

(PENYULUHAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM MENERAPKAN PHBS DI MASA PANDEMI COVID-19)

Neng Syifa Fauziah Nur'afifah¹

¹Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta

[*nengsyifafn24@gmail.com](mailto:nengsyifafn24@gmail.com)

ABSTRAK

Kesehatan merupakan kondisi yang diharapkan semua orang dimana tubuh berada jauh dari berbagai penyakit dan bisa ditempuh dengan gaya hidup sehat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran baik individu, kelompok ataupun masyarakat. Dimasa pandemi Covid-19 PHBS menjadi kunci utama yang harus dilakukan secara gotong royong agar tercapai kesehatan bersama. Tidak dipungkiri bahwa kesadaran masyarakat terhadap pentingnya PHBS dan ketaatan menerapkan protokol kesehatan belum sepenuhnya dilakukan di lapangan. Oleh karena itu, penyuluhan pemberdayaan masyarakat dalam menerapkan PHBS dimasa pandemi Covid-19 menjadi salah satu upaya kunci agar tercapainya harapan bersama dalam menciptakan lingkungan yang terjaga dalam menerapkan protokol kesehatan yang dilandasi kesadaran disetiap individu.

Kata kunci: Pemberdayaan, PHBS, Covid-19

ABSTRACT

Health is a condition that is expected by everyone where the body is far from various diseases and can be reached with a healthy lifestyle. Clean and Healthy Living Behavior or popularly called PHBS is a collection of behaviors that are practiced on the basis of awareness as a result of learning either individually, in groups or in the community. During the Covid-19 pandemic, PHBS has become the main key that must be carried out in mutual cooperation in order to achieve joint health. It was undeniable that public awareness of the importance of PHBS and adherence to health protocols has not been fully implemented in the field. Therefore, community empowerment counseling in implementing PHBS during the Covid-19 pandemic is one of the key efforts to achieve shared expectations in creating a maintained environment in implementing health protocols that are based on awareness of each individual.

Keywords: Empowerment, PHBS, Covid-19

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dilakukan seseorang untuk selalu memperhatikan kebersihan, kesehatan, dan berperilaku sehat. Pola penerapan hidup bersih dan sehat merupakan bentuk dari perilaku berdasarkan kesadaran sebagai wujud dari pembelajaran agar individu bisa menolong diri sendiri baik pada masalah kesehatan ataupun ikut serta dalam mewujudkan masyarakat yang sehat di lingkungannya. Program penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk dari upaya untuk memberikan pelajaran berupa pengalaman pada tiap individu, anggota keluarga, sekumpulan, maupun pada masyarakat umum. Pelajaran dapat melalui

media komunikasi, pemberian berita, serta adanya pendidikan agar terjadinya peningkatan pada pengetahuan, perubahan sikap, dan perilaku melalui metode pendekatan dari pimpinan, membina suasana, dan juga melakukan gerakan memampukan diri pada kelompok masyarakat (Wati dan Ridlo, 2020).

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 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). Virus covid-19 ini menyerang bagian pernapasan dengan berbagai cara seperti melalui percikan saat orang batuk, bersin atau berbicara, melalui kontak langsung dan juga melalui benda di sekitar kita. Orang-orang yang tertular virus ini biasanya mengalami beberapa gejala seperti batuk dan nyeri tenggorokan, demam dengan suhu tinggi, sesak nafas, dan flu yang disertai hidung tersumbat. Dengan kondisi pandemi

covid-19 ini, penyuluhan pemberdayaan masyarakat dalam menerapkan PHBS sangat membantu masyarakat di Kp. Sukarame Desa Cileuleus Kabupaten Tasikmalaya, karena dengan ini dapat menambah wawasan dalam menerapkan PHBS di masa pandemi covid-19 guna untuk memutus mata rantai covid-19.

Oleh sebab itu seperti yang disampaikan oleh Kementerian Kesehatan, tujuan utama dari Gerakan PHBS yaitu meningkatkan kualitas kesehatan melalui berbagai hal yang menjadi awal kontribusi tiap individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat, terutama dalam menghadapi wabah Covid-19 yang sedang terjadi saat ini.

