

Penyuluhan Penerapan Perilaku 5 M dan PHBS di Lingkungan Sekolah

Sri Wahdaningsih^{1*}, Albianus Febri Tarung², Annisa³, Sri Murni Asih⁴, Thania Naranda⁵, Prisilia Anggita Setyasari⁶

Prodi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura Pontianak,
Indonesia^{1,2,3,4,5,6}

Email*: sriwahdaningsih.apt@pharm.untan.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Di masa Pandemi Covid-19, Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan 5M sangat penting diterapkan sejak dini. Meskipun telah diberikan edukasi oleh pihak sekolah mengenai pentingnya kedua hal tersebut, namun siswa cenderung sulit untuk menerapkannya. Oleh karena itu, edukasi terkait 5M dan PHBS di masa pandemi menjadi kebutuhan penting yang harus diberikan secara edukatif dan menarik. Tujuan: Kegiatan “Penyuluhan Penerapan Perilaku 5M Dan PHBS di Lingkungan Sekolah” ini untuk mengedukasi siswa SD tentang pentingnya 5M dan PHBS di masa pandemi sehingga dapat meningkatkan kesadaran siswa SD untuk selalu memperhatikan berbagai hal-hal untuk menghindari infeksi virus Covid-19. Sasaran penyampaian edukasi ini adalah siswa SDN 03 Pontianak Timur dan SD Plus Bina 45 Pontianak Timur. Metode: Metode pertama adalah menggunakan metode ceramah, dimana siswa/i diberikan penjelasan lisan tentang PHBS dan 5M. Metode kedua adalah metode audio visual dimana berupa penyampaian video edukasi untuk mencegah penularan Covid-19. Metode ketiga adalah metode ice breaking dan kuis. Metode keempat adalah demonstrasi langsung membuat sediaan hand sanitizer. Hasil: Hasil yang diperoleh dari kegiatan “Penyuluhan Penerapan Perilaku 5M Dan PHBS di Lingkungan Sekolah” yaitu siswa SDN 03 Pontianak Timur dan SD Plus Bina 45 Pontianak Timur menjadi sadar akan pentingnya protokol kesehatan dan PHBS di masa pandemi. Selain itu berdasarkan pembagian kuisioner yang kami berikan, respon positif tergambar dari jawaban kuisioner pra kegiatan yang kurang baik menjadi jawaban yang lebih baik pada akhir kegiatan penyuluhan yang diikuti peserta.

Kata Kunci: KKN, 5M, PHBS, SD, COVID-19

ABSTRACT

Background: During the Covid-19 Pandemic, the Implementation of Clean and Healthy Living Behaviors (CHLB) and 5M is very important to apply early on. Although it has been given education by the school regarding the importance of both things, students tend to be difficult to apply. Therefore, education related to 5M and CHLB in the pandemic period becomes an important need that must be provided in an educative and interesting way. Objective: The activity "Counseling the Application of 5M And CHLB Behavior in the School Environment" is to educate elementary school students about the importance of 5M and CHLB in

pandemic times so as to increase awareness of elementary school students to keep a close eye on various things to avoid covid-19 virus infection. The target of this educational delivery is the students of SDN 03 East Pontianak and SD Plus Bina 45 East Pontianak. Method: The first method is the lecture method, where students / we are given oral explanations about CHLB and 5M. The second method is the audio visual method where in the form of educational video delivery to prevent infection with covid-19. The third method is the ice breaking method and quizzes. The fourth method is a direct demonstration to make hand sanitizer preparations. Results: Results obtained from the activities "Counseling the Application of 5M And CHLB Behavior in the School Environment" namely the students of SDN 03 East Pontianak and SD Plus Bina 45 East Pontianak became aware of the importance of health protocols and CHLB in the pandemic period. In addition, based on the distribution of isoner that we give a positive response illustrated from the answers of pre-activity quisoner who are not good to be better in the final answer of counseling activities followed by participants.

