



MENCIPTAKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI TENGAH COVID-19 TERHADAP MASYARAKAT KAMPUNG MALANG KULON KELURAHAN WONOREJO, KECAMATAN TEGALSARI, SURABAYA

Bella Agustina P

Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail : bellaagustinapertiwi27@gmail.com

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan suatu perilaku dimana seseorang menerapkan perilaku kebersihan dalam kehidupan sehari-harinya dengan memperhatikan tingkat kesehatannya. Hidup sehat merupakan hal yang seharusnya diterapkan oleh setiap orang karena manfaat yang didapat sangat banyak, mulai dari kesehatan jiwa dan raga, kefokuskan dalam mengerjakan sesuatu, kesejahteraan hidup anggota keluarga, hinggaterciptanya suasana yang indah, asri serta damai sehingga membuat lingkungan hidup terasa nyaman. Pelaksana pengabdian masyarakat memiliki misi untuk menjadikan masyarakat Kampung Malang Kulon Kecamatan Tegalsari Kelurahan Wonorejo menyadari akan pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat melalui beberapa program kerja terkait dengan PHBS. Beberapa kegiatan yang dilakukan yaitu penyuluhan cara mencuci tangan dengan tepat dan menggunakan masker saat berpergian yang dilakukan di Kampung Malang Kulon Kelurahan Wonorejo Kecamatan Tegal sari mengingat masih rendahnya kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan. Hasilnya, melalui beberapa kegiatan di atas mampu menyadarkan masyarakat akan pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta dapat memberi pengetahuan kepada masyarakat terkait bagaimana menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara tepat.

Kata Kunci : Covid-19, PHBS

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalan komunikasi, memberikan informasi, dan melakukan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan serta sikap dan perilaku, melalui pendekatan pimpinan (advokasi), bina suasana (social support), serta pemberdayaan masyarakat (empowerman) sebagai suatu upaya untuk membantu masyarakat untuk mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dalam tatanan masing-masing agar dapat menerapkan cara- cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan Kesehatan. (Notoatmojo, 2007).

Menurut Razi dkk (2020), perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk pencegahan virus COVID-19 dapat berupa cara mencuci tangan yang baik dan benar, cara menerapkan etika batuk, cara melakukan Physical Distancing (menjaga jarak fisik), dan cara menjaga kebersihan diri.

Dengan menerapkan perilaku hidup sehat sebenarnya sangatlah mudah serta murah, dibandingkan harus mengeluarkan biaya untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan. Hidup sehat merupakan hal yang seharusnya diterapkan oleh setiap orang karena manfaat yang didapat sangat banyak, mulai dari kefokuskan dalam mengerjakan sesuatu, hingga pada kesejahteraan hidup anggota keluarga. Menurut Atikah Proverawati (2021) semua

perilaku kesehatan dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang Kesehatan dan berperan aktif dalam Kesehatan di masyarakat.

Dalam menghadapi wabah Covid-19 ini, perlu adanya perubahan sikap dari setiap orang dalam hal menjaga kesehatan tubuhnya masing-masing. Selain berbagai cara yang dianjurkan untuk mencegah terjadinya penularan Covid-19, mengubah kebiasaan negatif menjadi kebiasaan yang berdampak positif bagi dirinya sendiri sangat membantu dalam meminimalisir penularan wabah penyakit ini. Salah satu metode yang dianjurkan yaitu dengan menerapkan PHBS atau Perilaku Hidup

Bersih dan Sehat. Menurut Kementerian Kesehatan (2015), PHBS merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan oleh kesadaran diri-sendiri, sehingga dapat menularkan kebiasaan yang positif kepada keluarga dan juga lingkungan masyarakat perihail menjaga kesehatan.

Penerapan PHBS sangat dianjurkan kepada seluruh masyarakat di Indonesia meskipun ada atau tidaknya wabah Covid-19. Hal ini dikarenakan menjaga imunitas tubuh sangat penting agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari penyakit. Akan tetapi, masih sangat banyak masyarakat Indonesia yang belum paham akan pentingnya pola hidup yang sehat. Terutama pada masyarakat kalangan anak-anak muda yang masih harus dalam pendampingan. Penerapan PHBS dapat dilakukan dengan melakukan pembiasaan seperti menjaga kebersihan lingkungan, olahraga teratur, dan mengonsumsi makanan bergizi. Pemberdayaan masyarakat dalam upaya penerapan PHBS sangat penting untuk dilakukan, karena langkah awal untuk memulai kebiasaan ini dimulai dari rumah tangga atau keluarga (Natsir, 2019).

Kampung Malang Kulon merupakan salah satu wilayah di Kecamatan Tegalsari, Kelurahan Wonorejo, Kota Surabaya. Kampung Malang Kulon memiliki fasilitas umum seperti posyandu dan lain-lain. Banyak masyarakat Kampung Malang Kulon yang tidak mematuhi protokol Kesehatan. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, Banyak dari masyarakat yang tidak mematuhi protokol Kesehatan seperti memakai masker dan tidak mencuci tangan saat bepergian. Bahkan di Kampung Malang Kulon masih belum menyediakan tempat untuk mencuci tangan. Bahkan anak kecil juga hanya mencuci tangan dengan sembarangan atau tidak sesuai dengan anjuran. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Kampung Malang Kulon masih belum cukup mengetahui penyebaran Virus Covid-19.

