

## PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT (PHBS) DENGAN PEMAHAMAN BUKU SAKU EDUKASI DI DESA KEMANGSEN SIDOARJO

Acivrida Mega Charisma<sup>1</sup>, Farida Anwari<sup>2</sup>

Nurhidayah Miftahul Jannah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>STIKES RS Anwar Medika, Sidoarjo, Jawa Timur Indonesia

<sup>1</sup>acie.vrida@gmail.com, <sup>2</sup>faridaanwari@gmail.com,

<sup>3</sup>mjhidayah12@gmail.com

### Abstract

*Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a set of behaviors practiced on the basis of awareness as a result of learning, which enables a person to help himself in the health sector and play an active role in bringing about public health. The people of Kemangsen Village have health problems, namely a lack of insight into the Covid-19 pandemic in the New Normal era where people think that with the enactment of the New Normal there will be no more spread of the Covid-19 virus. This community service activity takes place at RT 04 and RT 05 Kemangsen Village, Balongbendo District, Sidoarjo Regency which was held on 27 July - 7 August 2020. The method of implementation is carried out by providing door to door counseling to the community in accordance with health protocols. The results obtained in the implementation of these activities were in the form of providing questionnaires before and after counseling. Questionnaires were distributed to the public before counseling with the results that 18 (36%) of 50 respondents had attended counseling about the dangers of covid-19, 43 (86%) of 50 respondents already knew the meaning of covid-19, 45 (90%) of 50 respondents had knowing the clinical symptoms of Covid-19, 34 (68%) of 50 respondents already know the term Physical distancing, and 47 (94%) of 50 respondents already know 6 steps on how to wash hands. And after the activity, the results were obtained: 50 (100%) of the 50 respondents attended counseling about the dangers of covid-19, the meaning of covid-19, already knew the clinical symptoms of covid-19, the term Physical distancing, and 6 steps on how to wash hands. Throughout the community, with the PHBS counseling activities, it is hoped that the community can take care of themselves and their surroundings.*

**Keywords:** *Clean and Healthy Living Behavior, Physical Distancing, New Normal, Kemangsen*

### Abstrak

*Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang dapat menolong diri sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Masyarakat Desa Kemangsen memiliki masalah kesehatan yakni kurangnya wawasan akan pandemi covid-19 di era New Normal dimana masyarakat mengira bahwa dengan diberlakukannya New Normal tidak ada lagi penyebaran virus covid-19. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertempat di RT 04 dan RT 05 Desa Kemangsen Kecamatan Balongbendo Kabupaten Sidoarjo yang dilaksanakan pada tanggal 27 Juli – 7 Agustus 2020. Metode pelaksanaan dilakukan*

dengan cara memberikan penyuluhan secara door to door kepada masyarakat sesuai dengan protokol kesehatan. Hasil yang didapat dalam pelaksanaan kegiatan tersebut yakni berupa pemberian kuesioner sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan. Kuisisioner dibagikan ke masyarakat sebelum penyuluhan dengan hasil 18 (36%) dari 50 responden sudah pernah mengikuti penyuluhan mengenai bahaya covid-19, 43 (86%) dari 50 responden sudah mengetahui pengertian covid-19, 45 (90%) dari 50 responden sudah mengetahui gejala klinis covid-19, 34 (68%) dari 50 responden sudah mengetahui istilah Physical distancing, dan 47 (94%) dari 50 responden sudah mengetahui 6 langkah cara cuci tangan. Dan setelah kegiatan didapatkan hasil : 50 (100%) dari 50 responden mengikuti penyuluhan mengenai bahaya covid-19, pengertian covid-19, sudah mengetahui gejala klinis covid-19, istilah Physical distancing, dan 6 langkah cara cuci tangan. Seluruh masyarakat dengan adanya kegiatan penyuluhan PHBS diharapkan masyarakat dapat menjaga diri sendiri dan lingkungan sekitar.

**Kata kunci :** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Physical Distancing, New Normal, Kemangsen

## PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang dapat menolong diri sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Notoatmodjo, 2007). Melalui PHBS diharapkan masyarakat mampu berupaya sebagai pelaku dalam pembangunan kesehatan untuk melakukan pencegahan penyakit (*preventif*), peningkatan kesehatan (*promotif*), penyembuhan penyakit (*kuratif*), dan pemulihan kesehatan (*rehabilitatif*) (Depkes RI, 2010). Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini akan kami laksanakan bersamaan dengan dilaksanakannya program Praktik Pembangunan Kesehatan Masyarakat (PPKM).

