



Edukasi budaya hidup bersih dan sehat untuk menjaga diri dari covid-19 pada siswa SMA Muhammadiyah II Beji Depok

Sri Isti Untari, Rahma Nur Praptiwi✉, Iftita Rahmi, Tika Dwi Ariyanti

Politeknik Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia

✉ rahma.nurpraptiwi@mp.pnj.ac.id

doi <https://doi.org/10.31603/ce.5022>

Abstrak

Akhir tahun 2019 penduduk dunia diuji dengan kehadiran virus *Covid-19* yang dalam waktu singkat digolongkan sebagai pandemi oleh World Health Organization (WHO). Jutaan orang terdampak infeksi dan juga puluhan ribu berguguran. Salah satu pencegahan penularan virus *Covid-19* adalah dengan melaksanakan budaya hidup bersih dan penerapan protokol kesehatan yang ketat. Sedangkan faktanya kesadaran penerapan budaya hidup bersih dan protokol kesehatan masih rendah. Tujuan kegiatan ini yaitu memberikan pengetahuan siswa SMA Muhammadiyah II Beji-Depok tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta juga memberi bantuan penambahan fasilitas cuci tangan dan wudhu. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara tatap muka dan dilakukan bulan Agustus sampai Desember 2020. Hasil dari kegiatan ini adalah terlaksananya sosialisasi terkait budaya hidup bersih, pemberian masker gratis, dan pembangunan fasilitas cuci tangan.

Kata Kunci: Masker; Fasilitas cuci tangan; PBHS; Covid-19

Clean and healthy living culture education to protect the students from Covid-19 in senior high school of Muhammadiyah II, Beji, Depok

Abstract

At the end of 2019 the world's population was tested by the presence of the Covid-19 virus, which in a short time was classified as a pandemic by the World Health Organization (WHO). Millions of people have been affected by the infection and also tens of thousands have died. One of the preventions of transmission of the Covid-19 virus is by implementing a culture of clean living and implementing strict health protocols. Meanwhile, the fact is that the implementation of a culture awareness of clean living and health protocols is still low. The purpose of this activity is to provide knowledge of senior high school of Muhammadiyah II Beji-Depok students about clean and healthy living habits and also to provide assistance in adding hand washing and ablution facilities. This community service activity was carried out face-to-face and was carried out from August to December 2020. The result of this activity was the implementation of socialization related to the culture of clean living, giving free masks, and the construction of hand washing facilities.

Keywords: Masks; Hand washing facilities; Clean and healthy living culture; Covid-19

1. Pendahuluan

Awal 2020 umat manusia dikejutkan dengan hadirnya *Covid-19*. Ratusan ribu orang meninggal dan juga jutaan manusia terinfeksi *Covid-19*. Pandemi *Covid-19* ini pun memberikan dampak langsung di berbagai aspek kehidupan manusia. Menurut (Wu, Chen, & Chan, 2020), *Covid-19* ini pertama kali ditemukan di Wuhan, China pada bulan Desember tahun 2019. *Covid-19* ini mudah menular melalui droplet sehingga dalam waktu singkat menyebar ke seluruh dunia sehingga dinyatakan sebagai sebuah pandemi.

Gejala yang tidak spesifik, bahkan bisa tanpa gejala menyebabkan virus ini susah diidentifikasi. Gejala umum *Covid-19* mirip seperti influenza seperti demam, batuk, pilek, pusing, bahkan sesak napas jika kondisi berat (Wu et al., 2020). Pencegahan penularan *Covid-19* adalah sebagaimana berikut ini: 1) Membersihkan tangan dengan memergunakan air dan juga sabun ataupun pembersih tangan yang memiliki kandungan alkohol; 2) Belajar, bekerja, ibadah dari rumah; 3) Memakai masker; 4) Jaga jarak dan hindari kerumunan; dan 5) Segera mandi dan ganti pakaian setelah sampai di rumah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; Gerakan Masyarakat Hidup Sehat, 2020).

