

OPTIMALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI LINGKUNGAN KAMPUS SELAMA PANDEMI COVID-19

Bellytra Talarima, Fandro Armando Tasijawa
Fakultas Kesehatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku, Indonesia
Email : fandro.tasidjawa@gmail.com

Abstract

Data on Covid-19 cases has decreased significantly in Maluku, but optimizing health protocols and entrenched PHBS are the keys to prevention. Prevention of Covid-19 can be done through optimizing socialization//health education in Universities. The purpose of this activity is to increase student awareness in practicing PHBS. The method used was socialization on October 21-22 2021 and was attended by 478 students from 4 faculties. This activity is expected to provide understanding in implementing health protocols and PHBS to students so that they can have a positive impact on adapting the new normal on campus. These cultural outcomes can also be adapted into clean and healthy living behavior in order to create agents of change starting from oneself, the living environment, the campus/workplace environment, so that it has an impact on suppressing the spread of covid-19.

Keywords: Covid-19, Campus, Clean and Healthy Behaviour, Socialization

Abstrak

Data kasus Covid-19 sudah menurun signifikan di Maluku, namun optimalisasi protokol kesehatan dan PHBS yang membudaya menjadi kunci pencegahan. Pencegahan Covid-19 dapat dilakukan melalui optimalisasi sosialisasi//pendidikan kesehatan di Perguruan Tinggi. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan kepedulian mahasiswa dalam mempraktikkan PHBS. Metode yang digunakan yaitu sosialisasi pada tanggal 21-22 Oktober 2021 dan dihadiri 478 mahasiswa dari 4 fakultas. Kegiatan ini diharapkan memberikan pemahaman dalam menerapkan protokol kesehatan dan PHBS kepada mahasiswa agar dapat memberikan dampak positif pada adaptasi new normal di kampus. Hasil Budaya ini pun dapat diadaptasi dalam perilaku hidup bersih dan sehat agar tercipta agen perubahan yang dimulai dari diri sendiri, lingkungan tempat tinggal, lingkungan kampus/tempat kerja, sehingga berdampak pada penekanan penyebaran covid-19.

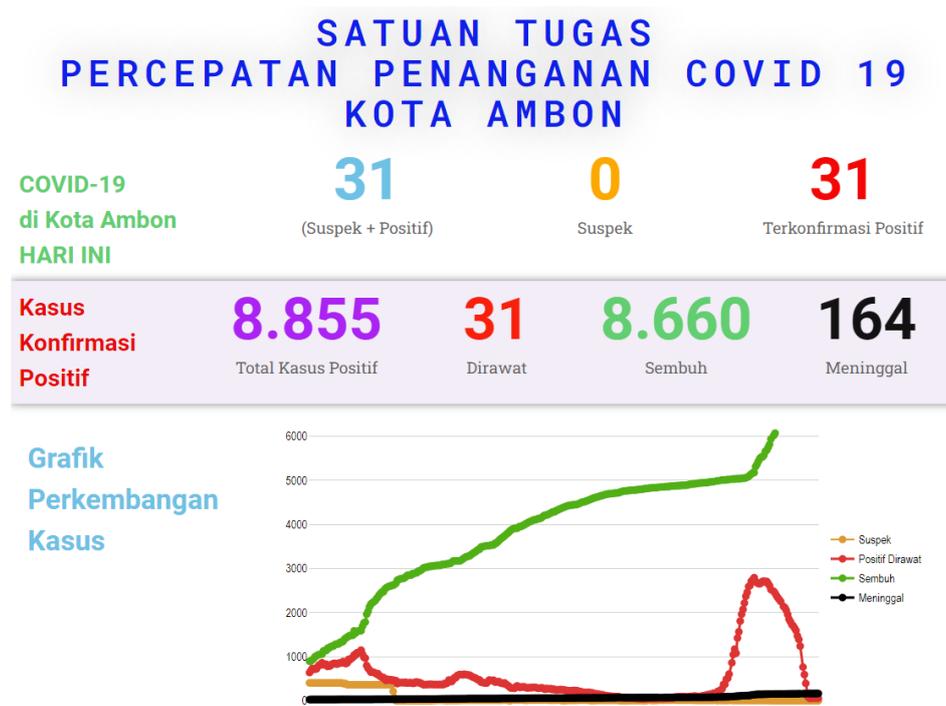
Katakunci: Covid-19, Kampus, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Sosialisasi

