



**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH
DAN SEHAT (PHBS) DENGAN UPAYA PENCEGAHAN COVID-19
PADA MASYARAKAT DI PEKON AIR ABANG
KABUPATEN TANGGAMUS**

Ekasari D¹, Kameliwati F², Putri A.N³, Febriyanti H⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, Fakultas Kesehatan
Universitas Aisyah Pringsewu Lampung
e-Mail : diyanekasari2@gmail.com

ABSTRAK

Merebaknya coronavirus jenis baru, menimbulkan dampak dan pengaruh yang sangat besar bagitatanan kehidupan masyarakat, sehinggaupaya preventif terbaik yang dilakukan untuk memutus mata rantai virus ini adalahmenerapkanperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), karena PHBSberkaitan erat dengan pencegahan penyebaranCovid-19. Dalam pelakasanaannya untuk melakukan kegiatan ini tidaklah mudah karena dipengaruhi oleh pengetahuan masyarakat yang rendah berpengaruh pada perilaku masyarakat. Tujuan penelitian ini adalah hubungan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan upaya pencegahan Covid-19 pada masyarakat di Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus tahun 2021. Metode dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif denganpendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus dengan jumlah sampel sebanyak 86 KK. Analisis yang digunakan adalah univariat dan bivariat menggunakan uji chi square. Hasil penelitian membuktikan ada hubungan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan upaya pencegahan Covid-19 pada masyarakat di Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus tahun 2021 dengan nilai p-value = 0,049.Diharapkan masyarakat agar tetap menjaga danmemelihara Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terutama di lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat, serta mencari informasi tentang pentingnya PHBS di masa pandemi.

Kata Kunci : Pengetahuan, perilaku hidup bersih dan sehat, upaya pencegahan Covid 19

ABSTRACT

The outbreak of a new type of coronavirus had a very large impact and influence on the order of people's lives, so that the best preventive effort taken to break the chain of this virus is to implement clean and healthy living behavior (PHBS), because PHBS is closely related to preventing the spread of Covid-19. In carrying out this activity, it is not easy because it is influenced by low community knowledge which affects people's behavior. The research objective was the correlation between knowledge of healthy living behavior (PHBS) with Covid-19 prevention efforts in the community of Pekon Air Abang inTanggamus Regency 2021. The method in this research is quantitative research with cross sectional approach. The population in this research was the entire community of Pekon Air Abang, Tanggamus Regency with a total sample of 86 families. The analysis used univariate and bivariate used chi square test. The results of the research prove that there is a correlation between knowledge about clean and healthy living behavior (PHBS) with efforts to prevent Covid-19 in the community ofPekon Air Abang inTanggamus Regency 2021 with a p-value = 0.049. It is expected that the community will maintain and clean and healthy lifestyle, especially in the family and community circles, as well as seeking information about the importance of PHBS during the pandemic.

Keywords: Knowledge, clean and healthy living behavior, Covid-19 prevention efforts

I. PENDAHULUAN

Merebaknya coronavirus jenis baru (SARS-CoV-2) yang penyakitnya disebut *Coronavirus disease 2019* (Covid-19) menimbulkan pengaruh yang sangat besar bagi kehidupan masyarakat. Diketahui bahwa virus ini berasal dari Wuhan, Tiongkok yang ditemukan pada akhir Desember tahun 2019. Menurut data dari *World Health Organization* (2020), hingga tanggal 24 Mei 2020 telah ditemukan sebanyak 5.206.614 kasus yang terkonfirmasi. Ada bermacam-macam gejala yang bisa ditimbulkan dari orang yang terinfeksi virus corona, mulai dari gejala ringan, gejala sedang, hingga gejala berat.^[29]

Gejala yang umumnya muncul pada orang yang terinfeksi virus corona adalah demam (suhu tubuh > 38°C), batuk, dan kesulitan bernapas. Saat masuk ke dalam tubuh, genom RNA virus akan dikeluarkan ke sitoplasma sel dan ditranslasikan menjadi dua polypeptid dan protein struktural. Selanjutnya, genom virus akan mulai bereplikasi. Kemudian partikel virus akan tumbuh di dalam retikulum endoplasma dan golgi sel. Pada tahap akhir, vesikel yang mengandung partikel virus akan bergabung dengan membran plasma untuk melepaskan komponen virus baru.^[25]