Di Negara Indonesia, terdapat berbagai tahapan-tahapan yang sudah dilaksanakan oleh pihak dari pemerintah Indonesia guna mampu menuntaskan berbagai kasus-kasus yang luar biasa, satu diantaranya adalah dengan melaksanakan sosialisasi atas gerakan dari pembatasan sosial (*social distancing*). Konsep dari pembatasan sosial (*social distancing*) ini menunjukkan bahwa agar mampu meminimalisir bahkan juga menuntaskan rantai dari infeksi dari virus corona, antara lain ialah seorang individu wajib untuk menjaga jaraknya dengan individu yang lainnya setidaknya dua meter, dan juga tidak melaksanakan hubungan kontak secara langsung dengan individu yang lainnya serta mencegah terjadinya pertemuan-pertemuan yang melibatkan banyak orang.

Guna mencegah semakin bertambah masyarakat yang terjangkit dengan Virus Corona (*Covid-19*) ini, pihak pemerintah Indonesia melaksanakan perencanaan ulang terhadap program-program yang didasari atas paradigma kesehatan. Paradigma sehat ini didefinisikan sebagai pola pikir, cara pandang dan juga model tertentu dalam membangun konsep kesehatan yang sifatnya holistik, berkenaan dengan permasalahan kesehatan yang disebabkan dengan terdapatnya beberapa faktor-faktor yang sifatnya lintas sektor dan juga usaha-usaha agar menjadi lebih terarah berkenaan dengan pemeliharaan, peningkatan, dan juga perlindungan kesehatan yang ada. Berlandaskan pada paradigma sehat ini ditentukan berdasarkan visi dari Indonesia Sehat 2010, yang mana bahwa terdapat tiga bagian atau pilar yang wajib mendapatkan perhatian yang khusus, diantaranya ialah perilaku sehat, lingkungan sehat, dan juga pelayanan kesehatan yang merata, bermutu dan juga adil pada semua orang. Dalam perilaku sehat ini, bentuk konkretnya ialah dengan tindakan proaktif dalam meningkatkan dan juga memelihara kesehatan yang ada guna menghindari potensi risiko terdapatnya penyakit ini, berpartisipasi aktif dan juga melindungi diri dari ancaman penyakit dalam upaya-upaya dari kesehatan ini. Berkenaan dengan dampak dari perilaku ini pada tingkatan kesehatan yang signifikan yakni senilai (30-35% pada tingkatan kesehatan), dengan demikian dibutuhkan beberapa upaya-upaya guna merubah sikap dan juga perilaku tidak sehat agar memiliki sikap dan juga perilaku

yang sehat. Upaya-upaya yang dapat dilaksanakan diantaranya ialah dengan program dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat 2010 (PHBS 2010) didefinisikan sebagai kondisi yang mana bahwa semua individu yang ada pada suatu keluarga atau masyarakat dari Negara Indonesia sudah melakukan sikap dan juga perilaku dari hidup bersih dan sehat (PHBS) ini dalam usaha-usahanya untuk: (1) Menanggulangi munculnya suatu penyakit dan juga permasalahan-permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan, (2) Melaksanakan penanggulangan terhadap suatu jenis penyakit dan juga permasalahan-permasalahan yang kaitannya dengan kesehatan yang lainnya dalam upayanya guna menaikkan tingkatan kesehatan yang ada, (3) Mengoptimalkan atau mempergunakan layanan kesehatan yang tersedia, (4) melaksanakan pengembangan dan juga penyelenggaraan upaya-upaya kesehatan yang sumbernya dari masyarakat itu sendiri.