Praktik Pembangunan Kesehatan Masyarakat (PPKM) adalah rangkaian kegiatan pelayanan pada masyarakat yang pelaksanaannya berdasarkan sistem pelayanan kesehatan masyarakat dengan menyesuaikan kondisi sasaran masyarakat yang dituju. Kegiatan PPKM dilaksanakan di Desa Kemangsen, Kecamatan BalongBendo, Sidoarjo. Praktik Pembangunan Kesehatan Masyarakat bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemauan hidup sehat bagi setiap penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya dalam PHBS di era *New Normal*. Adapun kegiatan yang akan dilaksanakan pada Praktik Pembangunan Kesehatan Masyarakat adalah penyuluhan mengenai pemahaman buku saku edukasi COVID-19 secara *door to door*.

Desa Kemangsen Kecamatan Balongbendo Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur terpilih sebagai lokasi kegiatan PPKM. Luas Desa Kemangsen 31,4 KM<sup>2</sup> dengan tipologi Desa merupakan dataran rendah. Topografi ketinggian wilayah yakni 10 mpdl di atas permukaan air laut. Berdasarkan data BPS kabupaten Sidoarjo tahun 2017, terjadi curah hujan rata-rata mencapai 842 mm/th, dengan suhu rata-rata 37 C. Suhu minimal wilayah yakni 25<sup>0</sup>C dan suhu maksimal yakni 32<sup>0</sup>C. Secara administratif, Desa Kemangsen terletak di wilayah Kecamatan BalongBendo Kabupaten Sidoarjo dengan posisi dibatasi oleh beberapa wilayah

desa-desa. Pada bagian barat berbatasan dengan Desa Seketi, di sebelah Timur berbatasan dengan kecamatan Krian. Jarak tempuh Desa Kemangsen dari ibu kota kecamatan adalah 4 km, yang dapat ditempuh dengan waktu sekitar 10 menit. Sedangkan jarak tempuh dari ibu kota kabupaten adalah 20 km, yang dapat ditempuh dengan sekitar 1 jam, dan jarak tempuh dari ibukota provinsi adalah 35 km.

Berdasarkan pada pengamatan dan informasi yang didapatkan mahasiswa dari kepala Desa Kemangsen, inti permasalahan utama dari masyarakat Desa Kemangsen yakni kurang disiplinnya masyarakat untuk menerapkan *physical distancing* di era *New Normal* dimana masyarakat mengira bahwa dengan diberlakukannya *New Normal* sudah tidak ada lagi penyebaran virus covid-19. Sehingga dengan diadakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan masyarakat sadar dan mau menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di era *New Normal*.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Kemangsen, Kecamatan Balongbendo, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Mahasiswa yang melaksanakan PPKM fokus di RT 04 dan RT 05 sebagai lokasi intensif pelaksanaan kegiatan tersebut. Kegiatan dilaksanakan selama 2 minggu yakni pada tanggal 27 Juli – 7 Agustus 2020. Metode pelaksanaan kegiatan PPKM tersebut dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan secara *door to door* kepada masyarakat sesuai dengan protokol kesehatan. Untuk dapat melaksanakan metode tersebut perlu adanya langkah-langkah mulai tahap survey awal, identifikasi masalah, analisis kebutuhan, penetapan sasaran, penyusunan program kegiatan, dan perumusan indikator keberhasilan.

Tahap survey awal dimulai dari pemberian surat izin kepada Kepala Desa Kemangsen untuk mengadakan kegiatan. Pencarian informasi tentang masalah kesehatan yang dialami warga dimulai dari Kepala Desa, Ketua RT, Bidan Desa, dan Kader lingkungan di Desa. Tahap selanjutnya yakni identifikasi masalah dimana masalah yang masih belum terselesaikan di Desa Kemangsen adalah kurangnya edukasi mengenai hal – hal yang perlu diterapkan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat di era *New Normal*. Dilanjutkan dengan analisis kebutuhan, dimana yang dibutuhkan untuk menyelesaikan masalah tersebut yakni pengadaan penyuluhan atau sosialisasi dengan sasaran yang dituju yaitu masyarakat di RT 04 dan RT 05 dimana pada saat pandemi berlangsung, terdapat beberapa warga di kedua RT tersebut yang sempat menjadi PDP (Pasien Dalam Pengawasan) yang membuat warga semakin resah.

