

Pemberdayaan Warga Masyarakat dalam Menerapkan PHBS dimasa Pandemi Covid-19 di Desa Dunggala Kecamatan Tapa Kabupaten Bone Bolango

Meylan Saleh¹, Evi Hasim², Wiwy Trianty Pulukadang³

Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo, Jl. Jend. Sudirman No.6,
Dulalowo Tim., Kota Tengah, Kota Gorontalo, Gorontalo 96128, Indonesia

Email: meylan.saleh@ung.ac.id, evih2015@ung.ac.id,
wiwy_pulukadang@ung.ac.id

Abstrak

Kesehatan merupakan kondisi dimana kita berada jauh atau terbebas dari penyakit. Merupakan suatu yang mahal jika dibandingkan dengan hal-hal yang lain. Mencegah sakit adalah lebih mudah dan murah dari pada mengobati seseorang apabila jatuh sakit. Salah satu cara untuk mencegah hal tersebut adalah dengan bergaya hidup sehat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang di lakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat. Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan prilaku yang dipraktekkan oleh setiap individu dengan kesadaran sendiri untuk meningkatkan kesehatannya dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat.

Kata Kunci: *Pemberdayaan, PHBS, Covid-19*

Abstract

Health is a condition where we are far away or free from disease. It is something that is expensive when compared to other things. It is easier and cheaper to prevent sickness than treating someone when they are sick. One way to prevent this is with a healthy lifestyle. Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a set of behaviors that are practiced on the basis of awareness as a result of learning, which makes a person, family or community able to help themselves (independently) in the health sector and play an active role in realizing public health. PHBS is all health behavior that is carried out with awareness so that family members or families can help themselves in the health sector and play an active role in health activities in the community. Clean and Healthy Lifestyle (PHBS) is a behavior that is practiced by every individual with their own awareness to improve their health and play an active role in creating a healthy environment.

Keywords: *Empowerment, PHBS, Covid-19*

© 2020 Meylan Saleh, Evi Hasim, Wiwy Trianty Pulukadang

Under the license CC BY-SA 4.0

Correspondence author: Meylan Saleh, meylan.saleh@ung.ac.id, Gorontalo, Indonesia

PENDAHULUAN

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 (Wati dan Ridlo, 2020).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kepmenkes RI Nomor 1529/ Menkes/ SK/ X/2010:10).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat harus diterapkan dalam setiap sisi kehidupan manusia kapan saja dan dimana saja. PHBS di rumah tangga/keluarga, institusi kesehatan, tempat-tempat umum, sekolah maupun di tempat kerja karena perilaku merupakan sikap dan tindakan yang akan membentuk kebiasaan sehingga melekat dalam diri seseorang.

Jadi PHBS adalah pengetahuan, sikap dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakatnya.

Kenyataan dilapangan untuk pembiasaan PHBS ini masing sangat kurang. Terutama mengingat sekarang ini kita masi berada pada kondisi lingkungan yang kurang sehat yakni berada pada masa pandemi Covid-19. Khusus Desa Dunggala yang menjadi tempat kegiatan/lokasi kegiatan KKN Covid-19 ini, dimana masyarakatnya belum menerapkan pola PHBS ini. Dimana seperti yang terlihat dilapangan masih ada juga rumah-rumah yang tidak memiliki tempat sampah, tidak menyediakan tempat cuci

tangan, membuang sampah tidak pada tempatnya, pembuatan jamban yang tidak memenuhi syarat PHBS bahkan ada juga yang rumah tidak memiliki MCK. Sehingga kesehariannya harus mengambil air untuk dimasak, untuk mandi dan mencuci harus ke rumah tetangga bahkan mencuci pakaian mereka di sungai. Hal ini sungguh belum sesuai dengan syarat PHBS yang sebenarnya.

