



## **SOSIALISASI KESEHATAN DAN PENTINGNYA EDUKASI POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) BAGI WARGA KELURAHAN BERINGIN RAYA**

**Aristoteles<sup>1</sup>, Ariq Rafii Utama<sup>2</sup>, Awfa Rizqon Akhyar<sup>2</sup>, Ayuning Rizqi Rahmayanti<sup>2</sup>, Maulida Melvina Putri<sup>2</sup>, Monique Permata Sari Santoso<sup>2</sup>, Muhammad Chaidar Ali<sup>2</sup>, Mutiara Putri Adisa<sup>2</sup>, Rigasmi Ihklayani<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Komputer/Jurusan Ilmu Komputer/FMIPA, Universitas Lampung

<sup>2</sup>Mahasiswa KKN Periode 1 2022 Universitas Lampung

Penulis Korespondensi : [rigasmi.ihklayani111619@students.unila.ac.id](mailto:rigasmi.ihklayani111619@students.unila.ac.id)

### **Abstrak**

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan suatu kegiatan pengabdian mahasiswa kepada masyarakat dengan menggunakan pendekatan lintas keilmuan dan sektoral yang didapatkan melalui pembelajaran didalam kelas. KKN dilaksanakan oleh Perguruan Tinggi sebagai upaya meningkatkan isi dan bobot pendidikan bagi mahasiswa dan untuk mendapatkan nilai tambah yang lebih besar pada pendidikan tinggi. Pelaksanaan KKN di masa pandemi seperti sekarang ini memberikan tantangan tersendiri bagi mahasiswa KKN Periode 1 Tahun 2022. Salah satu Program Kuliah Kerja Nyata yang kami laksanakan ialah melalui sosialisasi dan edukasi kesehatan yang bertujuan untuk mengurangi kepanikan masyarakat dan pengetahuan terkait Covid-19, yang mana hingga saat ini selalu bertambah variasi virusnya. Populasi dan sampel dalam penelitian ini masyarakat dan siswa/i di lokasi pelaksanaan KKN mahasiswa. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah Wawancara, Observasi, Diskusi dan Dokumentasi. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa masyarakat dapat menerapkan pola hidup sehat dan menjaga kesehatan di masa pandemi. Dibuatnya artikel ini sebagai bentuk dari salah satu hasil pengabdian yang telah dilaksanakan oleh Mahasiswa KKN Desa Beringin Raya Periode 1 Tahun 2022.

Kata kunci: Covid-19, Kesehatan, Kuliah Kerja Nyata, Sosialisasi

### **Abstract**

*The Real Work Lecture (KKN) is a student service activity to the community using a cross-scientific and sectoral approach that is obtained through classroom learning. KKN is implemented by universities as an effort to increase the content and weight of education for students and to get greater added value in higher education. The implementation of Community Service Program during a pandemic like now poses its own challenges for KKN students for Period 1 of 2022. One of the Real Work Lecture Programs that we carry out is through socialization and health education which aims to reduce public panic and knowledge related to Covid-19, which is up to currently there are always increasing variations of the virus. The population and sample in this study were the community and students at the location of the student KKN implementation. Data collection methods used are interviews, observations, discussions and documentation. From the results of the study, it was found that people can implement a healthy lifestyle and maintain health during a pandemic. This article was made as a form of one of the results of the service that has been carried out by the Beringin Raya Village Community Service Student for Period 1 of 2022.*

*Keywords: Covid-19, Health, Real Work Lecture, Socialization*

## 1. Pendahuluan

Kehadiran pandemi Covid-19 telah membawa perubahan di dunia dengan berbagai tantangan yang belum pernah terlihat sebelumnya. Di Indonesia, Covid-19 telah menginfeksi lebih dari 4,5 juta orang sejak kasus pertama diumumkan pada Maret 2020, hingga saat ini sebanyak 145.000 orang meninggal. Namun, upaya menahan penyebaran virus Covid-19 telah menghambat aktivitas ekonomi dan berdampak pada tingkat kesejahteraan sosial yang semakin dirasakan masyarakat.