Tahap berikutnya yakni penyusunan program kegiatan, mengingat pada kondisi yang seperti ini hal yang dapat kami lakukan yaitu dengan melakukan penyuluhan secara *door to door*, dimana pada saat penyuluhan masyarakat kami beri buku edukasi mengenai covid-19 dan mempraktikkan beberapa kegiatan yang dapat mencegah penularan covid-19 seperti 6 langkah cuci tangan. Yang terakhir yaitu perumusan indikator keberhasilan, dimana kami menyebar kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan untuk memantau dan mengetahui seberapa paham masyarakat terhadap materi yang sudah kami sampaikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Desa Kemangsen dengan peserta adalah umum yaitu orang tua, remaja dan anak-anak. Pelaksanaan kegiatan adalah penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat dan pelatihan praktik secara langsung terkait beberapa indikator perilaku hidup bersih seperti 6 langkah cuci tangan. Berikut adalah foto foto kegiatan selama pelaksanaan pengabdian:



Gambar 1. Pengisian kuesioner pretes tentang PHBS di era *New Normal* secara *door to door* kepada masyarakat di RT 04 dan RT 05



Gambar 2. Penyuluhan mengenai PHBS yang perlu diterapkan di era *New Normal* kepada masyarakat di RT 04 dan RT 05

Antusias masyarakat mendengarkan dan mempraktekkan apa yang sudah disampaikan. Materi dapat diterima dengan mudah oleh masyarakat, namun dalam hal pengisian kuesioner terdapat beberapa masyarakat yang tidak bisa membaca dan menulis dikarenakan terdapat masalah pada penglihatannya khususnya para orang tua. Materi penyuluhan yang diberikan sebagian besar merupakan indikator-indikator perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat diterapkan oleh masyarakat di era *New Normal* seperti 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar. Antusias juga ditunjukkan masyarakat dengan melontarkan beberapa pertanyaan kepada kami.

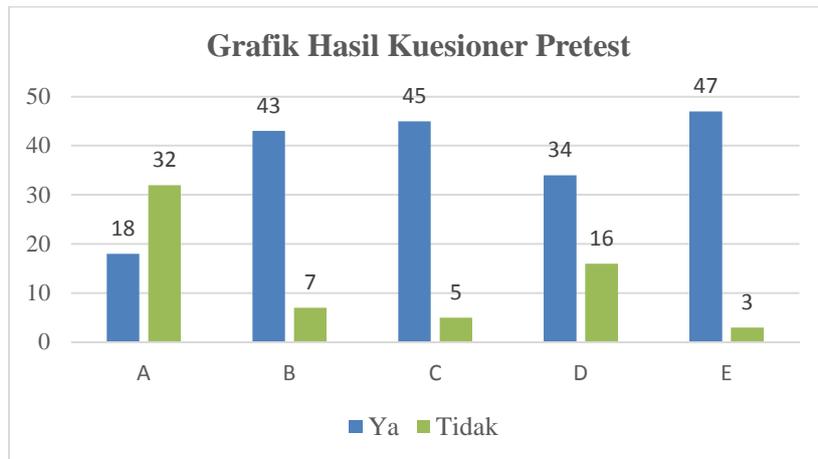


Gambar 3. Pengisian kuesioner postest tentang PHBS di era *New Normal* secara *door to door* kepada masyarakat di RT 04 dan RT 05

Setelah melakukan penyuluhan, kami juga meminta masyarakat untuk kembali mengisi kuesioner posttest untuk mengetahui seberapa paham masyarakat dengan materi yang sudah kami sampaikan, dan didapatkan data sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Yang Diperoleh Dari Pengabdian Masyarakat

