

## PENYULUHAN DAN EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SEBAGAI LANGKAH PENCEGAHAN COVID 19

Asman Sadino<sup>1</sup>, Faradila Destriani<sup>2</sup>, Hikmah Fauziah<sup>3</sup>, Shofwa Meilani<sup>4</sup>, Susi Hartini<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Universitas Garut. Email: [asman@uniga.ac.id](mailto:asman@uniga.ac.id)

<sup>2</sup>Universitas Garut. Email: [rahmandest23@gmail.com](mailto:rahmandest23@gmail.com)

<sup>3</sup>Universitas Garut. Email: [hikmahfauziyah16a@gmail.com](mailto:hikmahfauziyah16a@gmail.com)

<sup>4</sup>Universitas Garut. Email: [shofwamei14@gmail.com](mailto:shofwamei14@gmail.com)

<sup>5</sup>Universitas Garut. Email: [hsusi3732@gmail.com](mailto:hsusi3732@gmail.com)

### ABSTRACT

*The impact of health and education caused by the outbreak of the Corona Virus (Covid-19) has an impact on society, especially children. The purpose of this community service activity is to provide knowledge and abilities to SPS PAUD Darussalam students in Tambakbaya Village in anticipating the prevention of the spread of COVID-19 through good and correct hand washing movements. The results of community service that have been carried out show that students are very enthusiastic and active in discussions in participating in counseling about clean and healthy living behavior. The students are also very enthusiastic and can work well together, and can practice washing hands with soap and running water as a step to prevent the spread of COVID-19 at the individual, family and environmental levels. This socialization has great benefits in raising awareness for children in the prevention of harmful organisms such as viruses, bacteria, and fungi as the source of a disease.*

**Keywords:** PAUD, PHBS, Hand Washing, Corona Virus Prevention

### ABSTRAK

*Dampak kesehatan dan pendidikan yang disebabkan oleh adanya wabah Virus Corona (Covid-19) memberikan pengaruh terhadap masyarakat khususnya anak-anak. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan kemampuan kepada siswa SPS PAUD Darussalam Desa Tambakbaya dalam mengantisipasi pencegahan penyebaran COVID-19 melalui gerakan mencuci tangan yang baik dan benar. Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan menunjukkan bahwa siswa sangat bersemangat dan aktif diskusi dalam mengikuti penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Para siswa juga sangat antusias dan dapat bekerjasama dengan baik, serta dapat mempraktikkan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebagai langkah untuk mencegah penyebaran COVID-19 ditingkat individu, keluarga dan lingkungan. Sosialisasi ini memiliki manfaat besar dalam menimbulkan kesadaran bagi anak dalam pencegahan dari organisme berbahaya seperti virus, bakteri, maupun jamur sebagai sumber suatu penyakit.*

**Kata Kunci:** PAUD, PHBS, Cuci Tangan, Pencegahan Virus corona

### PENDAHULUAN

Awal tahun 2020, dunia digemparkan dengan adanya virus baru yaitu coronavirus jenis baru yaitu SARS-CoV-2 dan penyakitnya disebut *Coronavirus disease 2019* (COVID-

19). Asal mula virus ini berasal dari Wuhan, Tiongkok. Sampai saat ini sudah dipastikan terdapat 65 negara yang telah terjangkit virus ini, termasuk Indonesia (PDPI, 2020). Gejalanya mirip dengan flu biasa, namun sampai saat ini virus ini memiliki fatalitas lebih tinggi. Virus ini juga menyebar dengan sangat cepat karena bisa pindah dari orang ke orang bahkan sebelum orang tersebut menunjukkan gejala. COVID-19 menyebar dengan cepat. Orang dapat terinfeksi tanpa menunjukkan gejala, namun tetap dapat menyebarkannya ke orang lain.

COVID-19 ini dapat menyebar melalui tetesan kecil (droplet) dari hidung atau mulut pada saat seseorang batuk atau bersin. Droplet tersebut kemudian jatuh pada benda di sekitarnya. Kemudian jika ada orang lain menyentuh benda yang sudah terkontaminasi dengan droplet tersebut, lalu orang itu menyentuh mata, hidung atau mulut, maka orang itu dapat terinfeksi COVID-19. Oleh karena itu, pemerintah saat ini selalu mensosialisasikan tentang pencegahan penyebaran COVID-19 berupa melakukan *social distancing*, Hindari menyentuh wajah, terutama hidung, mulut dan mata, bersihkan permukaan benda yang disentuh banyak orang, *physical distancing*, jaga jarak 1-3 meter dengan sesama, tetap tinggal di rumah, hindari bepergian ke tempat umum bila tidak perlu, selalu menggunakan masker jika harus keluar rumah dan berinteraksi langsung dengan orang lain dan sering cuci tangan dengan sabun atau *handsanitizer* (Yuliana, 2020).

