



JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
<http://ojs.uninus.ac.id/index.php/JPKM>
DOI: <https://doi.org/10.30999/jpkm.v12i2.2129>



GERAKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI MASA PANDEMI COVID-19 PADA ANAK DI YAYASAN USK “UNTUKMU SI KECIL” KABUPATEN JEMBER

Fifteen Aprila Fajrina^{a*}, Ika Puspita Dewia^b

^aFakultas Farmasi Universitas, ^bKelompok Riset Preclinical Pharmacology, Fakultas Farmasi Universitas Jember, Jl. Kalimantan I/2, Jember

email: fifteen.farmasi@unej.ac.id

Naskah diterima; Agustus 2022; disetujui November 2022; publikasi online Desember 2022

Abstrak

Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit yang disebabkan oleh severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Di Indonesia sendiri, kasus ini pertama kali diumumkan secara resmi pada 2 Maret 2020. Hingga saat ini, COVID-19 belum juga mereda sehingga salah satu cara untuk meminimalkan resiko keparahan akibat COVID-19 adalah melalui edukasi. Salah satu bentuk edukasi untuk pencegahan dari COVID-19 yang dapat dilakukan oleh masyarakat dengan mudah adalah peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). PHBS ini seyogyanya dimulai dari usia dini. Pada kenyataannya, banyak anak usia sekolah yang kurang memahami pentingnya hidup sehat, contoh yang paling sederhana adalah membiasakan menggunakan hand sanitizer, serta penggunaan masker saat ke luar rumah. Oleh sebab itu sosialisasi ini dilakukan dengan bertarget apad anak-anak sekolah di salah satu Yayasan pendidikan di Kabupaten Jember yaitu USK “Untukmu Si Kecil” Rumah Belajar dan Rumah Bermain yang terletak di Jl. Sumatra VI/35C Kelurahan Sumbersari, Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember. Tujuan dari kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan anak-anak SD terhadap bahaya COVID-19 serta bagaimana cara pencegahan yang dapat di lakukan dalam kegiatan sehari-hari. Untuk mempermudah pemahaman mengenai bahaya COVID-19 dan pencegahannya, maka dilakukan edukasi. Kegiatan pengabdian ini akan dilakukan dalam 3 metode, yaitu: (1) Edukasi dan praktek PHBS pada anak-anak USK Untukmu Si Kecil melalui buku bergambar, serta (2) Pengenalan tanaman obat keluarga (TOGA). Setelah sosialisasi ini anak-anak di Yayasan USK telah menunjukkan peningkatan pengetahuan mengenai PHBS.

Kata kunci: COVID-19, PHBS, TOGA, USK Untukmu Si Kecil

Abstract

Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) is a disease caused by severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2). In Indonesia, this case was first officially announced on March 2, 2020. Until now, COVID-19 has not subsided, so one way to overcome the damage caused by COVID-19 is through education. One form of education for the prevention of COVID-19 that can be done easily by the community is to increase clean and healthy living behavior (PHBS). PHBS should be started from an early age. Many school-age children do not understand the importance of healthy living, the simplest examples are using hand sanitizers, and using masks when outside the home. Therefore, this socialization was carried out with a target for school children at one of the educational foundations in Jember Regency, namely USK "Untukmu Si Kecil" the Learning House and Playhouse located on Jl. Sumatra VI/35C Sumbersari Village, Sumbersari District, Jember Regency. The purpose of this activity is to increase the knowledge of elementary school children about the dangers of COVID-19 and how to prevent it in daily activities. To facilitate understanding of the dangers of COVID-19 and its prevention, education is carried out. This service activity will be carried out in 3 methods, namely: (1) PHBS education and practice for the children of USK For Your Little One through picture books, and (2) Introduction to family medicinal plants (TOGA). After this socialization, the children at the USK Foundation have shown increased knowledge about PHBS.

