

## SOSIALISASI PENCEGAHAN COVID-19 DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI RT.10 KELURAHAN POJOK, KOTA KEDIRI

Yeni Frilia Sabbok<sup>1</sup>, Ferlina Jaizah Agustin<sup>2</sup>, Delja Ayuk Rasidi<sup>3</sup>,  
Arif Nurma Etika<sup>4\*</sup>, Erik Irham Lutfi<sup>5</sup>, Mujtahid Bin Abd Kadir<sup>6</sup>,  
Indah Jayani<sup>7</sup>, Wiwin Sulistyawati<sup>8</sup>  
Yeni Lufiana Novita Agnes<sup>9</sup>

<sup>1,2,3,4,6,7,8</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kediri

\*Korespondensi : [arif.etika@unik-kediri.ac.id](mailto:arif.etika@unik-kediri.ac.id)

### ABSTRACT

*Facing an increase in the number of positive cases of COVID-19 in Indonesia encourages the importance of providing education on clean and healthy living behaviors. We need to know how to transmit and how to prevent COVID-19 so as not to be more widespread this virus. Kelurahan Pojok RT.10 is one of the areas with a low level of cleanliness, a less productive society and a lack of awareness to comply with health protocols such as not wearing masks. In September 2021, 1 child infected with COVID-19 was found with moderate conditions and self-isolation at home. This is what makes RT.10 vulnerable to the spread of COVID-19 so as to encourage kadiri university students to carry out community service in Kelurahan Pojok RT.10. This community service activity aims to increase knowledge, awareness, willpower, and community ability about the importance of implementing clean and healthy living behaviors as one of the COVID-19 prevention efforts. The implementation method applied is to socialize as a form of community education. The results of this activity amounted to 12 adults, 4 teenagers, 6 children. There was a significant increase in knowledge of clean and healthy lifestyles from 13.63% to 86.36%. Based on these results, it is expected that the public can apply this knowledge for the prevention of COVID-19 and realize the highest level of public health.*

**Keywords:** COVID-19, Clean and healthy living behaviors, Education.

### ABSTRAK

Menghadapi peningkatan angka positif kasus COVID-19 di Indonesia mendorong pentingnya untuk memberikan edukasi perilaku hidup bersih dan sehat. Kita perlu mengetahui bagaimana penularan serta cara pencegahan COVID-19 agar tidak semakin meluas virus ini. Kelurahan Pojok RT.10 merupakan salah satu wilayah dengan tingkat kebersihan yang cukup rendah, masyarakatnya yang kurang produktif serta kurangnya kesadaran untuk mematuhi protokol kesehatan seperti tidak memakai masker. Pada bulan september 2021 ditemukannya 1 orang anak yang terinfeksi COVID-19 dengan kondisi sedang dan melakukan isolasi mandiri di rumah. Hal inilah yang menjadikan RT.10 rentan terhadap penyebaran COVID-19 sehingga mendorong mahasiswa universitas kadiri untuk melaksanakan pengabdian masyarakat di Kelurahan Pojok RT.10. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, dan kemampuan masyarakat tentang pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai salah satu upaya pencegahan COVID-19. Metode pelaksanaan yang diterapkan adalah dengan melakukan sosialisasi sebagai bentuk pendidikan masyarakat. Hasil dari kegiatan ini sejumlah 12 orang dewasa, 4 remaja, 6 anak – anak. Terdapat adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan tentang pola hidup bersih dan sehat dari 13,63% menjadi 86,36%. Berdasarkan hasil tersebut diharapkan masyarakat dapat menerapkan pengetahuan tersebut untuk pencegahan COVID-19 dan mewujudkan derajat kesehatan masyarakat setinggi – tingginya.

**Kata kunci:** COVID-19, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Edukasi.

## PENDAHULUAN

Saat ini dunia sedang terdampak pandemi virus corona atau yang biasa kita kenal dengan COVID-19. Dengan adanya virus corona ini banyak sekali yang dirugikan dari faktor pendidikan sampai faktor ekonomi. COVID-19 atau Corona Virus Disease 2019 merupakan penyakit infeksi virus jenis baru yang disebabkan oleh infeksi Virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-COV-2) atau yang dikenal dengan novel coronavirus (2019-nCoV) (Zukmadani *et al.*, 2020). Virus Corona ini dapat ditularkan melalui droplet (percikan) pada saat berbicara, batuk, bersin, dari orang yang terinfeksi virus ini. Virus ini juga bisa ditularkan melalui kontak fisik (sentuhan atau berjabat tangan) dengan penderita serta menyentuh wajah, hidung dan mulut oleh tangan yang terpapar virus ini (Suprpto, 2021). Orang yang paling berisiko terinfeksi virus ini adalah orang yang kontak erat dengan pasien COVID-19 termasuk yang merawat pasien COVID-19 (Pratiwi *et al.*, 2021). Gejala klinis yang biasa muncul akibat terpaparnya virus ini yaitu gejala flu biasa, demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, nyeri otot, nyeri kepala, hingga komplikasi berat, diare, pneumonia, sampai menyebabkan kematian (Nugraha *et al.*, 2020).

