

PENERAPAN EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT TERHADAP ANAK-ANAK DI RT 05 KELURAHAN BAJAK KOTA BENGKULU PADA MASA PANDEMI COVID-19

Wulan Sari¹, Septina Lisdayanti², Hafiz Gunawan³, Ira Yuniarti⁴

^{1,2,3,4}Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Email: Wulan03022000@gmail.com

E- ISSN 2829-9361

Hal : 37-41

Abstract :

The Pandemic of covid-19 pandemic influence health conditions in life people. This makes it very important to carry out a Socialization of the Application of Education Regarding Clean and Healthy Living Behaviour. This educational activity hoped to children in Kelurahan Bajak RT 05 can understand how to maintain health both inside and outside. Application of Clean and Healthy Living Behaviour was carried out by one of the Bengkulu Muhammadiyah University Community Service Program (KKN). KKN is intended to train students' ability to apply the theory and information of science that has been obtained in lectures to the community. So, produce scholars who live the problems of society and can provide solutions to community problems and are able to provide solutions to problems pragmatically. Shaping the personality of students as development cadres with comprehensive thinking insights. KKN Muhammadiyah University of Bengkulu is a place to be able to contribute knowledge directly to the community in an institutionalized manner. As a group activity consisting of various disciplines, KKN is expected to be able to provide solutions and help deal with real problems that are compound in an integrated and interdisciplinary manner.

Keywords: Implementation of Clean and Healthy Living Behavior Education, Covid-19

Abstrak:

Pandemi covid-19 ini membuat masyarakat menjadi takut akan Kondisi Kesehatan dalam kehidupan. Hal ini maka sangat penting untuk melakukan sebuah Sosialisasi Penerapan Edukasi Mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Dengan adanya kegiatan edukasi ini maka sangat diharapkan anak-anak yang ada di Kelurahan Bajak Rt05 dapat mengerti tentang bagaimana cara menjaga kesehatan baik dalam diri maupun diluar. Kegiatan PHBS ini dilakukan oleh salah satu mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Bengkulu dengan tujuan untuk melatih kemampuan mahasiswa dalam menerapkan teori dan informasi Ilmu Pengetahuan yang telah diperoleh di perkuliahan pada masyarakat. Sehingga menghasilkan sarjana yang menghayati permasalahan masyarakat dan mampu memberi solusi permasalahan masyarakat dan mampu memberi solusi permasalahan secara pragmatis. KKN UMB merupakan wadah untuk dapat menyumbangkan pengetahuan secara langsung kepada masyarakat secara melembaga. Sebagai kegiatan kelompok yang terdiri dari berbagai disiplin ilmu, KKN diharapkan mampu untuk memberikan solusi serta membantu menangani masalah-masalah nyata yang sifatnya majemuk secara terpadu dan interdisipliner.

Kata kunci: Penerapan Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Pandemi Covid-19

Pendahuluan

Kuliah Kerja Nyata (KKN) Merupakan salah satu kegiatan intrakurikuler suatu Perguruan Tinggi baik Negeri maupun Swasta(Syardiansah, 2017:57). Dalam pelaksanaan KKN akan terjadinya suatu interaksi atau pendekatan sosial antara mahasiswa selaku pelaksana KKN dengan daerah tempat KKN. Pendekatan sosial yang terjadi disini ialah suatu usaha pengintegrasian diri mahasiswa terhadap adat atau kegiatan-kegiatan yang ada di masyarakat tempat KKN, sehingga mahasiswa tersebut dapat berperan aktif disetiap kegiatan yang dilaksanakannya dan masyarakat pun dapat menerima kehadiran mahasiswa ditengah-tengah mereka (Darmayanti,dkk., 2019:50).

KKN UMB merupakan wadah untuk dapat menyumbangkan pengetahuan secara langsung kepada masyarakat secara melembaga. Sebagai kegiatan kelompok yang terdiri dari berbagai disiplin ilmu, KKN diharapkan mampu untuk memberikan solusi serta membantu menangani masalah-masalah nyata yang sifatnya majemuk secara terpadu dan interdisipliner. Kemajemukan disiplin ilmu yang dimiliki dan dikembangkan di UMB sangat memungkinkan perguruan tinggi dapat mencapai catur dharma yang dilaksanakan dengan kemampuan profesional dengan memposisikan diri sebagai agen pembaharuan.