PENDAHULUAN

Press release satuan tugas penanganan Covid-19 Maluku tertanggal 30 Oktober 2021 menginfokan bahwa tidak ada penambahan kasus baru dan terdapat 21 orang dalam perawatan (Satgas Covid-19 Provinsi Maluku, 2021). Namun data kota Ambon per 04 November 2021 menunjukkan peningkatan kasus menjadi 31 orang (Satgas Covid-19 Kota Ambon, 2021). Data ini menggambarkan pentingnya penanganan penyebaran Covid-19 secara optimal agar tidak terjadi peningkatan kasus. Pencegahan Covid-19 dapat dilakukan melalui optimalisasi sosialisasi/penyuluhan/pendidikan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di masyarakat. Optimalisasi ini penting dilakukan berhubungan dengan rendahnya kesadaran masyarakat khususnya mahasiswa dalam penerapan PHBS. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan pentingnya optimalisasi perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan kampus. Sebuah review mengungkapkan penerapan PHBS mahasiswa selama pandemi Covid-19 sebesar 49,2%-53,1% (Utami & Sani, 2021). Presentasi ini masih jauh dari harapan untuk memutus mata rantai Covid-19 di lingkungan kampus. Sejalan dengan itu, penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Refialdinata (2020) di Sumatera Barat mengungkapkan pemahaman yang beragam di lingkungan kampus terkait pencegahan penyebaran Covid-19. Namun penelitian ini juga menunjukkan ada mahasiswa yang tidak melakukan pencegahan. Penelitian ini

mengungkapkan sosialisasi terkait Covid-19 dan pencegahan dengan melakukan perilaku hidup bersih dan sehat menjadi kunci keberhasilan menekan penyebaran Covid-19 di lingkungan kampus.

Optimalisasi ini perlu disikapi oleh berbagai elemen di lingkungan pendidikan tinggi guna mencegah klaster baru. Kebijakan *hybrid* (kuliah tatap muka dan online) yang sekarang dilakukan harus dibarengi dengan kesiapan perguruan tinggi agar tidak menjadi klaster baru Covid-19 (Fahriati et al., 2021). Kebijakan ini harus dibarengi dengan *procedure operational standart* (POS) Covid-19 yang ketat seperti penyediaan handsanitizer, penggunaan masker, mengukur suhu tubuh, dan pendidikan kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan (Indah et al., 2021). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kepedulian mahasiswa dalam mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan kampus. Sehingga diharapkan dapat mendorong praktik pencegahan mandiri mahasiswa di lingkungan kampus.



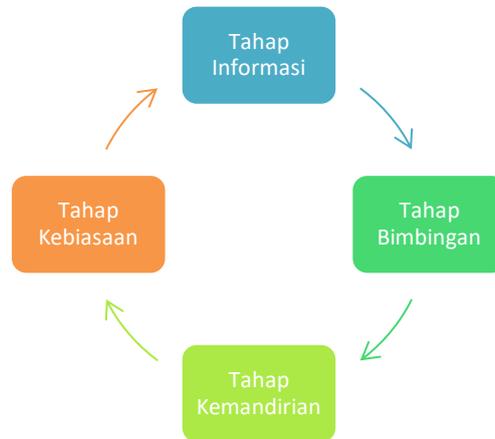
Gambar 1. Trend perkembangan kasus Covid-19 (update 04 November 2021)

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini merupakan sosialisasi kepada mahasiswa Universitas Kristen Indonesia Maluku (UKIM) yang berlangsung selama 2 hari yaitu pada tanggal 21-22 Oktober 2021. Kegiatan ini guna meningkatkan partisipasi mahasiswa dalam melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat, bukan saja di lingkungan kampus tetapi juga di lingkungan dimana dia tinggal. Kegiatan ini dihadiri oleh 478 mahasiswa yang dibagi menjadi 2 sesi karena dibatasi 50% dari kapasitas ruangan. Fakultas yang terlibat menjadi peserta yaitu Fakultas Kesehatan, Fakultas Teknik, Fakultas FISIP, dan Fakultas Ekonomi.