Dikutip dari *World Health Organization* (2020), virus corona dapat menyebar dari tetesan atau percikan kecil dari hidung atau mulut orang yang terinfeksi virus tersebut. Virus ini juga dapat menyebar melalui benda-benda yang di sentuh oleh orang yang terinfeksi virus corona. Guna melawan adanya peningkatan kasus Covid-19, maka berbagai tindakan preventif mutlak harus dilaksanakan, baik oleh pemerintah ataupun masyarakat. Upaya preventif sejauh ini merupakan praktik terbaik untuk mengurangi dampak pandemi Covid-19, mengingat belum adanya pengobatan yang dinilai efektif dalam melawan virus SARS-CoV-2. Saat ini, tidak adanya vaksin untuk SARS-CoV-2 yang tersedia dan telah memenuhi berbagai fase uji klinis, sehingga upaya preventif terbaik yang dilakukan adalah dengan menghindari paparan virus dengan

didasarkan pada PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat).^[7]

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan Kesehatan dimasyarakat. Mencegah lebih baik dari pada mengobati, prinsip kesehatan inilah yang menjadi dasar pelaksanaan program PHBS. Tujuan utama dari gerakan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses menyadarkan masyarakat dengan pengetahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup dengan menjaga kebersihan yang memenuhi standarkesehatan.^[11]

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berkaitan erat dengan pencegahan penyebaran Covid-19. Beberapa cara mencegah risiko terinfeksi Covid-19, yaitu dengan mencuci tangan menggunakan air dan sabun atau gunakan cairan pembersih tangan (minimal 70% alkohol), mencuci tangan merupakan salah satu indikator PHBS. Selain itu protokol yang harus dilaksanakan antara lain menggunakan masker bila bepergian, jaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain, tutup mulut dan hidung dengan siku terlipat saat batuk atau bersin atau gunakan tisu, hindari menyentuh wajah karena mulut, hidung, mata dapat menjadi pintu masuk virus, bersihkan benda, permukaan, dan alat-alat yang sering digunakan, khususnya yang berada atau digunakan secara umum, mengkonsumsi makanan bergizi seimbang, tidak merokok, istirahat secara teratur, berolahraga serta berpikir positif. Selalu pantau perkembangan penyakit Covid-19 dari sumber resmi dan akurat. Ikuti arahan dan informasi dari petugas Kesehatan dan Dinas Kesehatan setempat.^[12]

Di masa pandemi Covid-19, upaya pemerintah dalam mencegah penyakit ini adalah melakukan kampanye PHBS kembali digaungkan

oleh pemerintah pada masyarakat agar diterapkan untuk memutus mata rantai penyebaran virus. Rendahnya pengetahuan masyarakat tentang penerapan PHBS untuk mencegah Covid-19, sangat mempengaruhi perilaku masyarakat, karena pengetahuan merupakan salah satu bentuk suatu pemahaman yang didapatkan dari berbagai sumber informasi baik dari media cetak dan elektronik.^[26]

Pada hasil penelitiannya menemukan bukti empiris bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan, sikap, fasilitas dan sarana dan peran guru dengan PHBS. Penelitian La Ode Anhusada (2020) menyatakan bahwa Perilaku hidup bersih dan sehat adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku guna membantu masyarakat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri sehingga masyarakat sadar akan kesehatannya.^[24]

Pekon Air Abang merupakan salah satu Pekon yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Ngarip Kabupaten Tanggamus, dimana Pekon tersebut belum standar cakupan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dibandingkan Pekon lainnya. Hasil pra survey yang peneliti lakukan di lapangan pada tanggal 15 bulan Desember 2020, ditemukan beberapa warga yang belum melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat di masa pandemik, dimana ditemui indikator yang masih belum memenuhi syarat, yaitu terdapat 20% masyarakat tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah menyentuh benda, 45% masyarakat tidak menggunakan masker ketika keluar rumah, 25% masyarakat tidak menjaga jarak ketika melakukan kegiatan sosial, seperti gotong royong, dan 15% masyarakat tidak menutup mulut dan hidung ketika batuk dan bersin. Tidak dilakukannya perilaku hidup sehat di era pandemik bagi masyarakat, ini disebabkan rendahnya pengetahuan masyarakat tentang upaya pencegahan penyakit Covid 19, karena PHBS berkaitan erat dengan upaya pencegahan penyakit Covid 19 (Rekapitulasi Hasil Pengkajian PHBS Tatanan Rumah Tangga Puskesmas Ngarip Tahun 2020).

Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk penelitian dengan judul “Hubungan

Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Upaya Pencegahan Covid-19 Pada Masyarakat di Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus Tahun 2021”. Tujuannya untuk diketahui hubungan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan upaya pencegahan Covid-19 pada masyarakat di Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus tahun 2021. Manfaatnya yaitu menambah pengetahuan di dalam ruang lingkup kesehatan lingkungan dalam bidang PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) sebagai upaya pencegahan Covid 19 dan dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat mejadi salah satu informasi dalam upaya mencegah dan mengurangi resiko terjadinya kejadian penyakit Covid 19 pada masyarakat.

II. TINJAUAN PUSTAKA

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. Melalui PHBS diharapkan masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalah sendiri dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya.^[13]

Terkait dengan pencegahan penyebaran Virus Corona (Covid-19), Patuhilah semua anjuran pemerintah untuk menjaga kesehatan, melalui: Mengurangi Risiko dengan mencuci dengan sabun dan air yang mengalir, kurangi Kontak Langsung (*Physical Distancing*), dan menjaga Kesehatan Fisik dan Mental.^[13]

Tujuan PHBS adalah: meningkatkan rumah tangga sehat diseluruh masyarakat Indonesia, meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kemauan masyarakat agar hidup sehat, meningkatkan peran aktif masyarakat termasuk swasta dan dunia usaha, dalam upaya mewujudkan derajat hidup yang optimal di masa pandemik, berikut tujuan PHBS di masa pandemik Covid 19, yaitu : Perilaku hidup bersih dan sehat dapat menjaga imunitas tubuh dan bermanfaat untuk pencegahan; Cuci tangan pakai sabun dapat membunuh virus; Perilaku hidup bersih dapat menghindarkan tubuh dari virus

corona dan berbagai macam penyakit menular; “Beberesih diri” dengan mencuci tangan pakai sabun dengan bersih di air yang mengalir, selalu membersihkan lantai rumah pakai deinfektan akan membunuh virus yang sempat menempel di benda dan bertahan hidup selama 8 jam; Corona dapat diatasi dengan menjaga ke-bersihan diri sendiri dan lingkungan; Perilaku hidup bersih dan sehat insya Allah menghindarkan dari penyakit; PHBS kita dapat mencegah Corona masuk ke tubuh kita; Gaya hidup sehat perlu diterapkan untuk menangkap virus Covid-19 ini; Cuci tangan pakai sabun dengan air yang mengalir adalah cara mencegah Corona; Rajin mencuci tangan dengan sabun dan menutup mulut ketika bersin dan batuk, itu dapat mencegah meluasnya virus Corona dan cuci tangan adalah salah satu dari PHBS; Makan makanan bergizi dan berolah raga, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, memberantas jentik dan tidak merokok dalam rumah itu semua perilaku PHBS, dan apabila dilaksanakan dapat mencegah virus Corona masuk ke dalam tubuh.^[13]

Manfaat Bagi rumah tangga: semua anggota keluarga menjadi sehat dan tidak mudah sakit, anak tumbuh sehat dan cerdas dan pengeluaran biaya rumah tangga dapat diturunkan untuk memenuhi gizi keluarga, pendidikan dan modal usaha untuk menambah pendapatan keluarga. Bagi masyarakat: masyarakat mampu mengupayakan lingkungan yang sehat, masyarakat mampu mencegah dan menanggulangi masalah-masalah kesehatan dan masyarakat mampu mengembangkan Upaya Kesehatan Bersumber Masyarakat (UBKM) seperti Posyandu, tabungan ibu bersalin, arisan jaman, ambulan Pekon dan lain-lain.^[6]

Coronavirus jenis baru yang ditemukan pada manusia sejak kejadian luar biasa muncul di Wuhan Cina, pada Desember 2019, kemudian diberi nama *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-COV2), dan menyebabkan penyakit *Coronavirus Disease-2019* (Covid-19). Virus dapat melewati membrane mukosa, terutama mukosa nasal dan laring, kemudian memasuki paru-paru melalui traktus respiratorius. Selanjutnya, virus akan menyerang organ target yang mengekspresikan *Angiotensin Converting Enzyme 2* (ACE2), seperti paru-paru, jantung, sistem renal dan tractus gastrointestinal.^[7]