Keywords: COVID-19, PHBS, TOGA, USK Untukmu Si Kecil

A. PENDAHULUAN

Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit yang disebabkan oleh severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Virus ini dikenal sebagai virus jenis baru dari keluarga Coronavirus yang menyebabkan manifestasi gangguan pada sistem pernafasan (Huang dkk., 2020). Virus ini ditularkan melal ui kontak langsung dengan penderita, droplet yang dikeluarkan saat batuk atau bersin, serta tangan yang menyentuh benda yang telah terkontaminasi oleh virus.

COVID-19 ini pertama kali ditemukan di Wuhan, Cina dan pada awal tahun 2020 telah menyebar ke berbagai negara di seluruh dunia sehingga ditetapkan sebagai pandemi oleh WHO sejak 11 Maret 2020 (Yuki dkk., 2020). Di Indonesia sendiri, kasus ini pertama kali diumumkan secara resmi pada 2 Maret 2020. Hingga hari ini jumlah pasien positif COVID-19 masih meningkat dengan tajam. Berdasarkan update data terkini tanggal 2 Mei 2020, setidaknya terdapat 10.843 pasien terindikasi positif dengan jumlah kematian sebanyak 831 orang dan pasien yang sembuh sebanyak 1.665 pasien. Persentase kematian akibat COVID-19 di Indonesia berkisar 8%, dimana persentase ini lebih besar dibandingkan rerata persentase kematian di China sebagai negara pertama yang melaporkan COVID-19 yaitu 3% (Kementrian Kesehatan RI (online), 2020).

Berdasarkan laporan nasional, Jawa Timur merupakan provinsi terbanyak kedua di Indonesia dengan jumlah pasien positif COVID-19 (Pemprov Jawa Timur (online), 2020). Berdasarkan data yang ada per 2 Mei 2020, jumlah pasien positif COVID-19 mengalami peningkatan menjadi 11 pasien dengan kematian (Pemkab Jember (online), 2020). Jumlah ini cukup mengkhawatirkan karena menunjukkan kecenderungan bertambah setiap harinya. Dari semua kecamatan yang teridentifikasi positif COVID-19, Kecamatan Sumbersari merupakan salah satu Kecamatan yang belum menunjukkan adanya pasien positif COVID-19. Meskipun demikian, hal ini tentu saja masih merisaukan

mengingat pantauan terbaru, jumlah masyarakat yang berkendara di sekitar kampus masih sangat tinggi terutama pada saat menjelang berbuka. Area di sekitar Jalan Jawa, Kalimantan, Mastrip dan Sumatra dipenuhi oleh pedagang dan pembeli hingga seringkali menyebabkan kemacetan. Kondisi ini tentunya sangat riskan mengingat penyebaran COVID-19 yang melum menunjukkan gejala mereda dan bahkan mulai menunjukkan adanya transmisi lokal.

Edukasi, merupakan salah satu upaya penanggulangan COVID-19 yang sangat penting COVID-19 akan menyebabkan peningkatan jumlah pasien positif dan tentunya akan membebani pemerintah daerah dalam mengelola pasien. Bentuk edukasi yang ada saat ini adalah melalui leaflet, brosur, webinar ataupun kegiatan lainnya yang bertujuan sebagai upaya pencegahan dan penanggulangan COVID-19. Salah satu bentuk pencegahan dari COVID-19 yang dapat dilakukan oleh masyarakat dengan mudah adalah peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi penyakit yang cukup tinggi. Salah satu hal yang menyebabkan adalah rendahnya kesadaran masyarakat untuk menjaga kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh *Frontiers of Health* tahun 2014 di Jawa Barat, hampir tidak ada peningkatan yang signifikan pada perilaku hidup sehat masyarakat berkisar antara 44-52,9% dan tidak berbeda signifikan dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Salah satu upaya yang diharapkan mampu meningkatkan perilaku hidup sehat adalah melalui promosi kesehatan.