2. METODE

Metode pelaksanaan program Kuliah Kerja Nyata yang digunakan merupakan kualitatif. Program Kuliah Kerja Nyata yang dilaksanakan yaitu penyuluhan pemberdayaan masyarakat dalam menerapkan PHBS di masa pandemi covid-19 dan program tambahan lainnya. Program ini dilaksanakan secara langsung terjun ke masyarakat dengan cara *door to door*. Program yang dilakukan yaitu penyuluhan pemberdayaan masyarakat dalam menerapkan PHBS di masa pandemi covid-19 dengan memberikan penjelasan cara pola hidup bersih dan sehat di masa pandemi covid-19 ini. Serta membantu mitra dalam menerapkan PHBS di lingkungan masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Keadaan Geografi, Ekonomi, Sosial Budaya, Keagamaan

1) Keadaan Geografi

Desa Cileuleus terletak di sebelah utara Kantor Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya, dengan ketinggian 700 m di atas permukaan laut, tifologi Desa perbukitan, curah hujan bulan September – Februari = 1.600 mm, curah hujan bulan Maret – Agustus = 1.400 mm.

2) Keadaan Ekonomi

Jumlah penduduk di wilayah Desa Cileuleus Kecamatan Cisayong pada umumnya bermata pencaharian pertanian, sehingga perlu dikemukakan komoditas-komoditas yang mendukung sektor pertanian dan perkembangannya agar ke depan dapat memperkuat struktur perekonomian Desa Cileuleus menuju ke arah perekonomian lebih

matang.

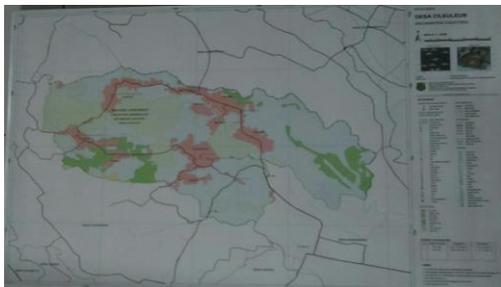
3) Keadaan Sosial Budaya

Keadaan kesehatan, sarana dan tenaga medis terdapat tujuh macam yaitu Puskesmas Pembantu, Polindes, Posyandu, dokter, mantri, perawat dan bidan. Sedangkan pendidikan, sarana dan tenaga pengajar meliputi TK, SDN/Swasta, MD, SMP/Sederajat.

4) Keadaan Keagamaan

Desa Cileuleus dikenal dalam kehidupan masyarakatnya yang religius. Hal ini dapat dilihat banyaknya jumlah masjid enam buah, Mushola lima belas buah dan pesantren satu buah.

B. Denah Desa atau Kecamatan



Gambar 1. Denah Desa Cileuleus

C. Peraturan dan Tata Tertib yang ada di Desa dan Pelaksanaannya

1. Datang tepat waktu sesuai dengan perjanjian kelompok.
2. Mematuhi protokol kesehatan dengan cara selalu menggunakan masker dan membawa *hand sanitizer*.
3. Tidak membuat kegaduhan pada saat kegiatan berlangsung
4. Berpakaian rapi dan sopan
5. Menjaga kebersihan, ketertiban dan keamanan

D. Peserta Kegiatan

Dalam kegiatan KKN ini Mahasiswa KKN yaitu Neng Syifa Fauziah Nur'afifah (2018510178) dan didampingi oleh Bapak RT yaitu Bapak Enjang Sudrajat.

E. Tahapan Kegiatan Bagi Mitra

1. Pembekalan Mahasiswa KKN, dilaksanakan pada tanggal 21 Juni 2021 melalui sarana media *Zoom Meeting*. Dalam pembekalan KKN ini Ibu Tri Yuni Hendrawati selaku ketua LPPM, menyampaikan pembukaan acara dan menjelaskan proses KKN *online*. Lalu di lanjutkan oleh Dr. Lusi Andriyani selaku

ketua panitia KKN, menjelaskan mengenai program-program KKN, teknik penyusunan KKN dan sistematika laporan KKN.