Sejak kemunculannya yang pertama, virus ini mendapat banyak reaksi berbeda dari masyarakat Indonesia. Beberapa mulai berhati-hati dan menerapkan gaya hidup sehat, tetapi kebanyakan dari mereka tidak peduli dan tak acuh bahkan mengubah virus ini menjadi lelucon. Tidak hanya masyarakat biasa, banyak pejabat juga yang meremehkan keberadaan virus ini dan tidak mempersiapkan atau mengantisipasi munculnya penyakit ini di Indonesia. Meski Covid-19 mulai menyebar dengan cepat di berbagai wilayah dan beberapa negara menutup pintu keluar masuk, pemerintah dan warga Indonesia tetap bersikap santai dan tidak melakukan tindakan pencegahan apapun terhadap virus ini.

Ketidakpastian, kecemasan dan urgensi yang ditimbulkan oleh virus Corona bisa menjadi sumber stres bagi banyak orang. Ketidakpastian waktu terjadinya wabah membuat banyak kalangan, terutama kalangan menengah ke bawah, cemas dengan nasib mereka. Kehidupan normal tanpa sarana penghidupan menyulitkan mereka untuk memenuhi kebutuhan hidup yang esensial. Keberadaan virus Corona yang mengancam setiap orang berpeluang menjadi stressor bagi sebagian besar orang, dan dampaknya bisa jadi sama parahannya dengan dampak yang ditimbulkan jika terinfeksi virus Corona itu sendiri (Taylor, 2019).

Untuk meredakan kecemasan di masyarakat, berbagai hal perlu kita lakukan untuk meningkatkan optimisme masyarakat di tengah pandemi ini. Banyak masyarakat yang masih mampu memenuhi kebutuhan sehari-harinya telah meningkatkan kesadarannya dengan berkontribusi membantu mereka yang paling membutuhkan melalui penggalangan dana dan donasi. Ada juga kelompok lain yang membantu menjahit APD untuk tenaga kesehatan dan memproduksi masker secara massal untuk dibagikan kepada mereka yang masih harus bekerja di luar ruangan. Akibat virus Corona, masyarakat juga menjadi lebih peduli untuk menjalani hidup sehat. Ini hanya sebagian kecil dari upaya masyarakat untuk melindungi diri agar terhindar dari infeksi Covid-19.

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) melalui sosialisasi dan edukasi ini bertujuan untuk mengurangi kepanikan terhadap virus Covid-19 dengan target luaran yaitu terciptanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai Covid-19, terciptanya suatu strategi gerakan mencegah dan mengantisipasi penyebaran Covid-19 di daerah setempat, dan terciptanya media edukasi yang bisa menjadi pegangan masyarakat dalam menghadapi penyebaran virus corona, serta tetap menerapkan protokol kesehatan walau terdapat penurunan tingkat penyebaran hingga pemerintah memberikan instruksi di tahapan kehidupan selanjutnya.

Sasaran utama dari Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini adalah masyarakat atau warga wilayah Kelurahan, karena mayoritas masyarakat Kelurahan Beringin Raya bekerja di wilayah yang kritis terhadap penyebaran virus covid-19 salah satunya adalah berdagang di pasar, tentunya selalu bersinggungan dengan komunitas individu lain, sehingga sangat penting aturan kebersihan dibuat dan diterapkan oleh masyarakat Kelurahan Beringin Raya, kurangnya disiplin masyarakat menuju The New Normal (New Normal) pedoman hidup normal juga bisa menjadi faktor melemahnya perekonomian jika penyebaran virus Covid-

