

UPAYA PENCEGAHAN PENYEBARAN COVID - 19 MELALUI PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DAN PELATIHAN MENCUCI TANGAN

**Indra Elisabet Lalangpuling, Novie Trisyani,
Befani Adytia Febriana, Sabrina P.M. Pinontoan**

Jurusan Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Kemenkes Manado
indra_elisabet@yahoo.com

Abstract

One of the habits in implementing the new normal to minimize the spread of the covid-19 virus is the application of Clean and Healthy Lifestyle (PHBS). The purpose of implementing this community service activity is through counseling activities for Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), the people of Kalasey Dua Village can apply the habit of washing their hands properly. The community service activities began with pre-test activities to measure participants' knowledge about the implementation of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) by the Team. Furthermore, material on the implementation of PHBS by the Head of the Tateli Health Center and training on 6 steps of washing hands was given by the team and immediately demonstrated using the hand washing facilities provided by the team. The participants of the activity were given donations of hand washing equipment in the form of water containers, hand washing soap and hand sanitizers. At the end of the activity, a post-test was carried out to measure the knowledge of the participants after participating in the counseling activity. The implementation of Community Service activities went well and was attended by all participants enthusiastically from the beginning to the end of the activity. The suggestion from this activity is that this activity can be carried out continuously with younger age group participants to prevent the transmission of infectious diseases and improve the quality of health life.

Keywords: Covid-19, PHBS, Hand washing, Kasasey Dua, North Sulawesi.

Abstrak

Salah satu kebiasaan dalam penerapan normal baru untuk meminimalisir penyebaran virus covid-19 adalah penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melalui kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), masyarakat Desa Kalasey Dua dapat menerapkan kebiasaan mencuci tangan dengan benar. Jalannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan kegiatan pre test untuk mengukur pengetahuan peserta tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) oleh Tim. Selanjutnya diberikan materi tentang Penerapan PHBS oleh Kepala Puskesmas Tateli dan pelatihan 6 langkah mencuci tangan oleh Tim dan langsung dilakukan peragaan dengan menggunakan fasilitas cuci tangan yang disediakan oleh Tim. Kepada peserta kegiatan diberikan donasi perlengkapan mencuci tangan berupa penampung air, sabun cuci tangan dan hand sanitizer. Di akhir kegiatan dilakukan kegiatan post test untuk mengukur pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berlangsung dengan baik dan diikuti oleh semua peserta dengan antusias sejak awal hingga akhir kegiatan. Saran dari kegiatan ini adalah kegiatan ini dapat dilakukan berkelanjutan dengan peserta kegiatan pada kalangan usia yang lebih muda untuk pencegahan transmisi penyakit infeksi dan peningkatan kualitas kehidupan kesehatan.

Kata kunci: Covid-19, PHBS, Cuci tangan, Kalasey 2, Sulawesi Utara.

PENDAHULUAN

Kasus Covid-19 di Indonesia merupakan bagian dari pandemi penyakit koronavirus 2019 (Covid-19) yang sedang berlangsung di seluruh dunia. Penyakit ini disebabkan oleh koronavirus sindrom pernapasan akut berat 2 (SARS-CoV-2). Kasus positif Covid-19 di Indonesia pertama kali dideteksi pada 2 Maret 2020, ketika dua orang terkonfirmasi tertular dari seorang warga negara Jepang. Dalam waktu yang sangat cepat kasus positif Covid-19 menyebar ke berbagai provinsi di Indonesia, termasuk Sulawesi Utara. Kasus positif di Sulawesi Utara ditemukan untuk pertama kalinya pada 9 Maret 2020 sebanyak 1 kasus. Pasien ini diketahui baru pulang dari umrah di Tanah Suci dan masuk ruang rawat isolasi RSUP Prof. dr. R.D Kandou Manado.

Akibat yang dirasakan karena pandemic covid-19 dialami pada berbagai sektor. Pada sektor kesehatan didapati bahwa kasus kematian meningkat selain dikarenakan infeksi virus covid-19, juga karena pembatasan pelayanan kesehatan. Pada sektor ekonomi terjadi perubahan penawaran permintaan barang dan jasa, peningkatan kemiskinan dan ketidakstabilan harga; selain itu terjadi penurunan pendapatan masyarakat tanpa adanya perubahan pola konsumsi. Kasus Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) juga meningkat karena faktor ekonomi dan frustasi dalam keluarga.

