



**GAMBARAN PERILAKU POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)
DI MASYARAKAT DALAM PENCEGAHAN PENULARAN COVID-19
PADA MASA PANDEMI**

*Description Of Clean and Healthy Living Patterns (PHBS) Behavior In The
Community In Preventing The Transmission Of Covid-19 During Pandemic*

Afri Satriawan Ali¹, Zahrah Maulidia Septimar²

^{1,2}Universitas Yatsi Madani, Tangerang

¹Email: afrisatriawanaly@gmail.com

²Email: pangeran_jojoy@yahoo.co.id

Abstract

Clean and healthy lifestyle behavior (PHBS) is a form of behavior. Healthy behavior is a response made by individuals to maintain and improve healthy. According to Becker, healthy behavior is formed from three domains of Bloom's taxonomy education. The domain consists of knowledge, attitudes and practices or actions. Knowledge is the result of a person's learning process through various senses due to curiosity. Attitude is a person's closed response produced as a result of stimulation to a particular stimulus. Practice is a form of application of knowledge and attitudes possessed by a person in a real or open form so that it can be seen by others. Research objectives to find out the description of the behavior of a clean and healthy lifestyle (PHBS) in the community in preventing the transmission of covid-19 during the pandemic. Research design is a plan, some interpret it as a pattern, cut, shape, purpose, model and intent. This research review will use quantitative descriptive research. Descriptive is suggested to describe or reduce a situation in a society or community. Based on the results of the analysis of the chi-square test results, it can be seen that the P value of the data is 0,000 ($P < 0.05$), it can be concluded that the "hypothesis is accepted" data has a significant influence, namely between the life pattern behavior picture clean and healthy (PHBS) in the community Kp. Babakan, RT.005/RW.002, Kec. Serpong, City. South Tangerang in the prevention of Covid-19 Transmission During the pandemic period.

Keywords: *Clean and healthy lifestyle behavior, prevention of Covid-19 transmission in the community.*

Abstrak

Perilaku pola hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu bentuk perilaku. Perilaku sehat merupakan respon yang dilakukan oleh individu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan. Menurut Becker, perilaku sehat terbentuk dari tiga domain pendidikan taksonomi bloom. Domain tersebut terdiri dari pengetahuan, sikap dan praktik atau tindakan. Pengetahuan adalah hasil dari proses belajar seseorang melalui berbagai panca indra akibat rasa ingin tahu. Sikap adalah respon tertutup seseorang yang dihasilkan akibat rangsangan terhadap stimulus tertentu. Praktik adalah bentuk aplikasi dari pengetahuan dan sikap yang dimiliki oleh seseorang dalam bentuk nyata atau terbuka sehingga dapat dilihat oleh orang lain. Tujuan Penelitian untuk mengetahui gambaran perilaku pola hidup bersih dan sehat (PHBS) dimasyarakat dalam pencegahan penularan covid-19 pada masa pandemi. Desain penelitian adalah sebagai rencana, ada juga yang mengartikannya sebagai pola, potongan, bentuk, tujuan, model dan maksud. Tinjauan penelitian ini akan menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Deskriptif disarankan

untuk mendeskripsikan atau mengurangi suatu keadaan dalam sebuah masyarakat atau komunitas. Berdasarkan hasil uji analisis hasil uji chi-Square Test bahwa dapat diketahui nilai P value dari data tersebut adalah 0,000 ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data “ hipotesis diterima “ ada pengaruh yang signifikan yaitu antara Gambaran Perilaku Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dimasyarakat Kp. Babakan, RT.005/RW.002, Kec. Serpong, Kota. Tangerang Selatan Dalam Pencegahan Penularan Covid-19 Pada Masa Pandemi.

Kata Kunci: *Perilaku pola hidup bersih dan sehat, pencegahan penularan covid-19 pada masyarakat*

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) pada tanggal 31 Desember 2019 yang menyebutkan adanya kasus cluster pneumonia dengan etiologi yang tidak jelas dikota wuhan. Kasus ini terus berkembang hingga adanya laporan kematian. Pada tanggal 30 januari 2020, WHO menetapkan COVID-19 sebagai Public Health Emergency of international Concern (PHEIC)/ke daruratan kesehatan masyarakat yang meresahkan dunia (KKMMD). Pada tanggal 12 february 2020, WHO resmi menetapkan penyakit novel coronavirus pada manusia ini dengan sebutan Coronavirus Disease (COVID 19). Pada tanggal 2 maret 2020 indonesia telah melaporkan 2 kasus konfirmasi COVID-19. Pada tanggal 11 maret 2020, WHO Sudah menetapkan COVID-19 Sebagai pandemik (Kemenkes RI,2020).

