

# **EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM PENCEGAHAN VIRUS COVID-19 di TPQ AL-IKHLAS DESA KLABETAN**

**Amelindha Vania**

**Fakultas Ekonomi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
email : [amelindhvania@uin-malang.ac.id](mailto:amelindhvania@uin-malang.ac.id)**

## *Abstract*

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Klabetan Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan. Ditemukan bahwa di Kecamatan tersebut peningkatan konfirmasi virus Covid-19 sebanyak 19 warga dalam waktu 1 hari. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat kesadaran masyarakat terhadap virus Covid-19 masih perlu diperhatikan. Penyebab ini terjadi adalah kurangnya menerapkan pemahaman terhadap anak – anak dan masyarakat terkait virus Covid-19. Strategi yang dilakukan adalah memberikan edukasi dan penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) untuk mencapai kondisi yang diharapkan yaitu dengan menggunakan pendekatan PAR (*Participatory Action Research*). *Participatory Action Research* merupakan salah satu model penelitian yang mencari sesuatu untuk menghubungkan proses penelitian ke dalam proses perubahan sosial. Secara praktis untuk memecahkan masalah ini dengan pembagian masker dan *handsanitizer* pada santri TPQ Al-Ikhlash Desa Klabetan dan penyuluhan pembuatan jamu berbahan dasar jahe. Pengetahuan para tokoh masyarakat Desa Klabetan mengenai Covid-19 membentuk sikap mereka pada virus dan upaya pencegahannya serta menghimbau warga masyarakat untuk mematuhi protokol kesehatan, serta menginisiasi upaya membantu warga masyarakat yang terdampak ekonomi dan sosialnya oleh pandemi.

*Keywords : PHBS, Virus Covid-19, Participatory Action Research*

## **Pendahuluan**

Kegiatan Kuliah Kerja Mahasiswa Dari Rumah (KKM-DR) UIN Mengabdi 2020 merupakan program pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang serta didampingi Dosen Pembimbing Lapangan dengan bertujuan untuk mengamalkan ilmu sebagai modal bermasyarakat secara langsung. Pada masa pandemi covid-19 saat ini, format pelaksanaan pengabdian masyarakat berbeda dengan beberapa tahun sebelumnya. Keputusan Direktur Jendral Pendidikan Islam Nomor 3394 Tahun 2020 Tentang Petunjuk Teknis Kuliah Kerja Nyata Masa Wabah Corona Virus Disease 2019 (Covid- 19), bahwa Kuliah Kerja Mahasiswa dapat dilakukan dari rumah masing – masing.

Mahasiswa melakukan pengabdian dari rumah dengan tetap memberikan layanan-layanan pengabdian masyarakat dalam memberikan penguatan dan kesadaran serta kepedulian terhadap pandemi covid-19, relasi kesehatan dengan ibadah, pendidikan, dakwah keagamaan Islam, teknologi tepat guna dan kebutuhan masyarakat yang sesuai dengan keilmuan masing-masing program studi, dengan berbasiskan hasil-hasil riset sebelumnya atau riset yang sedang berkembang/berlangsung. Selain itu, kegiatan lainnya diupayakan untuk menyelaraskan pengembangan potensi wilayah serta karakter wilayah masing-masing, terutama di mana tempat KKM-DR itu berlangsung.

Dengan adanya kegiatan KKM-DR diharapkan mahasiswa beserta Dosen Pembimbing Lapangan tetap mampu memberikan peran aktif dalam kehidupan

masyarakat seperti beradaptasi dengan kehidupan masyarakat, belajar bagaimana bersosialisasi kepada masyarakat, memahami kultur dan karakter serta adat istiadat. Kemudian ikut dalam berupaya mengatasi permasalahan di masyarakat dan tentunya melalui jalur akademis.

Langkah yang pertama kali dilakukan dari program ini adalah dengan survey awal, hal ini dilakukan guna sebagai pedoman untuk melaksanakan program kerja yang direalisasikan dalam jangka waktu kurang lebih satu bulan. Pengabdian masyarakat ini dilakukan tepatnya di Desa Klabetan Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan.

