

Cegah Pemicu Covid-19 Melalui Cara Hidup Bersih Dan Sehat Di SMP Kristen Elim Kota Makassar

Mulyadi^{1a*}, Ain Khaer^{1b}, Erlani^{1c}, Sulasmi^{1d}, La Taha^{1e}, Haderiah^{1f}

¹ Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Makassar

^a mulyadi.diding70@gmail.com*; ^b khaerain@gmail.com; ^c Erlani_rappe@yahoo.co.id;

^d Laksmi.kesling@gmail.com; ^e Lataha1962@gmail.com; ^f nuruhaderiah@gmail.com

* corresponding author

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat artikel: Tanggal diterima: Tanggal revisi: Diterima: Diterbitkan:	Penyakit Coronavirus (CoVid-19) adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Pada manusia, biasanya menyebabkan infeksi saluran pernapasan, mulai dari flu biasa hingga penyakit serius seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS). Mencegah rasa sakit lebih mudah dan lebih murah daripada mengobati seseorang ketika mereka sakit. Salah satu cara untuk mencegahnya adalah dengan menjalani gaya hidup sehat. Pola hidup sehat merupakan upaya menerapkan kebiasaan baik dalam menciptakan hidup sehat dan menghindari kebiasaan buruk yang dapat mengganggu kesehatan. Adapun latar belakang kami mengambil judul ini karena berdasarkan survey di lapangan, melihat kondisi siswa SMP Kristen Elim kota Makassar saat ini yang belum memahami tata cara hidup bersih dan sehat yang ada di lingkungan baik sekolah, keluarga, dan komunitas. Oleh karena itu, kami ingin memberikan penyuluhan kepada mereka tentang pencegahan pencetus covid-19 melalui metode pola hidup bersih dan sehat untuk menambah pengetahuan tentang penerapan pola hidup bersih dan sehat sebagai salah satu metode dalam pencegahan covid-19. Manfaat dari kegiatan ini adalah untuk mewujudkan hidup bersih dan sehat dalam rangka covid-19 dengan cara cuci tangan, social distancing, disinfektan, memakai masker, dan mematuhi protokol kesehatan lainnya. Kerjasama ini dapat memberikan arahan dan saling mengingatkan akan pentingnya hidup bersih dan sehat untuk mencegah covid-19. Adapun peningkatan pengetahuan siswa sebesar 7,1% pada saat dilakukan penyuluhan sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan siswa SMP Kristen Elim tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sudah di atas standar.
Kata kunci: PHBS Pencegahan Covid-19	

Copyright (c) 2022 Community Development and Reinforcement Journal

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Coronavirus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan hingga berat. Setidaknya ada dua jenis virus corona yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala parah seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) merupakan jenis penyakit baru yang belum pernah teridentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus penyebab COVID-19 disebut SarsCoV-2. Coronavirus bersifat zoonosis (menular antara hewan dan manusia). Penelitian menunjukkan bahwa SARS ditularkan dari kucing luwak ke manusia dan MERS dari unta ke manusia. Sementara itu, hewan yang menjadi sumber penularan COVID19 masih belum diketahui¹. Covid-19 juga termasuk dalam kluster virus yang sangat ganas seperti SARV-Cov (Severe Acute Respiratory Syndrome) dan MERS-Cov (Middle East Respiratory Syndrome)². Coronavirus merupakan jenis virus terbaru yang ditemukan atau muncul pada tahun 2019. Virus ini juga belum pernah teridentifikasi akan mampu menyerang pernapasan. Selain itu, coronavirus ini juga merupakan bagian dari virus yang dapat menginfeksi berbagai unggas dan mamalia, termasuk manusia³. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu esensi dan hak asasi manusia untuk mempertahankan kelangsungan hidupnya^{4,5}. Juga merupakan salah satu upaya preventif (pencegahan terhadap suatu penyakit atau gangguan kesehatan) dan promotif (peningkatan derajat kesehatan) pada diri seseorang⁶. PHBS merupakan upaya

menularkan pengalaman tentang pola hidup sehat melalui individu, kelompok, atau masyarakat luas dengan jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi⁷. Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 meliputi gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terlama 14 hari. Pada kasus COVID-19 yang parah, dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian. Tanda dan gejala klinis yang dilaporkan pada kebanyakan kasus adalah demam, dengan beberapa kasus mengalami kesulitan bernapas, dan rontgen menunjukkan infiltrasi pneumonia yang meluas di kedua paru-paru¹.

