



PENYULUHAN PHBS TATANAN RUMAH TANGGA ADAPTASI ERA NEW NORMAL COVID-19 DI LINGKUNGAN KOTA BARU KOTA JAYAPURA

Karel Batmanlusi¹, Helen Try Juni Asti^{2*}, Melkior Tappy³, Hesty Tumangke⁴

^{1,2,3,4}Universitas Cenderawasih
Helentjasti@gmail.com*

Article History:

Received: 02-05-2023

Revised: 03-06-2023

Accepted: 14-06-2023

Keywords: PHBS, Cuci Tangan, Covid-19

Abstract: Pandemi Covid-19 menjadi momentum masyarakat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) khususnya pada tatanan rumah tangga, sejak dicanangkan status era new normal Covid-19 pembatasan mobilitas sudah dilonggarkan akan tetapi masyarakat tetap dianjurkan menerapkan protokol kesehatan untuk mencegah peningkatan kasus aktif virus covid-19. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat pentingnya penerapan PHBS tatanan rumah tangga terus diterapkan meskipun saat ini sudah masa adaptasi era new normal covid-19. Penyuluhan ini menggunakan metode ceramah, diskusi interaktif dan praktik cuci tangan. Kegiatan ini diselenggarakan di RT 03/RW 04 Kota Baru. Kota Jayapura Papua Penyuluhan ini dihadiri oleh 30 peserta yang terdiri dari bapak- bapak, ibu- ibu dan remaja dewasa. Sebelum kegiatan penyuluhan peserta mengisi pretest dan setelah selesai penyuluhan diberikan post test. Berdasarkan hasil post test menunjukkan bahwa 91% peserta memiliki pengetahuan kategori baik dan 9 % memiliki pengetahuan kategori cukup tentang PHBS tatanan Rumah tangga dan cuci tangan pakai sabun (CTPS) yang berarti ada peningkatan pengetahuan peserta setelah mendapatkan penyuluhan serta selama berlangsungnya penyuluhan peserta menunjukkan antusias mendengarkan materi PHBS tatanan keluarga dan langkah cuci tangan, peserta juga aktif berpartisipasi dalam tanya jawab dan melakukan praktik cuci tangan. Diharapkan PHBS dapat di terapkan secara konsisten oleh masyarakat dan support sistem dari seluruh pihak terkait.

© 2022 SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

PENDAHULUAN

Berdasarkan Intruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 39 Tahun 2022 Tentang Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PKKM) bahwa provinsi papua termasuk kota jayapura saat ini ditetapkan pada PPKM level 1 (satu). (INMENDAGRI, 2022). Berbagai upaya pemerintah mencegah dan mengendalikan penyebaran covid- 19 salah satunya melalui percepatan cakupan vaksinasi, hingga saat ini cakupan vaksinasi menunjukkan sebanyak 203,397,204 jiwa yang telah menerima vaksin ke 1 sementara 171.064.873 jiwa memperoleh vaksin ke 2. (Satgas Covid-19, 2022). Pelonggaran pembatasan kegiatan masyarakat seyogyanya bukan berarti masyarakat melakukan kegiatan tanpa menerapkan protocol kesehatan namun upaya pencegahan dan pengendalian penyebaran covid-19 tidak hanya menjadi tanggung jawab pemerintah melainkan tanggung jawab seluruh elemen masyarakat salah satunya melalui penerapan PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era *new normal* covid-19.

Arsal dkk menyatakan bahwa melalui kegiatan penyuluhan tentang pentingnya menaati protocol kesehatan dan adaptasi kebiasaan baru era *new normal* menunjukkan masyarakat menjadi lebih peduli dan lebih patuh terhadap protocol kesehatan. (Arsal dkk, 2021) sementara berdasarkan hasil kegiatan yang dilakukan oleh Ningsih dkk menyatakan bahwa adanya dampak yang ditimbulkan setelah dilakukan kegiatan penyuluhan terhadap perangkat dusun dan kader PKK semakin menyadari pentingnya PHBS dengan menerapkan etika batuk, mencuci tangan dengan benar dan protocol kesehatan (Ningsih dkk, 2022) seiring dengan hasil kegiatan edukasi yang dilakukan mahasiswa dalam kegiatan KKN di era *new normal* sebagai upaya pencegahan covid-19 di kelurahan Rawa Cengkareng Jakarta Barat bahwa bertambahnya pemahaman masyarakat tentang pentingnya PHBS, posyandu dan vokasi, pencegahan demam berdarah dan manfaat tanaman obat keluarga/ TOGA (Abna dkk, 2022).

