
PEMBERDAYAAN GENERASI MUDA MELALUI PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS KESEHATAN DI MASA *NEW NORMAL*

Putu Vierda Lya Suandari^{1*}, I Gede Suasnawa², Ni Nyoman Dwi
Sutrisnawati³, I Nyoman Adikarya Nugraha⁴, Zainal Firdaus Wardhana⁵,
Anak Ayu Sri Saraswati⁶, I Gusti Ngurah Made Yudhi Saputra⁷, I Gusti
Lanang Made Rudiarta⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Program Studi Administrasi Rumah Sakit, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan,
Universitas Bali Internasional

ABSTRAK

Meningkatkan derajat kesehatan di masa new normal merupakan salah satu upaya yang sangat penting untuk mencapai taraf hidup yang lebih baik. Pemberian pemahaman dan peningkatan kesadaran generasi muda untuk menerapkan pola hidup bersih dan sehat yang dilingkungan panti asuhan merupakan salah satu strategi untuk meningkatkan derajat kesehatan generasi muda. Program Pengabdian Masyarakat yang diselenggarakan oleh Program Studi Administrasi Rumah Sakit Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Bali Internasional bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman generasi muda untuk memiliki kesadaran untuk menjaga kesehatannya melalui pengenalan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Metode pelaksanaan dengan memberikan penyuluhan tentang praktik PHBS di lingkungan panti asuhan dan pemberdayaan generasi muda dengan kebiatan menjaga kebersihan lingkungan. Kegiatan ini melibatkan seluruh anak-anak panti asuhan yang berjumlah 20 orang. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan generasi muda di panti asuhan tentang PHBS dan seluruh anak-anak panti asuhan mampu untuk mencuci tangan dengan benar. Monitoring secara berkala perlu dilaksanakan oleh pihak panti asuhan, serta dapat mengintensifkan kerjasama dengan institusi Pendidikan maupun institusi di masyarakat.

Kata kunci: Penyuluhan, Cuci tangan, PHBS, *New normal*

ABSTRACT

standard of life. Providing understanding and increasing awareness of the younger generation to implement a clean and healthy lifestyle within the orphanage is one of the strategies to improve the health status of the younger generation. The Community Service Program organized by the Hospital Administration Study Program, Faculty of Health Sciences, University of Bali Internasional aims to increase the knowledge and understanding of the young generation to have awareness to maintain their health through the introduction of clean and healthy living habits (PHBS). The method of implementation is by providing counseling on PHBS practices in the orphanage environment and empowering the younger generation by maintaining a clean environment. This activity involved all the children of the orphanage, totaling 20 people. The results of this activity indicate that there is an increase in the knowledge of the younger generation in the orphanage about PHBS and all the children of the orphanage are able to wash their hands properly. Regular monitoring needs to be carried out by the orphanage, and can intensify cooperation with educational institutions and institutions in the community.

Keywords: Counseling, Hand washing, PHBS, *New normal*

PENDAHULUAN

Pemberdayaan generasi muda merupakan bagian yang penting sebagai ujung tombak dalam kegiatan promosi kesehatan. Pemberdayaan dapat dikatakan berhasil apabila dilaksanakan melalui metode dan teknik yang tepat¹. Salah satu cara dalam pemberdayaan generasi muda adalah penyuluhan. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu tindakan preventif guna mengingatkan masyarakat khususnya generasi muda akan pentingnya menjaga kesehatan. Melalui metode penyuluhan maka pemeliharaan kesehatan dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, kelompok serta masyarakat luas.

Kegiatan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mensosialisasikan upaya kesehatan untuk menciptakan suatu kondisi lingkungan yang kondusif bagi perseorangan, kelompok, masyarakat dan lingkungan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku agar mampu menerapkan pola hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan². Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan langsung ke masyarakat terutama anak-anak di panti asuhan yang masih jauh dari jangkauan media informasi maupun fasilitas kesehatan akan dapat membantu untuk mendapatkan informasi kesehatan, sehingga dengan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat mendukung hak literasi informasi kesehatan pada setiap individu dan literasi informasi kesehatan yang sangat mendukung untuk kegiatan pemberdayaan^{3,4}.