Untuk membantu program pemerintah terkait PHBS demi mencegah penyebaran *Covid-19*, maka Program Studi Manajemen Pemasaran bagi Warga Negara Berkebutuhan Khusus (MP-WNBK) Politeknik Negeri Jakarta bermitra dengan SMA Muhammadiyah II Beji, Depok, mengadakan kegiatan yang berjudul “Sosialisasi dan Pelatihan Pola Hidup Bersih dan Sehat Untuk Menjaga Diri dari *Covid-19* pada Siswa SMA MUHAMMADIYAH II Beji-Depok”. Pertimbangan pemilihan mitra adalah lokasi tidak jauh dari PNJ, SMA Muhammadiyah II masih belum memiliki tempat cuci tangan sekaligus untuk mengambil air wudhu yang memadai padahal jumlah siswa sebanyak 181. SMA Muhammadiyah II Beji ini berlokasi dekat dengan Masjid At-Taqwa yang mana pada setiap shalat dhuhur dan sholat dhuha siswanya selalu dikerahkan untuk sholat berjamaah di masjid. Selama ini siswa mengambil air wudhu di masjid yang mana sarana tempat berwudhu masih terbatas untuk 181 siswa belum termasuk jika siswa SMP juga bersamaan keluar kelasnya. Sekolah SMA Muhammadiyah 2 berlokasi sama dengan SMP dengan jumlah murid lebih banyak. Sehubungan dengan pandemi *Covid-19* Kepala Sekolah merasa prihatin dengan kondisi tersebut. Atas kesepakatan bersama saat Tim Prodi MP-WNBK PNJ survei ke lokasi maka diputuskan akan membuat sarana tempat cuci tangan sekaligus tempat untuk mengambil air wudhu. Tempat yang digunakan merupakan lahan yang tidak terpakai dan masih belum terpelihara dengan baik sehingga sekaligus merapikan agar lingkungan semakin bersih dan tertata. Dengan demikian diharapkan *Covid-19* ataupun virus/bakteri yang lainnya tidak berkembang di lokasi sekolah. Semoga kegiatan pengabdian dari PNJ dapat memberikan manfaat bagi lingkungan sekitar khususnya bagi siswa SMA Muhammadiyah II Beji.

2. Metode

Mitra adalah SMA Muhammadiyah II Beji-Depok yang berlokasi di Jl Ridwan Rais No 37, Beji, Depok yang lokasinya tidak jauh dari kampus PNJ. Keterlibatan mitra dalam pengabdian kepada masyarakat berjudul “Sosialisasi dan Pelatihan Pola Hidup Bersih dan Sehat Untuk Menjaga Diri dari *Covid-19* pada Siswa SMA MUHAMMADIYAH II Beji-Depok” adalah dengan bersama-sama tim pengabdian menyiapkan sosialisasi dan pelatihan serta mengkomunikasikan kepada peserta / siswa sebagai bagian dari objek pengabdian agar Sosialisasi dan Pelatihan bisa tersampaikan serta bersama-sama dalam mengelola penambahan sarana cuci tangan dan wudhu. Selanjutnya dengan pemahaman dan sarana yang diperoleh, sekolah akan meningkatkan budaya

kebersihan baik pada diri siswa maupun lingkungan sekolah. Kegiatan dilaksanakan sejak Mei 2020 sampai Desember 2020. Kegiatan dimulai dari menjalin kerja sama dengan mitra, diskusi kegiatan yang dapat menjawab kebutuhan mitra, pengerjaan sarana cuci tangan dan wudhu, sosialisasi dan pelatihan budaya bersih lingkungan serta pembagian masker. Kegiatan sosialisasi dan pelatihan diberikan kepada perwakilan siswa secara tatap muka. Diharapkan siswa yang mendapat pelatihan ini akan menyebarkan informasi ini kepada rekan-rekannya.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Pembangunan tempat cuci tangan sekaligus pengambilan air wudhu