Kita juga sering melihat ada Sebagian anak yang mandinya 1x sehari dengan alas an irit air. Bahkan berjalan keluar rumah, bermain anak-anak tersebut tidak menggunakan alas kaki. Kadang kita bisa lihat anak-anak makan tidak lagi mencuci tangan, langsung menyantap makanan yang tersedia, menggunakan pakaian yang kurang bersih. Hal ini sungguh belum sesuai dengan PHBS yang sesbenarnya. Oleh karena itu, kami sebagai dosen pelaksana pengabdian pada masyarakat merasa terpanggil untuk membiasakan pola hidup sehat pada masyarakat desa Dunggala.

Perilaku merupakan respon individu terhadap stimulasi baik yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya. PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. PHBS merupakan salah satu pilar utama dalam Indonesia Sehat dan merupakan salah satu strategi untuk mengurangi beban negara dan masyarakat terhadap pembiayaan kesehatan.

Tujuan PHBS (DepKes RI 1997) adalah meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat agar hidup bersih dan sehat serta masyarakat termasuk swasta dan dunia usaha berperan serta aktif mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) memiliki tujuan yaitu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat agar hidup bersih dan sehat serta masyarakat termasuk swasta dan dunia usaha berperan serta aktif mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

Adapun manfaat daripada pelaksanaan KKN TEMATIK yang merupakan kegiatan pengabdian pada masyarakat yang dilaksanakan oleh dosen sebagai pelaksana kegiatan, adalah :

a) Bagi mahasiswa

Melalui kegiatan KKN Covid-19 ini mahasiswa mampu beradaptasi dengan masyarakat yang ada di desa dunggala kabupaten bone bolango. Selain itu juga mahasiswa bisa menyumbangkan ilmu pengetahuan yang mereka tentang bagaimana seharusnya menerapkan pola PHBS yang sesungguhnya atau yang sesuai syarat Kesehatan di desa dunggala tersebut.

b) Bagi masyarakat Desa Dunggala

1) Melalui kegiatan KKN Covid-19 ini, bersama mahasiswa peserta KKN Covid-19 bisa sama-sama memberdayakan masyarakat dalam menerapkan pola PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga desa kita terutama desa dunggala aman dari berbagai penyakit dan terhindar dari virus Covid-19.

2) Masyarakat Desa Dunggala mengetahui bagaimana menerapkan dan membiasakan pola hidup sehat dengan memperhatikan syarat PHBS terutama dimasa pandemic virus Covid-19 sekarang ini.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah melalui sosialisasi pemberdayaan masyarakat dalam menerapkan pola PHBS sebagai salah satu cara untuk menerapkan kebiasaan hidup bersih terutama dimasa pandemic covid-19 seperti saat ini bagi warga masyarakat khususnya desa Dunggala kecamatan Tapa kabupaten Bone bolango. Kegiatan ini akan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

A. Persiapan dan Pembekalan

Mekanisme persiapan dan pembekalan kegiatan KKN Tematik Covid-19 dapat dirinci sebagai berikut.

1. Survey lokasi KKN Tematik pengabdian pada masyarakat oleh DPL
2. Koordinasi dengan camat/pemerintah setempat oleh DPL
3. Koordinasi dengan Desa tempat mahasiswa tinggal oleh DPL

4. Perekrutan mahasiswa peserta koordinasi dengan LPPM-UNG
5. Pembekalan (*Coaching*) dan pengasuransian mahasiswa
6. Penyiapan sarana dan prasana yang dibutuhkan dalam pelaksanaan kegiatan KKN Tematik-Pengabdian.
7. Pelepasan mahasiswa peserta KKN Tematik Tahap 1 oleh DPL.
8. Pengantaran 34 orang mahasiswa peserta KKN Tematik Tahap 1 ke lokasi.
9. Penyerahan peserta KKN Tematik Tahap 1 ke lokasi oleh DPL ke pemerintah Desa Dunggala Kecamatan Tapa Kabupaten Bone Bolango
10. Monitoring dan evaluasi awal dan pertengahan periode kegiatan KKN Tematik Tahap 1
11. Monitoring dan evaluasi akhir kegiatan KKN Tematik Tahap 1
12. Penarikan mahasiswa peserta KKN Tematik Tahap 1.