Berdasarkan bukti ilmiah, COVID-19 dapat ditularkan dari manusia ke manusia melalui batuk/bersin (droplet), bukan melalui udara. Orang yang paling berisiko tertular penyakit ini adalah orang yang kontak dekat dengan pasien COVID-19 termasuk mereka yang merawat pasien COVID-19. PHBS sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ini akan sangat mempengaruhi derajat kesehatan di masyarakat^{8,9} karena PHBS perilaku ini dilakukan berdasarkan kesadaran untuk mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya^{10,11,12}

Politeknik Kesehatan Kemenkes merupakan salah satu perguruan tinggi yang berkewajiban menyelenggarakan Tridharma Perguruan Tinggi yaitu Pendidikan, Penelitian, dan Pengabdian kepada Masyarakat. Dengan adanya pandemi COVID-19 yang terjadi di seluruh negara termasuk salah satunya Negara Indonesia, Kementerian Kesehatan dan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan melakukan instruksi yang salah satunya adalah Proses Belajar Mengajar yang telah dilakukan secara tatap muka. metode pembelajaran pendidikan jarak jauh online tatap muka untuk memutus mata rantai penyebaran COVID-19.

MASALAH

Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 meliputi gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terlama 14 hari. Pada kasus COVID-19 yang parah, dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian. Tanda dan gejala klinis yang dilaporkan pada kebanyakan kasus adalah demam, dengan beberapa kasus mengalami kesulitan bernapas, dan rontgen menunjukkan infiltrasi pneumonia yang meluas di kedua paru-paru¹.

Berdasarkan bukti ilmiah, COVID-19 dapat ditularkan dari manusia ke manusia melalui batuk/bersin (droplet), bukan melalui udara. Orang yang paling berisiko tertular penyakit ini adalah orang yang kontak dekat dengan pasien COVID-19 termasuk mereka yang merawat pasien COVID-19. Rekomendasi standar untuk mencegah penyebaran infeksi adalah melalui cuci tangan secara teratur menggunakan sabun dan air bersih, menerapkan etika batuk dan bersin, menghindari kontak langsung dengan ternak dan hewan liar, dan menghindari kontak dekat dengan siapa pun yang menunjukkan gejala penyakit pernapasan seperti batuk. dan bersin¹.

SMP KRISTEN ELIM merupakan salah satu SMP yang ada di Kecamatan Tamalanrea Kota Makassar Prov. Sulawesi Selatan. SMP ini merupakan sekolah swasta yang telah terdaftar dalam Data Rujukan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Visi sekolah ini adalah Unggul dan Unggul dalam bidang akademik dan non akademik berbasis karakter Kristiani. Jumlah siswa di sekolah menengah pertama cukup banyak. Sekolah ini juga memiliki kegiatan ekstrakurikuler yang cukup banyak, yaitu musik (keyboard dan gitar), pramuka, futsal, seni tari, Bahasa Inggris, dan Matematika.

WHO merekomendasikan untuk melakukan program pencegahan Covid-19 di lingkungan sekolah. Hal tersebut tertuang dalam buku Pesan dan Kegiatan Pokok Pencegahan dan Pengendalian COVID-19 di Sekolah. Perlindungan terhadap anak dan fasilitas pendidikan sangat penting. Kewaspadaan diperlukan untuk mencegah kemungkinan penyebaran COVID-19 di sekolah; Namun, hal ini harus dilakukan dengan hati-hati agar tidak ada

stigma pada mahasiswa dan staf yang terpapar virus ini. Penting untuk diingat bahwa COVID-19 tidak membedakan batas, etnis, disabilitas, usia, atau jenis kelamin. Tempat pendidikan harus terus menjadi lingkungan yang terbuka, inklusif, dan mendukung bagi semua orang, di mana ada sikap saling menghormati. Langkah-langkah yang dilakukan sekolah dapat mencegah masuk dan menyebarnya COVID-19 melalui siswa dan staf yang terpapar virus sekaligus meminimalkan gangguan dan melindungi siswa dan staf dari diskriminasi.

Anak-anak dan remaja saat ini adalah warga dunia, penggerak perubahan yang kuat, serta anggota generasi perawat, ilmuwan, dan dokter masa depan. Setiap krisis adalah kesempatan untuk membantu mereka belajar, menumbuhkan simpati, dan memperkuat ketahanan sambil membangun masyarakat yang lebih aman dan lebih peduli. Memberikan informasi dan fakta tentang COVID-19 membantu mengurangi ketakutan dan kekhawatiran siswa tentang penyakit dan mendukung kemampuan mereka untuk mengatasi dampak sekundernya dalam kehidupan mereka. Pedoman ini memberikan pesan utama dan pertimbangan untuk bekerja dengan administrasi sekolah, guru dan staf, orang tua, pengasuh, anggota masyarakat, dan anak-anak dalam menciptakan sekolah yang aman dan sehat.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pedoman tentang langkah-langkah keamanan dalam pencegahan, deteksi dini, dan pengendalian COVID-19 di lingkungan sekolah dan fasilitas di lingkungan sekitar. Hasil dari kegiatan ini diharapkan dapat mendorong siswa untuk menjadi pendukung pencegahan dan pengendalian penyakit di sekolah, rumah, dan di masyarakat. Siswa dapat saling berbagi informasi tentang cara mencegah penyebaran virus Covid-19. Mereka tetap bisa bersekolah dengan aman sekaligus meningkatkan kesehatan masyarakat sekitar.

