

PENYULUHAN MENJAGA IMAN DAN IMUN DI MASA PANDEMI AGAR SELALU SEHAT DAN KUAT

Bayu Putra Nugroho¹, Dessy Iriani Putri^{2*}

¹Prodi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta,
Cirendeu Ciputat Tangerang Selatan, 15419

²Prodi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cirendeu Ciputat
Tangerang Selatan, 15419

*Email : dessy.irianiputri@umj.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan ini merupakan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Bogor, terhadap sebuah bapak-bapak atau ibu-ibu wabil khusus yang sudah lanjut usia. Penyebaran COVID-19 yang melanda Indonesia secara langsung berdampak negatif terhadap ekonomi warga yang berangsur menurun di Indonesia khususnya di Kota Bogor. Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) level 4 yang dilakukan oleh pemerintah baik pusat maupun daerah secara signifikan mengurangi akses konsumen ke para pelaku usaha mikro tersebut. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam berdakwah melalui media jejaring sosial serta meningkatkan jangkauan produk yang lebih luas. Pengabdian ini dilakukan melalui kegiatan penyuluhan ini banayak arti dan makna menyampaikan kebenaran, baik yang secara nampak atau tidak nampak. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi contoh panutan suri tauladan yang diajarkan Rasulullah SAW.

Kata kunci: Covid-19, Iman, Imun, Pandemi, Penyuluhan

ABSTRACT

This activity is a community service that is carried out in Bogor, to a special elderly man or woman wabil. The spread of COVID-19 that has hit Indonesia has a direct negative impact on the economy of the citizens who are declining in Indonesia, especially in the city of Bogor. The implementation of Community Activity Restrictions (PPKM) level 4 carried out by both central and local governments significantly reduces consumer access to these micro-enterprises. The purpose of this community service is to increase knowledge and skills in preaching through social networking media and increase a wider range of products. This service is carried out through this counseling activity, which has many meanings and meanings in conveying the truth, both visible and invisible. This activity is expected to be an example of a role model taught by the Prophet Muhammad.

Keywords: Counseling, Covid-19, Faith, Immune, Pandemic

1. PENDAHULUAN

Sehat merupakan hak setiap individu agar dapat melakukan segala aktifitas hidup sehari-hari, maka untuk bisa hidup sehat, kita harus memiliki Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Perilaku ini merupakan salah satu perilaku yang di praktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan salah satu perilaku yang dapat kita terapkan di dalam kehidupan sehari-hari seperti pada masyarakat dengan menjaga kesehatannya. Berbicara terkait kesehatan, kesehatan merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi setiap manusia dan salah satu contohnya kesehatan pada anak, bahwa anak merupakan kelompok yang sangat rentan terserang penyakit. Permasalahan kesehatan pada anak terutama pada anak usia dini (usia setelah kelahiran sampai dengan 6 tahun) yang biasanya sangat terkait dengan kebersihan perseorangan dan juga pada lingkungan sekitar.

Mencuci tangan merupakan contoh kecil dari perilaku hidup sehat. Pada umumnya mencuci tangan sudah di terapkan sejak dini kepada anak-anak, baik itu di rumah maupun di sekolah. tetapi pada praktiknya, anak-anak hanya mendengarkan perkataan ortgua atau guru sekolah tanpa mempraktikkannya, padahalnya praktik atau kampanye mencuci tangan sudah banyak di terapkan, salah satu contoh kegiatan mencuci tangan pakai sabun pernah di lakukan oleh Lifebuoy, yakni Kampanye Mencuci Tangan Pakai Sabun Sedunia (HCTPSS) dan kampanye dilakukan oleh Nuvo.

Berdasarkan paradigma sehat ditetapkan visi Indonesia sehat 2010, dimana ada 3 pilar yang perlu mendapatkan perhatian khusus, yaitu lingkungan sehat, perilaku sehat serta pelayanan kesehatan yang bermutu, adil dan merata. Untuk perilaku sehat bentuk kongkritnya yaitu perilaku proaktif memelihara dan meningkatkan kesehatan.

Mitra pada kegiatan ini adalah masyarakat di Puri Hesti Insani. Puri Hesti Insani merupakan hunian sederhana di Cileungsi, Jawa Barat. Wilayah ini menjadi salah satu kawasan dibangunnya perumahan untuk kalangan MBR (masyarakat berpenghasilan rendah) sebagai realisasi proyek Sejuta Rumah yang dicanangkan Pemerintah Indonesia.

Permasalahan yang ada pada mitra salah satunya adalah kurang optimalnya

kesadaran akan melaksanakan protokol kesehatan yang diberlakukan oleh pemerintah. Memang pada dasarnya mitra memiliki aturan untuk tetap memenuhi protokol kesehatan, namun seringkali mereka masih kurang disiplin dalam mentaati peraturan yang mereka buat sendiri. Misalnya, anak-anak dan orangtua di sekitar rumah yang terkadang masih berkerumunan dan tidak menjaga jarak, serta menaruh masker disebareng tempat yang tak yang berisiko terpapar debu, kotoran, atau bahkan virus dan bakteri.

2. METODE

Kegiatan yang dilakukan terdiri dari tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 01-31 Juli 2021. Tahapan persiapan yang dilakukan yaitu koordinasi dengan pembimbing melalui *online* dengan menggunakan aplikasi *zoom meeting*, koordinasi dengan mitra dan membuat surat izin bermitra serta surat pernyataan persetujuan bermitra, serta membuat poster dan menyiapkan alat dan bahan lainnya yang digunakan dalam kegiatan.