Keywords: KKN, 5M, CHLB, Elementary School, COVID-19

PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah suatu kegiatan intrakurikuler yang merupakan implementasi dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa bertujuan untuk memberikan pengalaman baru, menambah pengetahuan dan kemampuan, serta menambah kesadaran hidup di masyarakat (Subaidi et al., 2021). Kegiatan KKN yang dilakukan di masa sekarang tampaknya berbeda dengan KKN sebelumnya, karena KKN pada masa sekarang bersamaan dengan pandemi Covid-19. Dalam pelaksanaannya, kegiatan KKN di masa pandemi ini sangatlah terbatas. Oleh karena itu, kegiatan KKN yang dilakukan harus menyesuaikan dengan memperhatikan manfaat kegiatan tersebut di kehidupan masyarakat. Sehingga, hadirilah KKN-Tematik yang membantu edukasi era new normal atau kebiasaan baru dan adaptasi dalam menghadapi wabah Covid-19 (Fristiohady et al., 2021).

KKN Tematik merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa secara interdisipliner, institusional, dan kemitraan sebagai salah satu wujud dari tri dharma perguruan tinggi (Oktaviola, 2021). Pelaksanaan KKN ini dilakukan di lokasi yang telah ditentukan dan dibimbing oleh 1 DPL (dosen Pembimbing Lapangan). Setiap anggota kelompok diharuskan memilih satu program kerja sebagai tugas individu dan dapat menambahkan program kerja lainnya bila dianggap perlu. KKN Tematik yang dilaksanakan pada

tahun 2022 ini wajib mendapatkan izin dari orang tua mengingat kegiatan tersebut dilaksanakan di era pandemi *Covid-19* (Astirin et al., 2021). Tema yang diambil dalam pelaksanaan KKN Tematik ini yaitu kesehatan masyarakat dan edukasi dalam pencegahan penularan *Covid-19*.

Pada masa pandemi ini masyarakat diharuskan untuk mengikuti protokol kesehatan yang ditetapkan pemerintah dengan menerapkan 5M yaitu penerapan memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan, menghindari kerumunan dan mengurangi mobilitas serta menerapkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) lainnya (Kemenkes RI, 2021). Tidak terkecuali dengan anak-anak di kelurahan Saigon di Pontianak Timur yang diharuskan menerapkan anjuran pemerintah tersebut. Dengan demikian, KKN Tematik Universitas Tanjungpura ini merancang program kerja berupa penyuluhan mengenai 5M dan PHBS guna membudayakan hidup sehat bagi anak-anak di Kelurahan Saigon khususnya siswa di SD Plus Bina 45 dan SDN 03 Pontianak Timur. Program ini bertujuan untuk memberikan edukasi dalam mencegah penyebaran *Covid-19* dengan begitu anak-anak dapat terus aktif mencuci tangan dan menerapkan pola hidup sehat lainnya.

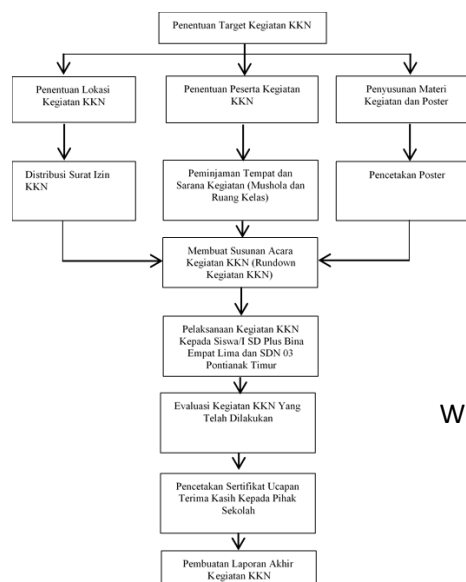
METODE

Tempat dan Waktu

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini dilakukan di SD Plus Bina Empat Lima dan SD Negeri 03 Pontianak Timur yang beralamat di Jalan Tanjung Raya II, Kelurahan Saigon, Pontianak Timur. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dilakukan selama 3 hari dimulai pukul 07.00 hingga pukul 17.00 WIB pada tanggal 19-21 Januari 2022.