2. Pembukaan KKN Tahun 2021, dilaksanakan pada tanggal 01 Juli 2021 melalui sarana media *Zoom Meeting*. Dalam pembukaan KKN ini di buka langsung oleh rektor UMJ yaitu Dr. Ma'mun Al-Barbasy M.Si. lalu dilanjutkan dengan penyampaian oleh narasumber 1 yaitu pak Dandi, narasumber ke 2 yaitu dari DPPKUKM DKI Jakarta dan narasumber ke 3 yaitu

Prof. Abdul Mu'ti selaku sekretaris PP Muhammadiyah dan BPH UMJ.

3. Pertemuan dan diskusi *online* bersama DPL, dilakukan pada tanggal 24 Juni 2021, 05 Juli 2021, 16 Juli 2021. Kegiatan yang dilaksanakan yaitu memperkenalkan diri bersama DPL, Membahas perkembangan program KKN Kelompok 29, dan DPL menjelaskan poin-poin pada laporan akhir KKN.
4. Pada tanggal 10 Juli 2021, melakukan penyerahan permohonan mitra kegiatan KKN reguler tahun 2021 kepada mitra yaitu Bapak RT 13 Desa Cileuleus dan menyerahkan juga kepada Bapak kepala Desa Cileuleus dan mendiskusikan program yang akan di lakukan.



Gambar 2. Melakukan penyerahan kepada mitra

5. Pada tanggal 12 Juli 2021, melakukan kegiatan penyuluhan tentang Pemberdayaan Masyarakat Dalam Menerapkan PHBS Di Masa Pandemi Covid-19 Di RT 13 Desa Cileuleus Kabupaten Tasikmalaya dan di dampingi oleh Bapak RT.



Gambar 3. Penyuluhan Pemberdayaan Masyarakat Dalam Menerapkan PHBS Di Masa Pandemi Covid-19

6. Pada tanggal 14 Juli 2021, melakukan kegiatan pemasangan spanduk tentang ayo disiplin jalani protokol kesehatan patuhi 5M yaitu memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak, menjauhi kerumunan dan membatasi mobilitas dan di dampingi oleh Bapak RT.



Gambar 4. Melakukan pembuatan spanduk jalani protokol kesehatan patuhi 5M

7. Pada tanggal 15 Juli 2021, melakukan kegiatan wawancara dan pendampingan pembagian langsung tunai (BLT) di Desa Cileuleus kepada masyarakat.



Gambar 5. Melakukan Pembagian Langsung Tunai (BLT)

8. Pada tanggal 19 Juli 2021, melakukan kegiatan pembagian masker kepada ibu-ibu pengajian dan warga masyarakat dan di dampingi oleh Bapak RT
9. Pada tanggal 21 Juli 2021, melakukan kegiatan pendampingan IKM kerajinan tangan (anyaman) dan membagikan masker bagi pekerja kerajinan tangan (anyaman) dan didampingi oleh Bapak RT



Gambar 6. Melakukan pendampingan Kerajinan tangan (anyaman)

10. Pada tanggal 23 Juli 2021, melakukan kegiatan pemasangan cuci tangan dan sabun cuci tangan serta mempraktikkan bagaimana cara cuci tangan yang baik dan benar bersama Bapak RT.
11. Pada tanggal 24 Juli 2021, melakukan kegiatan memberi makan hewan ternak.



Gambar 7. Memberikan makan hewan ternak

12. Penutupan KKN Tahun 2021, dilaksanakan pada tanggal 02 Agustus 2021. Kegiatan pertama yaitu sambutan dari Dr. Tri Yuni Hendrawati M.Si., selaku Ketua LPPM, dan oleh Dr. Ma'mun Murod, M.Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jakarta. Selanjutnya memaparkan testimoni kegiatan KKN oleh DPL dan para mahasiswa peserta KKN. Lalu di akhir kegiatan Ketua KKN dan Ketua LPPM menutup acara kegiatan KKN Tahun 2021 disertai foto bersama.