Protein S pada SARS-CoV-2 memfasilitasi masuknya virus *coronake* dalam sel target. Masuknya virus bergantung pada kemampuan virus untuk berikatan dengan ACE2, yaitu reseptor membran ekstraselular yang diekspresikan pada sel epitel, dan bergantung pada *priming* protein S keprotease selular, yaitu TMPRSS2.^[8]

Periode inkubasi untuk COVID19 antara 3-14 hari. Ditandai dengankadar leukosit dan limfosit yang masih normal atau sedikit menurun, serta pasien belum merasakan gejala. Selanjutnya, virus mulai menyebar melalui aliran darah, terutama menuju ke organ yang mengekspresikan ACE2 dan pasien mulai merasakan gejala ringan. Empat sampai tujuh hari dari gejala awal, kondisi pasien mulai memburuk dengan ditandai oleh timbulnya sesak, menurunnya limfosit, dan perburukan lesi di paru. Jika fase ini tidak teratasi, dapat terjadi *Acute Respiratory Distress Syndrome* (ARSD), sepsis, dan komplikasi lain. Tingkat keparahan klinis berhubungan dengan usia (di atas 70 tahun), komorbiditas seperti diabetes, penyakit paru obstruktif kronis (PPOK), hipertensi, dan obesitas.^[7]

Infeksi dari virus mampu memproduksi reaksi imun yang berlebihan pada inang. Pada beberapa kasus, terjadi reaksi yang secara keseluruhan disebut “badai sitokin”. Badai sitokin merupakan peristiwareaksi inflamasi berlebihan dimana terjadi produksi sitokin yang cepat dan dalam jumlah yang banyak sebagai respon dari suatu infeksi. Dalam kaitannya dengan Covid-19, ditemukan adanya penundaan sekresi sitokin dan kemokin oleh sel imun *innate* dikarenakan blokade oleh protein non-struktural virus. Selanjutnya, hal ini menyebabkan terjadinya lonjakan sitokin proinflamasi dan kemokin (IL-6, TNF α , IL-8, MCP-1, IL-1 β , CCL2, CCL5, dan interferon) melalui aktivasi makrofag dan limfosit. Pelepasan sitokin ini memicu aktivasi sel imun adaptif seperti sel T, neutrofil, dan sel NK, bersamaan dengan terustur produksinya sitokin proinflamasi. Lonjakan sitokin proinflamasi yang cepat ini memicu terjadinya infiltrasi inflamasi oleh jaringan paru yang menyebabkan kerusakan paru pada bagian epitel dan endotel. Kerusakan ini dapat berakibat pada terjadinya ARDS dan kegagalan multi organ yang dapat menyebabkan kematian dalam waktu singkat.^[7]

Covid-19 menjadi perhatian penting pada bidang medis, bukan hanya karena penyebarannya yang cepat dan berpotensi menyebabkan kolaps sistem kesehatan, tetapi juga karena beragamnya manifestasi klinis pada pasien.^[27]

Spektrum klinis Covid-19 beragam, mulai dari asimtomatik, gejala sangat ringan, hingga kondisi klinis yang di karakteristikkan dengan kegagalan respirasi akut yang mengharuskan penggunaan ventilasi mekanik dan support di *Intensive Care Unit* (ICU). Ditemukan beberapa kesamaan manifestasi klinis antara infeksi SARS-CoV-2 dan infeksi *betacoronavirus* sebelumnya, yaitu SARS-CoV dan MERS-CoV. Beberapa kesamaan tersebut diantaranya demam, batuk kering, gambaran opasifikasi *ground-glass* pada fototoraks.^[7]

Gejala klinis umum yang terjadi pada pasien Covid-19, diantaranya yaitu demam, batuk kering, dispnea, fatigue, nyeri otot, dan sakit kepala.^[17] Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Huang *dkk.*(2020), gejala klinis yang paling sering terjadi pada pasien Covid-19 yaitu demam (98%), batuk (76%), dan myalgia atau kelemahan (44%). Gejala lain yang terdapat pada pasien, namun tidak begitu sering ditemukan yaitu produksi sputum (28%), sakit kepala 8%, batuk darah 5%, dan diare 3%. Sebanyak 55% dari pasien yang diteliti mengalami dispnea.^[9]