Prosedur Kegiatan

Adapun alur KKN Penyuluhan 5M dan PHBS di dapat dilihat pada



pelaksanaan kegiatan Penerapan Perilaku Lingkungan Sekolah gambar 1 berikut.

Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan KKN

Metode Kegiatan

Metode kegiatan yang dilakukan adalah dalam bentuk ceramah, diskusi, praktek langsung dan pengisian kuesioner untuk menilai pemahaman siswa/i sebelum dan setelah diberikan materi penyuluhan. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini lebih memfokuskan dalam memberikan edukasi mengenai kesehatan seperti pentingnya Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS), Penyuluhan 5M, Ice Breaking “Rangking 1”, Video Edukasi Untuk Mencegah Penularan Covid-19 serta Pembuatan Hand sanitaizer dari Bahan Alami. Akhir kegiatan ini akan diadakan evaluasi berupa pengisian kuesioner kepada peserta kegiatan KKN.

HASIL

Persiapan Kegiatan

Persiapan dilakukan dua minggu sebelum hari pelaksanaan kegiatan. Di mana minggu pertama dilaksanakan konsultasi dengan dosen pembimbing terkait tema dan penyesuaian program dengan tema kuliah kerja nyata program studi farmasi. Di minggu kedua kegiatan dilakukan proses observasi, penyusunan program kerja individu, dan pembuatan proposal kegiatan kuliah kerja nyata. Setelah itu sehari sebelum pelaksanaan kegiatan dilakukan persiapan kebutuhan masing-masing program. Persiapan yang dilakukan meliputi pencetakan poster dan pembuatan *PowerPoint* untuk program kerja edukasi, kemudian membeli dan membungkus hadiah untuk *ice breaking* rangking 1, mempersiapkan alat dan bahan untuk demonstrasi pembuatan hand sanitizer, serta mempersiapkan plakat yang akan diberikan kepada sekolah tempat pelaksanaan kuliah kerja nyata.



Gambar 2. Observasi Lokasi KKN

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan penyuluhan penerapan perilaku 5 M dan PHBS di lingkungan sekolah merupakan bagian dari kegiatan kuliah kerja nyata program studi Farmasi fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan selama 3 hari, di mana 1 hari dialokasikan untuk pelaksanaan kegiatan penunjang dan 2 hari dialokasikan untuk pelaksanaan kegiatan utama. Adapun kegiatan penunjang yang dilakukan adalah membantu proses vaksinasi siswa-siswi sekolah dasar di SD Plus Bina 45 Pontianak Timur. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 19 Januari 2022, dimulai pada pukul 08.00 WIB dan selesai pada pukul 15.00 WIB. Kegiatan ini adalah bentuk kerjasama SD Plus Bina 45 Pontianak Timur dengan dinas Kesehatan kota Pontianak, di mana ada 150 dosis vaksin yang siap diberikan bagi siswa-siswi SD Plus Bina 45 Pontianak Timur. Pembukaan kegiatan berlangsung di lapangan SD Plus Bina 45 Pontianak Timur dan dibuka oleh kepala Puskesmas Pontianak Timur.