Kecamatan Sepuluh termasuk kawasan yang sangat ramai oleh anak – anak. Walaupun di masa pandemi, anak – anak masih tetap semangat mengikuti aktivitas sehari hari termasuk mengaji di Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPQ). TPQ Al-Ikhlas merupakan TPQ berlokasi di Desa Klabetan Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan. Lingkungan di TPQ Al-Ikhlas tidak hanya ramai oleh aktivitas anak – anak yang mengaji namun anak – anak sering menghabiskan waktu bermain disana mengingat kondisi sekolah yang mayoritas masih menerapkan SFH (*School From Home*). Adanya aktivitas dan semakin intensnya interaksi masyarakat satu sama lain membuat anak – anak melupakan protokol kesehatan.

Berdasarkan data peta sebaran yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bangkalan pada tanggal 26 Januari 2021 didapatkan warga yang terkonfirmasi positif virus Covid-19 adalah sebanyak 1.404 warga sedangkan pada tanggal 27 Januari 2021 meningkat menjadi 1.423 warga. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan konfirmasi virus Covid-19 sebanyak 19 warga dalam waktu 1 hari. Pada Kecamatan Sepuluh, ditemukan bahwa tidak ada terjadinya penurunan atau data warga yang sembuh pada tanggal tersebut. Dapat disimpulkan bahwa tingkat kesadaran masyarakat terhadap virus Covid-19 masih perlu diperhatikan.

Pak Sumitro selaku Modin di Desa Klabten menyatakan bahwa,

*“anak – anak disini sangat jarang menggunakan masker pada saat mengaji padahal sudah diingatkan berkali – kali apalagi pada saat main di luar”*

Berdasarkan pernyataan tersebut, maka dapat dikatakan bahwa terdapat kurangnya menerapkan pemahaman terhadap anak – anak terkait virus Covid-19.

Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) merupakan program wujud upaya dari perilaku berdasarkan kesadaran dalam memberikan pelajaran berupa pealaman individu, anggota keluarga, sekumpulan maupun pada masyarakat umum. Berbagai macam pelajaran tersebut dapat melalui media komunikasi, berita serta adanya pendidikan peningkatan pada pengetahuan, perubahan sikap dan perilaku.

Adapun 10 indikator PHBS yang harus dicapai dalam rumah tangga (Kemenkes RI, 2011) yaitu :

1. Kelahiran yang dibantu oleh bidan
2. Pemberian ASI eksklusif pada anak hingga usia 2 tahun
3. Melakukan penimbangan rutin setiap kali ada posyandu
4. Penggunaan air bersih untuk memasak dan mencuci baju
5. Selalu membiasakan mencuci kedua tangan menggunakan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah makan
6. Mempunyai dan menggunakan jamban sehat pada tiap rumah tangga
7. Melakukan pemberantasan jentik dalam waktu seminggu sekali
8. Mengonsumsi sayuran dan buahbuahan sehat secara seimbang

9. Olahraga atau jalan-jalan setiap hari
10. Tidak menghisap asap rokok di sekitar tempat tinggal atau rumah.

Program PHBS bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat melalui proses penyadaran. Adapun dengan adanya program ini, dapat menciptakan kesadaran kesehatan masyarakat khususnya pada warga Desa Klabetan Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan dalam membantu pencegahan Covid-19.

Notoatmodjo (2010) menyebut bahwa perilaku kesehatan adalah respon individu terhadap stimulus atau obyek yang berkaitan dengan sehat sakit, penyakit dan faktor-faktor yang mempengaruhi sehat sakit (kesehatan) seperti lingkungan, makanan, minuman dan pelayanan kesehatan. Artinya, perilaku kesehatan adalah semua aktivitas atau kegiatan seseorang baik yang dapat diamati maupun yang tidak dapat diamati yang berkaitan dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan.

Ranah perilaku meliputi: Pengetahuan (knowledge), sikap (attitude) dan tindakan atau praktik (practice). Pengetahuan adalah hasil dari tahu, yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui kelima indra manusia, tetapi sebagian besar melalui suatu proses yaitu proses belajar dan membutuhkan suatu bantuan, misalnya bantuan seseorang yang lebih menguasai sesuatu hal, bantuan alat misalnya buku dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010).