Namun langkah yang diterapkan oleh pemerintah tidak akan berjalan dengan lancar tanpa adanya ketidakpedulian dan ketidaktahuan masyarakat akan dampak buruk yang ditimbulkan kedepannya. Oleh karena itu, melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini kami memberikan pengetahuan dan kemampuan kepada siswa SPS PAUD Darussalam Desa Tambakbaya dalam mengantisipasi penyebaran COVID-19 melalui gerakan mencuci tangan yang baik dan benar. Pengetahuan akan pencegahan penyebaran virus COVID-19 bagi anak-anak usia dini sangat penting untuk dilakukan karena anak-anak fitrahnya adalah bermain dan kebanyakan anak-anak tidak sadar akan pentingnya membersihkan tangan terlebih dahulu sebelum dan sesudah melakukan aktivitasnya baik didalam maupun diluar sekolah. Jika kita tidak melakukan upaya pencegahan sedini mungkin, jumlah orang terinfeksi akan semakin banyak dan fasilitas layanan kesehatan akan kewalahan sehingga banyak kasus akan tidak tertangani.

## **METODE PELAKSANAAN**

Bagian Pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang Pendidikan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui gerakan mencuci tangan yang baik dan benar. Beberapa tahapan yang dilakukan pada pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sebagai berikut:

### **Tahap Persiapan**

Mengunjungi lokasi dan melakukan wawancara kepada kepala Desa untuk mengetahui profil Desa Tambakbaya, Kecamatan Cisarupan, Kabupaten Garut, Provinsi

Jawa Barat dan menyiapkan sarana prasarana yang dibutuhkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

#### Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan penyuluhan dan edukasi kepada siswa SPS PAUD Darussalam ini menggunakan prinsip bahwa setiap informasi yang diterima oleh siswa sebaiknya melalui proses, mendengar, mengetahui, mencoba, melaksanakan dan mengevaluasi. Oleh karena itu, agar setiap proses berlangsung dengan baik, maka penyampaian materi kepada siswa dilakukan dengan tahapan penjelasan, diskusi, dan praktek. Materi penyuluhan yang disampaikan adalah sebagai berikut: (a) Penjelasan tentang program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada pendidikan anak usia dini. (b) Penjelasan tentang kegiatan cuci tangan pakai sabun pada pendidikan anak usia dini. (c) Praktek 7 langkah mencuci tangan menggunakan sabun dengan baik dan benar.

#### Tahap Evaluasi pelaksanaan

Tahap evaluasi pelaksanaan program di lapangan setelah kegiatan ini selesai dilaksanakan adalah dengan terus membangun komunikasi dan dan memberikan informasi-informasi yang penting dengan Guru SPS PAUD Darussalam Desa Tambakbaya dan juga kepala Desa Tambakbaya, Kecamatan Cisurupan, Kabupaten Garut, Provinsi Jawa Barat.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Perilaku hidup bersih sehat (PHBS) pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai pola hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur-jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. (Permenkes, 2011). Berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat. Perilaku hidup sehat khususnya untuk anak usia dini adalah praktik kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari baik selama siswa berada di kelas maupun di luar kelas seperti siswa melakukan cuci tangan dengan sabun (Gustina, et.al., 2018).

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan pada bulan Agustus 2020 bertempat di gedung sekolah SPS PAUD Darussalam Desa Tambakbaya. Peserta pada kegiatan ini adalah anak-anak sekolah SPS PAUD Darussalam yang berada di Desa Tambakbaya, Kecamatan Cisurupan, Kabupaten Garut, Provinsi Jawa Barat dapat dilihat pada Gambar 1 dan Gambar 2.



Gambar 1. Pemberian materi tentang cara cuci tangan yang baik pada siswa SPS PAUD Desa Tambakbaya

Materi yang diberikan adalah materi penyuluhan tentang cuci tangan yang baik dan benar. Pengukuran kemampuan pemahaman siswa tidak dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan instrument khusus melainkan hanya secara kualitatif dari proses diskusi dan tanya jawab yang berlangsung setelah pemaparan materi. Setelah materi diberikan, siswa diminta untuk menjelaskan dan memperagakan kembali terkait dengan materi yang telah diberikan. Pemberian materi ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada siswa SPS PAUD Darussalam tentang pentingnya cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah melakukan aktivitas, seperti cuci tangan sebelum dan sesudah makan.