Pecegahan adalah segala upaya kesehatan yang mengutamakan aspek promotif dan preventif, tanpa mengabaikan aspek kuratif dan rehabilitatif yang ditujukan untuk melindungi kesehatan masyarakat, menurunkan angka kesakitan, kecacatan atau kematian, memutuskan penularan mencegah resistensi obat dan mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan akibat suatu penyakit.^[11]

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2014). Pada penelitian ini pengetahuan responden cukup tentang PHBS di masa pandemik Covid 19, hal ini dikarenakan sebagian besar mendapatkan informasi tentang kesehatan yang cukup baik dari petugas kesehatan setempat, terbukti dengan jawaban mereka yang tersaji dalam instrument

penelitian. Hal ini membuktikan bahwa sumber informasi menjadi landasan kognitif dalam terbentuknya pengetahuan, dimana pengetahuan dapat ditingkatkan dengan cara efektif seperti mencari sumber informasi melalui media sosial, media massa lingkungan ataupun mengikuti penyuluhan. Semakin banyak sumber informasi yang didapat akan mempengaruhi tindakan untuk dapat menerapkan PHBS.

Menurut Notoatmodjo (2014) tingkat pengetahuan ibu dapat dipengaruhi berbagai faktor antara lain pendidikan, sumber informasi, usia yang mampu berperan dalam mempengaruhi perilaku masyarakat dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Pendidikan masyarakat yang semakin tinggi akan lebih mudah dalam menerima informasi tentang suatu permasalahan yang dihadapinya.^[21]

Pengetahuan yang didapat dari informasi adalah salah satu hal yang menjadi dasar untuk menangani kasus Covid-19 dalam menekan angka penularan sehingga memberikan kesadaran dalam upaya pencegahan Covid-19. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Utami & Martini (2020), dimana sebanyak 83% responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang Covid-19 yang didapatkan dari sumber informasi. Penelitian ini menyatakan bahwa pengetahuan menjadi aspek penting dalam memahami dan menentukan tindakan yang berkaitan dengan Covid-19. Penelitian Rahmawati & Cahyaningtyas (2020) menyatakan bahwa pengetahuan dan kesadaran dalam berperilaku kesehatan menjadi langkah utama dalam pencegahan Covid-19. Semakin tinggi tingkat pengetahuan orang tuakan semakin berpengaruh dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.^[21]

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dimasa pandemik Covid 19 yaitu mencucitangan menggunakan air dan sabun atau gunakan cairan pembersih tangan (minimal 70% alkohol), mencuci tangan merupakan salah satu indikator PHBS. Selain itu protokol yang harus dilaksanakan antara lain menggunakan masker bila bepergian, jaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain, tutupmulut dan hidung dengan siku terlipat saat batuk atau bersin atau gunakan tisu, hindari menyentuh wajah karena mulut, hidung, mata dapat menjadi pintu masuk virus, bersihkan benda, permukaan, dan alat-alat yang sering digunakan, khususnya yang berada atau

digunakan secara umum, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, tidak merokok, istirahat secara teratur, berolahraga serta berpikir positif.^[12]

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya: umur, jenis kelamin, lingkungan, dan tingkat pengetahuan. Menurut Fardhiasih (2018), tingkat pengetahuan tidak dapat dijadikan tolak ukur mengenai perilaku hidup bersih dan sehat seseorang, namun hanya dapat dijadikan sebagai faktor risiko mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Pengetahuan yang dimiliki setiap orang dapat diperoleh secara internal maupun eksternal. Pengetahuan internal dapat diperoleh berdasarkan pengalaman yang dimiliki oleh setiap individu, sedangkan pengetahuan eksternal yaitu pengetahuan yang diperoleh dari orang lain maupun lingkungan (Restiasih, *et al.*, 2017).

Karo (2020) menyatakan bahwa PHBS merupakan strategi yang dapat mencegah penyebaran Covid-19. Masyarakat terus dihibau untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam upaya pencegahan penyebaran Covid-19, karena perilaku masyarakat sangat berperan penting dalam penurunan angka penyebaran Covid-19. PHBS merupakan salah satu strategi dalam pencegahan penyebaran Covid-19 yang sangat efektif dan mudah dilakukan oleh semua lapisan masyarakat.