Kemudian masalah pembelajaran pada anak-anak juga dilakukan secara daring. Anak-anak hanya mendengarkan penjelasan dari guru tanpa ada bimbingan belajar. Orang tua mereka juga sibuk bekerja sehingga tidak dapat mengawasi anak-anaknya dalam mengeerjakan tugas sehingga anak-anak mengalami kesulitan dalam mengerjakan.

Dengan adanya permasalahan tersebut, mengusung judul “ Menciptakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tengah Covid -19 Terhadap Masyarakat Kampung Malang Kulon Kelurahan Wonorejo, Kecamatan Tegalsari, Surabaya” dengan harapan dapat mengedukasi mengenai pentingnya protokol Kesehatan yang harus dipatuhi dan diterapkan pada proses pembelajaran bagi Kampung Malang Kulon selama masa pandemi ini.

METODE PELAKSANAAN

Rincian Metode Pelaksanaan

1. Analisis Situasi

Analisis situasi merupakan analisa dan pengenalan terhadap lokasi tempat Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat oleh Mahasiswa.



2. Permasalahan

Permasalahan merupakan hasil yang didapatkan dari analisis situasi. Permasalahan ini merupakan masalah yang kini terjadi dialami oleh salah satu konveksi yaitu Kampung Malang Kulon selama masa pandemic Covid-19.

Dari hasil analisis situasi dan permasalahan yang didapatkan mahasiswa terhadap lokasi, maka dapat dihasilkan :

1. Ide
Ide merupakan gagasan dan ide dari mahasiswa dalam mengatasi atau memberikan solusi bagi masyarakat tentang masalah yang dihadapi.
2. Koordinasi
Setelah menemukan ide, mahasiswa melakukan koordinasi dengan mitra dan perangkat desa tentang program kerja kegiatan pengabdian di masyarakat yang akan dilakukan.
3. Persetujuan
Setelah melakukan koordinasi dengan mitra dan perangkat desa, mahasiswa melakukan persetujuan Kegiatan Pengabdian di Masyarakat yang dilengkapi dengan dokumentasi
4. Pelaksanaan
Pelaksanaan merupakan jenis kegiatan pengabdian di masyarakat oleh mahasiswa yang dilakukan di lapangan.
5. Laporan
Laporan merupakan hasil data yang diperoleh mahasiswa dari proses kegiatan pengabdian di masyarakat yang kemudian disusun untuk laporan hasil akhir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan kepada warga Kampung Malang Kulon mengenai cara hidup sehat dan bersih, dengan pelaksanaan sebagai berikut :

1. Tahap observasi
Survei dilakukan untuk melakukan kajian mengenai pola hidup sehat dan bersih di Kampung Malang Kulon. Tingkat pemahaman anak-anak Kampung Malang mengenai pola hidup sehat dan bersih masih kurang. Tingkat pengetahuan mengenai kegiatan sehari-hari mengenai pola hidup bersih dan sehat masih perlu ditingkatkan lagi seperti cara mencuci tangan dengan baik.
2. Tahap pelaksanaan
Tahap pelaksanaan diawali dengan memberikan penyuluhan mengenai cara mencuci tangan dengan baik dan benar. Penyuluhan dilakukan dengan diperlihatkan video mengenai cara mencuci tangan dengan baik dan cara hidup sehat dan bersih.
3. Tahap evaluasi
Pada akhir kegiatan dilakukan evaluasi yang tujuannya untuk mengetahui pemahaman mengenai cara mencuci tangan dengan baik berdasarkan pengetahuan yang telah dipaparkan dari tahap penyuluhan



SIMPULAN

Pengabdian masyarakat di Kampung Malang Kulon Kecamatan Tegalsari Kelurahan Wonorejo yang diselenggarakan sejak 14 Desember 2021 sampai dengan 25 Desember 2021 telah dilaksanakan kegiatan yang terdiri dari :

1. Penyuluhan mengenai PHBS
2. Penyuluhan mengenai cara mencuci tangan dengan baik dan benar

Kegiatan diatas dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran dalam melakukan hidup bersih dan sehat serta mencuci tangan dengan benar sesuai anjuran protokol kesehatan sehingga dapat terhindar dari penularan virus Covid-19. Diharapkan masyarakat di Padukuhan Jowahan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap untuk mencuci tangan dengan langkah-langkah cuci tangan dengan benar, menggunakan air bersih untuk mencegah penyebaran Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Atikah Proverawati (2021). Ferizal Penggagas Inovasi Kampung Cyber PHBS SANDOGI. (2019). (n.p.): CV Jejak (Jejak Publisher).
- Kemkes. 2016. PHBS. <http://promkes.kemkes.go.id/phbs>. Diakses pada 28 Agustus 2020
- Natsir, Muhammad Fajaruiddin. 2019. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo. Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK) LP2M Unhas, Vol 1, 3.
- Notoatmojo, (2007). Pendidikan Dan Promosi Kesehatan. (2021). (n.p.): Media Sains Indonesia.
- Razi F., Yulianty V., Amani, S A., Fauzia J H. (2020). Bunga Rampai COVID-19: Buku Kesehatan Mandiri untuk Sahabat. PD Prokami: Depok
- Maduwinarti, A., Andayani, S., Erni, D., & Putri, P. (n.d.). JHP 17 (Jurnal Hasil Penelitian) STRATEGI PEMASARAN PRODUK UMK DAN PENDAMPINGAN PROSES PRODUKSI DI DESA MINGGIRSARI KECAMATAN KANIGORO KABUPATEN BLITAR. *Januari, 2022*(1), 2579–7980. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jhp17>