B. Uraian Program KKN Tematik

Adapun uraian materi/program persiapan dalam membekali mahasiswa peserta KKN Tematik Pengabdian meliputi :

1. Peran dan fungsi mahasiswa dalam program KKN Tematik Pengabdian.
2. Panduan dan pelaksanaan program KKN Tematik Pengabdian.
3. Materi sosialisasi pemberdayaan masyarakat dalam penerapan PHBS dimasa pandemic Covid-19 sebagai salah satu cara untuk menerapkan hidup sehat
4. Konsep sosialisasi pemberdayaan masyarakat dalam penerapan PHBS yang akan diberikan kepada mahasiswa.
5. Pengenalan model-model kegiatan penerapan PHBS dimasa pandemic Covid-19.
6. Pelaksanaan tahapan kegiatan KKN Tematik Tahap 1 tahun anggaran 2020.
7. Menghidupkan Kembali kelompok kader Kesehatan yang ada di desa dunggala kecamatan tapa kabupaten bone bolango.

8. Pendampingan oleh mahasiswa kepada warga masyarakat desa dunggala dalam menerapkan PHBS yang dimulai dari lingkungan rumah masing-masing.

C. Rencana Aksi Pelaksanaan KKN Tematik

Pelaksanaan pengabdian yang terintegrasi dalam KKN Tematik yang dilakukan oleh Dosen dan mahasiswa adalah sosialisasi penerapan pola PHBS bagi masyarakat dunggala yang meliputi: (1) Observasi, (2) Pemberian materi, (3) pelaksanaan kegiatan pendampingan penerapan pola PHBS kepada masyarakat.

Tabel 3.1. Aktivitas Kegiatan Pengabdian Dosen Terintegrasi dalam KKN Tematik Tahap 1

No	Langkah Kegiatan	Aktivitas Kegiatan Yang Dilakukan
1	Observasi	a. Fasilitas sosialisasi pemberdayaan masyarakat dalam melakukan pembiasaan pola PHBS dimulai dari lingkungan sendiri terutama di desa dunggala
2	Pemberian Materi Sosialisasi tentang pengolahan sampah	<ul style="list-style-type: none"> a. Penjelasan tentang pentingnya menjaga lingkungan b. Pentingnya menjaga lingkungan khususnya kebersihan dan keindahan lingkungan c. Penjelasan tentang jenis-jenis PHBS d. Penjelasan tentang manfaat PHBS bagi masyarakat e. Penjelasan tentang tujuan dilakukannya pola PHBS di lingkungan masing-masing

-
- f. Penjelasan tentang Covid-19 kaitannya dengan penerapan PHBS
 - g. Pentingnya menjaga Kesehatan dimasa pandemi covid-19
 - h. Pentingnya melakukan donor darah dimasa pandemic covid-19
- 3 Pendampingan oleh mahasiswa kepada masyarakat desa dunggala tentang pentingnya menerapkan pola PHBS
- a. Menyediakan materi
 - b. Melakukan pendampingan kepada warga masyarakat desa dunggala dalam menerapkan pola PHBS dilingkungan masing-masing
-

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Kegiatan inti (Program PHBS)



Gambar 1. Masyarakat desa Dunggala yang serius menyimak materi dari Ibu Ismiyatie

Dalam penjelasan materi tersebut, ibu ismiyati menjelaskan bahwa kita harus bisa menerapkan pola hidup sehat dan mengikuti protocol Kesehatan yang telah ditentukan oleh WHO. Dimana kita harus bisa menjaga Kesehatan tubuh, jangan sampai system imunnya kita akan dikalahkan oleh virus. Mengingat saat ini kita masih berada pada keadaan

Covid-19, oleh karena itu Ibu Ismiyatie selaku kepala puskesmas Kecamatan Tapa sangat menaruh harapan besar kepada warga masyarakat desa dunggala agar tetap menggunakan masker, jaga jarak atau menerapkan social distancing, selalu membawa hand sanitizer ataupun selalu mencuci tangan. Bahkan ibu ismiyatie meminta kepada warga masyarakat agar menyediakan tempat cuci tangan dimasing-masing rumah.