Sejalan dengan penelitian oleh Maryam (2018) yang menyatakan bahwa ada 56% responden berperilaku kurang dalam penerapan PHBS, sedangkan penelitian Nungky Kustari (2018) menyatakan sebagian kecil responden, yaitu sebesar 23% responden memiliki perilaku hidup bersih dan sehat yang tidak sesuai Cahyaningtyas (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa 70% responden berperilaku buruk dalam penerapan PHBS sebagai upaya pencegahan penyakit covid 19.

Penelitian ini menyatakan bahwa perilaku sehat adalah pengetahuan, sikap dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit, serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan masyarakat.

Pengetahuan, sikap, dan tindakan masyarakat dalam konteks pencegahan Covid-19 menggambarkan perilaku mereka. Perilaku itu kemudian mendorong mereka untuk menjalankan perannya di masyarakat dalam upaya pencegahan penyakit Covid seperti menerapkan perilaku

hidup bersih dan sehat baik individu, keluarga dan di lingkungan masyarakat, seperti rajin mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, makan sayur dan buah, serta aktivitas fisik rutin merupakan perilaku yang dapat mencegah infeksi Covid-19. Oleh karena itu, perilaku ini dikampanyekan secara gencar di masyarakat, bersamaan dengan kampanye penggunaan masker dan menjaga jarak fisik.^[12]

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyastuti (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan perilaku hidup bersih dan sehat di Pekon Banjarsari Kulon, Kecamatan Sumbang. Ibu yang memiliki pengetahuan baik akan mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat yang baik. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Jeini Ester (2020) membuktikan bahwa pengetahuan berkaitan erat dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di masa pandemik, dimana pengetahuan itu membentuk sikap khawatir responden pada penyebaran virus Covid 19 yang sangat cepat. Namun kekhawatiran itu tidak membuat mereka takut karena mereka mengetahui cara pencegahannya. Pengetahuan dan sikap itu kemudian mendorong mereka untuk bertindak mencegah dan menanggulangi penyebaran virus Covid 19. Mereka memulai tindakan dari lingkup diri sendiri, keluarga dan melebar ke masyarakat.

III. METODE PENELITIAN

Penelitian Ini adalah menggunakan metode dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus dengan jumlah sampel sebanyak 86 KK. Analisis yang digunakan adalah univariat dan bivariat menggunakan uji *chi square*. Dan menggunakan variabel dependen dan independent.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini diperoleh hasil dan pembahasan sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pekerjaan di Pekon Air Abang Kecamatan Ulu Belu Kabupaten Tanggamus Tahun 2021

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Usia		
20-35 tahun	26	30,2%
36-50 tahun	34	39,5%
≥ 50 tahun	26	30,2%
Jenis kelamin		
Laki-laki	44	51,2%
Perempuan	42	48,8%
Pendidikan		
Rendah (SD dan SMP)	45	51,2%
Tinggi (SMA dan Perguruan Tinggi)	42	47,7%
Pekerjaan		
Petani	40	46,5%
IRT	26	30,2%
Pedagang	7	8,1%
Wiraswasta	7	8,1%
PNS	6	7,0%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan umur responden diketahui sebanyak 26 responden (30,2%) berumur antara 20 – 35 tahun, sebanyak 34 responden (39,5%) berumur antara 36 – 50 tahun dan sebanyak 26 responden (30,2%) berumur ≥ 50 tahun.

Berdasarkan jenis kelamin diketahui sebanyak 44 responden (51,2%) berjenis kelamin laki-laki dan sebanyak 42 responden (48,8%) berjenis kelamin perempuan. Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan sebagian besar berpendidikan rendah (SD dan SMP) yaitu 45 responden (52,3%), dan sebanyak 41 responden (47,7%) berpendidikan tinggi (SMA dan perguruan tinggi.)