Sikap adalah respon tertutup individu terhadap stimulus atau obyek tertentu yang melibatkan aspek pendapat dan emosi. Sikap dapat dikatakan sebagai sindrom atau kumpulan gejala dalam merespon stimulus atau obyek. Sikap juga merujuk pada respon individu pada sesuatu hal, dan respon itu melibatkan pikiran, perasaan, perhatian dan gejala kejiwaan yang lain sikap adalah kesiapan atau kesediaan individu untuk bertindak dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Sikap belum merupakan tindakan atau aktifitas akan tetapi baru merupakan predisposisi sebuah perilaku (Notoatmodjo, 2010). Tindakan, merujuk pada situasi ketika individu atau subyek telah melakukan sesuatu, walaupun tindakan itu masih tergantung pada panduan atau melakukannya secara otomatis maupun dilakukan sekedar rutinitas. Tindakan dapat disebut pula perilaku setelah melalui proses. Biasanya proses itu selalu diawali oleh pengalaman pengalaman individu dan ditambah oleh faktor faktor di luar dirinya, seperti lingkungan baik fisik maupun nonfisik. Individu kemudian mempersepsikan pengalaman dan faktor lingkungan tersebut. Ia meyakini kedua hal itu sehingga menimbulkan motivasi dan niat untuk bertindak, sehingga terwujudlah sebuah perilaku (Notoatmodjo, 2010).

Pada penelitian ini, pengetahuan para tokoh masyarakat mengenai Covid-19 membentuk sikap mereka pada virus dan upaya pencegahannya. Pengetahuan dan sikap itu mendorong mereka untuk melakukan tindakan. Tindakan mereka yaitu menyebarluaskan informasi mengenai cara pencegahan pada warga masyarakat, menghimbau warga masyarakat untuk mematuhi protokol kesehatan, serta menginisiasi upaya membantu warga masyarakat yang terdampak ekonomi dan sosialnya oleh pandemi. Sikap dan tindakan para tokoh masyarakat, sekaligus menggambarkan peran aktif mereka di dalam upaya pencegahan dan penanggulangan pandemi di wilayah mereka.

## **Metode**

Strategi yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat di Desa Klabetan Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan untuk mencapai kondisi yang diharapkan yaitu dengan menggunakan pendekatan PAR (*Participatory Action Research*). *Participatory Action Research* merupakan salah satu model penelitian yang mencari sesuatu untuk menghubungkan proses penelitian ke dalam proses perubahan sosial. Perubahan sosial yang dimaksud adalah bagaimana dalam proses pemberdayaan dapat mewujudkan tiga tolak ukur, yakni adanya komitmen bersama dengan masyarakat, adanya *local leader* dalam masyarakat dan adanya institusi baru dalam masyarakat yang dibangun

berdasarkan kebutuhan. Penelitian ini membawa proses penelitian dalam lingkaran kepentingan orang dan menemukan solusi praktis bagi masalah bersama dan isu-isu yang memerlukan aksi dan refleksi bersama, dan memberikan kontribusi bagi teori praktis.

Pada dasarnya, *Participatory Action Research* merupakan penelitian yang melibatkan secara aktif semua pihak-pihak yang relevan (*stakeholders*) dalam mengkaji tindakan yang sedang berlangsung (dimana pengalaman mereka sendiri sebagai persoalan) dalam rangka melakukan perubahan dan perbaikan ke arah yang lebih baik. Untuk itu, mereka harus melakukan refleksi kritis terhadap konteks sejarah, politik, budaya, ekonomi, geografis, dan konteks lain-lain terkait (Yoland Wadworth).