Gambar 2. Praktik mencuci tangan dengan 7 langkah menggunakan sabun dan air mengalir

Menyiapkan tempat cuci tangan dengan sabun di area publik merupakan salah satu bentuk tindakan dalam mencegah penyebaran virus COVID-19. Oleh karena itu, dengan adanya penyediaan sarana tempat cuci tangan ditempat umum ini diharapkan dapat memberikan perlindungan secara maksimal kepada masyarakat khususnya untuk anak SPS PAUD Darussalam Desa Tambakbaya.

Sering mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu bentuk langkah pencegahan penyebaran COVID-19. COVID-19 saat ini memberikan dampak yang baik

seperti dahulu mencuci tangan dianggap hal sepele sebelum dan sesudah melakukan aktivitas sehari-hari, namun karena pandemi corona saat ini masyarakat lebih memperhatikan kesehatannya karena takut terinfeksi corona.

Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir adalah hal wajib yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatan tubuh. Mencuci tangan dengan sabun sangat penting untuk dilakukan karena kuman dan virus dapat bertahan hidup hingga 2 jam di atas permukaan kulit, meja, gagang pintu, mainan, dan lain-lain. Kebersihan tangan yang tidak terpelihara dengan baik dapat menyebabkan timbulnya suatu penyakit seperti diare, batuk, pilek, dan demam (Gustina, *et.al.*, 2018). Agar kebersihan tangan tetap terjaga, anak sebaiknya sering mencuci tangan dengan sabun dan air selama 20 detik hingga bersih (Ruswanto, *et.al.*, 2021) sebelum dan sesudah melakukan aktivitas baik di dalam maupun diluar sekolah.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan kegiatan penyuluhan dan edukasi akan pentingnya pelatihan cuci tangan dengan baik dan benar pada siswa SPS Darussalam ini dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dan lancar. Para siswa juga sangat antusias dan dapat bekerjasama dengan baik, serta dapat mempraktikkan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebagai langkah untuk mencegah penyebaran COVID-19 ditingkat individu, keluarga dan lingkungan. Sosialisasi ini memiliki manfaat besar dalam menimbulkan kesadaran bagi anak dalam pencegahan dari organisme berbahaya seperti virus, bakteri, maupun jamur sebagai sumber suatu penyakit.

Saran yang dapat digunakan pada pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah hendaknya para siswa didampingi oleh guru dan orangtua dapat mempertahankan perilaku dan gaya hidup sehatnya, dan melakukan evaluasi yang berkelanjutan sebagai upaya mandiri dalam mencegah penyebaran virus COVID-19.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada: (1) Kepala Desa Tambakbaya yang telah memberikan data dan sumber informasi serta ijin pengabdian kepada masyarakat. (2) Dekan Fakultas MIPA Universitas Garut yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk menyelesaikan pengabdian ini. (3) Kepala sekolah, seluruh guru dan siswa SPS PAUD Darussalam Desa Tambakbaya yang telah berkenan untuk berpartisipasi dalam kegiatan ini. (4) Warga Desa Tambakbaya Kecamatan Cisarupan, Kabupaten Garut, Provinsi Jawa Barat, yang telah memberikan dukungan dan sambutan yang begitu hangat dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## **DAFTAR RUJUKAN**

Gustina, E., Fakhri A., Wawan S., (2018). Peningkatan Perilaku Sehat pada Siswa Sekolah Dasar melalui PHBS di Desa Gondanglegi dan Pucangan, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat*. 2(1), 59-64.

Peraturan menteri Kesehatan Republik Indonesia (2011). *Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Jakarta.

Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (2020). *Panduan Praktis Klinis : Pneumonia 2019-nCoV*. PDPI: Jakarta.

Ruswanto, R., Amin, S., Yuliana, A., Nofianti, T., Rahayuningsih, N., Rahmiyani, I, ... & Priatna, M. (2021). Penyuluhan Covid-19 dan Workshop Pembuatan Hand Sanitizer di Pondok Pesantren Suryalaya Tasikmalaya. *J-ABDIPAMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 5(1), 87-94.

Yuliana (2020). Corona Virus Disease (Covid 19): Sebuah Studi Literatur. *Wellness and Healthy Magazine*. 2(1), 187-192.