Universitas Muhammadiyah Bengkulu kembali menyelenggarakan kegiatan KKN pada tahun 2021 yang dilaksanakan dalam bentuk KKN Mandiri. Program KKN ini dimaksudkan untuk melatih kemampuan mahasiswa dalam menerapkan teori dan informasi Ilmu Pengetahuan yang telah diperoleh di perkuliahan pada masyarakat. Sehingga menghasilkan sarjana yang menghayati permasalahan masyarakat dan mampu memberi solusi permasalahan masyarakat dan mampu memberi solusi permasalahan secara pragmatis. Membentuk kepribadian mahasiswa sebagai kader pembangunan dengan wawasan berfikir yang komprehensif. Dalam melakukan kegiatan KKN Mandiri ini juga diperlukan Program Kerja. Program Kerja merupakan suatu landasan bergerak suatu organisasi supaya dapat menjalankan kegiatan selama satu periode kegiatan. Melalui rancangan program ini akan tergambar apa saja aktifitas yang dilakukan dalam kegiatan tersebut.

Adapun pula program kerja yang dilaksanakan selama KKN Mandiri meliputi 3 bidang Proker, yaitu: Keilmuan, Keagamaan, Tematik dan Non tematik. Kelurahan Bajak khususnya daerah Rt 05, Rw 02 merupakan salah satu tempat lokasi mahasiswa kkn Mandiri Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Sebagian besar warga di Kelurahan Bajak bekerja sebagai pedagang, PNS, dan Pegawai Swasta, buruh/tukang, sehingga dapat dikatakan bahwa tingkat perekonomian masyarakat Kelurahan Bajak tergolong dalam kelas menengah dengan penghasilan rata-rata yang telah mampu mencukupi kebutuhan hidup dan kebutuhan keluarga.

Dalam Pelaksanaan KKN dilaksanakan di Kelurahan Bajak Rt 05, Kecamatan Bajak, Kabupaten Teluk Segara, yang dimulai dari tanggal 26 Agustus sampai tanggal 26 September 2021. Program KKN ini dimaksudkan untuk melatih kemampuan mahasiswa dalam menerapkan teori dan informasi Ilmu Pengetahuan yang telah diperoleh di perkuliahan pada masyarakat. Sehingga menghasilkan sarjana yang menghayati permasalahan masyarakat dan mampu memberi solusi permasalahan masyarakat dan mampu memberi solusi permasalahan secara pragmatis. Membentuk kepribadian mahasiswa sebagai kader pembangunan dengan wawasan berfikir yang komprehensif.

Pada bulan maret 2020, World Health Organization(WHO) menetapkan penyakit infeksi saluran nafas akut dan pneumonia yang disebabkan virus SARS COV2 (Virus Corona) atau yang lebih dikenal sebagai Covid-19 sebagai pandemi global diseluruh dunia. Presiden melaporkan kasus pertama pada tanggal 2 Maret 2020, menyatakan indonesia sebagai salah satu negara yang terdampak Covid-19 seperti yang kita ketahui bersama-sama, penambahan kasus covid-19 hingga saat ini masih terus terjadi. Dengan adanya pandemi covid-19 maka agar terhindar kita harus menjaga pola perilaku hidup bersih dan sehat.

Kunci pencegahan penularan virus ini dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat seperti mencuci tangan, konsumsi makanan sehat, olah raga dan istirahat yang cukup. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran, sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam

kegiatan-kegiatan kesehatan dimasyarakat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan salah satu langkah terbaik dalam pencegahan penyebaran virus ini, sehingga perlu ditanamkan kepada semua lapisan-lapisan masyarakat tentang pengetahuan PHBS. PHBS merupakan strategi yang dapat mencegah penyebaran Covid-19. Masyarakat terus dihimbau untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam upaya pencegahan penyebaran Covid-19, karena perilaku masyarakat sangat berperan penting dalam penurunan angka penyebaran Covid-19. PHBS merupakan salah satu strategi dalam pencegahan penyebaran Covid -19 yang sangat efektif dan mudah dilakukan oleh semua lapisan masyarakat. Rekomendasi pemerintah terus menghimbau gerakan PHBS menjadi kunci pencegahan penyebaran Covid-19 pada masa pandemi ini. melakukan PHBS diharapkan penyebaran Covid-19 dapat dihambat sehingga kejadian tidak bertambah. Oleh karena pentingnya hidup bersih dan sehat, perlu dilakukan pemberian informasi secara terus menerus sehingga dapat meningkatkan pengetahuan di seluruh lapisan masyarakat untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang dilakukan dapat berupa dengan;

1. Rajin mencuci tangan dengan benar
Tata Cara Mencuci Tangan yang Benar:
 - a. Mencuci Tangan Basahi tangan dengan air mengalir yang bersih dan hangat
 - b. Pakai sejumlah kecil sabun
 - c. Gosok telapak tangan bersamaan, jauh dari air
 - d. Gosok jemari dan jempol dan kulit di sela-sela
 - e. Bersihkan telapak tangan Anda dengan kuku Anda
 - f. Gosok bagian belakang setiap tangan
 - g. Cuci dengan air bersih mengalir
 - h. Keringkan dengan handuk atau tisu yang bersih
 - i. Dengan banyak hal terjadi, mudah untuk lupa mencuci tangan. Mari coba membuatnya rutin dan menjadi kebiasaan sehari-hari. Tinggalkan catatan untuk diri sendiri, gambar pada tangan anda, buat peringatan di ponsel Anda, atau tuliskan ini di daftar hingga Anda tidak lagi perlu diingatkan untuk membersihkan

tangan Anda menggunakan langkah yang digariskan di atas.

