

**PENDAMPINGAN PROGRAM PERILAKU HIDUP SEHAT PADA MASA  
KENORMALAN BARU: STUDI KASUS DI DESA BANGSRI**

***MENTORING FOR HEALTHY BEHAVIOR PROGRAMS DURING NEW NORMAL  
TIMES: A CASE STUDY IN BANGSRI VILLAGE***

**Malikhatul Khayati<sup>1)\*</sup>, Purwanto<sup>2)</sup>, Ahmad Mustofa<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup>Prodi Ekonomi Syariah, STAI Al Husain. email: khayatimalikhatul@gmail.com

<sup>2)</sup>Prodi Ekonomi Syariah, STAI Al Husain. email: purwanto@staia-sw.ac.id

<sup>3)</sup>Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, STAI Al Husain. email: mustofa.ahmad@gmail.com

**ABSTRAK**

Masa kenormalan baru menuntut masyarakat untuk beradaptasi terhadap virus corona. Sehingga pemerintah desa mengeluarkan kebijakan agar masyarakat membiasakan diri untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Namun kebijakan tersebut belum dapat dilakukan dengan baik karena keterbatasan pengetahuan, tidak ada pengalaman dan penglihatan, dan banyaknya berita bohong yang beredar di media sosial. Kepercayaan masyarakat yang rendah terhadap keberadaan virus corona juga merupakan salah satu masalah yang serius jika tidak segera ditindaklanjuti. Banyak masyarakat menganggap bahwa virus corona merupakan konspirasi orang elit yang mempunyai kepentingan tersendiri menurut berita bohong yang beredar di media sosial. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pendampingan khususnya masyarakat Desa Bangsri agar mematuhi protokol kesehatan dengan berperilaku hidup sehat. Metode pendampingan yang digunakan adalah metode PAR (*Participation Action Research*). Dengan demikian dalam proses pengabdian tim terlibat secara partisipatif di antara masyarakat untuk mendorong terjadinya perubahan perilaku terkait perilaku hidup sehat. Setelah pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan, masyarakat Desa Bangsri menjadi antusias dalam menerapkan protokol kesehatan dan berperilaku hidup sehat seperti selalu memakai masker dimanapun, rajin cuci tangan memakai sabun, jaga jarak, menghindari kerumunan, rajin mengonsumsi vitamin, olahraga secara teratur, rajin membersihkan lingkungan sekitar dan rajin mengonsumsi empon-empon.

**Kata kunci:** *Hidup Sehat, Kenormalan Baru, Desa Bangsri*

**ABSTRACT**

*The new normality requires people to adapt to the corona virus. So that the village government issued a policy so that people get used to implementing healthy living habits. However, this policy has not been implemented properly due to limited knowledge, lack of experience and vision, and the large number of fake news circulating on social media. The low public trust in the existence of the corona virus is also a serious problem if it is not followed up immediately. Many people think that the corona virus is a conspiracy of elite people who have their own interests according to fake news circulating on social media. Therefore, Community service activities are needed in the form of assistance, especially for the Bangsri Village community to comply with health protocols by behaving in a healthy life. The mentoring method used is the PAR (Participation Action Research) method. Thus in the process of community service, the team is involved in a participatory manner among the community to encourage behavior change related to healthy living behaviors. After the community service was carried out, the people of Bangsri Village became enthusiastic in implementing health protocols and behaving in a healthy life such as always wearing a mask wherever, diligently washing hands with soap, keeping distance, avoiding crowds, diligently consuming vitamins, exercising regularly, diligently cleaning the surrounding environment and diligently consume empon-empon.*

**Keywords:** *Healthy living, New normalcy, Bangsri Village*

## PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2). SARS-CoV-2 merupakan coronavirus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Setidaknya ada dua jenis coronavirus yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome* atau MERS dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* atau SARS [1].

Sejak teridentifikasi pada bulan Desember 2019 di Wuhan, provinsi Hubei Cina, Covid-19 telah menyebar dan dinyatakan menjadi pandemi global pada 11 Maret 2020 [2] dan juga telah dinyatakan sebagai ancaman kesehatan global [3]. Sebagai pandemi global, Covid-19 juga berdampak dalam sektor-sektor lainnya seperti pendidikan, ekonomi, pariwisata dan lain sebagainya [4].