*Gambar 3. Sesi Foto Bersama dengan Tim
Vaksinasi Puskesmas Pontianak Timur*



Gambar 4. Persiapan Lokasi Vaksinasi



Gambar 5. Pembagian Konsumsi Bagi Peserta vaksinasi

Setelah dilaksanakannya kegiatan penunjang di hari pertama, di hari kedua dan ketiga dilaksanakan kegiatan utama yaitu edukasi perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, penyuluhan 5M untuk mencegah penyebaran covid-19, *ice breaking* ranking 1, penampilan video edukasi yuk cegah menularnya virus Corona, demonstrasi pembuatan *hand sanitizer*, dan belajar menyanyikan tepuk cegah corona. Kegiatan ini dilaksanakan di SD Plus Bina 45 Pontianak Timur dan SD Negeri 03 Pontianak Timur pada tanggal 20-21 Januari 2022. Pelaksanaan kegiatan di SD Plus Bina 45 Pontianak Timur dimulai pada pukul 08.00 WIB dan selesai pada pukul 13.00 WIB. Selanjutnya kegiatan di SD Negeri 03 Pontianak Timur dimulai pada pukul 13.30 WIB dan selesai pada pukul 17.00 WIB. Di hari berikutnya dilaksanakan kegiatan lagi di SD Negeri 03 Pontianak Timur dan dimulai pukul 13.00 WIB dan selesai pukul 17.00 WIB.



Gambar 6. Kegiatan Edukasi PHBS di lingkungan sekolah



Gambar 7. Kegiatan Ice Breaking Rangkaian 1



Gambar 8. Foto Bersama Siswa/I SD Plus Bina 45 Pontianak Timur



Gambar 9. Kegiatan Penyuluhan 5 M untuk agar terhindari dari covid-19



Gambar 10. Kegiatan tepuk cegah corona



Gambar 11. Kegiatan menonton video yuk cegah menularnya virus corona



Gambar 12. Kegiatan Demonstrasi Pembuatan Hand Sanitizer



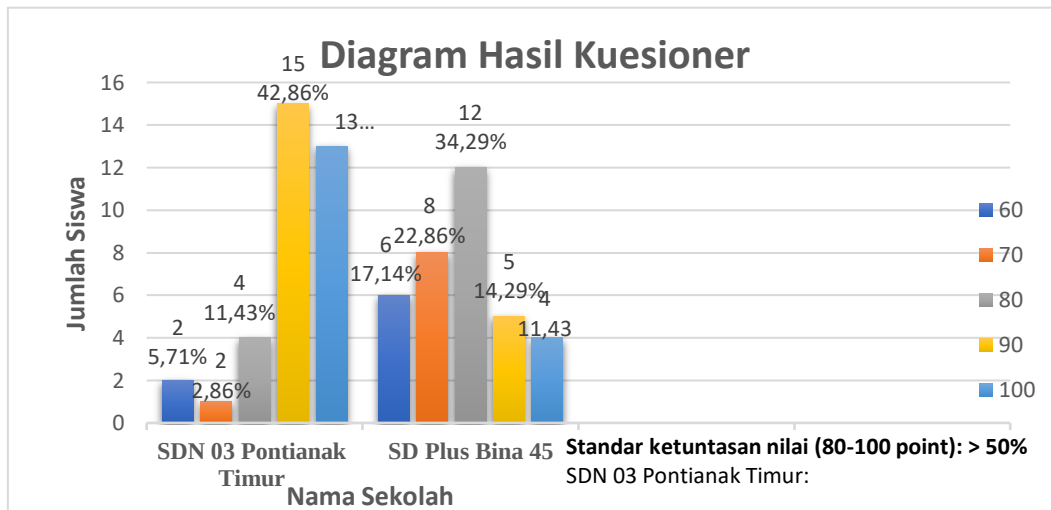
Gambar 13. Dokumentasi bersama siswa/I SDN 3 Pontianak Timur



Gambar 14. Penyerahan Plakat Oleh Perwakilan Kelompok Ke Perwakilan Guru SD Plus Bina 45 Pontianak Timur.