Kegiatan pemberdayaan generasi muda melalui penyuluhan kesehatan terkait PHBS di masa new normal mengikuti kebijakan yang dikeluarkan pemerintah terkait protokol kesehatan melalui Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/Menkes/328/2020 tentang pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) dimana

masyarakat dihimbau untuk menjalankan aktivitas dengan tetap menjalankan protokol kesehatan yang ketat antara lain menggunakan masker, sering mencuci tangan, menggunakan hand sanitizer, menjaga jarak, mengecek suhu tubuh dan menutup hidung dan mulut saat batuk atau bersin⁵.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masyarakat sebelum pandemi Covid-19 memiliki cakupan yang masih rendah. PHBS terdiri dari kebiasaan cuci tangan memakai sabun, konsumsi makanan sehat, aktivitas fisik, istirahat yang cukup, air bersih, sanitasi layak, tidak merokok, dan lain-lain. Data Kementerian Kesehatan Tahun 2019 menunjukkan bahwa sebesar 55% rumah tangga di Indonesia mempraktikkan PHBS dan 69,27% rumah tangga memiliki akses terhadap sanitasi layak. Ketika pandemi Covid-19 terjadi, masyarakat Indonesia yang memiliki karakteristik sosial yang beragam, mulai dari kelompok usia, tingkat pendidikan, status ekonomi, terpapar internet/media massa, lingkungan sosial, budaya, suku, dan lain-lain, memiliki pemahaman dan sikap yang beragam terhadap pandemi Covid-19. Pemahaman dan sikap yang terbentuk dapat memengaruhi tindakan/perilaku masyarakat.

Panti Asuhan Tunas Bangsa Denpasar merupakan tempat anak yatim piatu dan anak yang kurang beruntung. Panti asuhan Tunas Bangsa memiliki anak-anak dengan kelompok usia yang beragam dengan status yatim, piatu, fakir, anak terlantar dan yatim-piatu. Panti asuhan ini memiliki asrama putri dan asrama putra dengan daya tampung 50 anak asuh serta fasilitas pendukung lainnya. Berdasarkan pentingnya kegiatan penyuluhan terkait PHBS di panti asuhan dengan pertimbangan bahwa di panti asuhan dengan beraneka ragam kelompok usia, tingkat pendidikan serta terpaparnya jaringan komunikasi internet/media massa, serta akses literasi informasi kesehatan yang juga masih terbatas sehingga panti

asuhan Tunas bangsa dijadikan sebagai sasaran untuk melaksanakan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman generasi muda mengenai PHBS di masa new normal, mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar, menggunakan masker yang benar sebagai salah satu cara agar terhindar dari penyakit Covid-19 serta memberdayakan generasi muda di panti asuhan Tunas bangsa untuk menjaga kesehatan lingkungan.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode yang disesuaikan dengan kondisi di Panti Asuhan Tunas bangsa yaitu:

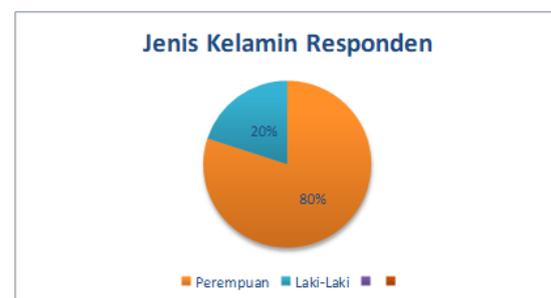
1. Melakukan penyuluhan dan tanya jawab interaktif dengan anak-anak panti asuhan. Kegiatan diikuti oleh anak-anak panti asuhan yang difasilitasi serta didampingi oleh pengurus panti asuhan. Penyuluhan ini untuk memperkenalkan dan memberikan pemahaman kepada anak-anak sejak dini mengenai perilaku hidup bersih dan sehat disertai dengan praktik mencuci tangan yang benar serta penggunaan masker yang benar di masa new normal.
2. Melakukan kegiatan kerja bakti bersih lingkungan dengan anak-anak panti asuhan sebagai bentuk pemberdayaan generasi muda untuk menjaga dan meningkatkan kualitas lingkungan tempat tinggal mereka.

