

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SEKOLAH PADA MASA ADAPTASI KEBIASAAN BARU (NEW NORMAL)

CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOR IN SCHOOL DURING THE ADAPTATION OF NEW HABITS (NEW NORMAL)

Ayu Rofia Nurfadillah

Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

email : ayu@ung.ac.id

Abstrak

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada dasarnya adalah semua perilaku kesehatan masyarakat yang dilakukan atas kesadaran pribadi. Hal-hal yang diterapkan pada PHBS tergantung dari lingkungannya, misalnya di lingkungan tempat tinggal, sekolah, perkantoran, dan lain-lain. Meski demikian, Kebaruan dalam kegiatan pengabdian ini adalah karena memberikan pemberdayaan kepada siswa secara langsung melalui perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah pada masa adaptasi kebiasaan baru (new normal). Tujuan Kegiatan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang Perilaku hidup bersih dan sehat. Metode pelaksanaan Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk ceramah dengan bantuan power point, diskusi dengan para pelajar dan juga demonstrasi 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar. Pengabdian ini dilaksanakan pada hari senin tanggal 19 Oktober 2020 bertempat di SDN 08 Tilamuta Kabupaten Boalemo. Adapun yang menjadi peserta adalah siswa kelas IV yang berjumlah 15 orang Hasil kegiatan terdapat 35 siswa yang telah dilatih dan diberikan sosialisasi tentang materi PHBS di sekolah yang meliputi pelaksanaan prosedur kesehatan tertentu dengan memberdayakan guru, siswa, serta masyarakat di lingkungan sekolah. Mereka diharapkan melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah dan lingkungan di sekitar sekolah yang sehat pula. Manfaat PHBS di sekolah adalah menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat. Dengan begitu, proses belajar-mengajar akan berjalan lancar, sedangkan kesehatan guru, siswa, maupun masyarakat di sekitar juga tidak terganggu. Kesimpulan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah dapat mencegah penularan penyakit pada masa adaptasi kebiasaan baru.

Kata Kunci : PHBS; Siswa ; New Normal.

Abstract

Clean and healthy living behaviors (PHBS) are basically all public health behaviors carried out on personal awareness. The things applied to PHBS depend on their scope, for example in the residential environment, schools, offices, and others. However, the novelty in this service activity is because it provides empowerment to students directly through clean and healthy living behaviors in schools during the adaptation to new habits (new normal). The purpose of this service activity is to increase students' knowledge and awareness about clean and healthy living behaviors. The method of implementation of this activity is carried out in the form of lectures with the help of power points, discussions with students and also demonstrations of 6 steps of good and correct hand washing. This service was held on Monday, October 19, 2020, at SDN 08 Tilamuta, Boalemo Regency. The participants were class IV students totaling 15 people As a result of the activity, there were 35 students who had been trained and given socialization about PHBS material in schools which included the implementation of certain health procedures by empowering teachers, students, and the community in the school environment. They are expected to carry out a healthy lifestyle to create a healthy school and environment around the school as well. The benefit of PHBS in schools is to create a clean and healthy environment. That way, the teaching and learning process will run smoothly, while the health of teachers, students, and the surrounding

community will also not be disturbed. Conclusion Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in schools can prevent disease transmission during the adaptation to new habits.

Keywords : PHBS; Students ; New Normal.

© 2020 Universitas Negeri Gorontalo
Under the license CC BY-SA 4.0

PENDAHULUAN

Covid-19 adalah penyakit yang disebabkan oleh virus corona, sebuah makhluk sangat kecil berukuran sekitar 125 nanometer namun bisa menyebabkan kematian. Covid-19 ditandai dengan munculnya gejala batuk pilek, flu, demam, gangguan pernapasan, namun ada juga yang tidak nampak/muncul gejalanya, dan dalam kondisi parah bisa menyebabkan gagal napas dan berakhir pada kematian. Penularannya melalui droplets atau percikan batuk atau bersin (1)(2).

Virus dapat berpindah secara langsung melalui percikan batuk atau bersin dan napas orang yang terinfeksi yang kemudian terhirup orang sehat. Virus juga dapat menyebar secara tidak langsung melalui benda-benda yang tercemar virus akibat percikan atau sentuhan tangan yang tercemar virus. Virus bisa tertinggal di permukaan benda-benda dan hidup selama beberapa jam hingga beberapa hari, namun cairan disinfektan dapat membunuhnya (3).

Penyakit ini belum ada obat/vaksinnya dan sudah menjadi pandemi yang menyebabkan banyak kematian di dunia maupun di Indonesia dan sampai saat ini kasusnya masih terus meningkat. Untuk melawan virus hal utama yang perlu kita lakukan adalah melakukan tindakan pencegahan seperti: sering cuci tangan pakai sabun, menerapkan etika batuk/pakai masker, meningkatkan daya tahan tubuh, menjaga jarak dan hindari kerumunan dan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (4).

PHBS pada dasarnya adalah semua perilaku kesehatan masyarakat yang dilakukan atas kesadaran pribadi. Hal-hal yang diterapkan pada PHBS tergantung dari lingkungannya, misalnya di lingkungan tempat tinggal, sekolah, perkantoran, dan lain-lain. Meski demikian, tujuan PHBS secara umum adalah sama, yakni meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Dengan demikian, masyarakat bisa mencegah dan

mengatasi masalah kesehatan tertentu, termasuk pandemi penyakit Covid-19. PHBS di sekolah adalah pelaksanaan prosedur kesehatan tertentu dengan memberdayakan guru, siswa, serta masyarakat di lingkungan sekolah. Mereka diharapkan melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah dan lingkungan di sekitar sekolah yang sehat pula(5)(6).