Sejak ditetapkannya negara Indonesia sebagai darurat bencana corona berdasarkan saran dari WHO, maka pemerintah mengambil beberapa langkah yang ditetapkan sebagai kebijakan untuk pencegahan penularan Covid-19 ini. Untuk mengantisipasi dan mengurangi jumlah penderita virus

corona di Indonesia dilakukan beberapa kebijakan di seluruh daerah. Diantaranya dengan memberikan kebijakan membatasi aktifitas keluar rumah, kegiatan sekolah dirumahkan, bekerja dari rumah (work from home), bahkan kegiatan beribadah pun dirumahkan. Hal ini sudah menjadi kebijakan pemerintah berdasarkan pertimbangan-pertimbangan yang sudah melalui analisa yang mendalam. Kebijakan ini diharapkan mampu mengatasi masalah yang terjadi di masyarakat yang berorientasi pada pemenuhan kebutuhan dan kepentingan masyarakat

Diantara protokol covid yang sering disosialisasikan kepada masyarakat adalah kebiasaan menggunakan masker di tempat umum, sering mencuci tangan dan jaga jarak (social distancing). Kegiatan ini telah didukung oleh berbagai pihak baik secara perorangan, kelompok sosial ataupun secara kelembagaan. Hal ini menunjukkan adanya kepedulian yang besar untuk bersama-sama memutus mata rantai penularan Covid-19. Penelitian di Inggris menunjukkan bahwa hanya separuh orang yang benar-benar mencuci tangannya setelah Buan Air Besar (BAB) atau Buang Air Kecil (BAK), bahkan penelitian di Amerika menunjukkan bahwa dokter banyak yang lupa mencuci tangannya setelah menangani satu pasien dan berganti ke pasien lainnya. Penelitian yang dilakukan di Karachi, Pakistan menunjukkan intervensi mencuci tangan dengan sabun secara benar dan intensif dapat menurunkan separuh (50%) dari penderita diare. Adanya hubungan antara pengetahuan dan perilaku mencuci tangan

Berdasarkan uraian di atas, Tim Pengabdian Masyarakat merasa terpanggil untuk dapat mengambil bagian dalam upaya pemutusan mata

rantai penyebaran Covid 19. Kegiatan yang dilakukan melalui kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan pelatihan mencuci tangan dengan benar kepada masyarakat di Desa Kalasey Dua, Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara

METODE

Kegiatan pengabdian ini bertema Upaya Pencegahan Penyebaran Covid-19 melalui kegiatan penyuluhan PHBS dan pelatihan mencuci tangan pada masyarakat di Desa Kalasey Dua Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara. Kegiatan ini diselenggarakan di Balai Desa Kalasey Dua Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara.

Kegiatan diawali dengan koordinasi kepada pihak perangkat Desa Kalasey 2 mengenai tujuan, sasaran dan waktu pelaksanaan kegiatan. Tujuan pelaksanaan kegiatan ini adalah diharapkan melalui kegiatan ini masyarakat umum secara mandiri dapat menangani pencegahan penularan Covid-19. Sasaran kegiatan diharapkan dapat menjangkau seluruh masyarakat Desa Kalasey 2 namun karena adanya keterbatasan maka peserta kegiatan dibatasi perwakilan setiap Lingkungan (Jaga) yaitu kader-kader yang diharapkan dapat menjadi contoh (*role model*) dalam penerapan substansi yang dilatihkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Koordinasi juga dilakukan dengan pihak Puskesmas Tateli dimana Desa Kalasey 2 merupakan wilayah pelayanan Puskesmas Tateli. Koordinasi dilakukan untuk meminta keterlibatan pihak Puskesmas dalam kegiatan Pengabdian masyarakat dimana Kepala Puskesmas Tateli menjadi salah satu pemateri.

Jalannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan

kegiatan pre test untuk mengukur pengetahuan peserta tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) oleh Tim. Selanjutnya diberikan materi tentang Penerapan PHBS oleh Kepala Puskesmas Tateli dan pelatihan 6 langkah mencuci tangan oleh Tim dan langsung dilakukan peragaan dengan menggunakan fasilitas cuci tangan yang disediakan oleh Tim. Kepada peserta kegiatan diberikan donasi perlengkapan mencuci tangan berupa penampung air, sabun cuci tangan dan *hand sanitizer*. Di akhir kegiatan dilakukan kegiatan post test untuk mengukur pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh 35 peserta yang terdiri didominasi oleh peserta perempuan. Perempuan lebih antusias mengikuti kegiatan-kegiatan penyuluhan karena Perempuan mengalami kesulitan yang lebih tinggi dalam menghadapi pandemic covid-19 dibandingkan laki-laki dari sisi ekonomi dan kesehatan karena tanggung jawab perempuan sebagai *care economy*.

Pretest yang diberikan bertujuan untuk mengukur pengetahuan peserta tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta cara pencegahan penularan infeksi virus covid-19. Hasil test menunjukkan rata-rata 51,7 % peserta menjawab benar dari soal yang diberikan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan setelah kegiatan pre test. Penyuluhan tentang penerapan PHBS dalam rangka pencegahan penyakit infeksi khususnya penyebaran covid-19 diberikan oleh Kepala Puskesmas Tateli. Edukasi diberikan dalam bentuk penyuluhan, kegiatan yang dilakukan melalui edukasi cuci tangan pakai sabun pada anak dalam bentuk penyuluhan meningkatkan 100% pengetahuan

tentang bagaimana mencuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar. Selain itu, Pelatihan dan simulasi dapat meningkatkan pengetahuan tentang cara mencuci tangan yang benar sesuai standar *World Health Organisation* (WHO).