Kegiatan *Participatory Action Research*, tidak memisahkan diri dari situasi masyarakat yang diteliti, melainkan melebur ke dalamnya dan bekerja bersama warga dalam melakukan *Participatory Action Research*. Hal ini membahas kondisi masyarakat berdasarkan sistem yang berlaku di situ, bukan menurut disiplin ilmu tertentu di luar budaya masyarakat tersebut. *Participatory Action Research* tidak bisa lagi berposisi bebas nilai dan tidak memihak seperti yang dituntut ilmu pengetahuan sebagai syarat obyektivitas, melainkan harus memihak pada kelompok yang lemah, miskin, dirugikan, dan menjadi korban.

Prinsip yang ada di dalam *Participatory Action Research* adalah prinsip partisipasi, prinsip orientasi aksi, prinsip triangulasi, dan prinsip fleksibel. Prinsip partisipasi ini mengharuskan *Participatory Action Research* melibatkan siapa saja yang berkepentingan dengan situasi yang sedang diteliti dan perubahan kondisi yang lebih baik. Prinsip orientasi aksi menuntut seluruh kegiatan dalam *Participatory Action Research* harus mengarahkan masyarakat warga untuk melakukan aksi-aksi transformatif yang mengubah kondisi sosial mereka agar menjadi semakin baik. Oleh karena itu, *Participatory Action Research* harus memuat agenda aksi perubahan yang jelas, terjadwal, dan konkret. *Participatory Action Research* harus dilakukan dengan menggunakan berbagai sudut pandang, metode, alat kerja yang berbeda untuk memahami situasi yang sama, agar pemahaman tim peneliti bersama warga terhadap situasi tersebut semakin lengkap dan sesuai dengan fakta. Meskipun *Participatory Action Research* dilakukan dengan perencanaan sangat matang dan pelaksanaan yang cermat atau hati-hati, peneliti bersama warga harus tetap bersikap fleksibel menghadapi perubahan situasi yang mendadak, agar mampu menyesuaikan rencana semula dengan perubahan tersebut.

Langkah awal yang dilakukan sesuai prinsip yang terkandung didalam *Participatory Action Research* sebagai pelaksanaan program pengabdian masyarakat KKM-DR adalah dengan melakukan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada anak – anak di TPQ Al-Ikhlas dan masyarakat di Desa Klabetan Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan dan memberikan sumber daya dalam penyuluhan pembuatan jamu tradisional berbahan jahe. Hal ini dilakukan agar masyarakat di sekitar TPQ Al-Ikhlas memiliki kebiasaan hidup bersih dan sehat.

Terdapat beberapa langkah yang ditempuh dalam pelaksanaan program ini antara lain, melakukan survei TPQ Al-Ikhlas Desa Klabetan Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan, melakukan koordinasi dan konfirmasi dari perangkat Desa meliputi Kepala Desa, Modin, Ketua TPQ, Tokoh masyarakat dan masyarakat Desa Klabetan Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan.

## Hasil

Program edukasi pencegahan penularan Covid-19 merupakan salah satu proker dari bidang kesehatan KKM-DR UIN Mengabdi 2020, setelah sebelumnya diadakan konsultasi dengan Pak Sumitro, selaku Modin dari Desa Klabetan.

Pengetahuan, sikap, dan tindakan para tokoh masyarakat dalam konteks pencegahan Covid-19 menggambarkan perilaku mereka. Perilaku itu kemudian mendorong mereka untuk menjalankan perannya di masyarakat dalam upaya pencegahan. Salah satu bentuk peran itu adalah menyediakan dukungan terkait upaya pencegahan dan penanggulangan.



Sumber: Peneliti, 2020

Gambar 1. Pembagian masker dan *handsanitizer* pada santri TPQ Al-Ikhlas Desa Klabetan

Dengan adanya dukungan dari Bapak Kepala Desa dan tokoh masyarakat, salah satu anggota kelompok G-207 membagikan masker dan *handsanitizer* pada masyarakat untuk memastikan warga sekitar mematuhi protokol kesehatan pada tanggal 28 Desember 2020. Kegiatan ini diikuti oleh masyarakat sekitar dan anak – anak TPQ Al-Ikhlas. Kegiatan edukasi dan sosialisasi dilakukan pada tanggal 4 Januari 2021. Kegiatan ini mengundang Bapak Kepala Desa Klabetan. Kegiatan ini berisi penjelasan kepada warga sehingga warga lebih berhati – hati dan terhindari dari penularan Covid-19. Selain mengadakan kegiatan ini, Gambar 1 dan Gambar 2 menunjukkan kegiatan selanjutnya yaitu memberikan sosialisasi penggunaan masker yang tepat dan cara mencuci tangan yang benar serta mengadakan kegiatan senam dan lomba bagi anak – anak TPQ Al-Ikhlas Desa Klabetan.