Disamping itu juga ibu Ismiyatie menjelaskan tentang bagaimana bahanya Virus Covid-19 ini bisa menyerang manusia. Jadi melalui kesempatan itu dijelaskan pula bagaimana cara menggunakan masker, bagaimana cara mencuci tangan yang benar, bahkan sampai pada cara menjaga pola makan yang sehat. Pola makan yang sehat kata ibu Ismiyatie tidak mesti harus makan daging ataupun minum susu, intinya makanan yang dikonsumsi setiap hari harus makanan yang sehat dimana ada vitamin, mineral, zat besi, semua yang dibutuhkan oleh tubuh.

Pada saat memaparkan materi, ibu Ismiyatie didampingi oleh kepala desa Dunggala Bapak Mulyadi Rahim, S.Ip. walaupun beliau sibuk, tetap menyempatkan waktunya untuk hadir pada kegiatan inti dari mahasiswa KKN Tematik Universitas Negeri Gorontalo yang melaksanakan kegiatan pengabdian di desa Dunggala tersebut.

Setelah ibu ismiyatie (selaku pemateri pertama) selesai memaparkan materinya, dilanjutkan oleh pemateri kedua yakni bapak Yusrianto Utina, S.Pd.,M.Kes dengan materi Penerapan Pola PHBS. Dalam memberikan materi ini pak Yus bed acara penyampaian materinya dengan pemateri pertama. Dimana sebelum menyampaikan materi pak Yus mengingatkan kepada peserta sosialisasi bahwa selama materinya berlangsung pa kyus menyediakan door prize bagi penanya. Jadi jika ada peserta yang ingin bertanya pa kyus sudah menyediakan hadiahnya. Hal ini dilakukan oleh pa kyus agar peserta ikuti materinya tersebut dari awal sampai dengan akhir materi. Tujuan pak yus melakukan ini adalah untuk memotivasi peserta agar jangan hanya menyimak materinya, akan tetapi jika ada yang tidak dimengerti itu bisa ditanyakan langsung.

Dalam menyampaikan materinya, pak yus menjelaskan apa itu PHBS, syarat PHBS bagaimana, jenis-jenis PHBS apa saja, kemudian apa manfaat PHBS sampai tujuan menerapkan PHBS dalam lingkungan masing-masing. Pada penyampaian materi itu juga pak yus berpesan kepada peserta dalam hal ini ada warga masyarakat dan juga mahasiswa KKN Tematik UNG agar jangan sampai materi ini masuk ke telinga kanan dan keluar melalui telinga kiri. Maksudnya setelah mendengarkan materi ini, diharapkan kepada peserta sosialisasi terutama warga masyarakat desa dunggala agar bisa menerapkan pola PHBS di lingkungan masing-masing. Mengingat sekarang ini kita masih berada dimasa pandemi Covid-19. Dimana kita ketahui bersama bahwa virus Covid-19 ini sangat berbahaya dan penularannya sangat cepat bahkan kita tidak bisa mengetahuinya.



