

# Education and Socialization of Clean and Healthy Behaviors During the Covid-19 Pandemic in Panca Karya Villages

Harry Supriadi, Dedi Hartanto

Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

<sup>2</sup>Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Email: [Harrysupriadi99@gmail.com](mailto:Harrysupriadi99@gmail.com), [Ddyhart27@gmail.com](mailto:Ddyhart27@gmail.com)

## ABSTRACT

*COVID-19 causes a disease that attacks the respiratory system in humans. This virus has infected millions of people, causing high death rates for sufferers around the world. People who do not understand information related to Covid-19 are more susceptible to contracting COVID-19. This activity aims to provide education and information to the community in Panca Karya Village to better understand and care about the implementation of a clean and healthy lifestyle (PHBS) to avoid transmission of COVID-19. Education is carried out by online and offline methods. Educational materials provided to the public include the introduction of COVID-19, how to wash hands properly, how to apply cough etiquette, how to maintain distance, and how to adopt a clean and healthy lifestyle. Educational activities are carried out by providing PHBS education in preventing COVID-19 by sharing and exchanging opinions with the public and putting up posters. The results of these activities show that the education we provide can increase the knowledge of the surrounding community about clean and healthy living habits in preventing COVID-19. This can be seen from the percentage of participants' knowledge before and after it increased by about 100%.*

**Keywords :** PHBS, Covid-19, Education, Socialization

---

## PENDAHULUAN

Merebaknya coronavirus jenis baru (SARS-CoV-2) yang penyakitnya disebut Coronavirus disease 2019 (COVID-19) menimbulkan pengaruh yang sangat besar bagi kehidupan masyarakat. Diketahui bahwa virus ini berasal dari Wuhan, Tiongkok yang ditemukan pada akhir Desember tahun 2019 (Yuliana, 2020). Menurut data dari *World Health Organization* (2020), hingga tanggal 24 Mei 2020 telah ditemukan sebanyak 5.206.614 kasus yang terkonfirmasi. Ada bermacam-macam gejala yang bisa ditimbulkan dari orang yang terinfeksi virus corona, mulai dari gejala ringan, gejala sedang, hingga gejala berat. Gejala yang umumnya muncul pada orang yang terinfeksi virus corona adalah demam (suhu tubuh > 38°C), batuk, dan kesulitan bernapas. Saat masuk ke dalam tubuh, genom RNA virus akan dikeluarkan ke sitoplasma sel dan ditranslasikan menjadi dua polypeptid dan protein struktural. Selanjutnya, genom virus akan mulai bereplikasi. Kemudian partikel virus akan tumbuh di dalam retikulum endoplasma dan golgi sel. Pada tahap akhir, vesikel yang mengandung partikel virus akan bergabung dengan membran plasma untuk melepaskan komponen virus baru (Susilo, dkk, 2020).

Penyakit ini dapat ditularkan melalui droplet (percikan) pada saat berbicara, batuk, dan bersin dari orang yang terinfeksi virus Corona. Selain itu penyakit ini juga dapat ditularkan melalui kontak fisik secara langsung (sentuhan atau jabat tangan) dengan penderita serta menyentuh wajah, mulut, dan hidung oleh tangan yang terpapar virus Corona (Singhal, 2020). Efisiensi penularan virus pernapasan memiliki implikasi penting bagi strategi penahanan dan mitigasi. Studi saat ini menunjukkan perkiraan angka reproduksi dasar (R0) 2,2, yang berarti bahwa, rata-rata, setiap orang yang terinfeksi menyebarkan infeksi ke dua orang tambahan. Seperti yang dicatat oleh penulis, hingga angka ini turun di bawah 1.0, kemungkinan wabah akan terus menyebar. Laporan terbaru tentang titer virus yang tinggi di orofaring pada awal perjalanan penyakit menimbulkan kekhawatiran tentang peningkatan infektivitas selama periode gejala minimal (Holshue et al., 2020; Zou et al., 2020).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku 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. Mencegah lebih baik daripada mengobati, prinsip kesehatan inilah yang menjadi dasar pelaksanaan program PHBS. Tujuan utama dari gerakan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan kepada masyarakat melalui proses menyadarkan masyarakat dengan pengetahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup dengan menjaga kebersihan yang memenuhi standar kesehatan (Kemenkes RI, 2016).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berkaitan erat dengan pencegahan penyebaran COVID-19. Beberapa hal PHBS yang dapat diterapkan untuk mencegah risiko terinfeksi COVID-19, yaitu dengan mencuci tangan menggunakan air dan sabun atau gunakan handsanitizer (minimal 70% alkohol). Selain itu protokol yang harus dilaksanakan yaitu menggunakan masker bila bepergian, kemudian menerapkan social distancing, menutup mulut dan hidung dengan menggunakan siku terlipat pada saat batuk atau bersin atau gunakan tisu, hindari menyentuh wajah karena mulut, hidung, mata dapat menjadi pintu masuknya virus, bersihkan benda, permukaan, dan alat-alat yang sering digunakan, khususnya yang berada atau digunakan secara umum, mengkonsumsi makanan yang bergizi seimbang, tidak merokok, istirahat secara teratur, berolahraga yang rutin serta berpikir positif. Selalu pantau perkembangan penyakit COVID-19 dari sumber resmi dan akurat. ikuti arahan dan informasi dari petugas kesehatan dan Dinas Kesehatan setempat (Kemenkes RI, 2020).