Peningkatan perilaku hidup sehat, seyogyanya dimulai dari usia dini. Pada kenyataannya, banyak anak usia sekolah yang kurang memahami pentingnya hidup sehat, contoh yang paling sederhana adalah membiasakan mencuci tangan dengan sabun antiseptik menggunakan hand sanitizer, pelaksanaan desinfeksi di rumah serta penggunaan masker saat ke luar rumah (Inayah dkk. 2018).

USK “Untukmu Si Kecil” Rumah Belajar dan Rumah Bermain yang terletak di Jl. Sumatra VI/35C Kelurahan Sumbersari, Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur, merupakan suatu Yayasan yang mencoba untuk membantu pemerintah dan masyarakat dalam usahanya mempersiapkan anak bangsa dari “kelompok kecil, yang berezeki kecil”, menjadi warga yang lebih cerdas, kreatif, terampil, tangguh, toleran dan cinta Tanah Air. Yayasan yang didirikan pada tahun 1998 ini, berawal dari keprihatinan melihat anak-anak dari “keluarga masyarakat kecil” yang kurang mampu, tidak terarah, dan tidak sempat menikmati fasilitas belajar dan bermain yang memadai. Saat ini USK telah menjadi tempat berkumpulnya anak-anak di Lingkungan Tegal Boto Kidul yang secara rutin melakukan berbagai kegiatan salah satunya kelompok baca (Untukmu si Kecil (online), 2016).

Tujuan dari kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan anak-anak SD terhadap bahaya COVID-19 serta bagaimana cara pencegahan yang dapat dilakukan dalam kegiatan sehari-hari. Untuk mempermudah pemahaman mengenai bahaya COVID-19 dan pencegahannya, maka dilakukan edukasi melalui poster yang berisikan ilustrasi mengenai COVID-19, penyebaran, bahaya serta pencegahannya melalui praktekd PHBS yang meliputi: membiasakan menggunakan hand sanitizer, serta penggunaan masker saat ke luar rumah. Edukasi ini juga bertujuan mengenalkan dan menanam beberapa tanaman obat (TOGA) yang dapat bermanfaat dalam meningkatkan imunitas untuk mencegah terjangkitnya COVID-19.

Manfaat dari kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya anak-anak terhadap bahaya COVID-19 dan pencegahannya melalui edukasi PHBS. Edukasi ini diharapkan dapat membantu membatasi dan meminimalisir penyebaran COVID-19 sehingga jumlah pasien yang terinfeksi menurun hingga menjadi tidak ada sama sekali.

B. METODE

Untuk mengatasi permasalahan terkait rendahnya PHBS pada anak-anak terkait pencegahan COVID-19, maka solusi yang diberikan dan target luaran yang ingin dicapai adalah: (1) Modul yang berisi mengenai pengenalan COVID-19, penyebaran COVID-19, edukasi mengenai PHBS yang meliputi cara mencuci tangan yang baik dengan sabun antiseptik, penggunaan handsanitizer, dan penggunaan masker saat keluar rumah (2) Pengenalan TOGA.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 5 Desember 2021 di USK Untukmu Si Kecil, Jalan Sumatran 6/35C, Kelurahan Sumbersari, Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember. Kegiatan pengabdian ini akan dilakukan dalam 3 metode, yaitu: (1) Pembuatan modul COVID-19 yang berisi mengenai edukasi mengenai PHBS pada anak yang meliputi cara mencuci tangan yang baik dengan sabun antiseptik, penggunaan masker saat keluar rumah, dan lainnya (2) Edukasi dan praktek pada anak-anak USK Untukmu Si Kecil melalui buku bergambar yang dibuatkan videonya, serta (3) Pengenalan TOGA yang dapat meningkatkan imunitas untuk selama masa pandemic COVID-19.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program edukasi ini diikuti oleh 20 orang anak yang berada di bawah naungan Yayasan USK Untukmu Si Kecil, dengan rentang Pendidikan SD hingga SMP. Edukasi diberikan melalui dua sesi, yang pertama mengenai PHBS dan kedua mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA).