2. Menjaga perilaku hidup sehat dengan rajin berolahraga minimal 1 hari 30 Menit
3. Rajin menyikat gigi minimal 2 kali sehari
4. Membuang sampah pada tempatnya
5. Makan-makanan yang bergizi
6. Memakai masker saat keluar rumah
7. Menjaga jarak fisik dari orang lain

Metode Kegiatan

Pelaksanaan Program Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan selama 30 hari terhitung mulai dari tanggal 26 Agustus sampai 26 September 2021 di Kelurahan Bajak khususnya Rt 05.

Kegiatan ini ditujukan kepada siswa-siswi SD,SMP, dan SMA yang ada di Kelurahan Bajak Rt 05 dengan tujuan untuk membantu anak agar dapat berperilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini dilakukan agar anak dapat mengetahui bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat itu yang benar. Seperti membuang sampah pada tempatnya, rajin mencuci tangan, sikat gigi, dan makan-makanan yang bergizi. Kegiatan ini memang nampak spele tetapi tidak dapat ditinggalkan juga karena apabila dilupakan dapat memperburuk lingkungan dan berdampak buruk pada diri masing-masing.

Kegiatan ini dilakukan di Rumah Kos Kelurahan Bajak Rt 05. Kegiatan ini dilakukan selama 2 kali pertemuan pada hari Minggu dan Rabu tanggal 12 dan 22 september 2021 dengan waktu selama 150 menit dari pukul 08.00-10.30 akan tetapi setiap pertemuan tidak pasti dengan jam yang sama karena terhalang oleh kegiatan sekolah.

Pencegahan penularan virus ni dapat dicegah dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), seperti mencuci tangan dengan baik dan benar, memperhatikan bagaimana beretika dalam batuk, menjaga pola makan yang baik, menjaga kesehatan dan sistem kekebalan tubuh.

Pengetahuan dan pemahaman masyarakat yang ilmiah, akurat dan dapat dipercaya dapat membantu untuk mudah melaksanakannya dalam menekan penyebaran Covid-19 di Indonesia. Atas dasar inilah perlu dilakukan kegiatan pemberian informasi untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam menghadapi dan melewati pandemi Covid-19 Mengadakan penyuluhan berbasis medis

tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. sehingga dapat mencapai semua lapisan masyarakat dan dapat mempraktikkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari dan menjadi contoh bagi masyarakat sekitar. Dalam hal ini perlu ada sosialisasi berkelanjutan terkait perilaku hidup bersih dan sehat karena masih banyak masyarakat belum mengerti sehingga masih banyak masyarakat masih menganggap hal tidak penting terhadap PHBS ini. Tetapi masyarakat tidak perlu khawatir pada masa pandemi Covid-19 ini karena dengan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang meliputi menjaga makanan yang bergizi, cukup istirahat, mampu meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan dapat mengendalikan infeksi Covid-19.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan KKN Universitas Muhammadiyah Bengkulu dengan tema “GERAKAN NASIONAL REVOLUSI MENTAL” yang dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus sd 26 September 2021 dapat terselesaikan dengan lancar dan sangat Baik. Adapun hambatan-hambatan yang ditemui dalam pelaksanaan kegiatan program kerja yang telah direncanakan seperti pada umumnya yang berhubungan langsung dengan warga yaitu kegiatan-kegiatan sosialisasi. Hal ini disebabkan karena kegiatan rutinitas warga yang berkerja setiap harinya sebagai petani, swasta, buruh, dsb jadi kebanyakan kelompok tani yang ada tidak ada dapat berkumpul semuanya di setiap program yang dijalankan, namun tetapi semua permasalahan yang dihadapi dapat terselesaikan dengan baik sehingga program yang berjalan mendapatkan apresiasi lebih dari masyarakat setempat. Hasil kegiatan program kerja yang telah dilaksanakan dapat diuraikan sebagai berikut, yaitu dalam Kegiatan Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan suatu edukasi yang ditujukan kepada anak-anak agar anak-anak mengerti tentang bagaimana cara hidup bersih dan sehat. Dalam melakukan Edukasi ini anak-anak tidak hanya mendengarkan namun anak-anak juga menonton animasi tentang gerakan membuang sampah pada tempatnya dan bagaimana cara menjaga diri dari dalam dan luar agar dapat terhindar dari penyakit. Jadi dengan adanya sosialisasi ini sangat membantu anak-anak tentang menjaga kesehatan dan

kondisi badan agar anak-anak jauh lebih mengerti. Dari hasil dan kegiatan yang telah dilakukan diatas dalam melakukan sosialisasi ini sudah terealisasikan dengan baik.

