

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM KEPERAWATAN

OPTIMALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT MENUJU ADAPTASI KEBIASAAN BARU

Yulia Agustina¹, Sahrudi², Kusnanto³

Prodi Keperawatan, STIKES Abdi Nusantara

RIWAYAT ARTIKEL

Diterima: 23 April 2021

Disetujui: 29 April 2021

KONTAK PENULIS

Yulia Agustina
Prodi Keperawatan,
STIKES Abdi Nusantara

ABSTRAK

Pendahuluan: Covid-19 telah menyebar di seluruh negara termasuk di negara Indonesia. Bertepatan dengan Covid-19 yang terus menyebar dan masyarakat yang belum sepenuhnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat maka pemerintah menghimbau masyarakat Indonesia dapat beradaptasi dengan pandemic Covid-19. Penerapan PHBS merupakan salah satu upaya untuk memutus rantai penyebaran Covid-19 dengan memberikan edukasi pada tiap individu dengan itu masyarakat dapat membantu untuk mencapai kesehatan yang optimal bagi setiap individu.

Metode: Materi, leaflet, pembuatan video cara cuci tangan 6 langkah dan lagu.

Hasil: Anak-anak yang mengikuti kegiatan promosi tentang PHBS Menuju Kehidupan Baru (Adaptasi Hidup Baru) secara online ini (didampingi orang tua) terlihat sangat antusias dan bersemangat dalam menjawab dan bertanya, selain juga terampil dalam mendemonstrasikan gerakan mencuci tangan yang benar.

Kesimpulan: Anak-anak yang mengikuti kegiatan promosi tentang PHBS menuju kehidupan baru secara online terlihat sangat antusias dan bersemangat dalam menjawab dan bertanya, selain juga terampil dalam mendemonstrasikan gerakan mencuci tangan.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Adaptasi Kebiasaan Baru, Cuci Tangan, Pakai Masker

1. PENDAHULUAN

Virus Corona atau *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) adalah virus yang menyerang sistem pernapasan (CDC, 2020; Citroner, 2020). Penyakit karena infeksi virus ini disebut COVID-19 dan pertama kali ditemukan di kota Wuhan, Cina, pada akhir Desember 2019 (Evans, 2020). Virus ini menyebar ke manusia dan menyerang siapa saja tak terkecuali anak-anak (bayi, balita dan anak). Covid-19 telah menyebar di seluruh negara termasuk di negara Indonesia. Bertepatan dengan Covid-19 yang terus menyebar dan masyarakat yang belum sepenuhnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat maka pemerintah menghimbau masyarakat Indonesia dapat beradaptasi dengan pandemic Covid-19.

Kebiasaan baru dengan virus corona berarti masyarakat mulai beradaptasi menghadapi pandemi ini dan menjalankan kehidupan normal baru (*new normal*) dengan persyaratan tetap mengikuti protokol kesehatan selama beraktivitas diluar rumah. Bekasi menjadi titik pertama yang mendapatkan lampu hijau penerapan "*new normal*". Penerapan "*new normal*" harus diikuti oleh protokol kesehatan yakni PHBS.

Penerapan PHBS merupakan salah satu upaya untuk memutus rantai penyebaran Covid-19 dengan memberikan edukasi pada tiap

individu dengan itu masyarakat dapat membantu untuk mencapai kesehatan yang optimal bagi setiap individu. Dalam memutus rantai penyebaran membutuhkan komitmen dari setiap individu dan saling mendukung untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. PHBS dalam rangka penerapan "*new normal*" (Adaptasi kehidupan Baru/AKB) diantaranya adalah selalu mencuci tangan, memakai masker, melakukan etika batuk yang tepat dan tetap menjaga jarak (Kemensos RI, 2020).

Seluruh masyarakat di Indonesia menerapkan adaptasi kebiasaan baru (AKB) tidak hanya dilakukan oleh orang dewasa tetapi juga oleh anak-anak dan balita. Anak-anak dan balita menjadi kelompok yang rentang dalam penularan virus Covid-19. Selain itu, angka anak yang terjangkit Covid-19 di Indonesia masuk dalam kategori tinggi yakni 584 anak terkonfirmasi positif dan 14 anak meninggal karena Covid-19. Untuk menekan angka kesakitan dan kematian ini, dibutuhkan suatu promosi kesehatan melalui edukasi/penyuluhan kesehatan.

