinan Politeknik Kesehatan Muhammdiyah Makassar dan seluruh civitas akademika Prodi Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Muhammadiyah Makassar yang telah berpartisipasi sehingga kegiatan Program Kemitraan Masyarakat Ini dapat berjalan dengan baik

REFERENSI

- 1.World Health Organization , 2020, *WHO Coronavirus Disease Dahboard*
- 2.Singhal, 2020, *A Review Of Corona Virus-Disease (Covid 2019)*,Department of Pediatrics and Infectious Disease, Kokilaben Dhirubhai Ambani Hospital and Medical Research Institute, Mumbai, India, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/sars-cov-2/>
- 3.<https://makassar.tribunnews.com/2020/06/25/pasien-covid-19-capai-99-orang-bulukumba-bakal-terapkan-psbb>.
4. World Health Organization – Indonesia, 2020, *Ikhtisar Kegiatan 4 Coronavirus Disease 2019 (COVID 2019)*
5. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2011, *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat*, Kemeterian Kesehatan Repbulik Indonesia.
6. Umar, 2008, *Perilaku Cuci Tangan Sebelum Makan dan Kecacingan pada Murid SD di Kabupaten Pesisir Selatan Sumatera Barat*, Petugas Surveilans Epidemiologi Dinas Kesehatan Kabupaten Pesisir Selatan,
7. Zamahsyari,2013, *Hubungan Perilaku Penggunaan Masker Dengan Gangguan Fungsi Paru Pada Pekerja Mebel Di Kelurahan Harapan Jaya, Bandar Lampung*, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Lampung
8. Karunaiwati, *et all*, 2020, *Gambaran Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dalam Pencegahan Penularan Covid-19*, Prodi D III Kebidanan, Poltekkes Karya Husada Yogyakarta.