Desa Panca Karya adalah salah satu desa yang berada di Kecamatan Alalak. Desa Panca Karya memiliki luas wilayah yaitu 610 atau 6100 Km<sup>2</sup> yang terletak 10 km kearah utara dan Kecamatan Alalak dan 35 km sebelah selatan dari kota Kabupaten Barito Kuala serta lebih 25 Km ke arah Utara dari kota Provinsi banjamasin. Desa Panca Karya mempunyai luas wilayah seluas 610 hektar atau 6.1000.000 M<sup>2</sup>. Desa Panca Karya memiliki jumlah penduduk 818 jiwa yang terbagi dari jumlah penduduk perempuan 389 jiwa sedangkan penduduk laki-laki berjumlah 429 jiwa. Penduduk desa Panca Karya tersebar dilima wilayah lingkungan kelompok Rt.yang mana lima wilayah tersebut adalah Rt.01 dengan jumlah penduduk 123 jiwa yang terdiri dari jumlah penduduk Laki-laki 65 Jiwa dan Perempuan 58 jiwa , Rt.02 dengan jumlah penduduk 152 jiwa yang terdiri dari jumlah penduduk laki-laki 82 jiwa dan perempuan 70 jiwa , Rt.03 dengan jumlah penduduk 203 jiwa yang terdiri dari jumlah penduduk laki-laki 105 jiwa dan perempuan 98 jiwa , Rt.04 dengan jumlah penduduk 113 jiwa yang terdiri dari jumlah penduduk laki-laki 56 jiwa dan perempuan 57 jiwa , Rt.05 dengan jumlah penduduk 227 jiwa yang terdiri dari jumlah penduduk laki-laki 121 jiwa dan perempuan 106 jiwa.

Perilaku masyarakat di Desa Panca Karya kebanyakan terlihat masih lalai dan terkesan kurang peduli dalam protokol kesehatan dalam menghadapi era *new normal*. Walaupun telah ada himbauan pemerintah pusat maupun daerah, tetapi perilaku hidup sehat dimasa *new normal* belum diterapkan dengan baik, masih banyak warga yang belum sadar untuk melakukan perilaku hidup bersih dan sehat seperti himbauan menggunakan masker dan cuci tangan dimana hal tersebut termasuk dalam cara meningkatkan daya imunitas tubuh agar terhindar dari penularan covid-19.

Sehubungan dengan kondisi atau permasalahan tersebut maka perlu dilakukan sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat serta penempelan poster-poster terkait dengan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Pandemi Covid-19 dan Cuci Tangan Dengan Baik dan Benar, hal ini sangat perlu dilakukan, karena tujuan dari pelaksanaan sosialisasi tersebut yaitu untuk memberikan pengetahuan atau informasi yang lebih kepada masyarakat betapa penting nya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Pandemi Covid-19 diantara nya yaitu penggunaan masker dan mencuci tangan dengan baik dan benar.

## METODE

Program pengabdian kepada masyarakat dilakukan secara daring dan luring, dimana metode daring yaitu menggunakan sosial media berupa Instagram dan youtube yang berisi konten berupa poster dan video yang mana konten tersebut dapat diakses oleh semua sosial media tersebut. materi publikasi atau konten tersebut berisikan tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Pandemi Covid-19.

