

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA ANAK USIA  
DINI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN COVID-19  
DI PAUD KEMUNING JAYA  
BANDAR LAMPUNG

<https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i6.4965>

Linawati Novikasari<sup>1</sup>, Ruspa Dewi<sup>2\*</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati Lampung

Disubmit: 29 Agustus 2021 Diterima: 07 Oktober 2021 Diterbitkan: 01 Desember 2021

Email Korespondensi: [ruspadewi22@gmail.com](mailto:ruspadewi22@gmail.com)

### ABSTRAK

PHBS merupakan satu pilar utama “Indonesia Sehat” Sikap PHBS berarti sanggup memelihara, tingkatkan serta melindungi kesehatan dari penyakit serta area yang tidak kondusif buat hidup sehat. Virus Covid- 19 yang diakibatkan oleh Serve Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2(SARS- CoV-2) sudah memunculkan kepanikan di segala dunia, tercantum Indonesia. Penyebaran Virus ini bisa dihindari dengan mempraktikkan pola hidup bersih serta sehat( PHBS), semacam cuci tangan yang benar, etika batuk, dan melindungi kesehatan serta energy tahan badan. Hasil Survei Demografi serta Kesehatan Indonesia menampilkan kalau 93% penduduk Indonesia telah terbiasa cuci tangan dengan sabun serta air mengalir. Sisanya warga Indonesia Cuma cuci tangan dengan air serta deterjen, bukan sabun. Tujuan sehabis penyuluhan kesehatan pendek, diharapkan kanak- kanak dapat tingkatkan pengetahuan serta keahlian dalam penangkalan Covid- 19 dengan gerakan PHBS di rumah ataupun disekolah. Adapula aktivitas yang dicoba berbentuk penyuluhan kesehatan mengenakan lembar balik serta leaflet. Setelah dilakukan penyuluhan ada kenaikan pengetahuan sebanyak 80% tentang gerakan PHBS selaku penanganan Covid- 19 pada partisipan di Paud Kemuning jaya.

**Kata Kunci :** PHBS, Anak Usia dini, Covid-19

### ABSTRACT

*PHBS is one of the main pillars of “Healthy Indonesia” PHBS attitude means being able to maintain, improve and protect health from disease and areas that are not conducive to healthy living. The Covid-19 virus caused by the Serve Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) has caused panic all over the world, including Indonesia. The spread of this virus can be avoided by practicing a clean and healthy lifestyle (PHBS), such as proper hand washing, cough etiquette, and protecting health and immune energy. The results of the Indonesian Demographic and Health Survey show that 93% of Indonesians are accustomed to washing their hands with soap and running water. The rest of the Indonesians only wash their hands with water and detergent, not soap. The goal after short health counseling, it is hoped that*

*children can increase their knowledge and skills in preventing Covid-19 with the PHBS movement at home or at school. There are also activities that are tried in the form of health education using flipcharts and leaflets. After the counseling was carried out, there was an 80% increase in knowledge about the PHBS movement as the handling of Covid-19 among participants at Paud Kemuning Jaya.*

**Keywords :** PHBS, Early Childhood, Covid-19

## 1. PENDAHULUAN

PHBS merupakan satu pilar utama “Indonesia Sehat” serta satu strategy buat kurangi beban pembiayaan kesehatan pada Negeri serta warga. Kondisi sehat bisa kita capai yaitu mengganti sikap hidup sehat dengan menghasilkan area yang sehat, sebab itu kesehatan butuh dilindungi, dipelihara serta ditingkatkan tiap anggota keluarga, serta seluruh pihak wajib mengupayakannya (Nurmahmudah, Puspitasari, & Agustin, (2018)). Sikap PHBS berarti sanggup memelihara, tingkatkan serta melindungi kesehatan dari penyakit serta area yang tidak kondusif buat hidup sehat. Penerapan PHBS di warga jadi tanggung jawab seluruh pihak, baik pemerintah kota ataupun dinas terpaut, buat mensosialisasikan aktivitas PHBS di warga supaya bisa terlaksana secara efisien. Pada umur 6- 12 tahun, PHBS dilakukan tidak cuma di area rumah, namun pula di area sekolah. PHBS semenjak dini menolong mengedukasi serta menanamkan pemahaman hendak berartinya kebersihan buat melindungi kesehatan diri serta area (Irasti, & Widodo, 2017)).