2. METODE

a. Tahap persiapan

Tahapan persiapan dari kegiatan ini adalah pembuatan pre planning, persiapan penyajian materi, leaflet, pembuatan video cara cuci tangan 6 langkah dan

lagu. Pembuatan materi dengan *power point*, leaflet, video dimulai pada hari Sabtu tanggal 27 Maret 2021, pada tanggal 7 April 2021 dilakukan pemeriksaan untuk persiapan penyuluhan kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Menuju Adapatasi Kebiasaan baru (AKB) yang baik dan benar. Tim pengabdian masyarakat mengundang para peserta (orang tua) dalam *whatsapp* untuk memudahkan koordinasi dan membagikan *link zoom meeting*. Dalam grup ini diinformasikan juga peraturan agar menggunakan nama anak saat bergabung dalam *zoom*. Penulisan nama anak di media *zoom* masing-masing bertujuan untuk memudahkan mengenal anak dan menjalin kedekatan ketika dipanggil dengan nama sehari-hari.

b. Tahap pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan dengan memberikan pemberitahuan kepada orangtua yang memiliki anak usia prasekolah dan sekolah oleh Ibu Koordinator Bina Alwad untuk mengarahkan anak-anak terlibat dalam penyuluhan PHBS Menuju AKB.

c. Evaluasi

1) Struktur

Jumlah peserta 55 anak yang dapat hadir dalam *Zoom*. Perlengkapan yang dilakukan untuk melaksanakan penyuluhan sudah tersedia dan sudah dapat digunakan. Saat melaksanakan penyuluhan dalam penggunaan bahasa sudah komunikatif dan

menyesuaikan dengan bahasa yang dapat dimengerti oleh anak-anak. Tim pengabdian masyarakat dapat memberikan fasilitas kepada audiensi selama pemberian penyuluhan.

2) Proses

Kegiatan dimulai pukul 10.30 – 12.30 WIB, sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

3) Hasil

85% anak memahami dan dapat mendemonstrasikan kembali cara melakukan cuci tangan 6 langkah dan menggunakan/melepaskan masker dengan benar.

3. HASIL

Kegiatan promosi kesehatan pada anak-anak usia pra sekolah dan sekolah dilaksanakan bekerja sama dengan kelompok Bina Awlad lingkungan MLS. Anak-anak yang mengikuti kegiatan promosi tentang PHBS Menuju AKB secara *online* ini (didampingi orang tua) terlihat sangat antusias dan bersemangat dalam menjawab dan bertanya, selain juga terampil dalam mendemonstrasikan gerakan mencuci tangan yang benar. Pengenalan era *new normal* dan perubahan perilaku sehat yang harus ditunjukkan anak pada tahun 2021 ini sangat membantu anak menyiapkan diri secara kognitif, keterampilan dan psikologis. Mereka dan orang tua yang mendampingi menunjukkan ekspresi wajah senang dan berterima kasih telah membantu mengenalkan era ini. Pemberian *reward* terhadap keberanian anak berbicara menjadi salah satu cara untuk melatih sikap anak bukan semata-mata meningkatkan pengetahuan atau keterampilan anak



Gambar 1. Peserta anak usia pra sekolah-sekolah

4. PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan optimalisasi PHBS menuju adaptasi kebiasaan baru ini dilaksanakan pada tanggal 11 April 2021 melalui daring (*Zoom*) bekerjasama dengan Lingkungan Wahana MLS berada di wilayah Bekasi. Pelaksanaan penyuluhan ditujukan kepada anak usia prasekolah dan sekolah yang berada di lingkungan tersebut yang tergabung dalam kegiatan Bina Awlad. Kegiatan penyuluhan menggunakan media dan alat berupa materi dalam bentuk *power point*, leaflet, video cuci tangan 6 langkah, dan video lagu “Ayo lawan Corona”. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab atau evaluasi mengenai materi yang disampaikan.

5. KESIMPULAN

Anak-anak yang mengikuti kegiatan promosi tentang PHBS Menuju Kehidupan Baru (Adaptasi Hidup Baru) secara *online* ini (didampingi orang tua) terlihat sangat antusias dan bersemangat dalam menjawab dan bertanya, selain juga terampil dalam mendemonstrasikan gerakan mencuci tangan yang benar. Pengenalan era *new normal* dan perubahan perilaku sehat yang harus ditunjukkan anak pada tahun 2021 ini sangat membantu

anak menyiapkan diri secara kognitif, keterampilan dan psikologis.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Centers for Disease Control and Prevention (2020). 2019 Novel Coronavirus, Wuhan, China.
- Citroner, G. Healthline (2020). China Coronavirus Outbreak: CDC Issues Warning, Multiple Cases in U.S.
- Evans, M. Patient (2020). Wuhan Coronavirus: What You Need to Know.
- Kementrian Sosial RI. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat: Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga. Jakarta
- Kesehatan, K. K. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. DKI Jakarta.
- Wang, et al. (2020). A Novel Coronavirus Outbreak of Global Health Concern. *The Lancet*, 6736(20), pp. 1-4.