

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN COVID 19 DI LINGKUNGAN PONDOK PESANTREN

Ni'matu Zuliana^{1*}, Eva Firdayanti², Kharisma Martha Delila Putri², Ratna Frenty Nurkhalim²

¹Administrasi Rumah Sakit, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri,

²Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

*Email: nikmatu.zuliana@iik.ac.id

ABSTRAK

Covid-19 merupakan penyakit yang mudah menular yang disebabkan oleh virus. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengurangi risiko tertularnya virus ini antara lain dengan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), penggunaan *hand sanitizer* dan masker. Pondok Pesantren merupakan salah satu tempat yang rentan dalam penularan virus Covid-19. Hal ini dikarenakan pondok pesantren merupakan tempat berkumpulnya anak-anak dalam jumlah besar. Tujuan dari pengabdian ini adalah memberikan dan menyalurkan pengetahuan tentang pentingnya penerapana PHBS sebagai upaya pencegahan penularan virus Covid-19 di lingkungan pondok pesantren. Metode yang digunakan adalah quasi eksperimental dengan system *pre test* dan *post test* untuk mengetahui apakah ada pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah pengabdian. Desain pengabdian menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan analisis data menggunakan analisis statistic uji Wilcoxon. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan PHBS antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi dengan kata lain terdapat pengaruh pengetahuan setelah dilakukan edukasi penerapan PHBS sebagai salah satu upaya dalam mencegah penularan Covid-19 pada anggota pondok pesantren X. Kesimpulan pengabdian ini adalah bahwa peran edukasi sangat dibutuhkan sebagai upaya dalam peningkatan pengetahuan tentang PHBS sebagai upaya pencegahan penularan virus Covid-19 di lingkungan pondok pesantren.

Kata Kunci: PHBS, Covid-19, pondok pesantren

EDUCATION OF CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOR AS AN EFFORT TO PREVENT COVID-19 IN THE ISLAMIC BOARDING SCHOOL ENVIRONMENT

ABSTRACT

Covid-19 is a highly contagious disease caused by a virus. One way that can be done to prevent and reduce the contracting of this virus, among others, with the implementation of Clean and Healthy Lifestyle (PHBS), the use of hand sanitizers and masks. Islamic boarding schools are one of the places that are vulnerable to the transmission of the Covid-19 virus. This is because the boarding school is a gathering place for children in large numbers. The purpose of this service is to provide and distribute knowledge about the importance of implementing PHBS as an effort to prevent the transmission of the Covid 19 virus in the Islamic boarding school environment. The method used an isquasi-experimental system with pre-test and post-test to find out whether there is an effect of knowledge before and after service. The service design uses a cross-sectional approach with data analysis using the Wilcoxon test statistical analysis. The results of this study indicate that there was a difference in knowledge of PHBS between before and after providing education in other words there was an effect of knowledge after education on the application of PHBS as an effort to prevent the transmission of Covid-19 to members of the X Kediri Islamic boarding school. This service concludes that the role of education was very much needed as an effort to increase knowledge about PHBS as an effort to prevent the transmission of the Covid-19 virus in the Islamic boarding school environment..

Keywords: PHBS, Covid-19, Islamic boarding school.

1. PENDAHULUAN

Selama kurang lebih 2 tahun dunia sedang menghadapi krisis kesehatan dikarenakan penyebaran virus corona yang dikelanai dengan Covid-19. Indonesia merupakan salah satu negara yang terdampak pandemi Covid-19. Kasus ini pertama kali dilaporkan awal bulan Maret 2020, dan sejak saat itu kasus terus mengalami peningkatan. Virus ini semakin menghantui warga negara Indonesia karena dilaporkan berkali-kali mengalami mutasi yang akhirnya mempunyai varian baru yang lebih menakutkan. Berdasarkan data satgas pada Kamis, 17 November 2021 tercatat 4.251.423 kasus terkonfirmasi, dengan 143.685 kasus meninggal (Kemenkes, 2021). Hal ini tentu membutuhkan kerja sama semua pihak untuk bahu membahu mengatasi pandemi ini.