Gambar 2. Dari kiri Amin (Moderator), Pak Yus Utina, S.Pd.,M.Kes. Kepala Desa Dunggala (Mulyadi Rahim, S.Ip), Fengky (Kordes Dunggala)

Dalam menerapkan pola PBHS pak yus, menghimbau kepada warga masyarakat agar bisa memperhatikan syarat-syarat dari PHBS itu sendiri. Agar kiranya dalam menerapkan pola PHBS tersebut warga masyarakat tidak akan salah. Karena mengingat PHBS ini tidak hanya satu jenis saja, akan tetapi lebih dari satu jeni. Oleh sebab itu pak yus

meminta kepada warga masyarakat untuk memulai penerapan pola PHBS ini dari lingkungan keluarga/rumah masing-masing terlebih dahulu. Jenis-jenis PHBS diantaranya PHBS dirumah (lingkungan keluarga), sekolah, pasar, tempat umum, di mesjid, dan masih banyak tempat lainnya yang merupakan bagian daripada jenis-jenis PHBS itu sendiri.

2. Kegiatan Tambahan

Selain kegiatan lomba catur, ada juga lomba menghafal surah pendek. Dimana kegiatan lomba hafalan surah pendek ini diikuti oleh anak-anak usia sekolah TK sampai usia SD. Adapun peserta lomba hafalan surah pendek berjumlah 20 orang peserta. Dimana lomba dibagi menjadi 2 kelompok. Setiap kelompok terdiri dari 10 orang peserta.



Gambar 3. DPL (Meylan Saleh, S.Pd.,M.Pd) Bersama anak-anak peserta lomba hafalan surah pendek.

PEMBAHASAN

Pandemi Covid-19 memang membawa berbagai perubahan dalam hidup manusia. Mulai dari aktivitas seperti bekerja maupun kegiatan belajar yang dilakukan di rumah, sejumlah rencana yang akhirnya harus dibatalkan, hingga perubahan pola dan gaya hidup dengan lebih memprioritaskan kesehatan. Tentu, gaya hidup seperti ini harus dipertahankan, apalagi sebentar lagi akan memasuki hidup *new normal*.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran, sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat. PHBS itu jumlahnya banyak sekali, bisa ratusan. Misalnya tentang gizi: makan beraneka ragam makanan, minum tablet tambah darah, mengkonsumsi garam beryodium, memberi bayi dan balita kapsul vitamin A. Tentang kesehatan lingkungan seperti membuang sampah pada tempatnya, membersihkan lingkungan. Setiap rumah tangga dianjurkan untuk melaksanakan semua perilaku kesehatan (Hidayat, 2017).

Kebersihan merupakan salah satu hal terpenting untuk menciptakan kesehatan lingkungan. Kebersihan juga berperan penting untuk menciptakan lingkungan yang nyaman dan tenteram tentu saja bila lingkungan yang kumuh akan menjadikan orang enggan berlama-lama untuk berada di lingkungan tersebut. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya-upaya dalam menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok, dan masyarakat dalam sikap dan perilaku agar dapat menerapkan hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan derajat kesehatan.

Dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan di sekolah, penerapan PHBS di sekolah sangatlah penting. Selain manfaat penerapan PHBS dalam kebiasaan sehari-hari dapat mencegah kerentanan timbulnya penyakit, tentunya juga bermanfaat dalam meningkatkan kualitas pembelajaran di kelas karena fisik yang sehat pada pelajar, sehingga para pelajar tidak lemas saat mengikuti kegiatan pembelajaran. Pembelajaran PHBS di sekolah dapat berupa aktivitas sehat seperti mencuci tangan dengan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, dan membuang sampah pada tempatnya.

Salah satu kegiatan keimanan yang perlu ditingkatkan pada masa pandemic Covid-19 ini adalah dengan mengaji ataupun melafalkan ayat-ayat Al Qur'an seperti yang dilakukan oleh anak-anak desa dunggala yang

turut serta dalam lomba hafalan surah pendek pada kegiatan KKN Tematik UNG yang ada di desa dunggala tersebut. Semoga dengan adanya kegiatan KKN Tematik oleh mahasiswa UNG di desa dunggala tersebut, masyarakatnya bisa menerapkan pola hidup bersih sesuai anjuran PHBS dan tetap meningkatkan imun dan iman serta ketaqwaannya terhadap Allah SWT. Aamiinnn ya.