Luasnya dampak yang diberikan dari wabah Covid-19 dan masanya yang tidak dapat diprediksi maka pemerintah mengambil langkah agar bisa berdampingan dengan Covid-19 [5]. Dampak dari langkah ini adalah masyarakat harus melakukan kebiasaan baru. Kebiasaan baru yang harus diterapkan salah satunya adalah budaya selalu menerapkan pola hidup bersih dan sehat, memakai masker keluar rumah, mencuci tangan, jaga jarak fisik [6].

Dalam melaksanakan masa kenormalan baru ini masyarakat harus berperan aktif dan turut menaati protokol kesehatan yang telah

ditetapkan oleh pemerintah agar penyebaran Covid-19 dapat diminimalisir. Kendati sosialisasi perilaku hidup sehat terus digalakkan, namun belum semua masyarakat mematuhi perilaku hidup sehat terutama di Desa Bansri, Kecamatan Kajoran, Kabupaten Magelang.

Desa Bangsri merupakan bagian tidak terpisahkan dari 29 desa yang berada di Kecamatan Kajoran. Desa Bangsri secara geografis terletak di sebelah timur kawasan Kecamatan Kajoran. Jarak Desa Bangsri dengan Kecamatan Kajoran adalah 1,5 km dan jarak dengan Kabupaten Magelang adalah 30 km. Masyarakat desa Bangsri sebagian besar memelihara hewan ternak dan membuat kandang yang dekat dengan rumah, bahkan masih ada yang menjadi satu dengan rumahnya. Mata pencaharian penduduk Desa Bangsri mayoritas adalah petani dan buruh tani. Oleh karena itu, masyarakat yang sering bekerja di ladang maupun sawah sering bersentuhan dengan kuman dan penyakit.

Permasalahan lain yang ditimbul adanya Covid-19 membuat sebagian masyarakat Desa Bangsri menjadi cemas. Berbagai upaya yang dilakukan pemerintah desa untuk membantu mencegah penularan virus covid-19 ini dengan cara menyemprot desinfektan secara berkala, mengajak masyarakat untuk selalu menjaga kebersihan lingkungan, mengonsumsi vitamin, memakai masker dimanapun dan kapanpun, rajin mencuci tangan memakai sabun, menjaga jarak minimal satu meter, dan rutin berolahraga.

Upaya untuk mengubah perilaku

masyarakat agar mendukung peningkatan derajat kesehatan dilakukan melalui program pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). PHBS adalah bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. PHBS Perilaku hidup bersih dan sehat bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, kelompok, keluarga, dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat [7].

PHBS merupakan upaya masyarakat untuk menerapkan serta mempraktikkan pola hidup bersih dan sehat dalam rangka menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat. Penerapan PHBS ini diharapkan dapat mencegah, meminimalisir munculnya serta penyebaran penyakit. Selain itu masyarakat mampu memanfaatkan pelayanan fasilitas kesehatan dan mengembangkan kesehatan yang bersumber dari masyarakat [7].

PHBS ini mencakup menjaga pola makan, menjaga kesehatan dan kebersihan diri, istirahat yang cukup, dan aktif berolahraga. Tidak hanya kebersihan diri, kebersihan rumah juga perlu dijaga. Hal ini penting dilakukan sebagai salah satu upaya untuk mengurangi risiko penularan virus corona, terutama jika ada penghuni rumah

yang sedang mengalami isolasi mandiri.

Hasil studi yang dilakukan oleh Iis Wahyuningsih dkk, menyatakan bahwa partisipasi masyarakat dalam kegiatan sangat tinggi sehingga dampak berupa peningkatan pengetahuan masyarakat akan kesehatan dapat tercapai [8]. Sedangkan penelitian oleh La Ode Anhusadar dan Islamiyah menyatakan bahwa sebanyak 100% responden orang tua melihat sangat penting penerapan perilaku hidup bersih dan sehat selama pandemic covid 19 ini. Sebanyak 98% atau 50 responden sudah mengetahui program perilaku hidup bersih dan sehat sedangkan 2% atau 1 responden belum mengetahui program perilaku hidup bersih dan sehat. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini di lingkungan keluarga di tengah pandemi ini sangat baik [9].