Lingkungan RT 03/RW 04 Kelurahan Kota Baru. Kota Jayapura. Papua merupakan pemukiman yang padat penduduk dengan struktur rumah yang berdempetan satu sama lain sehingga potensi terjadi *cluster* Covid-19 dapat terjadi secara masif. Berdasarkan situasi dan kondisi tersebut maka tim pengabdian pada masyarakat FKM UNCEN menganggap penting untuk melakukan penyuluhan PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era *new normal* Covid-19 dan CTPS kepada warga lingkungan Lingkungan RT 03/RW 04 Kelurahan Kota Baru.

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga dan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental dan spiritual, maupun sosial. Manfaat PHBS untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau dan mampu menjalankan PHBS sehingga dapat mencegah serta mengantisipasi masalah- masalah kesehatan yang mungkin muncul. Implementasi PHBS dapat dilakukan diberbagai tatanan mulai dari tatanan sekolah, tempat kerja, keluarga atau rumah tangga dan masyarakat. PHBS pada tatanan rumah tangga diharapkan dapat menciptakan keluarga yang sehat dan mampu mencegah atau meminimalisir meunculnya permasalahan kesehatan. Manfaat menerapkan dan mempraktikkan PHBS di tatanan rumah tangga agar anggota keluarga tidak mudah terkena penyakit sehingga menjadi keluarga yang produktif sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan keluarga. (Kemensos RI, 2020)

Pada masa *new normal* covid-19 pemerintah menghimbau masyarakat agar tetap menerapkan protocol kesehatan melalui 5 M yaitu 1) mencuci tangan pakai sabun, 2) menggunakan masker, 3) menjaga jarak, 4) menjauhi kerumunan, 5) mengurangi mobilitas. Aktivitas PHBS yang dapat dilakuan seperti mencuci tangan pakai sabun/ handsiniteser setelah melakukan aktivitas yang berpotensi terpapar virus (Majid, 2021). PHBS hendaknya diterapkan dengan disiplin dan konsisten agar dapat mencegah dan mengendalikan penyebaran covid-19.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan ini menggunakan metode ceramah, diskusi interaktif dan praktik cuci tangan bersih. Peserta merupakan warga RT 03 RW 04 Kota baru kota jayapura, alat yang digunakan materi ajar, liflet dan bahan cuci tangan seperti air galon, sabun dan tisu kering. Kegiatan penyuluhan dilakukan dalam beberapa tahapan, tahap awal pengisian kuesioner pre test oleh seluruh peserta sebelum melakukan penyuluhan dilanjutkan dengan tahap kegiatan penyampaian materi PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era *new normal* Covid-19 dan langkah cuci tangan dengan benar sekaligus simulasi CTPS tahap terakhir peserta mengisi kuesioner post test setelah dilakukan

penyuluhan, hasil pre test dan post test dengan membandingkan hasil prosentase pre test dan post test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan PHBS tatanan rumah tangga dan praktik cuci tangan bersih adaptasi era *New Normal* Covid-19 di RT 03/Rw 04 Kelurahan Kota baru, Kota Jayapura Papua dihadiri oleh 30 peserta yang terdiri dari bapak- bapak, ibu- ibu dan, remaja dewasa. Tahapan kegiatan penyuluhan

Tahap awal tim pengabdian memperkenalkan identitas tim pengabdian kepada peserta, menjelaskan topic penyuluhan, tujuan penyuluhan, manfaat penyuluhan, dan dilanjutkan pembagian kuesioner pretest yang berisi pertanyaan tentang PHBS tatanan rumah tangga dan cuci tangan pakai sabun (CTPS). pretest dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan peserta sebelum dilakukan penyuluhan PHBS dan CTPS. Kegiatan tersebut dapat dilihat pada gambar 1 dibawah ini :



Gambar 1. (i)



Gambar 1. (ii)

Gambar 1. Perkenalan dan Pembagian Kuesioner Pretest Kepada Peserta

Tahap kegiatan dimana tim pengabdian memberikan penyuluhan materi tentang PHBS tatanan Rumah tangga adaptasi era *new normal* covid -19 dan langkah CTPS. Kegiatan tersebut dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 2. (i)



Gambar 2. (ii)