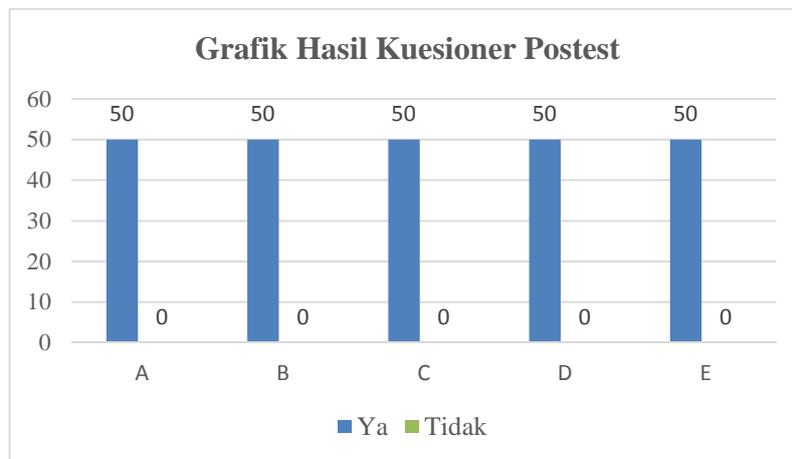
No	Variabel	N (Jumlah)	Presentasi (%)
1.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki – laki	20	40%
	Perempuan	30	60%
	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>
2.	<b>Umur</b>		
	1 – 10 tahun	1	2%
	11 – 20 tahun	3	6%
	21 – 30 tahun	3	6%
	31 – 40 tahun	5	10%
	41 – 50 tahun	16	32%
	51 – 60 tahun	9	18%
	61 – 70 tahun	11	22%
	71 – 80 tahun	1	2%
	81 – 90 tahun	1	2%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	
3.	<b>Riwayat Pendidikan</b>		
	SD	10	20%
	SMP	12	24%
	SMA/ SMK/ STM	27	54%
	Sarjana (S1)	1	2%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	
4.	<b>Pekerjaan</b>		
	Ibu rumah tangga/ tidak bekerja	23	46%
	PNS		
	Karyawan swasta	8	16%
	Petani	15	30%
	Pembersih masjid	1	2%
	Pedagang/ wirausaha	1	2%
<b>Total</b>	<b>2</b>	<b>4%</b>	
	<b>50</b>	<b>100%</b>	



Gambar 4. Grafik Hasil Kuesioner Pretest

Keterangan :

- A. Apakah Saudara pernah mengikuti penyuluhan mengenai bahaya covid-19
- B. Apakah Saudara mengetahui apa itu covid-19 ?
- C. Apakah Saudara mengetahui gejala klinis covid-19 ? Apakah Saudara mengetahui mengenai istilah *Physical Distancing*?
- D. Apakah Saudara mengetahui langkah-langkah mencuci tangan dengan benar ?



Gambar 5. Grafik Hasil Kuesioner Posttest

Keterangan :

- A. Apakah Saudara pernah mengikuti penyuluhan mengenai bahaya covid-19?
- B. Apakah Saudara mengetahui apa itu covid-19 ?
- C. Apakah Saudara mengetahui gejala klinis covid-19 ?
- D. Apakah Saudara mengetahui mengenai istilah *Physical Distancing*?
- E. Apakah Saudara mengetahui langkah-langkah mencuci tangan dengan benar ?

Berdasarkan Tabel 1 diatas, diperoleh jumlah responden sebanyak 50 orang dimana terdiri dari 20 (40%) orang berjenis kelamin laki-laki dan 30 (60%) orang berjenis kelamin perempuan. Kemudian didapatkan variabel berupa data umur yakni sebagai berikut umur 1 – 10 tahun sebanyak 1 (2%) orang, umur 11 – 20

tahun 3 (6%) orang, 21 – 30 tahun 3 (6%) orang, umur 31 - 40 tahun 5 (10%) orang, umur 41 – 50 tahun 16 (32%) orang, umur 51 – 60 tahun 9 (18%) orang, umur 61 – 70 tahun 11 (22%) orang, umur 71 – 80 tahun 1 (2%) orang, dan umur 81 – 90 tahun 1 (2%) orang. Berikutnya didapatkan data berupa riwayat pendidikan terakhir yakni sebagai berikut Sekolah Dasar (SD) sebanyak 10 (20%), Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebanyak 12 (24%), Sekolah Menengah ke Atas sebanyak 27 (54%), dan Sarjana (S1) sebanyak 1 (2%) orang. Kemudian yang terakhir diperoleh data berupa pekerjaan yakni tidak bekerja sebanyak 23 (46%) orang, Pegawai Negeri Sipil sebanyak 8 (16%) orang, karyawan swasta sebanyak 15 (30%) orang, petani sebanyak 1 (2%) orang, pembersih masjid sebanyak 1 (2%) orang, dan wirausaha sebanyak 2 (4%) orang.