METODE

A. Tahap survei

Penetapan Lokasi Sosialisasi dan Pelaksanaan Pencegahan Pemicu Covid-19 Melalui Pola Hidup Bersih dan Sehat pada siswa/(i) kelas VII SMP Kristen Elim, Jl. Perintis Kemerdekaan KM.11 No.100, Tamalanrea, Kota Makassar.

Tahap ini meliputi pengurusan izin kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Izin tersebut terdiri dari izin kegiatan dari Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Makassar dan dari mitra yaitu SMP KRISTEN ELIM. Setelah izin kegiatan diperoleh, tim berangkat ke SMP untuk menjelaskan rangkaian kegiatan dan waktu pelaksanaan. Berdasarkan diskusi dengan kepala sekolah, diperoleh informasi bahwa pihak sekolah sangat setuju dengan kegiatan ini. Bahkan kepala sekolah berpesan kepada anggota tim program ini untuk dapat memberikan materi tentang pencegahan Covid-19 secara jelas dan berkesinambungan. Hasil diskusi dengan kepala sekolah juga memutuskan bahwa kegiatan penyampaian materi akan dilakukan secara online.

B. Tahap Implementasi

1. Persiapan konseling dimulai dengan memberikan angket pretest

Sebelum memberikan materi tentang upaya pencegahan Covid-19 kepada siswa, anggota tim membagikan angket pre-test. Angket ini merupakan bentuk evaluasi pembelajaran yang dilakukan oleh tim kepada peserta didik yaitu siswa SMP Kristen Elim.

Tujuan dari pretest adalah untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik terkait dengan materi yang akan disampaikan. Dengan mengetahui kemampuan awal, guru lebih mudah dalam menentukan model dan metode yang akan diterapkan dalam pembelajaran.

2. Penyuluhan Pencegahan Covid-19 Melalui Pola Hidup Bersih dan Sehat

Penyampaian materi dilakukan oleh ketua tim pengabdian didampingi oleh anggota tim. Materi yang disampaikan adalah (1) Trend kasus Covid 19, (2) Penyebaran Covid 19, (3) Cara penyebaran Covid 19, (4) Cara memutus mata rantai penyebaran Covid 19, (5) Sosial Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Jarak dan Hidup Bersih dan Sehat.

3. Pemutaran Video tentang Covid-19
Pada tahap ini pemateri menyuguhkan video animasi tentang Covid 19. Video ini dari WHO dan disampaikan dalam bahasa Inggris. Oleh karena itu, penutur juga menyampaikan terjemahannya.
4. Sesi tanya jawab
Tahap ini merupakan tahap tanya jawab tentang materi yang disampaikan. Antusiasme peserta terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan.
5. Mengisi kuesioner posttest.
Untuk mengetahui nilai tambah dari program, diperlukan angket post-test. Pada tahap ini, peserta diminta untuk mengisi ulang kuesioner untuk mengetahui nilai setelah program dilakukan.

C. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dibagi menjadi 2, yaitu

1. Tetapkan target konseling
2. Membuat Bahan Ekstensi

Tahap evaluasi kegiatan pasca sosialisasi dilakukan dengan memberikan siswa angket posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa / (i) dalam menyerap materi setelah penyuluhan.

HASIL DAN DISKUSI

A. Hasil yang dicapai

Sebelum penyuluhan pada siswa SMP Kristen Elim kelas VII di Kota Makassar. Dengan pemahaman Pemicu Priventif Covid-19 melalui metode PHBS dan sebanyak 18 siswa/(i) kelas VII dan 2 siswa Guru/Pendamping yang hadir. Berdasarkan hasil pre-test, poin siswa/(i) yang mengetahui tentang Priventif Covid-19 melalui metode PHBS adalah 141 poin dari 18 siswa/(i) berdasarkan angket yang telah dibagikan melalui Link (Chat Room) sebelum dimulainya konseling online (pre-test).