Menurut WHO awal kemunculan virus ini pada akhir tahun 2019 hingga 20 Mei 2020 tercatat penyakit ini telah menginfeksi 4.789.205 orang dan menyebabkan kematian terhadap 318.789 orang di seluruh dunia. Di Indonesia sendiri sudah diberlakukan kebijakan pembatasan sosial berskala besar (PSBB). Kota Kediri termasuk salah satu kota yang pernah menerapkan PSBB. Pada tanggal 28 maret 2020 Wali kota Kediri Bapak Abdullah Abu Bakar, mengumumkan kasus positif COVID-19 pertama kali di Kota Kediri. Pada akhir maret 2020 jumlah orang dalam pemantauan (ODP) mencapai 46 orang, sedangkan jumlah pasien dalam pengawasan (PDP) dan positif COVID-19 1 orang (Candra *et al.*, 2020). Menurut situs resmi kedirikota.go.id pada bulan juni angka kasus terkonfirmasi positif COVID-19 di Kota Kediri mengalami peningkatan, sehingga pada tanggal 3 juli – 20 juli 2021 pemerintah kota Kediri memberlakukan PPKM darurat. Di Kelurahan Pojok RT.10 pada bulan september 2021 terdapat 1 orang anak yang terinfeksi COVID-19 dengan kondisi sedang dan melakukan isolasi mandiri di rumah. Wilayah Kelurahan Pojok RT.10 juga merupakan salah satu wilayah dengan tingkat kebersihannya yang masih kurang, serta masyarakatnya yang kurang produktif dan tidak taat protokol kesehatan seperti tidak memakai masker, tidak mencuci tangan sesuai standar WHO, tidak menjaga jarak dan

tidak menerapkan pola hidup bersih dan sehat sehingga wilayah RT.10 sangat rentan terhadap penyebaran COVID-19.

Oleh karena itu, dibutuhkan upaya untuk penanggulangan penyebaran COVID-19. Salah satunya dengan melakukan edukasi dan sosialisasi tentang bagaimana cara menerapkan pola hidup bersih dan sehat sehingga terhindar dari COVID-19. PHBS merupakan semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan Kesehatan di masyarakat (Departemen Kesehatan, 2011). Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang mampu menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan (Kemenkes RI, 2011). Salah satu media edukasi yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi tersebut yaitu poster yang informatif, animatif, dan mudah dipahami oleh masyarakat (Caesaron *et al.*, 2021). Kegiatan ini merupakan salah satu upaya preventif dan menambah kewaspadaan terhadap gejala – gejala penyakit lainnya.

Edukasi, sosialisasi PHBS dan pemeriksaan kesehatan menjadi program utama dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan. Harapannya, dengan adanya kegiatan ini masyarakat di Kelurahan Pojok khususnya RT. 10 dapat memahami pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, dapat menumbuhkan kesadaran pentingnya pola hidup bersih dan sehat sehingga masyarakat mampu menerapkan PHBS sebagai salah satu upaya pencegahan COVID-19 guna meningkatkan kualitas hidup menjadi lebih baik.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 2 minggu mulai dari 23 Agustus sampai 6 September 2021 di Kelurahan Pojok RT.10, Kota Kediri. Kegiatan ini dilaksanakan dengan cara mengunjungi rumah warga RT.10 setiap rumah dengan jangka waktu kurang lebih 20 menit. Adapun uraian kegiatan yang dilaksanakan yaitu : (1) penyampaian materi tentang COVID-19 dan dilanjutkan dengan edukasi PHBS melalui poster dan leaflet sebagai salah satu upaya pencegahan COVID-19. (2) Melakukan pemeriksaan kesehatan diantaranya cek tekanan darah, gula darah, dan asam urat. (3) Edukasi DM karena ada beberapa masyarakat yang memiliki riwayat gula yang tinggi. (4) Selanjutnya dilaksanakan penyuluhan cara mencuci tangan dan

sikat gigi yang baik dan benar (6 orang anak – anak TK-SD). (5) Mengadakan senam sehat pada remaja. (6) Memberikan bimbingan belajar pada anak – anak (6 orang anak). (7) Penyemprotan desinfektan dan pembagian masker di lingkungan RT.10. (8) Pengadaan alat desinfektan untuk membantu salah satu program kerja di RT.10.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di RT.10 terdiri dari 12 orang dewasa, 4 orang remaja dan 6 orang anak – anak. Sebelum dilaksanakan sosialisasi didapatkan data 59,09% masyarakat RT.10 masih memiliki pengetahuan yang kurang tentang PHBS, cara mencuci tangan yang benar, menggunakan masker, dan pencegahan COVID-19 seperti pada Tabel.1. Oleh karena itu dilaksanakannya sosialisasi PHBS yang dilakukan dengan cara mengunjungi rumah warga yang berada di lingkungan RT.10 agar tetap menerapkan protokol kesehatan seperti pada Gambar 1. Tujuannya yaitu sebagai salah satu upaya untuk pencegahan COVID-19 serta masyarakat mampu menerapkan PHBS baik di lingkungan keluarga maupun lingkungan Kelurahan Pojok RT.10.