Salah satu upaya kenaikan mutu sumber energi manusia semenjak dini merupakan dengan sediakan tenaga pendidik untuk anak umur dini. Anak umur dini terletak dalam masa pertumbuhan serta perkembangan, sehingga sangat membolehkan buat membentuk nilai- nilai. Tidak hanya itu, kanak-kanak pada umur tersebut rentan sakit. Perihal ini disebabkan kebersihan santapan anak tidak terkendali sehingga rentan terhadap penyebaran kuman serta virus ataupun biasa diucap dengan food borne disease. Penyakit bawaan santapan merupakan penyakit yang diakibatkan oleh virus ataupun kuman yang masuk ke dalam badan manusia lewat proses pencernaan, semacam kolera, peradangan kecacingan (worm), disentri (disentri), dll. Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas 2010; Trihono, Atmarita, Tjandrarini, Irawati, Nurlinawati, Utami serta Tejayanti, (2015) menampilkan kalau prevalensi diare di Indonesia dekat 42, 2%. Anak umur sekolah (5- 14 tahun)), diare Tingkatan peristiwa merupakan 9, 0%. Dibanding dengan seluruh kelompok umur dikala ini, kelompok umur sekolah mempunyai prevalensi demam tifoid paling tinggi sebesar 1, 9% (Sholikhah, et angkatan laut (AL) 2013; Sholikhah, & Sustini, 2014). Semacam yang dikatakan Miller serta Arlianti (2009: 2), banyak penyakit yang dialami anak pada sesi dini perkembangan (0- 5 tahun) hendak timbul kembali pada masa sekolah, paling utama pada sesi dini sekolah (6- 8 tahun). Perihal ini disebabkan kegiatan anak yang sangat besar paling utama dalam kegiatan bermain, anak belum menguasai berartinya sikap hidup bersih serta sehat.

Virus Covid- 19 yang diakibatkan oleh Serve Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS- CoV- 2) sudah memunculkan kepanikan di segala dunia, tercantum Indonesia. Walaupun Organisasi Kesehatan Dunia, Pusat Pengendalian serta Penangkalan Penyakit, serta Departemen

Kesehatan Indonesia sudah menghasilkan banyak data serta pedoman actual terpaut Covid- 19, kabar tidak efisien itu masih membingungkan publik. Penyebaran Virus ini bisa dihindari dengan mempraktikkan pola hidup bersih serta sehat( PHBS), semacam cuci tangan yang benar, etika batuk, dan melindungi kesehatan serta energy tahan badan. Hasil Survei Demografi serta Kesehatan Indonesia( 2017) menampilkan kalau 93% penduduk Indonesia telah terbiasa cuci tangan dengan sabun serta air mengalir. Sisanya warga Indonesia Cuma cuci tangan dengan air serta deterjen, bukan sabun( Kompas 2020; Burhanuddin, Massi, Thahir, Razak,& surungan, 2020). Salah satu metode buat menghindari pemerintah dari anjuran virus Covid- 19 merupakan dengan mencuci tangan dengan sabun serta air mengalir hingga tangan bersih. Bila tangan kamu kotor, Kamu tidak boleh memegang wajah Kamu, tercantum hidung, mata, serta mulut. Bila sabun serta air tidak ada, dianjurkan buat cuci tangan dengan pembersih tangan.