Covid 19 merupakan penyakit yang mudah menular yang disebabkan oleh virus. Virus ini dapat menyebar melalui tetesan kecil (*droplet*) dari hidung dan mulut pada saat batuk atau bersin. Droplet yang jatuh pada benda di sekitarnya dan tersentuh oleh seseorang, kemudian orang tersebut menyentuh mata, hidung atau mulut (segitiga wajah), maka orang itu dapat terinfeksi Covid-19. Virus ini juga dapat ditularkan ketika tanpa sengaja menghirup droplet dari penderita. Inilah sebabnya mengapa kita penting untuk menjaga jarak hingga kurang lebih satu meter dari orang yang sakit dan selalu memakai masker (Kemenkes, 2020)

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengurangi risiko tertularnya virus ini antara lain dengan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), penggunaan *hand sanitizer* dan masker. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah 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 masyarakatnya. Melalui PHBS diharapkan masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalah sendiri dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Notoadmodjo, 2007) Mencuci tangan sampai bersih selain dapat membunuh virus yang mungkin ada di tangan kita, tindakan ini juga merupakan salah satu tindakan yang mudah dan murah. Sekitar 98% penyebaran penyakit bersumber dari tangan. Oleh karena itu menjaga kebersihan tangan merupakan hal yang sangat penting. Salah satu cara menjaga kebersihan tangan adalah dengan mencuci tangan dengan benar dengan teratur menggunakan air dan sabun atau hand-rub berbasis alkohol (Kemenkes, 2020). Pemberian penyuluhan dianggap mampu merubah perilaku seseorang menjadi lebih baik. Kurniawan (2017) menyatakan terdapat peningkatan pemahaman anak asuh dengan pemberian sosialisai tentang PHBS.

Pondok Pesantren merupakan salah satu tempat yang rentan dalam penularan virus Covid-19. Hal ini dikarenakan pondok pesantren merupakan tempat berkumpulnya anak-anak dalam jumlah besar dan kesadaran serta kurangnya pengertian tentang pentingnya hidup bersih dalam kehidupan sehari-hari. Pondok pesantren X Kediri merupakan pondok pesantren sekaligus panti asuhan. Kondisi lingkungan dari pondok masih jauh dari kata layak, hal ini dapat dilihat tempat /area makan para santriwan/wati masih berdekatan dengan kandang ayam serta banyak ayam yang berkeliaran dan kotorannya

tersebar diseluruh area pondok. Selain anak-anak terdapat juga beberapa anggota yang masih balita, oleh karena itu sangat penting untuk memberikan edukasi tentang penerapan PHBS di tempat tersebut terutama di masa pandemic ini sebagai salah satu upaya pencegahan penularan virus.

2. METODE PENGABDIAN

2.1. Waktu dan Tempat Pengabdian

- a. **Waktu** : Kegiatan ini dilaksanakan pada Sabtu, 25 September 2021
- b. **Tempat pengabdian** : Pondok Pesantren X Kediri

2.2. Metode dan Rancangan Pengabdian

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam bentuk ceramah dan praktik dengan media powerpoint dan video secara langsung. Evaluasi pengetahuan dilakukan dengan system *pretest* dan *posttest* untuk mengetahui apakah ada pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan pengabdian. Desain pengabdian menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan analisis data menggunakan analisis statistic uji Wilcoxon.

2.3. Pengambilan Sampel

Sasaran kegiatan ini adalah santriwan dan santriwati pondok pesantren yang sebagian besar merupakan anak usia TK dan SD. Sampel diambil secara acak yaitu pada santriwan/santriwati pondok pesantren X Kediri

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil *pre test* kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi tentang PHBS sebagai upaya pencegahan penularan Covid 19 terkait frekuensi tingkat pengetahuan responden dapat dilihat pada tabel 1 berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pengetahuan Sebelum Pemberian Edukasi

Skor pengetahuan	Total	
	Jumlah	Persentase
10	0	0,00
9	2	11,76
8	4	23,52
7	3	17,64
6	4	23,52
5	4	23,52
Total	17	100,00

Ket: Data primer

Berdasarkan tabel 1 tersebut dapat diketahui bahwa responden rata-rata mempunyai skor 5,6 dan 8 dengan persentase sebesar 23,52 %. Belum ada responden yang memperoleh skor sempurna (10) pada hasil tersebut.

Pemberian materi PHBS kepada anak-anak pondok pesantren dalam rangka pencegahan penularan Covid-19 dilingkungan pondok meliputi cara mencuci tangan dengan baik dan benar, cara memakai masker, dan *physical distancing*. Kegiatan ini

menyajikan suasana santai agar anak-anak dapat menikmati dan menerima kegiatan dengan baik. Selain pemberian penjelasan tentang PHBS, peserta juga diminta untuk memperagakan secara langsung. Selain itu pemutaran animasi video juga dilakukan dalam kegiatan ini, dengan harapan anak-anak tidak mudah bosan dan mampu belajar dengan baik.