Mengenai untuk metode luring, pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Desa Panca Karya, Kec. Alalak, Kab. Barito Kuala yang mana kegiatannya dilakukan kurang lebih sekitar 1 bulan lebih dan dilaksanakan pada bulan february tahun 2021. Target sasarannya yaitu masyarakat disekitar wilayah Desa Panca Karya dengan jumlah 10 orang responden dikarenakan masih dalam masa pandemi maka kami melakukan pembatasan jumlah responden. Teknik yang dilakukan berupa pemberian pertanyaan kepada

masyarakat sekitar Desa Panca Karya secara lisan mengenai pemahaman masyarakat tersebut mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Pandemi Covid-19. Kemudian ada juga pemberian informasi melalui poster-poster yang ditempelkan di tempat-tempat seperti masjid, sekolah, puskesmas dan kantor desa mengenai cara mencuci tangan dengan baik dan benar serta penerapan PHBS selama pandemic covid-19.

Tahapan pelaksanaan kegiatan daring yaitu yang pertama pencarian referensi-referensi mengenai materi PHBS, kemudian pembuatan poster dengan menggunakan aplikasi canva dan picsart lalu diunggah di aplikasi instagram, dan untuk konten sosial media platform youtube yaitu yang pertama pembuatan video dengan menggunakan aplikasi VN dan kemudian di unggah di youtube.

Untuk tahapan pelaksanaan secara luring yang pertama dilakukan observasi di wilayah setempat, kemudian menanyakan ke pejabat desa mengenai permasalahan yang ada di desa tersebut, setelah mengetahui salah satu permasalahan di desa tersebut yaitu kurangnya pemahaman masyarakat sekitar mengenai perilaku hidup bersih dan sehat kemudian kami melakukan pertanyaan secara lisan kepada masyarakat yang kami temui di desa tersebut mengenai penerapan PHBS selama pandemic covid-19.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Sosialisasi secara daring

Kegiatan program kerja secara daring atau melalui social media telah dilakukan yaitu dengan pemberian informasi penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Pandemi Covid-19 yang dipublikasikan melalui platform youtube dan Instagram.

Kemudian konten yang telah kami buat, kami juga menyebarkan link video dan poster tersebut melalui whatsapp. Berikut adalah link untuk konten-konten yang ada di Instagram dan youtube, yaitu :

1. Instagram

- <https://www.instagram.com/p/CLWb488AOOj/?igshid=h451wdf1n99>,
- <https://www.instagram.com/p/CK2oWPMAf6E/?igshid=1p9adpyn4dpoy>,
- <https://www.instagram.com/p/CLjpx8CA82A/?igshid=1fkuxsg0twxyy>,
- <https://www.instagram.com/p/CKxxKSHgVB/?igshid=14yda2owvynls>,
- <https://www.instagram.com/p/CKp7ugnguuU/?igshid=1ol6pdrxx840r>.

2. Youtube

- <https://youtube.com/playlist?list=PLth7bkUKNiUjN8lz6wggJKaxvwMDua-UI>



Gambar 1. Sosialisasi melalui laman Instagram



Gambar 2. Sosialisasi melalui laman youtube

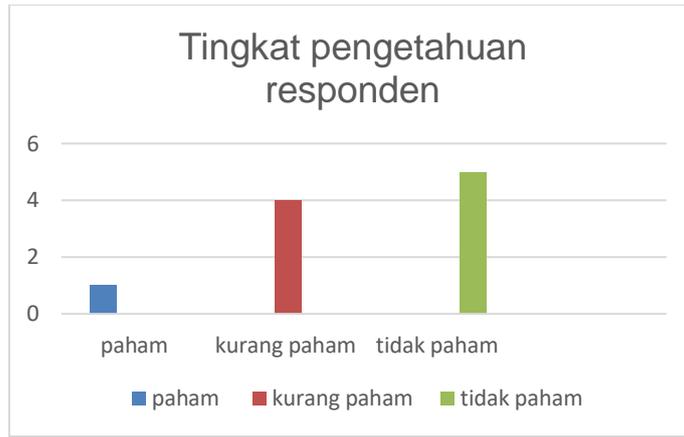
### Sosialisasi secara luring

Kegiatan program kerja secara daring atau turun secara langsung kelapangan dan melakukan beberapa pertanyaan secara lisan kepada warga sekitar tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Pandemi Covid-19, dan kami pun juga memberika edukasi dan informasi kepada responden tersebut mengenai PHBS selama pandemi