Pentingnya PHBS ini pada kenyataannya belum sepenuhnya dilaksanakan oleh masyarakat Desa Bangsri. Padahal melalui PHBS Covid-19 dapat meminimalisir penyebaran Covid-19 dan juga dapat membentuk gaya hidup baru. Dari kondisi ini maka sebagai akademisi, berkewajiban untuk membantu masyarakat dalam menerapkan PHBS melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan pembinaan dan pendampingan kepada masyarakat Desa Bangsri dalam menerapkan PHBS, sosialisasi PHBS, penyiapan sarana dan prasarana serta monitoring dan evaluasi penerapan PHBS

masyarakat Desa Bangsri.

### **METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu melakukan pendampingan dan pembinaan PHBS, dengan beberapa tahapan yaitu: 1) pendampingan pemerintah desa dalam melakukan analisis situasi; 2) pendampingan sosialisasi penerapan PHBS kepada masyarakat Desa Bangsri; 3) pendampingan penerapan PHBS di lingkungan masyarakat.

Sasaran dalam kegiatan ini meliputi sasaran primer dan sekunder. Sasaran primer yaitu sasaran utama dalam hal ini seluruh masyarakat Desa Bangsri dari anak-anak hingga lansia. Sasaran sekunder yaitu kelompok/individu yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku individu lainnya, dalam hal ini kepala desa, tokoh agama, tokoh masyarakat, kade posyandu, dan PKK.

Metode pelaksanaan program pemberdayaan masyarakat ini menggunakan metode PAR (*Participatory Action Research*). PAR merupakan penelitian yang melibatkan secara aktif semua pihak-pihak yang relevan (*stakeholders*) dalam mengkaji tindakan yang sedang berlangsung (dimana pengalaman mereka sendiri sebagai persoalan) dalam rangka melakukan perubahan dan perbaikan ke arah yang lebih baik [10].

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertema pendampingan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada masa kenormalan baru di Desa Bangsri dilaksanakan melalui beberapa tahap yaitu persiapan kegiatan, pelaksanaan dan evaluasi.

#### **Persiapan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat**

Kegiatan pertama yang dilakukan yaitu melakukan observasi langsung ke lokasi pengabdian yaitu Desa Bangsri yang terletak di Jalan Kajoran – Pancar Km. 2 Desa Bangsri Kecamatan Kajoran. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan diperoleh informasi tentang minimnya penerapan PHBS yang ditandai dengan kurangnya kebersihan pada lingkungan rumah. Hal tersebut dimungkinkan terjadi karena kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga pola hidup secara bersih dan sehat terlebih di masa pandemic Covid-19 sampai dengan masa kenormalan baru ini. selain itu, kurangnya pendampingan kepada masyarakat terkait penerapan PHBS juga merupakan salah satu faktor yang utama yang menyebabkan masyarakat masih sulit untuk menerapkan PHBS tersebut.

#### **Pelaksanaan Kegiatan**

1. Tahap pendampingan pemerintah desa dalam menganalisis situasi

Tahap pendampingan pemerintah desa untuk melakukan analisis situasi dilakukan dengan tujuan untuk mengkaji ulang sebab dan akibat masyarakat desa Bangsri tentang minimnya kepedulian tentang pola hidup bersih dan sehat.



Gambar 1. (a) Kondisi Lingkungan Sekitar; (b) Pendampingan sosialisasi penerapan PHBS kepada masyarakat; (c) Pendampingan penerapan PHBS dalam lingkungan masjid; (d) Diskusi dengan Satgas Pencegahan Covid-19 dan Pemerintah Desa

Kegiatan ini dilakukan bersama tim satgas pencegahan covid-19 dan juga pemerintah desa di posko pencegahan covid-19 sehingga diperoleh upaya untuk mendorong kesadaran dan kepedulian masyarakat terhadap PHBS terlebih di masa pandemi ini.

