

## OPTIMALISASI PENANGANAN COVID-19 DENGAN MENERAPKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI KOTA DEPOK

Ichwan Arifin<sup>1,\*</sup>, Muhammad Bilal<sup>2</sup>, Muhammad Herlangga Putra<sup>3</sup>, Siti Zahra<sup>4</sup>, Zaky Farhan Riadi<sup>5</sup>, Zikry Zabarullah Rachmat<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Agama Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>2,5,6</sup> Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial & Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>3</sup> Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>4</sup> Ilmu Politik, Fakultas Ilmu Sosial & Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

\*E-mail koresponden: [kkn52umj@gmail.com](mailto:kkn52umj@gmail.com)

### ABSTRAK

Program KKN UMJ Kelompok 52 Domisili Depok merupakan bentuk kerja sama antara dosen dengan mahasiswa. Tujuan program kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) setiap harinya dan pentingnya mematuhi protokol kesehatan di masa pandemik Covid-19. Selain itu, KKN UMJ Kelompok 52 Domisili Depok membuat webinar yang bertemakan "Optimalisasi Penanganan Covid-19 Dengan Menerapkan PHBS di Kota Depok" agar dapat menyadarkan masyarakat akan pentingnya PHBS sebagai salah satu upaya pencegahan dan memutus rantai penyebaran Covid-19.

**Kata kunci:** masyarakat, webinar, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), Covid-19, KKN

### ABSTRACT

*KKN Program UMJ Group 52 Domicile Depok is a form of collaboration between lecturers and students. The purpose of this activity program is to provide education to the public about the importance of maintaining health by implementing clean and healthy living behavior (PHBS) every day and the importance of complying with health protocols during the Covid-19 pandemic. In addition, KKN UMJ Group 52 Domicile Depok held a webinar with the theme "Optimizing the Handling of Covid-19 by Implementing PHBS in Depok City" in order to make the public aware of the importance of PHBS as an effort to prevent and break the chain of the spread of Covid-19.*

**Keywords:** *community, webinars, clean and healthy living behavior (PHBS), Covid-19, KKN*



### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan suatu kebiasaan yang dilakukan atau diterapkan oleh seorang individu secara sadar untuk meningkatkan kesehatan dan mempunyai lingkungan yang sehat. Dalam pasal 1 Undang-Undang No. 23 Tahun 1992 tentang kesehatan dijelaskan bahwa Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari Badan, Jiwa dan Sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Sedangkan menurut WHO Kesehatan yaitu suatu keadaan yang dinamis meliputi secara sosial, rohani dan terbebas dari berbagai penyakit. Seorang individu dapat dikatakan sehat fisiknya apabila orang itu tidak mempunyai gangguan secara klinis. Covid-19 yaitu sekumpulan virus yang menyerang sistem pernafasan pada manusia. Virus ini dapat menyebabkan gangguan pada sistem pernafasan berat hingga berujung pada kematian.



Gambar 3. Cara Mencegah Covid-19



Ikhwan Sodik's screen

Gambar 4. Cara Meningkatkan Imunitas/Kekebalan Tubuh & Menerapkan Etika Batuk



Gambar 5. Perilaku Hidup Sehat dan Bersih

### 4. KESIMPULAN

Dalam hal ini, dikarenakan masih kurangnya penegakan kebijakan yang sudah ada untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap protokol kesehatan. Kami berinisiatif untuk membantu dan meningkatkan wawasan masyarakat Kota Depok dengan memberikan program edukasi melalui webinar yang bertemakan “Optimalisasi Penanganan Covid-19 Dengan Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Kota Depok”.

### 5. UCAPAN TERIMA KASIH

KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta Kelompok 52 Domisili Depok Tahun 2021, mengucapkan terima kasih kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah mengadakan dan memfasilitasi kegiatan KKN UMJ Online 2021 dan mengucapkan terima kasih kepada mitra kami yaitu, Mad Arif selaku Anggota Komisi DPRD Kota Depok dan Ikhwan Sodik, S.Kep., Ners. selaku Tenaga Kesehatan di RS PMI Bogor yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan program KKN berbasis online ini.

### DAFTAR PUSTAKA

Tri, M & Wibowo, P. (2021). Upaya Pencegahan Covid-19 Dengan Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Studi Kasus di Lapas Kelas IIA Lubuklinggau). *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*. Retrieved from <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/2260/1359>