Untuk melihat berita tentang kegiatan pengabdian mahasiswa KKN Tematik Covid-19 bisa dilihat pada link ini. Dimana untuk kegiatan sosialisasi tentang penerapan PHBS dan kaitannya tentang covid-19 bisa dibuka lewat link ini. <https://postnews.id/index.php/2020/07/21/mahasiswa-kks-ung-sosialisasikan-phbs-ke-warga-desa/>. Sebagai luaran dari kegiatan KKN Tematik covid-19 ini bisa dibaca pada laman Post News secara online.

KESIMPULAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dipraktekkan oleh setiap individu dengan kesadaran sendiri untuk meningkatkan kesehatannya dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat harus diterapkan dalam setiap lini kehidupan manusia kapan saja dan dimana saja. Seperti halnya PHBS di rumah tangga/keluarga, institusi kesehatan, tempat-tempat umum, sekolah maupun di tempat kerja karena perilaku tersebut merupakan sikap dan tindakan yang akan membentuk kebiasaan seseorang untuk berperilaku sehat. Salah satu manfaat diterapkan perilaku hidup bersih dan sehat di rumah tangga/keluarga ialah; anggota keluarga meningkat kesehatannya dan tidak mudah sakit, produktivitas anggota keluarga meningkat, dan anak tumbuh sehat dan cerdas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami Team Pengabdian ucapkan pertama, kepada pemerintah desa dunggala yang telah bersedia menerima mahasiswa KKN UNG selama kurang lebih 45 hari, kemudian terima kasih kepada Rektor Universitas Negeri Gorontalo yang telah memberikan kepercayaan kepada kami Team Pengabdian untuk melaksanakan tugas

pengabdian pada masyarakat, terima kasih juga kepada bendahara yang telah mendanai kegiatan pengabdian kami, dan teristimewa kepada mahasiswa UNG sebagai peserta KKN Tematik UNG yang selama 45 hari kerja berada dilokasi desa dunggala dalam menyelesaikan kegiatan KKN.

REFERENSI

- Anisa Irma. 2018. PHBS. <https://irmaanisaa.blogspot.com/2018/12/makalah-phbs.html>, diakses tanggal 19 Agustus 2020, pukul 17.39 Wita
- Anugrah Rivaldi. 2019. *Pentingnya Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat PHBS Di Sekolah Dasar*. <http://koranbogor.com/berita/hukum/pentingnya-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-di-sekolah-dasar/>. Diakses tanggal 9 September 2020 Pukul 16.05 Wita
- <https://www.enervon.co.id/article/1102/pandemi-covid-19-pertahankan-pola-hidup-bersih-dan-sehat-sebagai-new-normal/>. Diakses Tanggal 10 September 2020 Pukul 12.00 WIB
- <https://rsupsoeradji.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs/>. Diakses Tanggal 25 Agustus 2020 Pukul 14.01 Wita
- Hidayat Taufik. 2017. *Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. <http://kotaku.pu.go.id:8081/wartaarsipdetil.asp?mid=8599&catid=2&>. Diakses Tanggal 9 September 2020. Diakses Pukul 16.00 Wita
- Lestari Raka. 2020. *Pentingnya Mempertahankan Pola Hidup Bersih Sehat Setelah Pandemi*. <https://www.medcom.id/rona/kesehatan/GbmYPr4b-pentingnya-mempertahankan-pola-hidup-bersih-sehat-setelah-pandemi>. Diakses Tanggal 9 September 2020 Pukul 16.12 Wita.
- 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.I1.2020.47-58. ©2020. Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health 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 2020 Pukul 13.38 Wita.
- Tim Seksi Hukum dan Informasi, KPKNL Palu. <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kpknl-palu-juni202015/baca-artikel/13185/Pandemi-Covid-19-Hadapi-dengan-Imun-Rohani-Imun-Sosial-dan-Imun-Fisik.html>. Diakses tanggal 10 September 2020 Pukul 12.38 Wib.