Sumber: Peneliti, 2020

Gambar 2. Santri-santri TPQ Al-Ikhlas Desa Klabetan berpartisipasi dalam mengikuti senam

Kegiatan selanjutnya adalah melakukan penyuluhan terkait pembuatan jamu tradisional yang berbahan dasar jahe. Terdapat 2 jenis produk, tertera pada Gambar 3, yakni bubuk jahe dan jahe tumbuk kasar. Jahe memiliki potensi untuk mencegah infeksi bakteri yang resisten terhadap obat. Selain itu, jahe juga memiliki antioksidan yang mungkin dapat mencegah kerusakan DNA tubuh dan stres, serta bisa membantu mengatasi pilek dan flu serta masih terdapat manfaat lainnya.



Sumber: Peneliti, 2020

Gambar 3. Produk jamu tradisional berbahan jahe yang diproduksi warga Desa Klabetan

Produk yang dihasilkan tidak hanya menjadi produk penangkal dari paparan virus Covid-19, namun juga menjadi bentuk usaha kecil dan menengah di Desa Klabetan. Namun pada kesempatan ini, peneliti memberikan solusi dan ide dalam pengembangan produk yang telah diproduksi sebelumnya.

Upaya mengatasi masalah sosial dengan cara pemberdayaan masyarakat ini merupakan hal yang tepat dan dapat berkelanjutan (Pratama, 2019). Pembentukan Satgas Covid-19 di tingkat desa ini adalah wujud kegiatan inisiatif pemberdayaan masyarakat yang akan berkelanjutan. Masyarakat berupaya untuk berdikari dan tidak hanya menunggu bantuan dari pemerintah.

### **Kesimpulan**

Semua kegiatan dan program kerja yang telah dijalankan pada program KKM-DR UIN Mengabdi yang dilaksanakan dalam 1 bulan penuh di TPQ Al-Ikhlas di Desa Klabetan Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan berjalan dengan lancar serta mendapatkan dukungan penuh dari masyarakat sekitar walaupun ada beberapa kendala yang harus dihadapi.

Selain itu, program kerja yang telah dibuat khususnya tentang pelaksanaan program edukasi pencegahan penularan Covid-19, tidak hanya sekedar berjalan dalam proses edukasi dan penyuluhan saja namun dapat terus diterapkan secara terus menerus demi membangun kebiasaan baik dan terhindari dari paparan virus Covid-19. Disamping menjalankan program kerja yang telah dibuat, Dalam KKM UIN Mengabdi ini berkesempatan untuk mengenal budaya dan adat masyarakat setempat dan ikut andil di dalamnya untuk lebih mengetahui keadaan masyarakat setempat.

Tindakan yang dilakukan para tokoh masyarakat di atas sekaligus menggambarkan peran aktif mereka sebagai elit pemerintahan di masyarakat dalam konteks pandemi Covid-19. Mereka menjalankan perannya sebagai tokoh masyarakat untuk mempengaruhi

dan mengubah perilaku masyarakat, dari yang sebelumnya tidak mengenal dan menjadi mengenal dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di kalangan warga masyarakat yang menjadi kunci untuk mencegah penyebaran infeksi Covid-19 di masyarakat.

### **Daftar Pustaka**

- Dinas Kesehatan Kabupaten Bangkalan. 2020. *Peta Sebaran Covid-19 Pemerintah Kabupaten Bangkalan*.
- Kemenkes RI. 2011. *Panduan Pembinaan dan Penilaian Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Rumah Tangga*.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wati, PDCA dan Ridlo, IA. 2020. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya*. Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education Vol. 8 No. 1 (2020).