Gambar 15. Penyerahan Plakat Oleh Dosen Pembimbing Lapangan Ke Perwakilan Guru SDN 03 Pontianak Timur



Gambar 16. Hasil Kuisisioner

Perolehan nilai kuesioner menunjukkan bahwa, di SDN 03 Pontianak Timur, point dengan % tertinggi adalah point 90, yaitu 42,86%; dan di SD Plus Bina 45 point dengan % tertinggi adalah point 80, yaitu 34,29%. Di SDN 03 Pontianak Timur siswa/I yang memperoleh nilai tuntas yaitu 91,43% dan di SD Plus Bina 45 siswa/I yang memperoleh nilai tuntas yaitu 60,01%. Dari perolehan nilai ini maka dapat disimpulkan bahwa siswa/I SDN 03 Pontianak Timur dan SD Plus Bina 45 dapat memahami materi yang disampaikan dengan baik, karena mereka sudah memenuhi standar ketuntasan nilai (80-100) yaitu > 80%. Di SDN 03 Pontianak Timur, siswa yang mendapatkan poin tertinggi (100), sebanyak 37,14%; sedangkan di SD Plus Bina 45 siswa yang mendapatkan poin

tertinggi (100), sebanyak 11,43%; artinya penyerapan materi yang didapatkan oleh siswa/i SDN 03 Pontianak Timur lebih tinggi daripada SD Plus Bina 45. Hal ini dikarenakan, penyampain materi di SDN 03 Pontianak Timur dilakukan di dalam kelas, sedangkan penyampaian materi di SD Plus Bina 45 dilakukan di dalam mushola. Oleh karena itu, penyampaian materi yang dilakukan di SDN 03 Pontianak Timur lebih kondusif dan efektif dibandingkan dengan SD Plus Bina 45, karena siswa/i lebih mudah diarahkan dan mereka juga lebih konsentrasi jika proses pembelajaran dilakukan di dalam kelas.

KESIMPULAN

Dari keseluruhan rangkaian kegiatan dalam program KKN kepada siswa/I SD ini, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan bahwa penyerapan materi yang didapatkan oleh siswa/i SDN 03 Pontianak Timur lebih tinggi daripada SD Plus Bina 45. Berdasarkan hasil evaluasi melalui pengisian kuesioner diketahui bahwa di SDN 03 Pontianak Timur, siswa yang mendapatkan poin tertinggi (100), sebanyak 37,14%; sedangkan di SD Plus Bina 45 siswa yang mendapatkan poin tertinggi (100), sebanyak 11,43%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada kepala sekolah, guru, pelajar, serta seluruh perangkat sekolah SD Plus Bina 45 dan SDN 03 Pontianak Timur yang telah memberikan bantuan dan mau bekerjasama dalam pelaksanaan kegiatan KKN. Tim vaksinasi Puskesmas Pontianak Timur yang telah memberikan arahan dalam pelaksanaan vaksinasi serta Dosen Pembimbing Lapangan yang senantiasa memberikan bimbingan sehingga kegiatan KKN ini dapat berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Astirin O.P, Ramadhan D.A, Utomowati R, 2021, Optimalisasi Peran Masyarakat Dalam Mekanisme Pencegahan Infeksi Covid-19 Dalam Program KKN Melalui Program Pendidikan Dan Kesehatan di Kawasan Kabupaten Kulonprogo dan Bantul, *Jurnal SEMAR*, 10, 1, 45-50.
- Fristiohady et.al, 2021, Peranan Peserta KKN Tematik Dalam Meningkatkan Kepatuhan Penggunaan Masker Pada Masa Pandemi Covid-19 di Kota Kendari, *DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5, 1, 181-187.
- Kemenkes RI, 2021, 5M Dimasa Pandemi COVID 19 Di Indonesia, Jakarta, Kemenkes RI.
- Oktaviola R.D, 2021, Kuliah Kerja Nyata (Kkn) Tematik Membudayakan Hidup Sehat Bagi Anak-Anak Untuk Mencegah Penyebaran Covid-19 Di Desa Ngliman Kecamatan Sawahan Kabupaten Nganjuk, *At-tamkin: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4, 1, 57-61.
- Subaidi et.al, 2021, KKN: Penguatan Desa Mandiri Di Era New Normal Covid-19 Melalui Edukasi Kesehatan Dan Pengembangan Potensi Desa. *Abdipraja*, 2, 2, 138-143.