Gambar 2. Penyampaian Materi PHBS dan CTPS

Tahap kegiatan tim pengabdian menyampaikan materi tentang PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era *new normal* covid-19 dengan subtopik 1) makan- makanan yang mengandung gizi seimbang, 2) cuci tangan pakai sabun, 3) jangan lupa berdoa, 4) pastikan makanan dan minuman dimasak hingga matang, 5) bila batuk/flu ditutup dengan lengan atas, 6) bila demam dan sesak nafas segera ke fasilitas kesehatan, 7) istirahat cukup, 8) minum air mineral minimal 8 gelas/hari, 9) selalu menjaga kebersihan lingkungan sekitar, 10) rajin olahraga, 10) tidak merokok dan materi CTPS yang terdiri dari 8 langkah yaitu 1) basahi tangan dengan air dan sabun, 2) gosok pada bagian telapak tangan secara bergantian, 3) gosok bagian punggung tangan, 4) gosok sela- sela jari tangan, 5) gosok ke semua jari jempol secara bergantian, 6) gosok pada bagian buku- buku 2 jari dengan cara mengunci, 7) gosok ujung jari atau kuku pada telapak tangan secara bergantian dan , 8) bilas dan keringkan dengan tisu/lap bersih. Selama kegiatan ini, penyampaian materi peserta antusias dan berpartisipasi aktif dengan memberikan pertanyaan kepada tim pengabdian terkait materi yang disampaikan dan tim pengabdian menjawab pertanyaan hingga peserta merasa cukup atas jawaban yang diberikan selanjutnya, peserta juga berpartisipasi ikut mempraktikkan CTPS. Kegiatan tersebut ditunjukkan pada gambar di bawah ini :



Gambar 3. (i)

Gambar 3. (ii)

Gambar 3. Kegiatan Tanya Jawab dan Peserta Mempraktikkan CTPS

Tahap terakhir tim pengabdian membagikan kuesioner posttest setelah materi PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era *new normal* Covid-19 dan CTPS disampaikan. Kegiatan tersebut dapat dilihat pada gambar berikut :



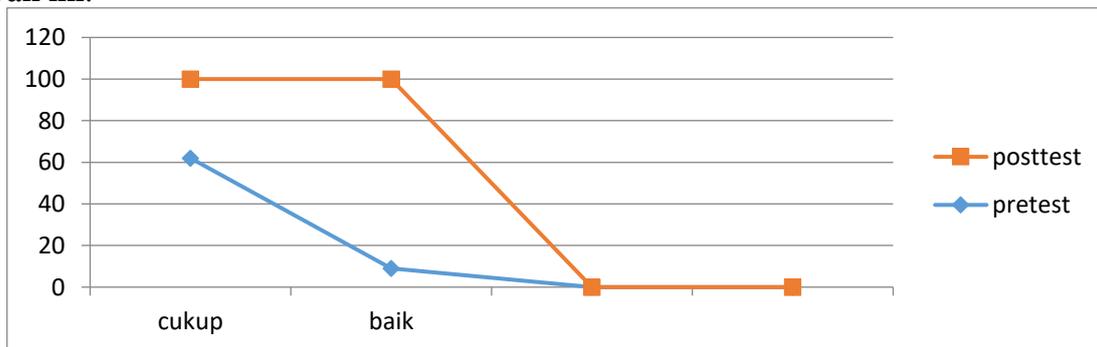
Gambar 4. Peserta Mengerjakan Kuesioner Post Test dan Foto Bersama

Seluruh kegiatan penyuluhan selesai untuk mendorong penerapan PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era *new normal* tim pengabdian membagikan liflet dan memberikan spanduk sebagai media promosi kesehatan untuk di pasang di tempat strategis di lingkungan RT 03/RW 04 sebagai upaya peringatan kepada warga untuk menerapkan PHBS dan CTPS adaptasi era *new normal* Covid-19 yang di tunjukkan pada gambar di bawah ini :



Gambar 5. Penyerahan Spanduk Sebagai Media Promosi Kesehatan

Berdasarkan hasil analisis pre test dan post test peserta penyuluhan PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era *new normal* covid-19 dan CTPS ditunjukkan pada grafik di bawah ini:



Gambar 6. Hasil Analisis Pre test dan Post Test Peserta Penyuluhan PHBS

Grafik line di atas menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era *new normal* dan CTPS sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

PHBS hendaknya terus diterapkan oleh setiap individu sebagai upaya pencegahan dan pengendalian penyebaran virus covid-19 karena seyogyanya virus covid-19 masih ada meskipun pemerintah sudah mencanangkan saat ini masa adaptasi era *new normal*. Menerapkan PHBS tidak hanya meminimalisir paparan penyakit menular seperti covid-19 namun juga sebagai upaya pencegahan terhadap potensi penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, gagal ginjal dan sebagainya. Sejalan yang disampaikan oleh MB Karo bahwa PHBS salah satu strategi dalam pencegahan penyebaran covid-19 dinyatakan sangat efektif dan mudah dilakukan oleh setiap lapisan masyarakat (MB Kao,2020).