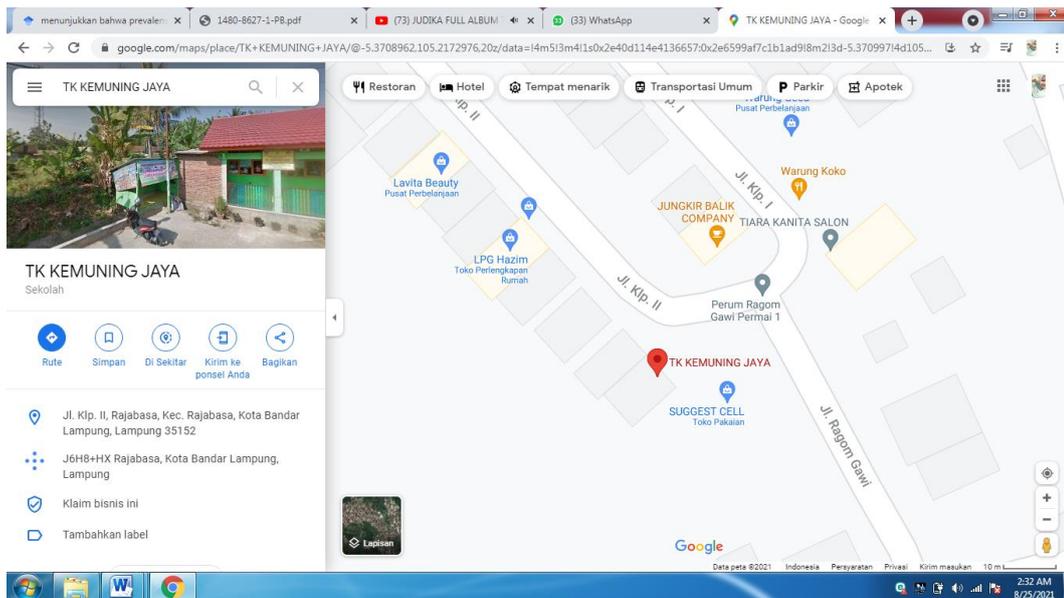
Anak usia dini adalah anak yang usianya belum masuk lembaga pendidikan, seperti Sekolah Dasar, anak-anak usia dini biasanya dalam ruangan mendirikan berbagai lembaga pendidikan prasekolah, seperti kelompok bermain, Taman Kanak-kanak atau pembibitan. Masa kecil adalah 0-8 tahun. 5-6 tahun kali pertama kehidupan seorang anak adalah usia masa keemasan (golden age) artinya "waktu sensitive" dan hanya datang sekali seumur hidup mereka. Karena kondisi harus dicocokkan dengan kebutuhan anak untuk tumbuh dan perkembangan anak dapat dicapai dengan baik (Kemendiknas, 2009; Anhusadar, 2016).

Memelihara kesehatan sangat berarti dilakukan Sejak awal, hal ini sangat penting bagi siswa PAUD karena mereka lebih mungkin menderita penyakit akibat daya tahan tubuh hari itu, yang tidak terjadi pada orang tua (Mardhiati, 2019; Ardayani, & Zandroto. 2020). Tidak hanya itu anak umur dini kerap memasukkan tangan kedalam lubangmulut mereka , barang apasaja yang mereka pegang mereka berupaya buat memakan, sehingga mungkin tidak ketahui barang itu kotor ataupun tidaknya, mereka tidak mengenali perihal itu yang jadi sangat bahaya kala mereka tidak di ajarkan serta dibiasakan hidup bersih.( Aulina 2018; Pamungkas, Abdurrasyid, Gobel, Maria, Neliyana, Savira,& Ulpiah, 2021).

Ada batasan yang berbeda pada syarat dan ketentuan kesehatan. Secara umum, sehat berarti kondisi fisik seseorang tidak sakit, merasa nyaman, dan dapat melakukan aktivitas sehari-hari. Menurut definisi World Health Organization (WHO), sehat adalah keadaan sehat fisik, mental dan sosial yang utuh, tidak hanya bebas dari penyakit dan kecacatan. Sangat mendukung kesehatan manusia (Soekidjo Notoatmodjo, 2006; Sudaryanti, Aminuddin, 2016).

## 2. MASALAH

Alasan saya memilih lokasi ini karena PAUD Kemuning Jaya Gerakan PHBS dilakukan secara non-kompetitif oleh PAUD Kemuning Jaya Sekolah kepada anak muridnya dari Covid-19. Selain itu, tingginya angka partisipasi PHBS di PAUD Kemuning Jaya mengakibatkan peningkatan jumlah anak rentan yang menderita penyakit akibat daya tahan tubuh. Dan tujuan utama dari penelitian ini adalah agar peserta menjadi lebih sadar dan mampu mengelola kegiatan PHBS di sekolah maupun di rumah.



Gambar 2.1 Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

### 3. METODE

#### a. Tujuan persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan ialah pembuatan pre planning, persiapan penyajian leaflet dan lembar balik. Tempat dan alat lainnya disiapkan oleh pengurus PAUD. Pembuatan leaflet di mulai pada hari sabtu 21 Agustus 2021 dan pada tanggal 24 Agustus 2021 dilakukan pengecekan untuk persiapan penyuluhan.

#### b. Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan acara ini dengan pemberitahuan kepada pengurus PAUD Kemuning Jaya untuk dapat mengarahkan anak-anak muridnya agar berkumpul dan dengan dilanjutkan dengan penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

#### c. Evaluasi

##### i. Struktur

Partisipan muncul sebanyak 12 orang kanak-kanak murid PAUD Kemuning Jaya. Setting tempat telah cocok dengan rencana yang terbuat serta peralatan yang dicoba buat penyuluhan telah ada serta telah digunakan sebagaimana semestinya. Pemakaian bahasa yang digunakan telah komunikatif dalam penyampaian, para partisipan bisa memahami modul yang telah di informasikan regu dedikasi warga serta bisa memfasilitasi audiensi sepanjang berjalannya pelatihan serta dialog.