Di samping memberikan sarana tempat cuci tangan sebagai upaya untuk mencegah adanya pandemi *Covid-19*, pembangunan tempat cuci tangan juga sekaligus dimanfaatkan sebagai sarana dalam mengambil air wudhu saat siswa akan melakukan sholat berjamaah di Masjid. Pemanfaatan ganda sarana ini awalnya merupakan gagasan Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah 2 Beji karena saat sebelum adanya pandemi, jika siswa ingin sholat berjamaah di Masjid, dirasakan kurang tertib. Budaya di SMA Muhammadiyah II Beji, melakukan sholat dhuha dan sholat Duhur dilakukan secara berjamaah di Masjid At-Taqwa. Dampak dari kurangnya sarana untuk pengambilan air wudhu, sering digunakan siswa yang malas sebagai alasan untuk menghindar, seperti contoh: (1) Terlambat sholat atau tidak sholat beralasan karena antri mengambil air wudhu, (2) Terlambat masuk kelas beralasan karena antri mengambil air wudhu sehingga sholatnya terlambat. Hal tersebut menyulitkan para guru untuk memonitor dan memberikan ketegasan pada siswa. Berkaitan dengan pencegahan pandemi pun SMA Muhammadiyah 2 Beji belum menyediakan sarana untuk cuci tangan bagi 181 siswanya.

Terkait dengan masalah tersebut, maka Prodi MP-WNBK PNJ berkolaborasi dengan SMA Muhammadiyah 2 Beji untuk membantu menjawab permasalahan tersebut. Kegiatan ini dilakukan dari Mei-Desember 2020. Total biaya sebesar Rp 25.000.000,00 dengan sumber dana DIPA PNJ. Pekerjaan proyek pembuatan tempat cuci tangan telah selesai pada [Gambar 1](#) dan untuk pekerjaan sekitarnya yang belum selesai dan bukan merupakan kewajiban tim pengabdian, diteruskan oleh SMA Muhammadiyah 2 Beji pada [Gambar 2](#).



Gambar 1. Proyek pembuatan tempat cuci tangan sudah selesai



Gambar 2. Proyek berkelanjutan yang dilakukan oleh SMA Muhammadiyah II Beji

3.2. Pengadaan Masker

Pengadaan masker diberikan untuk seluruh siswa, guru beserta tim pengabdian pada [Gambar 3](#). Di samping untuk mencegah *Covid-19*, dimaksudkan agar siswa dan guru memiliki souvenir dari Prodi MP-WNBK yang diberikan label “MANTU” yang merupakan pusat usaha rintisan Prodi MP-WNBK dengan maksud agar Pusat Usaha “MANTU” nantinya lebih dikenal masyarakat.



Gambar 3. Pengadaan masker diberikan untuk seluruh mitra

3.3. Sosialisasi dan pelatihan

Sosialisasi dan Pelatihan budaya hidup bersih dilaksanakan bulan Desember secara tatap muka oleh beberapa siswa sebagai perwakilan dengan memperhatikan protokol kesehatan seperti [Gambar 4](#). Sosialisasi dan pelatihan budaya hidup bersih mencakup cara mencegah penularan *Covid-19*, cara memakai masker yang baik, cara mencuci tangan, dan cara berjabat tangan. Selain diperagakan oleh tim, siswa pun mempraktikkan langsung sehingga diharapkan siswa memahami dan mempraktikkan budaya hidup bersih kedepannya.



Gambar 4. Kegiatan sosialisasi dan pelatihan budaya hidup bersih

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian telah dilaksanakan dengan lancar sesuai dengan rencana. Sosialisasi dan pelatihan budaya hidup bersih telah dilaksanakan sehingga diharapkan pengetahuan ini akan bermanfaat dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pembangunan tempat cuci tangan dan wudhu serta pembagian masker telah dilaksanakan sesuai rencana.

Daftar Pustaka

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. (2020). Apa Yang Harus Dilakukan Masyarakat Untuk Cegah Penularan Covid-19. 2020, 1-24.
- Wu, Y. C., Chen, C. S., & Chan, Y. J. (2020). The outbreak of COVID-19: An overview. *Journal of the Chinese Medical Association*, 83(3), 217-220. <https://doi.org/10.1097/JCMA.000000000000270>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