Kegiatan penyuluhan PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era *new normal* dan CTPS oleh tim pengabdian FKM UNCEN menunjukkan bahwa adanya peningkatan

pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan. Sependapat dengan Wijayanti dkk menyatakan bahwa penyuluhan PHBS terbukti adanya efek positif terhadap peningkatan pengetahuan (Wijayanti dkk, 2017). Hal ini seiring dengan pernyataan Atmadani dkk, bahwa adanya peningkatan pengetahuan tentang PHBS setelah mengikuti penyuluhan PHBS (Atmadani dkk, 2021). Sementara yang dikemukakan oleh Saleh & Kunoli juga menyatakan bahwa ada pengaruh penyuluhan dan pelatihan melalui media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan kader PHBS (Saleh & Kunoli, 2018). Sama halnya dengan yang dikemukakan Hayati bahwa dengan mendapatkan penyuluhan menggunakan leaflet membuktikan bahwa ada peningkatan pengetahuan dan motivasi masyarakat berperan aktif dalam menerapkan PHBS (Haryati, 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan ini merupakan upaya menyebarluaskan pengetahuan tentang PHBS tatanan rumah tangga adaptasi era new normal covid-19. Peserta menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang PHBS tatanan rumah tangga dan dapat mempraktikkan langkah cuci tangan bersih dengan benar. Diharapkan kepada para pihak perangkat dari tingkat RT sampai pemerintah daerah terus mendorong warga menerapkan PHBS tatanan rumah tangga pada masa adaptasi era *new* normal dalam kehidupan sehari-hari dan kepada perguruan tinggi untuk terus melakukan kegiatan pengabdian dengan topik-topik kesehatan sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan penyuluhan ini terselenggara berkat dukungan berbagai pihak maka dalam kesempatan ini tim pengabdian mengucapkan banyak terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Cenderawasih yang telah memberikan dukungan moril dan materil serta kepada ketua RT 03 RW 04 kelurahan Kota Baru yang telah memberikan ijin untuk menyelenggarakan kegiatan penyuluhan serta kepada seluruh warga/peserta penyuluhan PHBS tatanan rumah tangga dan langkah cuci tangan bersih.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anggraini, D. T., & Hasibuan, R. (2020). Gambaran promosi PHBS dalam mendukung gaya hidup sehat masyarakat Kota Binjai pada masa pandemic Covid-19 tahun 2020. *Menara Medika*, 3
- [2] Abna, I. M., Rahayu, S. T., Pebrianti, E. D., Rizadilla, N., Mahfud, A., Septiyani, N., ... & Valencia, Y. (2022). Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat Melalui Program Kkn Tematik Di Era New Normal Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19 Di Kelurahan Rawa Buaya Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat. *J-Abdi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 4157-4166.
- [3] Arsal, T., Suswati, R., Rizqiana, A., Nisa, I.M.K., Afif, M.A. and Lestari, L.E., 2021. Optimalisasi Kebiasaan Baru Di Era New Normal Melalui Pengabdian Masyarakat Guna Mewujudkan Indonesia Sehat. *Jurnal Abdimas*, 25(2).
- [4] Elis, A. (2022). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT TATANAN RUMAH TANGGA PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI DESA AWO KECAMATAN KEDEOHA KABUPATEN KOLAKA UTARA. *Graha Medika Public Health Journal*, 1(1), 59-75..
- [5] <https://covid19.go.id/artikel/2022/09/03/situasi-covid-19-di-indonesia-update-3-september-2022>
- [6] <https://covid19.go.id/materi-edukasi/>

- [7] Kemenkes RI, 2011 “Nomor : 2269/MENKES/PER/XI/2011; Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) “ ISBN 978-602-9364-45-3.
- [8] Kemensos RI, Unicef , Modul “ Perilaku Hidup Bersih dan sehat (PHBS), penguat kapasitas anak dan keluarga” di akses pada tangl 1 september 2022 <https://kemensos.go.id/uploads/topics/15863905705284.pdf>
- [9] KPCPEN(Komite penanganan covid-19 dan pemulihan ekonomi nasional), 2022. Buku Saku Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa pandemic corona virus disease 2019 (covid-19). Diakses pada tanggal 1 September 2022 <https://covid19.go.id/storage/app/media/Protokol/2021/Desember/BukuSaku%20FAQ%20SKB%204%20Meneteri%2021122021.pdf>
- [10] Majid, 2021 “ protocol Kesehatan 5M dan Kesehatan imun untuk menghadapi varian baru covid-19 <https://www.djkn.kemkenku.go.id/kanwil-jateng/baca-artikel/13981/Protokol-Kesehatan-5M-dan-Kesehatan-Imun-untuk-Hadapi-Varian-Baru-Covid-19.html/> diakses 1 september 2022
- [11] Ningsih, K. P., Pramono, A. E., Ilmi, L. R., Prahesti, R., Sunarsih, T., & Nursanti, I. (2022). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM RANGKA MENYAMBUT ERA NEW NORMAL. *Aptekmas Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 5(2), 63-71
- [12] WHO. 2022. Data global corona virus disease 2019 (covid-19). Diakses pada tanggal 1 september 2022 <https://covid19.go.id/>