Gambar 1. Poster yang Digunakan untuk Penyuluhan

Tahap pelaksanaan dilakukan pada tanggal 28 Juli 2021 dengan metode penyuluhan. Metode penyuluhan ini ditawarkan untuk mengatasi permasalahan yang ada pada daerah mitra. Pada diri sasaran penyuluhan umumnya berlangsung tahapan tahapan, yaitu (1) mengetahui atau menyadari adanya masalah, (2) tertarik untuk ikut mengatasi masalah, (3) peduli terhadap pemecahan masalah dengan mempertimbangkan berbagai alternatif pemecahan masalah, (4) sepekat untuk

memecahkan masalah dengan memilih salah satu alternatif terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Penyuluhan yang dilakukan adalah penyuluhan tata cara mencuci tangan dengan baik dan benar, penyuluhan cara menjaga iman sesuai akidah yang benar, penyuluhan cara menjaga imun agar selalu tetap sehat dan kuat baik dengan cara menjaga pola makan yang bergizi, istirahat yang cukup, dan olahraga yang teratur. Peserta penyuluhan ini adalah para ibu-ibu dan bapak setempat RT 16 RW 15.

Selain metode penyuluhan, metode lain yang dilakukan adalah pendampingan. Pendampingan yang dilakukan adalah praktik mengenakan masker, jaga jarak, serta pembagian poster yang berisikan tentang agama, menjaga jarak, dan mencuci tangan yang benar.

Tahapan terakhir, yaitu pelaporan. Pada tahapan ini yang dilakukan adalah menyusun laporan KKN dan mengevaluasi kegiatan KKN yang telah dilakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta dari penyuluhan dan pendampingan kegiatan ini adalah pada ibu dan bapak, khususnya yang sudah lansia, di RT 16 RW 15 Perumahan, Jl. Puri Hesti Insani No.6, Mampir, Kec. Cileungsi, Bogor, Jawa Barat. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 28 Juli 2021. Saat penyuluhan beberapa aturan yang ditetapkan saat pandemi ini yaitu, (1) Mengenakan pakaian islami, (2) Wajib memakai masker, (3) Menggunakan hand sanitiezer/mencuci tangan, dan (4) Menjaga jarak dan tidak berkerumun ketika melakukan aktivitas.

Materi penyuluhan yang diberikan adalah menjaga iman dan imun di masa pandemi agar selalu sehat dan kuat. Materi pembahasan sebagai berikut:

1. apa yg dimaksud dengan iman?

Jawab:

Kata iman berasal dari bahasa arab, yaitu amana-yu'minu yg artinya percaya atau menerima. Dan secara istilah iman adalah membenarkan dengan hati, mengucapkan dengan lisan, dan melaksanakan dengan anggota tubuh(beramal)

2. orang yang beriman disebut mukmin



Gambar 2. Membagikan Materi Penyuluhan



Gambar 3. Menjelaskan Materi "Menjaga Iman dan Imun di Masa Pandemi"

Setelah kegiatan penyuluhan, kegiatan yang dilakukan selanjutnya adalah pendampingan dengan mencontohkan penggunaan masker yang baik serta menjaga jarak. Mencontohkan penggunaan masker diikuti dengan membagikan masker secara gratis. Para peserta kegiatan terlihat sangat antusias dan senang dengan kegiatan yang dilakukan. Diharapkan setelah kegiatan dan pendampingan ini masyarakat dapat lebih meningkatkan iman, memperhatikan kebersihan, dan berikhtiar dalam menghadapi pandemi ini dengan mengikuti protokol kesehatan yang baik dan benar.



Gambar 4. Memberikan Masker secara Gratis kepada Peserta

4. KESIMPULAN

Pandemi COVID-19 yang terjadi saat ini banyak memberikan dampak terhadap orang-orang sekitar perumahan mitra yang sedang merintis, baik dari ekonomi atau yang lainnya. Maka dari itu perlunya selalu meningkatkan ketakwaan dan keikhlasannya Karena Allah SWT. Dalam usaha pengabdian masyarakat, kami selaku pematari agar selalu banyak bersabar wabilkhusus pada masa pandemic saat ini, yang mana mereka sangat kecewa atas bantuan dari pemerintah yang tak kunjung datang (WaAllahu a'alam)

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada :

1. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta atas fasilitasnya dan penyandang dana lainnya.
2. Dosen Pembimbing Lapangan yaitu Ibu Dessy Iriani Putri, SP, M.Si
3. Dan ketua RT 16 RW 15 Bapak Sugiyono

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, Apriliana Kuntoro. (2016). Pelaksanaan Perilaku Sehat pada Anak Usia Dini di PAUD Purwomukti Desa Batur Kecamatan Getasan. *Jurnal Scholaria*. 6 (3).
- Chamid, Ahmad Abdul. (2016). Penerapan Metode Topsis Untuk Menentukan Prioritas Kondisi Rumah. *Jurnal SIMETRIS*. 7 (2).
- Banun, T.S. 2016. Hubungan antara Pengetahuan PHBS dengan Hidup Bersih dan Sehat siswa SD Tamanan. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. Edisi. 14.