Materi yang diberikan terdiri dari jenis-jenis PHBS, komponen-komponen yang termasuk dalam PHBS rumah tangga dan manfaat cuci tangan dalam pencegahan penyebaran infeksi covid-19. Kegiatan penyuluhan ditutup dengan pelatihan mencuci tangan yang dibantu oleh para mahasiswa. Mencuci tangan dengan langkah-langkah yang benar yaitu enam (6) langkah mencuci tangan sesuai standar dari Kementerian Kesehatan.



Gambar 3.4 Pelatihan Enam (6) Langkah Mencuci Tangan



Gambar 3.5 Simulasi Mencuci Tangan Pakai Sabun



Gambar 3.1 Sambutan Tim Pengabmas Poltekkes Manado



Gambar 3.6 Pemberian Donasi Perlengkapan Mencuci Tangan



Gambar 3.2 Pre Test



Gambar 3.7 Post Tes



Gambar 3.3 Pemaparan Materi PHBS Oleh Kepala Puskesmas Tateli



Gambar 3.8 Tim Pengabmas Poltekkes Manado 2022

Pembagian donasi dilakukan untuk membantu para peserta dalam menyiapkan sarana untuk dapat menerapkan kebiasaan mencuci tangan sesuai dengan pelatihan yang diperoleh melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Donasi yang diberikan berupa wadah penampung air, sabun mencuci tangan yang berbentuk cair dan *hand sanitizer* yang dapat digunakan jika tidak menggunakan air dalam menjaga kebersihan tangan. Penggunaan *hans sanitizer* dan sabun dapat menurunkan jumlah koloni bakteri pada tangan, dan *sanitizer* yang mengandung alcohol 70% sangat efektif menurunkan jumlah kuman

Post Test dilakukan pada akhir kegiatan. Soal yang diberikan sama dengan soal yang diberikan pada kegiatan pretest. Dari hasil post test diperoleh rata-rata 80,3% peserta menjawab dengan benar soal yang diberikan. Kenaikan pengetahuan peserta sebesar 28,57%.

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berlangsung dengan baik dan diikuti oleh semua peserta dengan antusias sejak awal hingga akhir kegiatan. Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap pentingnya perilaku mencuci tangan dengan sabun untuk menghindari penyakit infeksi dan diberikan donasi prasarana untuk membantu masyarakat dalam penerapan

PHBS khususnya kebiasaan mencuci tangan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Manado atas kesempatan melaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dan bantuan dana dalam penyelenggaraannya

Perangkat Desa Kalasey 2, Kecamatan Mandolang, Kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara atas kesediaan menerima Tim untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Puskesmas Tateli atas dukungan dari Kepala Puskesmas sebagai pemateri dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Aeni N (2021). Pandemi Covid-19: Dampak Kesehatan, Ekonomi dan Sosial. *Jurnal Litbang*, 17: 1, 17-34
- Chairani I (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Gender di Indonesia. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, Juni 2020, 39-42
- Hasanah U dan Mahardika D. R (2020). Edukasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Usia Dini Untuk Pencegahan Transmisi Penyakit. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. 150-UMJ-KS : 1-9
- Haryani S. et.al (2021). Pengetahuan dan Perilaku Mencuci Tangan Pada Siswa SMK Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19. *Cendekia Utama*, 10:1, 85-91
- Infodatin (2014). Perilaku Mencuci Tangan Pakai Sabun di Indonesia. Kemenkes RI, Jakarta

- Kemendes RI (. . .). Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun. Kemendes RI, Jakarta
- Kurniasih E.P (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Penurunan Kesejahteraan Masyarakat Kota Pontianak. *Prosiding Seminar Akademik Tahunan Ilmu Ekonomi dan Studi Pembangunan 2020*, JEL:131, 277-289
- Panirman L. et.al (2021). Manajemen Enam Langkah Cuci Tangan Menurut Ketentuan WHO Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19. *Jurnal Abdi Masyarakat HumanisI*, 2:2, 105-113
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (2020). Panduan Praktek Klinis (PPK). Pengurus Pusat Perhimpunan Dokter Paru Indonesia, Jakarta
- Sinanto R.A dan Djannah S.N (2020). Efektivitas Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Upaya Pencegahan Infeksi : Tinjauan Literatur. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 8:2, 96-111
- Zhou Wang.et.al (2020). A Handbook of 2019-nCoV Pneumonia Control and Prevention. Hubei Science and Technology Press