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sarana pendidikan sudah sejak lama digaungkan oleh pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan. Namun, PHBS di sekolah kini terasa semakin krusial mengingat anak- anak akan segera kembali bersekolah di masa new normal pandemi virus corona (7)(8).

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan memberikan penjelasan dan pemahaman tentang perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah melalui media gambar, poster, ppt dan video. Kegiatan ini dilaksanakan dengan harapan agar para siswa dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara disiplin saat berada di sekolah, untuk menghindari penularan risiko Covid19 disekolah.

Sasaran pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah parasiswa di SDN 08 Tilamuta Kabupaten Boalemo. Jumlah siswa yang ikut dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini sebanyak 15 siswa. Kegiatan pertama diawali dengan mempersiapkan daftar hadir, berita acara, banerdan kelengkapan lainnya untuk pelaksanaan.

Selanjutnya dilakukan perkenalan dan diawali dengan sesi tanya jawab mengenai Covid 19 dan PHBS sebelum kegiatan inti dimulai. Setelah sesi tanya jawab, dan memasuki kegiatan inti yaitu memberikan penjelasan tentang PHBS di Sekolah dengan menggunakan PPT dan video. Diakhir sesi dilakukan demonstrasi mengenai 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar kemudian dilanjutkan dengan tanya jawabkembali untuk melihat apakah peserta mampu memahami mengenai materi yang sudah dijelaskan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan PHBS bagi anak sekolah ini merujuk pada 4 langkah aksi penelitian yaitu : perencanaan, tindakan, obsevasi dan evaluasi, serta refleksi. Tahapan tersebut dijelaskan sebagai berikut :

1. Perencanaan

- a. Pengurusan Surat izin Pengabdian Masyarakat di Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo dan Sekolah Dasar Negeri 08 Tilamuta Kabupaten Boalemo.
- b. Sosialisasi program penyuluhan PHBS di SDN 08 Tilamuta Kabupaten Boalemo yang melibatkan siswa, guru dan tim pelaksana
- c. Penyusunan materi penyuluhan PHBS disekolah

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan dalam kegiatan ini berupa implementasi Program Kegiatan yang dilaksanakan adalah:

- a. Edukasi Program PHBS untuk siswa
- b. Mendemonstrasikan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar
- c. Mendemonstrasikan cara sikat gigi yang baik dan benar

3. Observasi, monitoring dan evaluasi

Observasi dilakukan terhadap proses implementasi kegiatan berdasarkan indikator program PHBS. Dari hasil kegiatan ini didapatkan rata - rata para siswa

memiliki pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan sebelum kegiatan pendidikan kesehatan ini dimulai. Hal ini dilihat dari respon pertanyaan yang diberikan oleh para siswa. Dari 15 siswa yang telah mengikuti kegiatan ini, sebanyak 10 siswa yang merespon pertanyaan dengan baik dan benar.

Kegiatan penyuluhan PHBS berjalan lancar, semua siswa antusias mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan masyarakat ini. Berdasarkan hasil pre test dan pos test, kegiatan ini mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa agar dapat mempraktekkan perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah.

4. Refleksi

Refleksi dilakukan terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui kekurangan - kekurangan atau kelebihan - kelebihan terhadap kegiatan yang telah dilakukan dalam rangka untuk menetapkan rekomendasi terhadap keberlangsungan atau pengembangan kegiatan

berikutnya.

KESIMPULAN

Perilaku hidup bersih dan sehat ini mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa agar dapat mempraktekkan perilaku sehat pada masa New Normal di sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini.

REFERENCES

1. Kementerian Kesehatan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.
2. Notoadmodjo S. Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: PT. Rineka Cipta; 2007.
3. Notoadmodjo S. Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Yogyakarta: Andi Offset; 2010.
4. Tabi'in A. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. J Edukasi AUD. 2020;6(1):58-73.
5. Zukmadini AY, Karyadi B, Kasrina K. Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Covid-19 kepada Anak - Anak di Panti Asuhan. J Pengabdian Magister Pendidik IPA. 2020;3(1):68- 76.
6. Boekosoe L. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga Ditinjau Dari Aspek Pengetahuan Dan Status Ekonomi Masyarakat. J Heal Sci Gorontalo J Heal Sci Community [Internet]. 2018;2(2):241-56. Available from: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/gojhes/issue/view/401>
7. Ladimo MP, Irwan I. MERS-CoV (Middle East Respiratory Syndrome-Corona Virus) menggegerkan dunia timur. J Heal Sci; Gorontalo J Heal Sci community [Internet]. 2020;4(1):18-28. Available from: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/gojhes/article/view/4666>
8. Amalia L, Irwan I, Hiola F. Analisis Gejala Klinis Dan Peningkatan Kekebalan Tubuh Untuk Mencegah Penyakit Covid-19. Jambura J Heal Sci Res [Internet]. 2020;2(2):71-6. Available from: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/article/view/6134/0>