Selain didapatkan data identitas responden diatas, kami juga menyebar kuesioner pretes dan postest dimana hasil kuesioner tersebut digunakan parameter keberhasilan kegiatan Praktik Pembangunan Kesehatan Masyarakat (PPKM). Pada Gambar 4. Grafik Hasil Kuesioner Pretest diperoleh data sebagai berikut : sebanyak 18 (36%) dari 50 responden sudah pernah mengikuti penyuluhan mengenai bahaya COVID-19, sebanyak 43 (86%) dari 50 responden sudah mengetahui pengertian COVID-19, sebanyak 45 (90%) dari 50 responden sudah mengetahui gejala klinis COVID-19, sebanyak 34 (68%) dari 50 responden sudah mengetahui istilah *Physical distancing*, dan sebanyak 47 (94%) dari 50 responden sudah mengetahui 6 langkah cara cuci tangan.

Dilihat dari grafik hasil kuesioner pretest didapatkan sebanyak 18 dari 50 responden yang sudah pernah mengikuti penyuluhan, hal tersebut membuktikan bahwa adanya edukasi sangatlah diperlukan bagi masyarakat awam di Desa Kemangsen untuk membantu pemerintah dalam mencegah penyebaran COVID-19. Kemudian untuk hasil kuesioner pretes berupa pengetahuan mengenai pengertian COVID-19, gejala klinis COVID-19, dan 6 langkah cara cuci tangan menunjukkan hasil bahwa rata-rata masyarakat Desa Kemangsen sudah mengetahui. sementara untuk pengetahuan mengenai pengertian dari *Physical distancing* menunjukkan hasil bahwa rata-rata masyarakat Desa Kemangsen belum mengetahui. Menurut (Suliha, 2002) edukasi merupakan proses belajar dari tidak tahu tentang nilai kesehatan menjadi tahu, dengan begitu walaupun masyarakat Desa Kemangsen dapat dikatakan sebagai masyarakat yang pintar berdasarkan hasil kuesioner tersebut. Tapi tidak menutup kemungkinan penyuluhan atau sosialisasi tidak dapat dilaksanakan disana, penyuluhan atau sosialisasi tetap perlu dilaksanakan untuk meluruskan ilmu yang sudah didapat oleh masyarakat untuk mencegah timbulnya kesalahpahaman.

Pada Gambar 5. Grafik Hasil Kuesioner Postest diperoleh data sebagai berikut : sebanyak 50 (100%) dari 50 responden mengikuti penyuluhan mengenai bahaya COVID-19, sebanyak 50 (100%) dari 50 responden sudah mengetahui pengertian COVID-19, sebanyak 50 (100%) dari 50 responden sudah mengetahui gejala klinis COVID-19, sebanyak 50 (100%) dari 50 responden sudah mengetahui istilah *Physical distancing*, dan sebanyak 50 (100%) dari 50 responden sudah mengetahui 6 langkah cara cuci tangan. Jika grafik pada Gambar 2 dan Gambar 3 dibandingkan, menunjukkan adanya peningkatan dimana dapat

dikatakan bahwa peningkatan tersebut merupakan indikator capaian dari kegiatan Praktik Pembangunan Kesehatan Masyarakat (PPKM).

Kegiatan tersebut mendapatkan respon baik dari masyarakat. Mereka sangat antusias dalam mengikuti setiap kegiatan yang dilaksanakan sehingga ketercapaian PHBS dalam pemahaman Buku Saku COVID-19 akan dapat menumbuhkan kesadaran di era new normal (Charisma, et all, 2019).

## **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Kemangsen memberikan informasi kepada masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di era *New Normal* sehingga masyarakat dapat menerapkan pada diri sendiri juga pada lingkungan sekitar.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami ucapkan terima kasih kepada STIKES Rumah Sakit Anwar Medika dan Desa Kemangsen Kecamatan Balongbendo yang telah memberikan waktu untuk melaksanakan pengabdian masyarakat di desa tersebut.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Notoadmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
- [2] Depkes RI. 2010. *Rumah Tangga Sehat Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta : Kemenkes.
- [3] Charisma, A. M., Rachma, A. L., Listiany, E., Fernita, N. F., Puspita, N., Musdalifah, U., & Febriari, W. S. (2019). Praktek Pembangunan Kesehatan Masyarakat (Ppkm) Penyuluhan Dan Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Di Sdn. Mojogeneng Kec. Jatirejo Kab. Mojokerto. *Journal of Science and Social Development*, 2(2), 96-99.
- [4] Suliha, Uha. 2002. *Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan*. Jakarta: EGC