Kelompok sasaran atau mitra dalam kegiatan ini adalah anak-anak panti asuhan Tunas bangsa Denpasar yang masih bersekolah jenjang TK-SD yang terdiri dari 20 anak, serta pengurus panti asuhan yang dilibatkan untuk kegiatan penyuluhan PHBS, praktik mencuci tangan yang benar serta penggunaan masker yang benar serta pemberdayaan generasi muda. Dilakukan pretest untuk mengetahui pengetahuan awal peserta, dan posttest untuk melakukan evaluasi tingkat pengetahuan setelah pemberian materi. Dikarenakan sasaran dalam kegiatan ini merupakan kelompok

usia dini, maka untuk memfasilitasi hal tersebut, tiap anak didampingi oleh masing-masing satu orang mahasiswa untuk membantu pada saat kegiatan maupun pada saat pretest dan posttest.

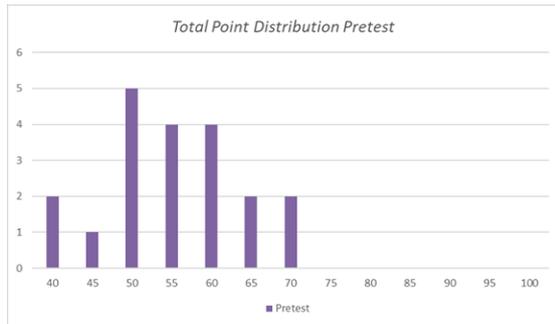
HASIL

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan di Panti Asuhan Tunas Bangsa yang mengundang anak-anak yang masih bersekolah jenjang TK-SD untuk mendapatkan informasi dan pemahaman mengenai PHBS dalam rangka meningkatkan pengetahuan serta pemahaman anak-anak sejak dini mengenai perilaku hidup bersih dan sehat disertai dengan praktik mencuci tangan yang benar serta penggunaan masker yang benar di masa new normal. Kegiatan ini dihadiri oleh 20 anak-anak ditambah dengan satu orang pengurus panti. Karakteristik peserta penyuluhan terdiri dari 16 perempuan (80%) serta 4 orang laki-laki (20%) dapat dilihat dari Gambar 1.



Gambar 1. Jenis Kelamin Responden

Hasil evaluasi yang mengukur tingkat pengetahuan tentang PHBS melalui metode pretest dan posttest. Dari hasil pretest didapatkan hasil sebagaimana dijabarkan pada Gambar 2 di bawah ini:

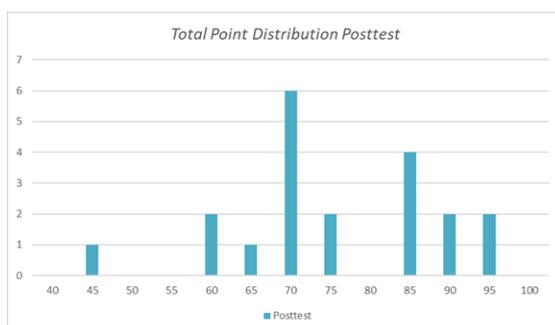


Gambar 2. Hasil Pretest Penyuluhan PHBS di Panti Asuhan Tunas Bangsa

Dari Gambar 2 diatas, diketahui bahwa dari 20 responden yang mengisi kuesioner memiliki rata-rata nilai pretest yaitu 56 dari nilai maksimal 100. Nilai pretest berkisar dari nilai 40-70 poin, dimana 90% responden memiliki nilai pretest dibawah nilai 70. Hal ini mengindikasikan bahwa pengetahuan peserta terkait PHBS masih kurang.

Setelah dilakukan pretest kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi oleh dua narasumber mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, etika batuk bersin, praktik cuci tangan serta penggunaan masker yang benar selama dua jam. Kegiatan juga dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang memberikan kesempatan bagi peserta yang masih belum memahami materi.