Selain itu dilakukan edukasi tentang Diabetes Melitus karena ada beberapa masyarakat yang memiliki riwayat gula darah yang tinggi seperti pada Gambar 2 dan dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan seperti pada Gambar 3. Sosialisasi PHBS dan DM ini menggunakan media poster dan leaflet untuk membantu agar masyarakat lebih memahami seperti pada Gambar 4.



Gambar 3 Pemeriksaan Kesehatan



Kemudian dilanjutkan dengan memberikan sosialisasi bagaimana cara mencuci tangan dan cara sikat gigi yang baik dan benar kepada anak – anak seperti pada Gambar 5 dan melakukan senam sehat pada remaja seperti pada Gambar 6. Setelah itu memberikan bimbingan belajar pada anak – anak guna meningkatkan minat belajar

pada anak yang sudah lama tidak mengikuti kegiatan sekolah secara tatap muka seperti pada Gambar 7.



Gambar 7 Bimbingan belajar

Tahap selanjutnya melakukan Penyemprotan desinfektan di lingkungan RT.10 seperti pada Gambar 8 yang merupakan salah satu program kerja RT.10 dalam pencegahan COVID-19. Dilanjutkan dengan membagikan masker di lingkungan RT.10 seperti pada Gambar 9. Tujuannya agar masyarakat senantiasa menerapkan protokol kesehatan salah satunya yaitu memakai masker.



Gambar 8 Penyemprotan Desinfektan



Gambar 9 Pembagian Masker

Kemudian melakukan kunjungan pada salah satu warga yang sakit seperti pada Gambar 10, dan pada tahap terakhir dilaksanakannya kegiatan penutup bersama masyarakat di Kelurahan Pojok RT.10 sekaligus pemberian kenang-kenangan seperti pada Gambar 11.



Gambar 10 Kunjungan ke rumah warga yang sakit



Gambar 11 Penutupan

Setelah semua kegiatan dilaksanakan, selanjutnya dilakukan evaluasi untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat RT.10 mengenai perilaku hidup bersih dan sehat yang telah disosialisasikan.

Pengetahuan	Frekuensi (F)		Presentase (%)	
	Sebelum	Setelah	Sebelum	Setelah
Baik	3	19	13,63	86,36
Cukup	6	2	27,28	9,09
Kurang	13	1	59,09	4,55
Jumlah	22	22	100	100

Tabel Distribusi perbandingan pengetahuan responden sebelum dan setelah dilakukan sosialisasi

Berdasarkan hasil sebelum dan sesudah sosialisasi didapatkan terjadi peningkatan pengetahuan dari 13,63% menjadi 86,36% yang dapat dilihat pada Tabel 1 dan 2. Kegiatan yang telah dilaksanakan yaitu sosialisasi PHBS sebagai upaya pencegahan COVID-19 pada masyarakat di Kelurahan Pojok RT.10 Kota Kediri dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat secara signifikan, sehingga upaya ini diharapkan harus terus dilakukan dengan disiplin untuk memutus rantai penyebaran COVID-19 dan mewujudkan kesehatan masyarakat setinggi – tingginya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Caesaron, D., Salma, S. A., Prasetio, M. D., & Rifai, M. H. (2021). Edukasi dan Sosialisasi Pencegahan dan Pengendalian COVID-19 melalui Media Poster di Desa Bojongsoang, Kabupaten Bandung. *Abdimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Merdeka Malang*, 6(2), 221–229. <https://doi.org/10.26905/abdimas.v6i2.5354>
- Candra, A. I., Santoso, S., Hendy, H., Ajiono, R., & Nursandah, F. (2020). Upaya Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19 Di Kelurahan Lirboyo Kota Kediri. *Jurnal Ilmiah Pangabdhi*, 6(2), 150–153. <https://doi.org/10.21107/pangabdhi.v6i2.7395>
- Departemen Kesehatan. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2406 TAHUN 2011 Tentang Pedoman Umum Penggunaan Antibiotik*, 4.
- Kemenkes RI. (2011). *Permenkes Nomor 2269 Tahun 2011 Tentang Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. 879, 2004–2006.
- Nugraha, S. B., Murtiana, A., Farikh, N. I., Rahmawaty, A., Nirwana, B., & Novianto, A. (2020). Edukasi Pencegahan Covid-19 Dengan Pola Hidup Bersih dan Sehat. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Pratiwi, D., Suryaman, R., Putra, P., Pratiwi, R. D., Publik, P. A., Administrasi, P., & Sakit, R. (2021). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Pencegahan Covid-19*. 2(2), 249–257.
- Suprpto, S. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Era Pandemi COVID-19. *Abdimas Singkerru*, 1(1), 1–7. <https://jurnal.atidewantara.ac.id/index.php/singkerru>
- Zukmadani, A. Y., Karyadi, B., & Kasrina. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 Kepada Anak-Anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 68–76. <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v3i1.440>