Kegiatan ini dimulai dengan mengisi presensi dan pemaparan materi terkait perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Kegiatan ini berlangsung selama 2 jam dengan proses tanya jawab. Saat mahasiswa masuk ke ruangan, mahasiswa telah diukur suhunya dengan termogun,

mencuci tangan dan tetap menggunakan masker selama kegiatan berlangsung. Kegiatan ini merupakan kegiatan yang berkelanjutan dengan 4 tahapan yaitu (1) Tahap informasi, (2) Tahap bimbingan, (3) Tahap kemandirian, dan (4) Tahap habitual/kebiasaan (Zukmadini et al., 2020). Pada kegiatan ini, lebih difokuskan kepada tahap informasi.



Bagan 1. Tahapan kegiatan sosialisasi PHBS di lingkungan kampus UKIM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan yang berlangsung selama 2 hari ini merupakan kegiatan berkelanjutan guna meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat selama pandemi Covid-19. Tanya jawab dengan mahasiswa diketahui bahwa persepsi mahasiswa masih keliru terkait PHBS dan Covid-19. Mereka berasumsi bahwa Kota Ambon telah berada di zona hijau, sehingga penyebaran Covid-19 sudah berkurang dan tidak terlalu takut untuk tidak menggunakan masker. Padahal pencegahan menjadi kunci untuk adaptasi dengan Covid-19. Sosialisasi penting untuk dilakukan secara bertahap dan berkelanjutan agar menumbuhkan pemahaman yang benar terkait perilaku hidup bersih dan sehat selama pandemi Covid-19.



Gambar 2. Sosialisasi tentang PHBS di Aula Kampus UKIM

Civitas Akademika ataupun tamu dalam memasuki area kampus memiliki tanggung jawab yang sama untuk berpartisipasi dalam pencegahan dan pengendalian penyebaran covid-19. Oleh karena itu, partisipasi aktif mahasiswa menjadi kunci sukses karena jumlah mahasiswa yang besar dibanding elemen lainnya. Oleh sebab itu, pemahaman dalam menerapkan protokol kesehatan dan perilaku hidup bersih dan sehat kepada mahasiswa akan memberikan dampak positif pada adaptasi *new normal* di kampus. Protokol kesehatan telah disusun oleh satgas Covid-19 UKIM dengan tujuan menjadi panduan dan aturan bagi civitas akademika ataupun masyarakat di lingkungan kampus. Hal ini karena satgas Covid-19 UKIM berperan aktif untuk melakukan koordinasi lintas sektoral dan mempersiapkan langkah-langkah strategis agar penyebaran Covid-19 di lingkungan kampus UKIM tidak terjadi dengan membuka keterlibatan seluruh civitas akademika serta mensosialisasikan protokol kesehatan dan PHBS.

STANDAR OPERATING PROCEDURE (SOP) PROTOKOL KESEHATAN COVID-19 DI LINGKUNGAN KAMPUS UKIM	DAFTAR ISI
	Latar Belakang Hal.2
	Dasar Hukum Hal.2
	SOP Protokol Kesehatan Umum Untuk Civitas Ukim Hal.4
	SOP Protokol Makan Kampus Ukim Hal.5
	SOP Protokol Proses Belajar Mengajar Di Kelas Hal.6
	SOP Protokol Praktek Di Laboratorium Hal.7
	SOP Protokol Penelitian Di Laboratorium Oleh Mahasiswa Hal.8
	SOP Protokol Kesehatan Di Ruang Dosen Hal.9
	SOP Protokol Praktek Laboratorium Di Luar Kampus Hal.10
	SOP Protokol Pelaksanaan Kegiatan Klu Hal.11
	SOP Protokol Di Lingkungan Sekitar Kampus Hal.12
	SOP Protokol Kesehatan Kegiatan Kemahasiswaan Hal.13
	SOP Protokol Kesehatan Kegiatan Permentoran Hal.14
	SOP Protokol Etika Bank Hal.15
	SOP Protokol Etika Berun Hal.16
	SOP Protokol Di Ruang Perpustakaan Hal.17
	SOP Protokol Kegiatan Ruang Hal.18
	SOP Protokol Kunjungan Tams Hal.19
	SOP Protokol Kesehatan Di Kantor Pusat, Fakultas, Dan Jurusan Hal.20
	SOP Protokol Kesehatan Penggunaan Gedung Aula Hal.21
	SOP Pelaksanaan Tracer Di Kampus Ukim Hal.22