Sedangkan berdasarkan pekerjaan ada 40 responden (46,5%) bekerja sebagai petani, 26 responden (30,2%) IRT, 7 responden (8,1%) pedagang, 7 responden (8,1%) wiraswasta dan sebanyak 6 responden (7%) PNS.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) di Pekon Air Abang Kecamatan Ulu Belu Kabupaten Tanggamus Tahun 2021

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	24	27,9%
Cukup	34	39,5%

Kurang	28	32,6%
Total	86	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa dari 86 responden ada 24 responden (27,9%) berpengetahuan baik, ada 34 responden (39,5%) berpengetahuan cukup, dan ada 28 responden (32,6%) berpengetahuan kurang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Upaya Pencegahan Covid 19 di Pekon Air Abang Kecamatan Ulu Belu Kabupaten Tanggamus Tahun 2021

Upaya Pencegahan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	34	39,5%
Kurang baik	52	60,5%
Total	86	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa dari 86 responden ada 34 responden (39,5%) memiliki upaya pencegahan baik, dan ada 52 responden (60,5%) memiliki upaya pencegahan kurang baik pada penyakit Covid 19.

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Upaya Pencegahan Covid-19 pada Masyarakat di Pekon Air Abang Kecamatan Ulu Belu Kabupaten Tanggamus Tahun 2021

Pengetahuan	Upaya Pencegahan Covid 19				Total		P Value
	Baik		Kurang Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	14	58,3	10	41,7	24	100	0,049
Cukup	13	38,2	21	61,8	34	100	
Kurang	7	25,0	21	75,0	28	100	
Jumlah	34	39,5	52	60,5	86	100	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa dari 24 responden yang mempunyai tingkat pengetahuan baik ada 14 responden (58,3%) memiliki pencegahan pada penyakit Covid 19 baik dan ada 10 responden (41,7%) memiliki pencegahan pada penyakit Covid 19 kurang baik. Dari 34 responden berpengetahuan cukup ada 13 responden (38,2%) memiliki pencegahan pada penyakit Covid 19 baik dan ada 21 responden

(61,8%) memiliki pencegahan pada penyakit Covid 19 kurang baik.

Sedangkan dari 28 responden berpengetahuan kurang ada 7 responden (25%) memiliki pencegahan pada penyakit Covid 19 baik dan sebanyak 21 responden (75%) memiliki pencegahan pada penyakit Covid 19 kurang baik. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai p-value 0,049 dan nilai tersebut \leq nilai alfa (α) = 0,05, maka disimpulkan ada hubungan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan upaya pencegahan Covid-19 pada masyarakat di Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus tahun 2021.

V. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian Berdasarkan hasil analisis penelitian tentang Hubungan Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Upaya Pencegahan Covid-19 pada Masyarakat di Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus Tahun 2021, maka dapat disimpulkan ada hubungan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan upaya pencegahan Covid-19 pada masyarakat di Pekon Air Abang Kabupaten Tanggamus tahun 2021 dengan nilai p-value = 0,049. Saran bagi masyarakat Diharapkan masyarakat agar tetap menjaga dan memelihara Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terutama di lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat, serta mencari informasi tentang pentingnya PHBS di masa pandemi, melalui media cetak dan elektronik, serta dari fasilitas kesehatan setempat misalnya puskesmas.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anggun Wulandari, (2020). *Hubungan Karakteristik Individu dengan Pengetahuan tentang Pencegahan CoronavirusDisease 2019 pada Masyarakat di Kalimantan Selatan*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, Volume 15, Nomor 1, Halaman 42-46, 2020
- [2] Albar,(2011).*Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Petugas Puskesmas, Medan*. Dinas Kesehatan Propinsi Sumatera Utara.
- [3] Arikunto, S.,(2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Asdi Mahasatya.
- [4] Benny Karuniawati, (2020).*Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Penularan Covid-19*. Jurnal Kesehatan Karya Husada (JKKH), Vol. 8 (2) 2020
- [5] Dachroni,(2012).*Pedoman Pembinaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di Tatanan Tempat-Tempat Umum*.Dinas Kesehatan Propinsi Sumatera Utara, Medan.
- [6] Depkes RI, (2012). *Rumah Tangga Sehat dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta : Pusat Promosi Kesehatan Departemen Kesehatan RI.
- [7] Gennaro, at.al. (2020). *Coronavirusdiseases (Covid-19) current Status AndFuture Perspectives: A Narrative Review*.*International Journal of EnvironmentalResearch and Public Health*, 17(8).<https://doi.org/10.3390/ijerph17082690>
- [8] Handayani, D., dkk.(2020). Penyakit Virus Corona2019. *Jurnal RespirologiIndonesia*, 40(2), 119–129.
- [9] Huang, C., Wang, at.al. (2020).*Clinical Features of Patients Infected with 2019 Novel Coronavirus in Wuhan*. *China.Lancet*, 395, 497–506.[https://doi.org/10.1016/S01406736\(20\)30183-5](https://doi.org/10.1016/S01406736(20)30183-5)
- [10] Jeini Ester Nelwan, (2020). *Peningkatan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tatanan Rumah Tangga dalam UPAYAPencegahan Corona Virus Disease 2019*. Jurnal Ilmiah Tatengkorang, Volume 4, Nomor 2, November 2020, hlm. 62-66
- [11] Kemenkes RI. (2016). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Diakses pada tanggal 25Oktober 2020.<http://promkes.kemkes.go.id/phbs>.
- [12] Kemenkes RI. (2020). *Tanya Jawab Coronavirus Disease (Covid-19)*. Diakses