F. Hasil Evaluasi Kegiatan

Setiap kegiatan selalu memiliki kekurangan dalam pelaksanaannya dan evaluasi menjadi tolak ukur agar ke depannya dapat diperbaiki. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata berbasis Online yang berbarengan dengan Ujian Semester Akhir menjadi salah satu hambatan bagi para peserta KKN dalam melaksanakan kegiatannya. Jadwal yang berbarengan tersebut membuat sulit membagi waktu dan akhirnya beberapa program baru terealisasi pada saat menjelang akhir kegiatan. Terlambatnya dana insentif dari pihak Universitas juga menjadi faktor utama terkendalanya program mahasiswa. Semoga kekurangan yang terjadi dapat menjadi bahan Evaluasi dan bahan acuan untuk perbaikan kedepannya. Begitu juga dikarenakan kondisi Indonesia yang sedang terdampak virus Corona menjadi sebagian kegiatan terhambat.

4. KESIMPULAN

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan wadah bagi mahasiswa untuk mendukung terwujudnya sumber daya manusia yang berkualitas yang merupakan modal utama dalam pembangunan yang harus ditingkatkan agar mempunyai daya saing yang tinggi. KKN ini juga bertujuan memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa dalam menggunakan metode penelitian dan pengabdian masyarakat. Dengan beberapa rincian program kerja kegiatan pengabdian masyarakat ini ataupun juga disebut dengan Kuliah Kerja Nyata memiliki banyak variabel seperti mahasiswa itu sendiri, wilayah, institusi, mitra dan masih banyak lagi.

Kuliah Kerja Nyata yang telah dilakukan di RT 13 RW 03 Desa Cileuleus ini berusaha mengintegrasikan aspek ekonomi dan disiplin ilmu lainnya. Berdasarkan pembahasan di atas maka dapat di tarik kesimpulan yaitu : Kuliah Kerja Nyata (KKN) di RT 13 Desa Cileuleus ini mendapatkan sambutan yang cukup baik dari masyarakat Desa Cileuleus, hal ini terbukti dari antusias masyarakat dalam mengikuti program yang di laksanakan oleh mahasiswa KKN. Kegiatan berupa penyuluhan, penyadaran dan motivasi terhadap masyarakat berjalan dengan lancar. Dengan potensi ekonomi yang dapat di gali di RT 13 RW 03 Desa Cileuleus sebagai potensi dalam bidang pertanian, dimana selain menjadi petani mayoritas kedua adalah yang bermata

pencarian sebagai peternak. Dengan adanya potensi keduanya serta lahan yang memadai di RT 13 Desa Cileuleus ini bisa menjadikan Desa Cileuleus sebagai desa swasembada pertanian dan peternakan.

UCAPAN TERIMAKASIH

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah menyetujui pelaksanaan penelitian sehingga pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik.
2. Dosen Pembimbing Lapangan yang telah membimbing dan membantu sehingga pengabdian ini berjalan dengan lancar.
3. Semua pihak yang telah membantu tim pengabdian selama melaksanakan kegiatan, sehingga dapat selesai sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Natsir, Muhammad Fajaruddin. 2019. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Tengah. *Jurnal Pemberdayaan*, 1 (1), 13-18. DOI: <https://doi.org/10.12928/jp.v1i1.309>
- Wati Ambar Puput Dwi Cahya, Ridlo Ilham Akhsanu. 2020. *Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya*. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education* Vol. 8 No. 1 (2020) 47-58 doi: 10.20473/jpk.V8.11.2020.47-58. 2020. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health of Promotion and Health Education*. Open Access under CC BY-NC-SA License. Received: 23-10-2018, Accepted: 31-12-2018, Published Online: 31-03-2020. Diakses tanggal 25 Agustus 2029 Pukul 13.38 Wita.