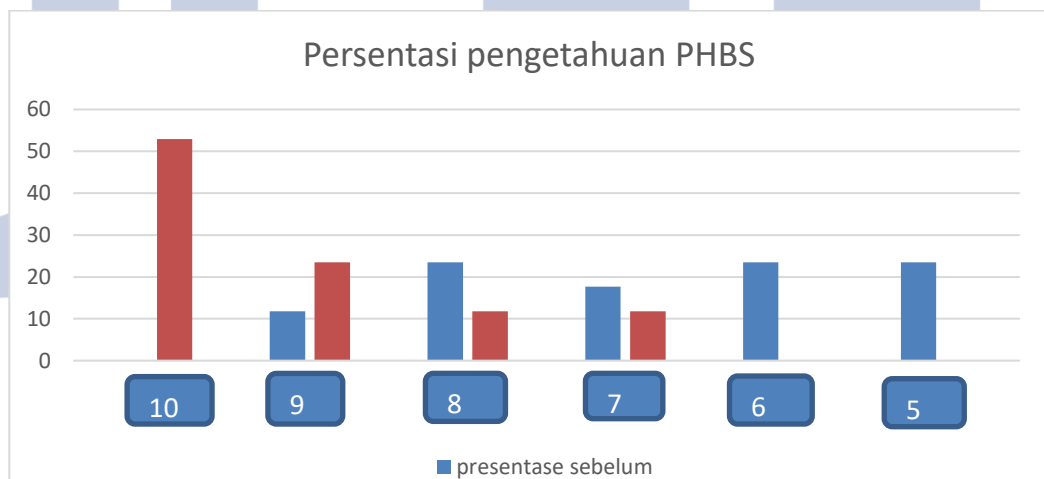
Hasil post test kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi tentang PHBS sebagai upaya pencegahan penularan Covid 19 terkait frekuensi tingkat pengetahuan responden dapat dilihat pada tabel 2 berikut :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pengetahuan Sebelum Pemberian Edukasi

Skor pengetahuan	Total	
	Jumlah	Persentase
10	9	52,94
9	4	23,52
8	2	11,76
7	2	11,76
Total	17	100,00

Ket: Data primer

Berdasarkan tabel 2 tersebut dapat diketahui bahwa responden yang mendapatkan skor maksimal yaitu skor 10 meningkat yaitu sebanyak 9 responden dengan besar persentase 52,94 %. Dapat digambarkan dalam grafik perubahan sebelum dan sesudah pemberian edukasi adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Presentasi pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi
(Sumber: dokumen pribadi)

Hal ini menunjukkan bahwa edukasi PHBS memberikan peningkatan dalam pengetahuan anggota pondok pesantren. Hasil ini sesuai dengan hasil kegiatan yang dilakukan oleh Zukmadini, dkk (2020) yang menyatakan terdapat perubahan peningkatan persentase pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi pada Panti Asuhan Kasih Sayang Bengkulu.

Hasil Analisis tentang edukasi tentang penerapan PHBS dilakuakn dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test didapatkan hasil ($< 0,05$) yaitu 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan PHBS antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi dengan kata lain terdapat pengaruh pengetahuan setelah dilakukan edukasi penerapan PHBS sebagai salah satu upaya dalam mencegah penularan Covid-19 pada anggota pondok pesantren X Kediri. Hasil pengaddian ini ddidukung dengan hasil pengabdian Susanto (2021) yang menyatakan bahwa edukasi dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap perilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan Covid-19.

Harapannya hasil ini tidak hanya sementara, namun bisa diaplikasikan setiap hari di lingkunagn pondok pesantren. Oleh karena itu, dibutuhkan monitoring serta pengawasan dari pengurus pondok agar kebiasaan hidup bersih dan sehat dapat selalu diterapkan setiap hari.

4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Kegiatan edukasi ini dapat meningkatkan pengetahuan santriwan/santriwati mengenai pentingnya penerapan PHBS dalam upaya pencegahan Covid-19 sebanyak 52,94%.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih saya sampaikan kepada semua tim pengabdian mayarakat dari IIK Bhakti Wiyata yang dengan sepenuh hati melakukan kegiatan di pondok pesantren X kediri. Terkhusus untuk para pengurus dan semua adek-adek anggota pondok yang dengan kerelaan meneriamakami melakukan pengabdian masyarakat.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Kesehatan Indonesia. (2020). *Panduan pencegahan penularan Covid-19 untuk Masyarakat*. Jakarta :kementrian Kesehatan RI
- Kurniawan, Hendra . (2017). Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Pada Anak Di Panti Asuhan Melalui Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks Vol 3 No 1 Hal 9-16*
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta :RinekaCipta
- Suprpto. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Era Pandemi COVID-19. *Abdimas Singkeru, Volume.1 No.1 , Mei 2021*
- Zukmadini, A.Y., Karyadi, B., & Kasrina, K.(2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19Kepada Anak-Anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA, 3(1)Author, A.A. (Tahun Terbit). Judul Artikel. Nama Jurnal, Volume(Nomor), pp.-pp. DOI:XX.XXX atau Diakses dari http://xx*