##### ii. Proses

Penyelenggaraan penelitian pukul 10.00 - 11.00 WIB. Sesuai dengan jadwal yang telah di rencanakan.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan penyuluhan kesehatan tentang PHBS ini dilaksanakan pada tanggal 25 Agustus 2021 di PAUD Kemuning Jaya Bandar Lampung. Pelaksanaan penyuluhan singkat di tunjukan pada anak-anak PAUD yang belum tahu dan paham tentang penerapan PHBS. Media dan alat yang digunakan berupa leaflet dan lembar balik. Metode yang digunakan adalah ceramah dan mendemonstrasikan cuci tangan yang baik dan benar dengan 6 langkah. Kanak-kanak PAUD menyangka PHBS sangat bahagia diketahui selaku Upaya penangkalan Covid-19 dengan cuci tangan dengan sabun, melindungi kebersihan area, memakan santapan bergizi, serta aktivitas yang lain, berikut penerapan aktivitas:



Gambar 2.2 Foto kegiatan PKM



Gambar 2.4 Foto kegiatan PKM

#### 5. KESIMPULAN

Perilaku Hidup Bersih serta Sehat merupakan satu pilar utama “Indonesia Sehat” serta satu strategy buat kurangi beban pembiayaan kesehatan pada Negeri serta warga. Keadaan sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku sehat dan menciptakan lingkungan yang sehat, oleh karena itu kesehatan perlu dijaga, dipelihara dan ditingkatkan oleh setiap anggota keluarga, dan semua pihak harus mengupayakannya. Pelatihan singkat bertujuan untuk

mengenal dan memahami PHBS sebagai pencegahan Covid-19, Mengatasi permasalahan PHBS dan pencegahannya. kemudian peserta mengerti dan dapat menerapkan kegiatan PHBS disekolah maupun dirumah. Setelah dilakukan penyuluhan ada kenaikan pengetahuan sebanyak 80% tentang gerakan PHBS selaku penanganan Covid- 19 pada partisipan di Paud Kemuning jaya.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Anhusadar, L. (2016). Kreativitas Pendidik di Lembaga PAUD. *Al-Ta'dib: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, 9(1), 76-93.
- Ardayani, T., & Zandroto, H. T. (2020). Deteksi Dini Pencegahan Karies Gigi Pada Anak dengan Cara Sikat Gigi di Paud Balqis, Asifa dan Tadzkirroh Di Desa Babakan Kecamatan Ciparay Kabupaten Bandung. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(2), 59-67.
- Aulina, C. N., & Astutik, Y. (2018). Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih serta Sehat (PHBS) di TK Kecamatan Candi Sidoarjo. *AKSILOGIYA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 50-58.
- Burhanuddin, A. I., Massi, M. N., Thahir, H., Razak, A., & Surungan, T. (Eds.). (2020). *Merajut Asa Di Tengah Pandemi Covid-19 (Pandangan Akademisi UNHAS)*. Deepublish.
- Irasti, E., & Widodo, S. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Rw 04 Kelurahan Pekayon Kecamatan Pasar Rebo Jakarta Timur Tahun 2016. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 7(2), 13.
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 46-52.
- Pamungkas, R. A., Abdurrasyid, A., Gobel, S., Maria, W., Neliyana, N., Savira, N. A., ... & Ulpiah, S. (2021, March). Pencegahan Penularan Infeksi Covid-19 Pada Anak Usia Sekolah Melalui Personal Protective Equipment (PPE). In *Seminar Nasional & Call Of Papers Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat* (Vol. 1, No. 01).
- Sholikhah, H. H., & Sustini, F. (2014). Description of Clean and Healthy Behavior of Food Borne Disease Among by School Children Age in Babat Jerawat I Elementary School, District Pakal Surabaya. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 16(4), 20864.
- Sudaryanti, S., & Aminuddin, M. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V tentang Konsep Sehat Sakit dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 008 Samarinda Ulu.
- Tabi'in, A. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 6(1), 58-73.
- Trihono, T., Atmarita, A., Tjandrarini, D. H., Irawati, A., Nurlinawati, I., Utami, N. H., & Tejayanti, T. (2015). *Pendek (stunting) di Indonesia, masalah dan solusinya*. Lembaga Penerbit Badan Litbangkes.