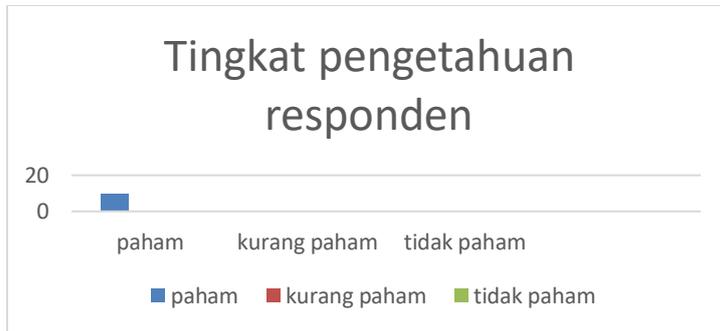
Tabel 1. Tingkat pengetahuan responden

No	Karakteristik	Jumlah
1	paham	1
2	Kurang paham	4
3	Tidak paham	5

Berdasarkan hasil diatas dapat dilihat bahwa pemahaman warga sekitar didesa panca karya masih kurang memahami penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Pandemi Covid-19 dan terkesan kurang peduli karena banyak warga nya beraktifitas tidak menggunakan masker dan tidak melakukan social distancing.



Gambar 3. Jawaban responden sebelum diberikan informasi



Gambar 4. Jawaban responden sesudah diberikan informasi



Gambar 5. Pemberian informasi kepada masyarakat



Gambar 6. Penempelan poster-poster

Dalam melaksanakan program kerja kepada masyarakat ini tidak berjalan secara sempurna apalagi di masa pandemi seperti ini yang mana kegiatannya tidak bisa mengumpulkan orang yang terlalu banyak dan juga harus menerapkan protokol kesehatan seperti menggunakan masker, dan tentunya juga adanya hambatan.

Hambatan dalam kegiatan ini yang dilaksanakan dengan metode daring yaitu warga didesa tersebut kesusahan mengakses dikarenakan akses internet yang lumayan susah di daerah tersebut untuk menggunakan sosial media.

Tetapi hasil akhir dari pemberian informasi terkait PHBS dan cuci tangan dengan baik dan benar mengalami peningkatan, Hal ini terlihat dari kenaikan persentase pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan yaitu sebesar 100%.

## KESIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu, Edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak di Desa Panca Karya. Hal ini terlihat dari kenaikan persentase pengetahuan peserta sebelum kegiatan yaitu sebesar 100%.

## PENGHARGAAN

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kepala Desa Panca Karya yang telah mengizinkan kami melakukan pengabdian masyarakat di daerah tersebut serta pada masyarakat yang berkenan ikut serta dalam proses pengumpulan data (responden).

## DAFTAR PUSTAKA

- Yuliana. (2020). Corona Virus Diseases (COVID19). Wellness and Healthy Magazine. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Vol 2, No 1, p. 187-192.
- World Health Organization. (2020). Coronavirus (COVID-19). Diakses pada tanggal 18 Feb 2021. <https://covid19.who.int/>.
- Susilo, dkk. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. Jurnal Penyakit Dalam Indonesia. Vol 7, No 1. Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia - RSUPN dr. Cipto Mangunkusumo. Jakarta.
- Singhal, T. (2020 ). A Review of Coronavirus Disease -2019 (COVID -19). The Indian Journal of Pediatrics, 87(4): 281 –286.

- Holshue, M. L., DeBolt, C., Lindquist, S., Lofy, K. H., Wiesman, J., Bruce, H., ... Pillai, S. K. (2020). First case of 2019 novel coronavirus in the United States. *New England Journal of Medicine*, Vol. 382, pp. 929–936. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa2001191>
- Kemkes RI. (2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Diakses pada tanggal 25 Mei 2020. <http://promkes.kemkes.go.id/phbs>.
- Kemkes RI. (2020). Tanya Jawab Coronavirus Disease (COVID-19). Diakses pada tanggal 25 Mei 2020. <https://covid19.kemkes.go.id>.
- Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., Sharma, N., Verma, S. K., & Kaushal, V. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*, 102083.