Untuk mengukur kembali pengetahuan peserta setelah diberikan materi, kemudian dilakukan posttest dengan menggunakan kuesioner berisi pertanyaan yang sama dengan pretest sebelumnya. Dari hasil posttest didapatkan hasil sebagai berikut:



Gambar 3. Hasil Posttest Penyuluhan PHBS di Panti Asuhan Tunas Bangsa

Gambar 3 diatas, diketahui bahwa terjadi peningkatan signifikan terhadap pengetahuan anak-anak mengenai PHBS setelah diberikan materi. Rata-rata nilai posttest yaitu sebesar 80 dari nilai maksimal 100 poin. Kisaran nilai posttest antara 45-95, namun hanya 1 responden yang mendapatkan nilai 45, serta 3 orang lainnya mendapatkan nilai berkisar 60-65. Sebanyak 16 responden mendapatkan nilai 70 keatas atau sekitar 80% responden.

PEMBAHASAN

Dari hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan di Panti Asuhan Tunas Bangsa Denpasar, diketahui bahwa karakteristik peserta penyuluhan terdiri dari 16 perempuan (80%) serta 4 orang laki-laki (20%). Secara teknis pemberian penyuluhan secara langsung mampu memberikan pengaruh secara bermakna terhadap tingkat pengetahuan yang dimiliki serta dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari termasuk penerapannya dalam mencapai derajat kesehatan yang baik.

Kegiatan penyuluhan yang dilanjutkan dengan diskusi interaktif yang dilakukan pada kelompok anak-anak panti asuhan meliputi pengenalan PHBS dan pentingnya melakukan PHBS di lingkungan tempat tinggal. Apabila PHBS dilaksanakan dengan baik dapat memberikan manfaat langsung yaitu mampu meningkatkan taraf hidup karena mampu menekan pengeluaran biaya sehingga dapat memfokuskan untuk pemenuhan gizi, biaya Pendidikan atau dimanfaatkan untuk kegiatan atau program panti asuhan.

Hasil kegiatan yang dicapai dari penyuluhan PHBS di panti asuhan Tunas Bangsa Denpasar menunjukkan terdapat peningkatan rerata pengetahuan anak-anak sebesar 20 poin dari nilai pretest 56 poin menjadi 76 poin pada saat dilaksanakan posttest. Hal ini mengindikasikan terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan responden terhadap PHBS seperti ditunjukkan pada Gambar 3. Kegiatan

penyuluhan merupakan salah satu media dalam penyampaian informasi kesehatan terutama pada lokasi yang memiliki beraneka ragam kelompok usia, tingkat pendidikan serta rendahnya terpapar jaringan komunikasi internet/media massa, serta akses literasi informasi kesehatan⁷.

Selain kegiatan penyuluhan, dilakukan pula kegiatan praktik mencuci tangan yang benar. Pada kegiatan ini anak-anak aktif berinteraksi dengan tim penyuluh dan tertarik untuk mempraktikkan perilaku mencuci tangan yang benar. Pengenalan serta pemahaman mengenai PHBS perlu dilakukan sejak usia dini sehingga mereka sudah sejak awal telah mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat yang baik. Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan yang dilakukan oleh UNICEF dalam Brumana, dkk, 2017, bahwa dalam mencegah penyakit tidak menular (PTM) perlu dilakukan pencegahan berbasis siklus hidup manusia termasuk pencegahan yang dilakukan sejak usia dini dengan cara memperkenalkan perilaku hidup bersih dan sehat pada usia anak sekolah⁸.

Selanjutnya kegiatan pemberdayaan generasi muda telah dilaksanakan dengan hasil terlihat partisipasi anak-anak panti asuhan dalam menjaga kebersihan lingkungan tempat tinggal mereka dan mendapatkan tanggapan positif dari masyarakat sekitar. Generasi muda serta masyarakat setempat menyadari bahwa pentingnya kebersihan lingkungan mampu menghindari mereka dari penyakit dan dapat meningkatkan derajat kesehatan yang lebih baik. Pemberdayaan generasi muda merupakan suatu upaya untuk membangun serta memotivasi kesadaran generasi muda akan potensi yang dimiliki serta berupaya untuk mengembangkannya dan juga memperkuat potensi yang dimiliki⁹. Melalui kegiatan pemberdayaan generasi muda di Panti Asuhan Tunas Bangsa Denpasar diharapkan mampu meningkatkan kesehatan lingkungan yang merupakan bagian penting dalam promosi kesehatan dimasyarakat.