## 2. Pendampingan sosialisasi penerapan PHBS kepada masyarakat

Tahapan ini dilaksanakan untuk membantu mensosialisasikan terkait PHBS pada masa kenormalan baru seperti menjaga pola makan, kebersihan

lingkungan, kebersihan rumah, selalu mencuci tangan pakai sabun, rutin berolahraga, serta rajin mengonsumsi vitamin. Sosialisasi ini dilakukan guna meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang

pentingnya PHBS. Hal ini dapat meningkatkan penerapan perilaku PHBS di lingkungan masyarakat.

## 3. Pendampingan penerapan perilaku PHBS

Tahap penerapan perilaku PHBS dilakukan dengan upaya 1) mendorong pemerintah desa agar menanamkan nilai-nilai PHBS kepada masyarakat 2) mengajak masyarakat untuk rutin berolahraga setiap minggu pagi 3) mengajak anak-anak untuk membuat ramuan minuman herbal dari empon-empon 4) mengajak remaja-remaja untuk

membersihkan lingkungan rumah dan tempat ibadah.

### KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menghasilkan simpulan bahwa:

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pembinaan dan pendampingan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada masyarakat Desa Bangsri, dimana semua pihak yang terlibat sangat antusias dan berperan aktif dalam kegiatan tersebut.
2. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahap yaitu persiapan dan pelaksanaan kegiatan.
3. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat menghasilkan beberapa *output* yaitu:
  - a) Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya penerapan PHBS.
  - b) Penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.
  - c) Lingkungan rumah dan tempat ibadah yang bersih dan sehat.
  - d) Tubuh yang sehat dan bugar.

### SARAN

Untuk menjaga penerapan PHBS dilaksanakan secara berkelanjutan, saran yang kami berikan yaitu perlunya dilakukan monitoring dan evaluasi secara terus menerus terhadap keberlanjutan program penerapan PHBS pada masyarakat Desa Bangsri.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada LP3M STAI Al Husain Magelang yang telah memfasilitasi dan mendukung secara penuh terhadap kegiatan pengabdian kepada masyarakat

sehingga dapat berjalan dengan baik dan lancar sesuai yang diharapkan. Terimakasih juga disampaikan kepada seluruh masyarakat Desa Bangsri dari anak-anak hingga orang tua yang telah berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

### REFERENSI

- [1] Isbaniah, F. *et al.* (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19) Revisi ke-4*, Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- [2] Mulyanti, B., Purnama, W. and Pawinanto, R. E. (2020). Distance Learning in Vocational High Schools during the COVID-19 Pandemic in West Java Province, Indonesia', *Indonesian Journal of Science & Technology*, 5(2), pp. 96–107.
- [3] Athey, A. G. *et al.* (2020). Survey of AAHKS International Members on the Impact of COVID-19 on Hip and Knee Arthroplasty Practices, *The Journal of Arthroplasty*. 35(7), pp. 89–94.
- [4] Dirgantari, P. D. *et al.* (2020). Level of Use and Satisfaction of E-Commerce Customers in Covid-19 Pandemic Period : An Information System Success Model (ISSM) Approach, *Indonesian Journal of Science & Technology*, 5(2), pp. 86–95.
- [5] Habibi, A. (2020). Normal Baru Pasca Covid-19, 'Adalah: *Buletin Hukum dan Keadilan*, 4(1), pp. 197–202.
- [6] Tim Instalasi Kesehatan Anak Ruang Lily, "Safety dan Pencegahan Covid-19 di Tempat kerja Era New Normal." 2020.
- [7] Sosial Direktorat Rehabilitasi Sosial Anak - Direktorat Jendral Rehabilitasi Sosial Kementerian, "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga," *Kementerian Sosial Republik Indonesia*.
- [8] Wahyuningsih, I. *et al.* (2019). Pendampingan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Di Padukuhan Kauman, Bajang, Ngeblak, Desa Wijirejo, Pandak, Bantul. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat*

- Vol.*, 3(1), pp. 61–72.
- [9] Anhusadar, L. O. (2020). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), pp. 463–475
- [10] Kosasih, E. (2018). Partisipatory Action Research (PAR) Implementasi Kebijakan Wajib Belajar Pendidikan Dasar Sembilan Tahun Di Kabupaten Serang. *Journal of Indonesian Public Administration and Governance Studies (JIPAGS)*, 2(2), pp. 323–347.