19 menjadi faktor utama) tidak dapat dicegah secara mandiri oleh masyarakat Kelurahan Beringin Raya Berdasarkan hasil pantauan sebelumnya, banyak masyarakat di Kelurahan Beringin Raya yang masih belum sadar akan bahaya virus Covid-19. Dimana masyarakat masih belum menerapkan prosedur kesehatan seperti social distancing, sering mencuci tangan, memakai masker saat keluar rumah, rutin melakukan penyemprotan disinfektan. Selain itu, lingkungan Kelurahan Beringin Raya masih jarang ditemukan tempat cuci tangan. Oleh karena itu, sangat penting untuk mensosialisasikan dan mengedukasi masyarakat desa setempat agar mereka dapat mengelola dan mencegah penyebaran infeksi dari virus Covid-19 dan melalui kawasan ini diharapkan dapat mendukung advokasi pemerintah untuk menekan angka infeksi virus Covid-19 di Indonesia.

## 2. Bahan dan Metode

Penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (field research). Penelitian tersebut termasuk ke dalam penelitian deskriptif kualitatif (Moelong, 2011). Dengan menggunakan data primer yang telah didapatkan melalui pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Beringin Raya Kecamatan Kemiling Bandar Lampung. Data-data yang digunakan dalam pembuatan artikel ini bersumber daripada pengalaman dan observasi langsung oleh anggota kelompok.

Program Kerja dalam penelitian ini dilakukan melalui kegiatan sosialisasi dan edukasi dengan melakukan penyuluhan dan pelatihan melalui berbagai program utama dan pendukung selama pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata. Memberikan wawasan atau edukasi kepada program utama kegiatan yaitu sosialisasi kepada Siswa/i SMP Negeri 13 Bandar Lampung serta Sosialisasi kepada siswa/i TK Sari Teladan dengan cara, antara lain:

- a. Memberi nasihat dan bekerja sama dengan masyarakat umum tentang Virus Omicron.
- b. Pembagian masker di tempat-tempat umum.

Selain kegiatan utama di atas, juga diberikan beberapa kegiatan pendukung kepada masyarakat seperti memberikan kegiatan belajar mengajar terhadap anak-anak Kelurahan Beringin Raya yang disisipi dengan pengetahuan mengenai tatanan kehidupan Pola Hidup Bersih sehingga berbagai lapisan masyarakat dapat mengetahui serta mencegah penyebaran virus Covid-19 secara mandiri sehingga pandemi dapat cepat selesai. Berikut beberapa kegiatan tambahan yang dilakukan, antara lain:

- a. PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat);
- b. Sosialisasi kepada anak – anak tentang PHBS dan Cuci Tangan;
- c. Demonstrasi cuci tangan kepada anak – anak; dan
- d. GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat).

Adapun bahan-bahan yang digunakan untuk pelaksanaan program kerja sebagai berikut:

- 1) Kegiatan edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TK Sari Teladan  
Bahan yang digunakan: kertas karton, spidol warna, gambar-gambar edukasi untuk membuat alat peraga edukatif dan hadiah snack
- 2) Kegiatan sosialisasi Omicron di SMPN 13 Bandar Lampung  
Alat yang digunakan : laptop, proyektor, colokan terminal  
Bahan yang digunakan : hadiah snack
- 3) Kegiatan membagikan masker dan hand sanitizer kepada masyarakat kelurahan Beringin Raya

Bahan yang digunakan: masker, hand sanitizer, vitamin c dan plastik

### 3. Hasil dan Pembahasan

Capaian Program Kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini yang utama adalah memberikan wawasan kepada masyarakat mengenai beberapa hal dalam menangani dan mencegah penyebaran Virus Covid-19 pada kehidupan di era New Normal. Program Kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini telah dilakukan melalui pendampingan, sosialisasi dan edukasi dengan berbagai program kegiatan yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat kepada siswa/i TK Sari Teladan, pada hari Selasa tanggal 18 Januari 2022

Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi di Taman Kanak-Kanak Sari Teladan berlokasi di Jalan Bayam No. 37, Beringin Raya, Kec. Kemiling, Kota Bandar Lampung. Kami melaksanakan edukasi terkait PHBS dengan memberikan pengetahuan tentang apa saja makanan bergizi, waktu-waktu yang tepat untuk cuci tangan, manfaat cuci tangan, dampak apabila kita tidak mencuci tangan serta memberikan cara-cara cuci tangan yang baik dan benar dengan bernyanyi serta kami selingi dengan adanya kegiatan mewarnai dan games agar siswa/siswi tidak merasa bosan. Kegiatan edukasi TK ini dibagi dalam tiga kelompok kelas, satu kelompok kelasnya berisi 2-3 mahasiswa KKN UNILA Beringin raya dengan dibimbing oleh bunda wali kelas kelompok tersebut siswa/siswi Taman Kanak-kanak Sari Teladan aktif dan mengikuti dengan baik kegiatan ini dengan penuh keceriaan.

- 2) Edukasi mengenai Omicron kepada siswa/i SMPN 13 Bandar Lampung, pada hari Selasa tanggal 25 Januari 2022

Edukasi Omicron dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi di SMPN 13 Bandar Lampung berlokasi di Jalan Marga No. 57, Beringin Raya, Kec. Kemiling, Kota Bandar Lampung. Kami memberikan wawasan tentang virus omicron, gejala gejala yang timbul, dampak yang akan terjadi, serta cara penanganan apabila terkena virus omicron. Kegiatan Edukasi SMP dilakukan di 2 (dua) kelas yaitu kelas 9.1 dan kelas 9.3. Pada saat sosialisasi berlangsung siswa/siswi SMPN 13 Bandar Lampung sangat antusias dan aktif mengikuti kegiatan tersebut.

- 3) Membagikan masker dan hand sanitizer kepada masyarakat kelurahan Beringin Raya setiap hari jum'at

Kegiatan pembagian masker, vitamin c dan hand sanitizer dilakukan rutin di hari jumat setelah kegiatan gotong royong di lingkungan kelurahan Beringin Raya. Target sasaran pembagian beragam dari mulai masyarakat lingkungan 2 dan masyarakat di pasar yang berada di kelurahan beringin raya dengan didampingi bapak lurah Beringin Raya. Masyarakat sangat mendukung diadakannya kegiatan ini.





*Gambar 1. Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat*

**Tabel 1. Keadaan awal dan keadaan akhir yang diharapkan dari peserta Sosialisasi Covid-19, Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS), dan Pembuatan serta pembagian masker secara gratis**

No.	Keadaan Awal	Perlakuan	Keadaan Akhir
1)	Siswa/i TK Sari Teladan belum memahami dan menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat di kehidupan sehari-hari seperti belum rutin melakukan cuci tangan sebelum dan sesudah beraktivitas dan makan.	Pemberian materi mengenai Pola Hidup Bersih dan Sehat di kehidupan sehari-hari seperti memberikan pengetahuan tentang apa saja makanan bergizi, waktu-waktu yang tepat untuk cuci tangan, manfaat cuci tangan, dampak apabila kita tidak mencuci tangan serta memberikan cara-cara cuci tangan yang baik dan benar	Siswa/i Tk Sari Teladan telah memahami dan menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat di kehidupan sehari-hari seperti rutin melakukan cuci tangan sebelum dan sesudah beraktivitas dan makan.