- padatanggal 25 Oktober
2020.<https://covid19.kemkes.go.id>.
- [13] Kemenkes RI. (2020). *Situasi Terkini Perkembangan Novel Coronavirus (Covid-19)*. Retrieved August 31, 2020, from <https://covid19.kemkes.go.id/situasi-infeksi-emerging/info-coronavirus/situasi-terkiniperkembangan-coronavirusedisease-covid-19-31-agustus2020/#.X0y2bNwzZxQ>
- [14] Kementerian Sosial RI, (2020). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS), Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga*. Jakarta : Direktorat Rehabilitasi Sosial Anak - Direktorat Jendral Rehabilitasi Sosial. Kementerian Sosial.
- [15] Kumar, C. V. S., et.al., (2020). Novelty in the Gut: A Systematic Review Analysis of the Gastrointestinal Manifestations of COVID-19. *BMJ Open Gastroenterology*, 7(e000417), 1–9. <https://doi.org/10.1136/bmjgast2020-000417>
- [16] La Ode Anhusada, (2020). *Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19*. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Volume 5 Issue 1 (2021) Pages 463-475.
- [17] Lapostolle, F., et.al. (2020). *Clinical Features of 1487 COVID – 19 Patients with Outpatient Management in the Greater Paris : the COVID - Call Study*. *Internal and Emergency Medicine*. (0123456789). <https://doi.org/10.1007/s11739020-02379-z>
- [18] Lingswaran, M., et.al. (2020). *Inflammation, Immunity and Immunogenetics in COVID-19: A Narrative Review*. *Indian Journal of Clinical Biochemistry*, 35(3), 260–273. <https://doi.org/10.1007/s12291020-00897-3>
- [19] M. Fadli. (2021). *Upaya Pencegahan Covid-19 dengan Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Studi Kasus di Lapas Kelas IIA Lubuklinggau)*. NUSANTARA: *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial* Vol 8 No 1 Tahun 2021 Hal. : 176-182.
- [20] Ni Putu Udayana Untari, (2020). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Mahasiswa Universitas Mahasarakswati Denpasar Selama Pandemi Covid-19*. *Jurnal Ilmiah Medicamento*. Vol.6 No.2.2020. ISSN-e: 2356-4814
- [21] Notoadmodjo, S., (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [22] Notoatmodjo, (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- [23] Sugiyono, (2017). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung. Alfabeta
- [24] Suryadi. (2017). *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Murid SD Negeri 1 Kota Subulussalam Tahun 2017*. *Jurnal Dunia Kesmas* Volume 7. Nomor 4. Oktober 2017.
- [25] Susilo, dkk. (2020). *Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini*. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*. Vol 7, No 1. Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia - RSUPN dr. Cipto Mangunkusumo. Jakarta.
- [26] Udin Rosidin, (2020). *Perilaku dan Peran Tokoh Masyarakat dalam Pencegahan dan Penanggulangan Pandemi Covid -19 di Pekon Jayaraga, Kabupaten Garut*. *Indonesian Journal of Anthropology*. Volume 5 (1) Juli 2020
- [27] Vollono, C., et.al., (2020). *Focal Status Epilepticus as Unique Clinical Feature of Covid-19: A Case Report*. *European Journal of Epilepsy*, 78(2020), 109–112. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.seizure.2020.04.009>
- [28] World Health Organization. (2020). *Coronavirus (COVID-19)*. Diakses pada tanggal 5 November 2020. <https://covid19.who.int/>.
- [29] Yuliana. (2020). *Corona Virus Diseases (COVID-19). Wellness and Healthy Magazine*. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Vol 2, No 1, p. 187-192.