Berdasarkan data yang diperoleh, penyakit ini sudah menyebabkan 6.242.974 kasus di dunia dengan angka kematian mencapai 6.1 % atau sebanyak 378.485 jiwa (WHO,2020). Infeksi covid 19 diindonesia sendiri sudah mencapai 27.549 kasus terkonfirmasi dengan angka kematian 1.663 jiwa terhitung hingga tanggal 3 juni 2020 (kemenkes RI,2020). Jawa barat menyumbang 2.314 kasus terkonfirmasi Covid-19 di Indonesia dengan angka kematian sebanyak 151 orang (Pemerintah Provinsi Jawa Barat, 2020). Semua Negara di dunia hampir terkena wabah COVID-19 mengingat sangat cepatnya penularan virus ini. Penanganan harus segera dilakukan secepatnya karena peningkatan kasus semakin hari semakin meningkat. Namun, saat ini belum ada obat khusus bagi penderita. Menurut badan kesehatan dunia dibandingkan china, yang lebih banyak memiliki kasus kematian dalam kasus ini adalah eropa. Data dari WHO jumlah total kasus virus corona sampai dengan akhir April 2020, WHO kini lebih dari 2,8 juta sedikitnya 213 negara (gugus tugas percepatan penanganan COVID-19, 2020).

Awal transmisi virus ini belum dapat teridentifikasi penularan melalui manusia-manusia. Seiring dengan berjalannya waktu jumlah kasus semakin bertambah. Kemudian ditemukan 15 tenaga medis terinfeksi oleh pasien. Dapat disimpulkan bahwa penularan virus bias melalui manusia ke manusia (PDPI, 2020).

Kasus pertama COVID -19 di Indonesia terjadi pada tanggal 1 maret 2020 dengan 2 pasien dari depok yang terkena virus tersebut karena berinteraksi dengan warga jepang. Virus tersebut juga dengan cepat menyebar diseluruh warga Indonesia.berdasarkan data yang diperoleh dari situs resmi gugus tugas percepatan penanganan COVID-19 per tanggal 19 April 2020 bahwa penderita terus meningkat menjadi 6.760 kasus dengan rician 5.423 dalam perawatan (80,222%), sembuh 747 (11,05%), meninggal 590 (8,728%). Ditemukan beberapa kasus dimana petugas kesehatan terjangkit virus ini dalam kasus diatas. Sampai saat ini,

Covid-19 telah menyebar di 34 Provinsi di Indonesia, provinsi DKI Jakarta, Jawa Barat, Jawa Timur, Sulawesi Selatan, Jawa Tengah, dan Banten merupakan 5 Provinsi dengan jumlah kasus positif COVID-19 terbanyak.

Menjadi 5 terbanyak di Indonesia, di provinsi Banten pada tanggal 28 April 2020 terdapat 316 kasus, dengan pasien sembuh 52 (16%) orang dan yang meninggal 46 (14%) orang. Kota Tangerang menempati urutan pertama terbanyak dari 8 kota atau kabupaten pasien positif COVID-19, yaitu dengan kasus 149 orang atau 47% dari total kasus yang ada di provinsi Banten. Dengan pasien sembuh sebanyak 30 (20%) orang, meninggal 20 (13%) orang (infocorona.bantenprov.go.id, 2020). COVID-19 merupakan penyakit menular. Cara penularannya bias secara kontak langsung maupun tidak langsung dengan lingkungan terdekat dengan orang terinfeksi. Penularan kontak secara langsung melalui semburan cairan yang berasal dari saluran pernapasan orang terinfeksi, seperti batuk dan bersin. Sedangkan penularan melalui kontak tidak langsung yaitu orang yang menyentuh permukaan yang terkontaminasi virus ini, seperti alat yang digunakan oleh orang terinfeksi misalnya (Stetoskop, Termometer), lalu menyentuh wajahnya (Mata, hidung, mulut) juga dapat terinfeksi (WHO 2020).