2)	Siswa/i SMPN 13 Bandar Lampung belum memahami dan mengetahui tentang virus Omicron dan penanganan apabila terkena virus omicron	Pemberian materi tentang virus omicron, gejala gejala yang timbul, dampak yang akan terjadi, serta cara penanganan apabila terkena virus omicron.	Siswa/i SMPN 13 Bandar Lampung telah memahami dan mengetahui tentang virus Omicron, penanganan apabila terkena virus omicron dan mengurangi kepanikan terhadap virus covid-19 Khusus varian Omicron
3)	Masyarakat kelurahan Beringin Raya kurang dalam memperhatikan pola hidup bersih dan sehat di kehidupan sehari-hari dan masih kurang menerapkan 5M di masa pandemi.	Pemberian masker, hand sanitizer dan/ vitamin c kepada masyarakat kelurahan Beringin Raya	Meningkatkan motivasi untuk masyarakat lebih memperhatikan pola hidup bersih dan sehat di kehidupan sehari-hari dan dapat selalu menerapkan 5M di masa pandemi saat ini.



Gambar 2. Edukasi mengenai Omicron





*Gambar 3. Membagikan masker dan hand sanitizer*

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan dari pelaksanaan Sosialisasi Covid-19, Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS), dan Pembuatan serta pembagian masker secara gratis yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Sosialisasi virus Omicron dilaksanakan di SMPN 13 Bandar Lampung pada tanggal 25 Januari 2022.
- 2) Kegiatan kedua ialah Sosialisasi Cuci tangan dan Pola Hidup Bersih dan Sehat di TK Sari Teladan Beringin raya pada tanggal 18 Januari 2022.
- 3) Kegiatan selanjutnya adalah Pembagian masker dan hand sanitizer pada saat gotong royong.
- 4) Pada kegiatan ini yang pertama dilakukan adalah pembukaan acara kegiatan, sambutan dari perwakilan mahasiswa KKN Universitas Lampung, kemudian dilanjutkan dengan sosialisasi tentang pentingnya cara pencegahan Covid-19, serta dilanjutkan dengan sosialisasi tentang PHBS yang

disampaikan oleh mahasiswa KKN Universitas Lampung. Sosialisasi tersebut dilakukan untuk menghimbau kepada masyarakat Beringin Raya akan pentingnya PHBS dan menerapkan 5M di masa pandemi ini.

### Ucapan Terima Kasih

Kami panjatkan puji syukur kepada Allah SWT karena hanya dengan rahmat dan hidayah-Nya kami dapat menyelesaikan pengabdian ini. Kami juga banyak mendapatkan dukungan dari berbagai pihak yang telah menyumbangkan pikiran, waktu, tenaga, dan sebagainya. Oleh karena itu, pada kesempatan yang baik ini kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

- a) Universitas Lampung
- b) BP KKN Universitas Lampung
- c) Dosen KDPL Mahasiswa Universitas Lampung
- d) Dosen DPL Mahasiswa Universitas Lampung
- e) Kepala Desa Beringin Raya Kec. Kemiling Bandar Lampung
- f) Masyarakat Desa Beringin Raya Kec. Kemiling Bandar Lampung

Semoga amal dan kebaikan yang telah diberikan kepada kami akan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Aamiin.

### Daftar Pustaka

- Ghaemi, N. (2020, March 24). The Psychology of Pandemic Denial: Why do some people reject the science of public health? [Blog post]. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/mood-swings/202003/the-psychology-pandemic-denial>
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (1986). The causes and consequences of a need for self-esteem: A terror management theory. In *Public self and private self* (pp. 189-212). Springer, New York, NY.
- Knoll, J.L. (2020, March 30). Panic and Pandemics: The Return of the Absurd. [Blog post]. Retrieved from <https://www.psychiatrytimes.com/coronavirus/panic-and-pandemicsreturn-absurd>
- Norberg, M., Rucker, D. (2020, March 20). Psychology can explain why coronavirus drives us to panic buy. It also provides tips on how to stop. [Blog post]. Retrieved from <https://theconversation.com/psychology-can-explain-why-coronavirus-drives-us-to-panicbuy-it-also-provides-tips-on-how-to-stop-13403>
- Situasi Virus Corona (2020, April 21). Retrieved April, 21, 2020, from <https://www.covid19.go.id/situasi-virus-corona/>
- Taylor, S. (2019). *The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease*. England: Cambridge Scholar Publishing.