Edukasi pertama dilakukan melalui pemberian buku yang berisikan ilustrasi mengenai praktek PHBS pada anak yang meliputi: cuci tangan pakai sabun, pakai masker, jaga jarak, buang sampah pada tempatnya, jaga kebersihan jamban, manajemen kebersihan mesntruasi, gosok gigi, gunakan air bersih, minum obat cacing secara berkala, lakukan aktivitas fisik, dan konsumsi

makanan sehat dan bergizi. Pada sesi ini, anak-anak diminta mempraktekkan cara mencuci tangan yang benar sesuai petunjuk WHO (yaitu cuci tangan enam langkah) menggunakan lirik yang diiringi music lagu “Balonku Ada Lima”. Tujuan menggunakan lirik lagu dan music adalah untuk mempermudah mengingat enam Langkah tersebut.

Edukasi kedua dilakukan mengenai pengenalan 5 macam TOGA yaitu kencur, kunci, jahe, lengkuas, dan kunyit. Anak-anak diminta mengenali kelimanya dan menyebutkan manfaat apa saja di balik TOGA tersebut. Pada sesi ini anak-anak terbagi menjadi 3 kelompok dengan usia yang berjenjang.

Pada akhir dari semua materi, diadakan lomba yaitu lomba cara mencuci tangan yang dilakukan secara individu dan lomba pengenalan TOGA yang dilakukan secara berkelompok. Pada lomba cuci tangan diperoleh tiga juara pada masing-masing kelompok usia dan pada lomba pengenalan TOGA ada satu juara kelompok.

Hasil kegiatan ini telah dipublikasikan melalui web (<https://farmasi.unej.ac.id/>) dan youtube (<https://www.youtube.com/watch?v=ZuGfrhvb4Vo>) Fakultas Farmasi Universitas Jember. Selain itu kegiatan ini menghasilkan modul PHBS yang ditujukan khusus pada anak. Setelah selesainya program ini diharapkan anak-anak di usia sekolah mampu meningkatkan protokol kesehatan untuk mencegah COVID-19.

D. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi PHBS dan pengenalan TOGA untuk mencegah COVID-19 pada anak usia sekolah di Yayasan USK Untukmu Si Kecil diikuti oleh 20 orang anak. Pada akhir kegiatan setelah dilakukan tes, semua anak telah mampu memahami pentingnya PHBS dan TOGA apa saja yang penting untuk pencegahan COVID-19.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Jember yang telah memberikan bantuan dana Hibah Stimulus 2021. Ucapan terima kasih juga disampaikan Kepada Yasiroh Azmil Fausiana nasution, Nadia Kholidatul Yumna, dan Hesti Nur Rahmawati atas bantuannya selama pelaksanaan kegiatan pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adipta, H., Maryaeni, Hasanah, M., 2016. Pemanfaatan Buku Cerita Bergambar Sebagai Sumber Bacaan Siswa SD., Jurnal Pendidikan: teori, penelitian dan pengembangan, 1(5): 989-992.
- Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, K., Hu, Y., 2020. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet*. 395(2020): 497-506.
- Inayah, R., Arfajah, Aini, L., 2018. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Serut Kecamatan Panti Kabupaten Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*. edisi khusus: 137-140.
- Mitchell, D. 2003. *Children's Literature an Imitation to the Word*. Michigan State University.
- Yuki, K., Fujiogi, M., Koutsogiannaki, S., 2020. COVID-19 Pathophysiology: a review. *Clinical Immunology*. 215(2020): 108427.
- <https://covid19.kemkes.go.id>
- <http://infocovid19.jatimprov.go.id>
- <https://republika.co.id/berita/q9r273484/jatim-kini-urutan-kedua-nasional-terbanyak-positif-covid19>, diunduh tanggal 27 April 2021

<http://untukmusikecil.blogspot.com/2016/12/v-behaviorurldefaultvml.o.html#more>, diunduh tanggal 27 April 2021.

<http://www.jemberkab.go.id/data-covid-19/>