Untuk melihat dampak dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan evaluasi kegiatan berupa pretest dan posttest. Hasil evaluasi ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak-anak dipanti asuhan telah berupaya menerapkan PHBS di lingkungan panti asuhan di masa new normal dengan melakukan cuci tangan yang benar, menggunakan masker yang benar, menggunakan hand sanitizer, menjaga jarak, mengecek suhu tubuh dan menutup hidung dan mulut saat batuk atau bersin. Dengan adanya penyuluhan secara langsung serta pemberdayaan generasi muda diharapkan mampu memberikan contoh peningkatan derajat kesehatan masyarakat, serta sebagai media mahasiswa dalam mempraktikkan ilmu yang telah diperoleh di jenjang pendidikan sarjana.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat “Pemberdayaan Generasi Muda Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan di Masa New Normal” terselenggara dengan lancar serta didukung dengan atensi yang baik dari pengurus serta anak-anak di panti asuhan Tunas Bangsa. Hasil analisis dari Pretest serta Posttest kegiatan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan mengenai PHBS secara signifikan dimana rata-rata nilai setelah posttest sebanyak 20 poin. Diharapkan dengan peningkatan pengetahuan serta pemahaman generasi muda mengenai PHBS di masa new normal, mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar, penggunaan masker yang benar sebagai salah satu cara agar terhindar dari penyakit Covid-19 maupun penyakit menular lainnya serta memberdayakan generasi muda di panti asuhan Tunas Bangsa untuk menjaga kesehatan lingkungan sebagai bentuk pemberdayaan generasi muda untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Kami menyadari bahwa kegiatan ini bersifat sewaktu sehingga penting adanya

keterlibatan aktif dari pihak pengampu Yayasan serta masyarakat sekitar untuk menjadikan program ini menjadi program rutin yang dilakukan secara berkala, serta perlu mengintensifkan kerjasama dengan institusi Pendidikan maupun institusi di masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Bali Internasional, jajaran pimpinan, serta segenap sivitas akademika Universitas Bali Internasional atas dukungan dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat oleh Program Studi Administrasi Rumah Sakit. Ucapan terima kasih mendalam juga kami sampaikan kepada Panti Asuhan Tunas Bangsa Denpasar atas kerjasama serta koordinasi yang baik sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR RUJUKAN

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2011. Panduan Promosi kesehatan di Daerah Bermasalah Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
2. Raksanagara, A. S., & Raksanagara, A. 2015. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sebagai Determinan Kesehatan yang Penting pada Tatanan Rumah Tangga di Kota Bandung. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 1, 30–34.
3. Prasanti, D., & Fuady, I. 2017. Penyuluhan Program Literasi Informasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Kualitas Sanitasi Bagi Masyarakat Di Kaki Gunung Burangrang Kab. Bandung Barat. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 129–138.
4. World Health Organization. (n.d.). Health literacy and health behaviour. Retrieved March 28, 2018, from <http://www.who.int/healthpromotion/communications/7gchp/track2/en/>
5. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/Menkes/328/2020 tentang pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19).2020. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
6. Anggoro, S., Harmianto, S., & Yuwono, P. D. 2018. Upaya Meningkatkan Kemampuan Pedagogik Guru Melalui Pelatihan Pembelajaran Tematik Sains Menggunakan Inquiry Learning Process dan Science Activity Based Daily Life. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(1), 29–35.
7. Prasanti, D., & Fuady, I. 2017. Penyuluhan Program Literasi Informasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Kualitas Sanitasi Bagi Masyarakat Di Kaki Gunung Burangrang Kab. Bandung Barat. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 129–138.
8. Brumana, L., Arroyo, A., Schwalbe, N. R., Lehtimaki, S., & Hipgrave, D. B. 2017. Maternal and Child Health Services and An Integrated, Life-cycle Approach to the Prevention of Non-communicable Diseases. *BMJ Global Health*, 2(3), e000295. <https://doi.org/10.1136/bmjgh2017-000295>.
9. Minarni, E.W., Utami, D.S., & Prihatiningsih, N. 2017. Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Melalui Optimalisasi Pemanfaatan Pekarangan dengan Budidaya Sayuran Organik Dataran Rendah Berbasis Kearifan Lokal dan Berkelanjutan. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 147–154.