Menurut WHO (2019), Perawat yang melakukan asuhan keperawatan difasilitas pelayanan kesehatan telah tersebar diseluruh dunia, menunjukkan bahwa perawat dan bidan menyumbang hampir 50% dari tenaga kesehatan diseluruh dunia. Dari 43,5 juta petugas kesehatan didunia, diperkirakan bahwa 20,7 juta adalah perawat dan bidan. Di Amerika, sejauh ini 3,9 juta tenaga perawat dan bidan (Haddad & Toney-Batler, 2019), sementara di Asia Tenggara, dibanyak Negara perawat dan bidan merupakan lebih dari 50% tenaga kesehatan nasional (WHO, 2019), sedangkan di Indonesia berdasarkan laporan kementerian kesehatan (2017), jumlah tenaga perawat berjumlah 296.876 dengan perbandingan perawatan pasien adalah 10 : 10.000. Jumlah perawat yang ada bekerja diberbagai fasilitas pelayanan. Rumah sakit dan puskesmas adalah contoh area kerja perawat yang paling sering dijumpai sehari-hari. Khususnya puskesmas yang dapat dijumpai masyarakat diberbagai wilayah mulai dari tingkat kelurahan.

WHO dalam Mustikawati dan Silviana 2017 menyatakan dengan melakukan praktik hidup sehat seperti cuci tangan pakai sabun dapat mencegah seseorang terkena berbagai penyakit menular seperti diare, penyakit saluran pernapasan dan penyakit gastrointestinal hingga 50% (PHBS). Pada dasarnya mengatur berbagai upaya pencegahan masalah kesehatan yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari seperti kebiasaan mencuci tangan pakai sabun, mengkonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban sehat, membuang sampah ditempat sampah, tidak merokok didalam ruangan, memberantas jentik nyamuk, dan tidak meludah disembarang tempat (Kemenkes RI, 2011).

PHBS merupakan salah satu bentuk perilaku. Perilaku sehat merupakan respon yang dilakukan oleh individu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan. Menurut Becker, perilaku sehat terbentuk dari tiga domain pendidikan taksonomi Bloom. Domain tersebut terdiri dari pengetahuan, sikap dan praktik atau tindakan. Pengetahuan adalah hasil dari proses belajar seseorang melalui berbagai panca indra akibat rasa ingin tahu. Sikap adalah respon tertutup seseorang yang dihasilkan akibat rangsangan terhadap stimulus tertentu. Praktik adalah bentuk aplikasi dari pengetahuan dan sikap yang dimiliki oleh seseorang

dalam bentuk nyata atau terbuka sehingga dapat dilihat oleh orang lain (Notoadmojo, 2014). Perilaku hidup bersih dan sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur-jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat (Kemenkes RI, 2016).

METODE

Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan metode insidental sampling yaitu sampel tersebut tidak terencana dan penggambaran hasil dari pengumpulan data tersebut tidak didasarkan suatu metode yang baku. Sampel yang dilakukan pada penelitian ini berjumlah 100 responden tetapi paling tidak sudah dilakukan wawancara memberikan pertanyaan-pertanyaan kuesioner pada kelompok intervensi responden disarankan menggunakan perilaku pola hidup bersih dan sehat selama masa pandemi. teknik pengambilan sampel ini dengan menggunakan metode insidental sampling yaitu sampel tersebut tidak terencana dan penggambaran hasil dari pengumpulan data tersebut tidak didasarkan suatu metode yang baku. Sampel yang dilakukan pada penelitian ini berjumlah 100 responden dengan masyarakat Kp.Babakan, RT.005/RW.002, Kec.Serpong, Kota Tangerang Selatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan di masyarakat Kp. Babakan, Rt.005/Rw.002, Kota. Tangerang Selatan Tahun 2021 Pada 100 responden didapatkan rata-rata nilai tingkat pencegahan penularan covid-19 diberikan intervensi perilaku pola hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah mean 1,64, median 2.00, standar deviasi 0,482. Nilai tingkat pencegahan covid-19 terendah 1 dan tertinggi 2.