SATGAS COVID-19 UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA MALUKU
TAHUN 2021

Gambar 2. Standar Operating Procedure di lingkungan Kampus UKIM

Data kasus Covid-19 yang sudah menurun di Maluku ataupun Indonesia menjadi kunci untuk optimalisasi protokol kesehatan dan perilaku hidup bersih dan sehat yang membudaya. Protokol kesehatan tidak hanya terkait mencuci tangan, menggunakan masker, menjaga jarak. Namun kita perlu meningkatkan stamina dengan olahraga teratur, mengonsumsi makanan bergizi, tidak merokok, berpikir positif menjadi bagian penting dalam menekan penyebaran covid-19. Pada penyampaian materi juga ditekankan pentingnya kontribusi mahasiswa di masyarakat sebagai *role model* untuk menyebarkan informasi positif terkait pencegahan covid-19. Hal ini karena Covid-19 merupakan masalah semua pihak. Konsep *Pela Gandong* atau *Kai-Wait* (Kakak Adik) yang menjadi budaya orang Maluku menjadi pendekatan untuk saling menjaga satu sama lain (Tasijawa et al., 2021). Budaya ini pun dapat diadaptasi dalam perilaku hidup bersih dan sehat agar tercipta agen perubahan yang dimulai dari diri sendiri, lingkungan tempat tinggal, lingkungan kampus/tempat kerja, sehingga berdampak pada penekanan penyebaran covid-19.

SIMPULAN

Sosialisasi menjadi kunci penting dalam memberi pemahaman dan menghimbau mahasiswa untuk menggiatkan perilaku hidup bersih dan sehat selama pandemi Covid-19 di lingkungan kampus. Oleh sebab itu, pemahaman dalam menerapkan protokol kesehatan dan PHBS kepada mahasiswa akan memberikan dampak positif pada adaptasi *new normal* di

kampus

SARAN

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat harus sejalan dengan protocol kesehatan yang telah disusun agar bukan saja mahasiswa, namun seluruh masyarakat kampus harus menjadikan hal ini sebagai budaya atau adaptasi baru dalam kehidupan kampus.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Masyarakat Universitas Kristen Indonesia Maluku dan seluruh mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Fahriati, A. R., Aulia, G., Maelainingsih, F. S., Nurhardiyanti, N., Saragi, T. J., Hidayat, A., Sari, D. P., Werawati, A., & Sabrina, P. A. (2021). Penyuluhan: Upaya Pencegahan Penyebaran COVID 19 Di Lingkungan Kampus. *JAM: JURNAL ABDI MASYARAKAT*, 2(1), 68–73.
- Indah, M. F., Hartono, R., & Fadillah, A. (2021). Protokol Kesehatan Dalam Menghadapi New Normal Di Kampus. *Jurnal Pengabdian Al-Ikhlis Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjary*, 6(3).
- Refialdinata, J. (2020). Analisis Upaya Pencegahan Covid-19 pada Masyarakat Kampus. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 12(2).
- Satgas Covid-19 Kota Ambon. (2021). *Grafik Perkembangan Covid-19 Kota Ambon*. <https://ambon.go.id/covid-19>
- Satgas Covid-19 Provinsi Maluku. (2021). *Press Release Satuan Tugas Penanganan Covid-19*. Pusat Informasi Seputar Covid-19 Di Provinsi Maluku. <https://corona.malukuprov.go.id/berita/press-release-satuan-tugas-penanganan-covid-19-provinsi-maluku-tanggal-30-oktober-2021-pkl-2200-wit/>
- Tasijawa, F. A., Suryani, S., Sutini, T., & Maelissa, S. R. (2021). Recovery from ‘schizophrenia’: Perspectives of mental health nurses in the Eastern island of Indonesia. *Belitung Nursing Journal*;DOI - 10.33546/Bnj.1621. <https://belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/article/view/1621>
- Utami, F. A., & Sani, F. (2021). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Era Pandemi Corona Virus Disease (COVID-19) di Indonesia. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan; Vol 1, No 3 (2021)DO - 10.51181/Bikfokes.V1i3.4662* . <http://journal.fkm.ui.ac.id/bikfokes/article/view/4662>
- Zukmadini, A. Y., Karyadi, B., & Kasrina, K. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Covid-19 kepada Anak-anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1).