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada masa pandemi Covid-19 ini merupakan suatu kegiatan mensosialisasikan kepada anak-anak bagaimana menjaga kebersihan dan hidup sehat. Kegiatan sosialisai ini dilaksanakan di Rumah Kosan yang tepatnya di Rt 05 Kelurahan Bajak, dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak terhadap bagaimana menjaga kebersihan dan kesehatan.



Gambar 1. Sosialisasi kepada anak-anak SD dengan melalui sebuah video.

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan selama 1 bulan 2 kali pertemuan. Setiap pertemuan di berikan waktu selama 150 menit.

1. Pertemuan Pertama dilaksanakan pada hari Minggu, 12 September 2021 pada Pukul 15.00-17.30 Wib. Pertemuan pertama ini di sosialisasikan kepada anak-anak sd. Dimana kegiatan ini memberikan informasi tentang bagaimana menjaga kesehatan dan kebersihan. Dari pertemuan pertama yang dilakukan ini, hasil yang di dapatkan anak-anak adalah anak-anak dapat mengerti bagaimana menjaga kesehatan, dan anak-anak jadi menjadi lebih rajin untuk membuang sampah ketempatnya.
2. Pertemuan Kedua dilaksanakan pada hari Rabu, 22 September 2021 pada pukul 08.00-10.30 Wib. Pertemuan kedua ini dilakukan oleh anak-anak kalangan SMP dan SMA.



Gambar 2. Sosialisasi Kegiatan Hidup Bersih dan Sehat terhadap Anak-anak SMP dan SMA.

Penutup

Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat di ambil dari hasil dan pembahasan di atas yaitu:

1. Anak-anak dapat mengetahui tentang bagaimana cara menjaga kesehatan baik dari dalam diri maupun dari luar.
2. Dari penelitian di peroleh kegiatan Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ini cukup bagus dan berjalan dengan lancar. Siswa sangat antusias terhadap kegiatan yang dilakukan
3. Kegiatan Sosialisasi ini dapat membantu anak untuk selalu melakukan Kegiatan Hidup Bersih dan Sehat
4. Pemberian sosialisasi ini bermaksud agar anak dapat tau juga bagaimana menjaga kesehatan di tengah pandemi Covid-19 ini.

Saran

Saran untuk penelitian selanjutnya, pengabdian masyarakat dalam program sosialisasi ini dapat dilakukan dalam waktu yang lebih lama dari pada yang telah dilakukan untuk mendapatkan yang lebih efektif dan efisien.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada pihak-pihak yang telah membantu. Kami menyadari bahwa pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata dan penyusunan laporan ini tidak lepas dari bimbingan, dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga program-program yang telah direncanakan dapat terealisasi dengan baik dan dapat diselesaikan dengan tepat waktu. Oleh karena itu perkenankanlah kami menghaturkan

ucapan terimakasih kepada:

1. Ayah dan Ibu, terimakasih atas do'anya karena dengan do'a itu bisa memudahkan setiap langkah kami.
2. Ibu Dr. Eli Rustinar. M.Hum selaku Dosen Pembimbing Lapangan atas bimbingan dan arahan yang telah diberikan.
3. Ibu Zulqaida selaku perangkat RT 05 Kelurahan Bajak.
4. Masyarakat Kelurahan Bajak, terimakasih banyak atas segala bantuan dan kerjasamanya sehingga Kuliah Kerja Nyata ini dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- https://www.google.co.id/books/edition/Peran_an_ilmu_kesehatan_masyarakat_dalam/JowaEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=covid+19+adalah&printsec=frontcover
- <http://proceedings.ideaspublishing.co.id/index.php/hardiknas/article/view/1/1>
- https://www.google.co.id/books/edition/Penguatan_Atas_Kesadaran_Dan_Kepedulian/IIIEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Syardiansah,+2017:57&pg=PA136&printsec=frontcover
- https://www.dettol.co.id/perlindungan-keluarga-dan-rumah/tips-perlindungan-dan-kesehatan/cara-mencucitangan/?gclid=CjwKCAjwh5qLBhALEiwAioods4w8P8Hu58H7mvwTFIdhBXt6sajuUcdHknIu0ubEHMltXvLv9hK4ORoCJcgQAvD_BwE&gclidsrc=aw.ds