Nilai intervensi perilaku pola hidup bersih dan sehat setelah dilakukan pencegahan penularan covid-19 instrumen yang dipakai peneliti adalah memberikan pola hidup bersih dan sehat untuk mencegah penularan covid-19 dan kuesioner, pada jenis pengukuran ini peneliti mengumpulkan data secara formal kepada responden untuk menjawab pertanyaan secara tertulis.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Athena, Eva laelasari, Tities Puspita (2020), Terjadinya wabah *Covid-19* membuat semua pihak berupaya melakukan pencegahan penularan virus *corona* yang merupakan penyebab penyakit tersebut dengan melakukan disinfeksi. Disinfeksi merupakan proses dekontaminasi yang menghilangkan atau membunuh segala hal terkait mikroorganisme (baik virus dan bakteri) pada objek permukaan benda mati.

Dilihat dari lokasi/tempatnya, hampir seluruh area publik mulai dari perkantoran kementerian sampai balai desa/RT/RW, rumah sakit/puskesmas, sekolah, perumahan, terminal, bahkan jalan raya tidak luput dari disinfeksi. Hal ini dilakukan hampir di seluruh wilayah Indonesia yang terjangkit *Covid-19*. Pelaksanaan disinfeksi area publik dilakukan dengan penyemprotan tempat di mana biasanya terdapat kerumunan orang, seperti pusat perbelanjaan/mall atau pasar, terminal, halte, rumah sakit, puskesmas, dan lain-lain. Besar kemungkinan masyarakat yang berada di lokasi penyemprotan akan terpajan oleh bahan

(disinfektan) yang disemprotkan. Risiko untuk terpajan cukup tinggi, terutama pada awal ditetapkannya pandemi *Covid-19*, masyarakat belum diwajibkan menggunakan masker. Selama pandemi *Covid-19* ini, belum dilaporkan adanya kasus gangguan kesehatan akibat penyemprotan disinfeksi; bukan berarti penyemprotan disinfektan tidak berpengaruh terhadap kesehatan. Hal ini karena pengaruh pajanan terhadap bahan kimia dari proses disinfeksi tersebut kemungkinan bersifat kronis (efek muncul dalam waktu yang lama).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di masyarakat Kp. Babakan, Rt.005/Rw.002, Kota. Tangerang Selatan Tahun 2021 pada 100 responden didapatkan rata-rata nilai tingkat pencegahan penularan covid-19 diberikan intervensi perilaku pola hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah mean 1.66, median 2.00, standar deviasi 0,476. Nilai tingkat pencegahan covid-19 terendah 1 dan tertinggi 2.

Nilai intervensi perilaku pola hidup bersih dan sehat setelah dilakukan pencegahan penularan covid-19 instrumen yang dipakai peneliti adalah memberikan pola hidup bersih dan sehat untuk mencegah penularan covid-19 dan kuesioner, pada jenis pengukuran ini peneliti mengumpulkan data secara formal kepada responden untuk menjawab pertanyaan secara tertulis.

Berdasarkan hasil distribusi yang dilakukan oleh Ni Putu Emy Darma Yanti (2020), perilaku masyarakat Desa Sumerta Kelod beserta distribusi kategori kasus masyarakat di masa pandemi COVID-19, maka masyarakat Desa Sumerta Kelod secara garis besar tergolong sebagai masyarakat dengan risiko rendah yang ditunjukkan dengan perilaku baik yang dipilih pada item-item pertanyaan yang diberikan. Perilaku masyarakat khususnya masyarakat Desa Sumerta Kelod sangatlah penting guna membantu masyarakat itu sendiri dalam mengenali serta mengatasi permasalahan COVID-19 yang menjadi pandemi di masa kini. Perilaku tersebut haruslah didasarkan atas kesadaran masyarakat, dikarenakan banyak masyarakat yang sebenarnya telah mengetahui berbagai pengetahuan terkait protokol kesehatan ataupun pandemi COVID-19 namun tidak dapat melaksanakannya secara baik di dalam kehidupannya sehari-hari (Tentama, 2018). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lainnya, dimana dari 1.102 responden di Indonesia, mayoritas responden memiliki sikap yang positif (53%) dan perilaku yang baik (93%) terkait penerapan *social distancing* (Yanti et al., 2020). Selain itu, penelitian lain yang dilaksanakan di Provinsi DKI Jakarta juga memberikan hasil yang sejalan dengan penelitian ini yaitu 70,7% responden memiliki sikap yang baik, dan 70,3% responden memiliki keterampilan yang baik dalam pencegahan COVID-19 (Utami et al., 2020). Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut, maka perilaku seseorang pula menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam rangka mencegah dan menangani kasus COVID-19.