Setelah penyuluhan tentang Priventif Covid-19 melalui metode PHBS online (Zoom) kemudian direvaluasi dengan jumlah siswa yang hadir sama dengan waktu pre-test. Adapun hasil post-test (Evaluasi) sebesar 151 poin dari 18 siswa/(i) berdasarkan angket yang telah dibagikan, dengan ini dinyatakan berhasil dengan peningkatan sebesar 7,1%. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut;

$$\frac{\text{Poin Post test} - \text{poin Pre test}}{\text{Poin Pre test}} \times 100\% = \frac{151 - 141}{141} \times 100\%$$

$$\begin{aligned} \text{Poin Pre test} &= 141 \\ &= \frac{10}{141} \times 100\% \\ &= \mathbf{7,1\%} \end{aligned}$$

B. Potensi Berkelanjutan

Usai kegiatan ini, masyarakat di lokasi pengabdian dengan kerjasama pemerintah dan keinginan masyarakat mewujudkan perilaku hidup bersih dan sehat untuk mencegah covid-19 dengan cara cuci tangan, social distancing, disinfeksi, memakai masker, dan mematuhi protokol kesehatan lainnya. protokol. Kerjasama ini dapat memberikan arahan dan saling mengingatkan akan pentingnya hidup bersih dan sehat untuk mencegah covid-19. Dapat diketahui secara langsung efektifitas fasilitas sekolah pemerintah atau daerah yang aktif. Tingkat keberhasilan ini dapat kita ketahui dimana siswa dapat melakukan

berbagai kegiatan yang mendukung terbentuknya pola hidup bersih dan sehat di sekolah untuk mencegah penularan atau penularan covid-19.

Setelah rangkaian pengabdian masyarakat selesai, untuk tahap selanjutnya proses komunikasi aktif antara penyuluh dengan siswa dan guru melalui grup media sosial dimana masing-masing siswa wali kelas (i) kelas VII SMP Kristen Elim yang membantu dalam pengendalian dan penggerakan penerapan pola hidup bersih dan sehat sebagai salah satu cara dalam pencegahan covid-19.



Figure 1. documentation

KESIMPULAN

- 1) Siswa SMP Kristen Elim dapat memahami Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk mencegah covid-19.
- 2) Siswa SMP Kristen Elim dapat menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk mencegah covid-19.
- 3) Siswa SMP Kristen Elim dapat mensosialisasikan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk mencegah covid-19.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Politeknik Kesehatan Kemenkes dan siswa-siswi SMP Kristen Elim Kota Makassar

REFERENCES

1. KEMENKES RI. No Title. di akses pada juni 2020. Published 2020. <http://infeksiemerging.kemkes.go.id>
2. Susiati, S., Tahir, S. Z. B., Hajar, I., & Tenriawali AY. Optimalisasi Masyarakat Desa Namlea Dalam Menghadapi Tanggap Darurat Pandemi Covid-19. *J Community Dedication Dev (Pengabdian Kpd Masyarakat)*. 2021;1(1):50-59.
3. Kurniawati, K. R. A., & Santosa, Farah Heniati Bahri S. Sosialisasi Hidup Sehat di Tengah Wabah Virus Corona. JPMB. *J Pemberdaya Masy Berkarakter*. 2020;3(1):58–65.
4. Ayu, S. M., Kurniawan, A., Ahsan, A. Y., & Anam AK. Peningkatan kesehatan melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sejak dini di desa Hargomulyo Gedangsari Gunung Kidul. *Ayu, S M, Kurniawan, A, Ahsan, A Y, Anam, A K*. 2018;2(1):20–27. doi:<https://doi.org/10.12928/jp.v2i1.437>
5. Lina HP. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa di SDN 42 Korong Gadang kecamatan Kuranji Padang. *J PROMKES*. 2017;4(1):92–103.
6. Julianti, R., Nasirun & W. Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. *J Ilm Potensia*. 2018;3(2):11–17.
7. Isnainy, U. C. A. S., Zainaro, M. A., Novikasari, L., Aryanti, L., & Furqoni PD. Pendidikan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di SMA negeri 13 Bandar Lampung. *J Kreat Pengabdian Kpd Masy*. 2020;3(1):27–33.
8. Layya, Imran & N. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam tatanan rumah tangga berbasis kerusakan akibat tsunami di wilayah kota Banda Aceh. *J Ilmu Kebencanaan*. 2016;3(1):19– 26.
9. Patilaiya, H. L., & Rahman H. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan

- Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 2018;2(2):251–258. doi:<https://doi.org/10.30595/jppm.v2i2.2512>
10. Andriansyah, Y., & Rahmantari DN. Penyuluhan dan praktik PHBS (perilaku hidup bersih sehat) dalam mewujudkan masyarakat desa peduli sehat. *J Inov dan Kewirausahaan*. 2013;2(1):45–50.
 11. Aswadi, Syahrir, S., Delastara, V. & S. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa-siswi SDK Rita pada kecamatan Kota Komba kabupaten Manggarai timur propinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-Sihah. Al-Sihah Public Heal Sci J*. 2017;9(2):187–196.
 12. Rahmanisa, S., Kurniawaty, E., & Susantiningsih T. Peningkatan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS): Aspek higiene dan sanitasi bagi masyarakat kelurahan Sumbersari kecamatan Metro Selatan. *JPM Ruwa Jurai*. 2015;1(1):75–78.