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan Sebagian besar sikap masyarakat desa murtajih dalam pencegahan Covid-19 adalah positif sebanyak 53 orang 85,5%. Sikap responden ini dipengaruhi oleh pengetahuan responden yang baik dimana Seseorang yang telah mengetahui tentang suatu informasi tertentu, maka dia akan mampu menentukan dan mengambil keputusan bagaimana dia harus menghadapinya. Dengan kata lain, saat seseorang mempunyai informasi tentang Covid-19, maka ia akan mampu untuk menentukan bagaimana dirinya harus berperilaku terhadap Covid-19 tersebut (Ahmadi, 2013).

Berdasarkan penelitian menunjukkan hasil kategori sikap dan praktik bahwa

dapat diketahui kategori sikap total positif 36 dan negatif 64 total keseluruhan 100 responden, kategori praktik dilakukan 34 dan tidak dilakukan 66 total keseluruhan 100 responden. Nilai P value dari data tersebut adalah 0,000 ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data “ hipotesis diterima “ ada pengaruh yang signifikan yaitu antara Gambaran Perilaku Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dimasyarakat Kp. Babakan, RT.005/RW.002, Kec. Serpong, Kota. Tangerang Selatan Dalam Pencegahan Penularan Covid-19 Pada Masa Pandemi.

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh yang signifikan antara perilaku pola hidup bersih dan sehat (PHBS) dan pencegahan penularan covid-19 yaitu Gambaran Perilaku Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dimasyarakat Kp. Babakan Dalam Pencegahan Penularan Covid-19 Pada Masa Pandemi dengan nilai P Value 0,000 ($P \leq 0,005$).

DAFTAR PUSTAKA

- Adliyani, Z. O. N, 2015. Pengaruh perilaku individu terhadap hidup sehat. *Majority*, 4(7), pp. 109-114.
- Depkes, R.(2007). Perilaku hidup bersih dan sehat. Depkes RI.
- Dahlan, S, (2010). Besar sampel dan cara pengambilan sampel dalam penelitian kedokteran dan kesehatan. Jakarta : Salemba medika.
- Firdha Rizkiani Cipta Pertiwi, (2020). Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) mahasiswa non kesehatan universitas padjajaran saat masa pandemi covid-19.
- Kemendes RI (2020). Pedoman pencegahan dan pengendalian corona virus disease (COVID-19).
- Kemendes RI (2013). Riskesdas. <http://kesga.kemdes.go.co.id/images/pedoman/data> Riskesdas 2013.
- Muruganandam, P., Neelamegam, S., Menon, V., Alexander, J., & Chaturvedi, S. K. (2020). COVID-19 and severe mental illness: impact on patients and its relation with their awareness about COVID-19. *Psychiatry Research*, 291, 113265.
- Notoatmodjo, S. (2010). Ilmu Perilaku Kesehatan, Penerbit Rineka Cipta. Jakarta.
- Nurkholis. (2020). Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disease (Covid-19) Terhadap Psikologi Dan Pendidikan Serta Kebijakan Pemerintah. *Pgsd*, 6(1), 39–49. <https://e-journal.umc.ac.id/index.php/JPS> Organization, W. H. (2020). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19): situation report*, 72.
- Notoatmodjo S. (2007). Ilmu kesehatan masyarakat. Rineka cipta.
- Notoatmodjo S. (2007). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta : Rineka cipta
- Notoatmodjo S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Rineka cipta.
- Notoatmodjo S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Asdi Mahasatya : Jakarta
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: pendekatan praktis*, Ed. 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Permatasari, D., & Suprayitno, E. (2020). Implementasi Kegiatan Pendidik Sebaya dan Konselor Sebaya dalam Upaya Pencegahan Triad KRR di Pusat Informasi dan Konseling Remaja. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(1), 143–150.

