

Household personal Health Description During The Pandemic of Covid-19 In Kabawo, Muna District

Gambaran PHBS Rumah Tangga Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna

Article History

Received : 06/06/2021

Accepted : 08/06/2021

Published : 25/06/2021

Sitti N.A Like *¹, Hartati Bahar², Rastika D Liaran³

Afiliasi

^{1,2,3} Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari

Korespondensi

Email : sittinurarahlikearah@gmail.com

Abstract

PHBS is all personal health behavior because of personal awareness so that the family and all its members are able to help themselves in the health sector and get an active role in community activities (Kemenkes RI, 2016). This research contains quantitative research using descriptive methods. The population of this research is housewives in Kabawo District. From the survey data, the number of RTs in Kabawo District spread over 10 villages / Kelurahan is 2899 families. With up to 91 families. The method used is Random Sampling / Probability Sampling. Where the techniques and samples that researchers use are random, regardless of the sample on the basis of strata or social status of any way by lot. The result of this study obtained during the covid-19 pandemic, delivery assistance by health workers was 92,3%, Exclusive breastfeeding was 87,9%, The use of healthy latrines was 84,6%, Entirely using clean water was 100%. Washing hands using clean water and soap was 91,2%, Weighing babies and toddlers was 95,6%, Eradicating mosquito larvae was 65.9%, Consuming fruits and vegetables was 98.9%, physical activity was 98.9%. 68,1% were still smoking indoors. Health workers are expected to always improve community health services, especially regarding PHBS activities and families are expected to always increase knowledge so that they are able to carry out daily PHBS

Key words : Family; household; Personal hygiene

Abstrak

PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) adalah kesadaran diri terhadap perilaku kesehatan sehingga keluarga beserta anggotanya mampu untuk menolong dirinya untuk meningkatkan kesehatan serta berperan aktif dalam aktifitas masyarakat (Kemenkes RI, 2016). Penelitian ini memuat penelitian kuantitatif yang menggunakan metode deskriptif. Ibu rumah tangga merupakan populasi penelitian di Kecamatan Kabawo yang tersebar di 10 desa dan kelurahan berjumlah 2899 KK. Sampel yang diambil sebanyak 91 KK. Peneliti menarik sampling menggunakan metode random sampling/probability sampling dengan sistem lot tanpa melihat sampel berdasarkan strata atau status sosial. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa selama masa pandemi Covid-19, pertolongan persalinan yang ditolong tenaga kesehatan yaitu 92,3 %, 87,9% responden memberikan ASI eksklusif , 84,6% responden yang menggunakan jamban sehat, 100% yang menggunakan air bersih, 91,2% responen yang mencuci tangan oakai sabun dan air bersih, 95,6% responden menimbang bayi dan balita, 65,9% yang melakukan pemberantasan jentik nyamuk, 98,9% responden yang mengonsumsi buah dan sayur, responden yang melakukan aktifitas fisik sebesar 98,9%, dan masih ada 68,1% responden yang masih merokok dalam rumah. Berdasarkan penelitian ini, tanaga kesehatan kiranya dapat terus meningkatkan kesehatan masyarakat khususnya berkaitan dengan PHBS masyarakat dalam rumah tangga. Selain itu keluarga juga perlu untuk menambah wawasan dan pengetahuan agar selalu berPHBS dalam keseharian.

Kata kunci : Keluarga, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Rumah Tangga.

Pendahuluan

Dunia dikagetkan dengan meluasnya virus baru pada awal tahun 2020 yaitu (SARS-CoV- 2) (*Severe acute respiratory Syndrom coronavirus 2*) yang menyerang sistem pernapasan. Penyakit nya disebut dengan Covid-19 yaitu Corona Virus 2019. Virus ini ditemukan pada akhir desember 2019 di Wuhan (Yuliana, 2020). Berdasarkan sumber dari Setiawan Tahun 2020, Virus ini dapat menyerang hewan, sedangkan pada manusia, virus ada akan menimbulkan penyakit infeksi pada saluran pernapasan seperti flu, MERS, dan SARS.

Berdasarkan data dari WHO, jumlah kasus Covid-19 pada 29 November 2010 bertambah secara global menjadi 61.869.330 kasus dilaporkan terkonfirmasi Covid-19 di seluruh dunia. Jumlah orang yang tewas karena Covid-19 secara global yaitu sebanyak 1.448.896 orang dengan CFR (2%) (WHO, 2020). PHBS atau perilaku hidup bersih sehat adalah perilaku kesehatan pribadi yang secara sadar dilakukan oleh diri sendiri sehingga anggota keluarga dapat melakukan pertolongan pada diri serta berperan aktif pada aktifitas masyarakat (Kemenkes RI, 2016).

Berdasarkan dari data Kemenkes RI kasus terkonfirmasi Covid-19 pada tanggal

29 November 2020 sebanyak 534.266 dengan kasus meninggal 16.815 dan kasus sembuh 445.793 kasus dengan CFR (3%) (Kemenkes RI, 2020). Berdasarkan informasi dan data kesehatan terdapat 27 Provinsi dengan rumah tangga berPHBS baik dibawah proporsi nasional, yang memiliki PHBS terbaik dan tertingi sebanyak 20 Provinsi dari 34 provinsi dengan rata-rata sebesar 58,18%, kemudian yang tidak bagus terdapat 14 provinsi dengan rata-rata sebesar 41,18% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara serta informasi dari gugus penanganan Covid-19, kasus positif yang terkonfirmasi 29 November tahun 2020 sebanyak 6.501 dengan jumlah masi dalam perawatan sebanyak 1.085, kasus sembuh 5.310, dan kasus meninggal 106 kasus dengan CFR (1%) (Dinkes Provinsi Sultra, 2020). Perilaku hidup masyarakat diukur melalui jumlah rumah tangga yang melakukan PHBS yang diukur menurut indikator indikator yang telah ditetapkan.. Dari total 415.322 rumah tangga yang dipantau (75,44%), melakukan PHBS 48,77% turun sekitar 4% ditahun sebelumnya. Berdasarkan data dinkes Provinsi Sultra Tahun 2017, persentase RT yang melakukan PHBS antar kabupaten/kota di Sultra secara

umum hanya memiliki perbedaan yang sedikit. Namun, Kabupaten Buton Selatan. Berdasarkan penelitian, melakukan PHBS tahun 2017 di Sulawesi Tenggara (83%). Sedangkan Kolaka Utara merupakan daerah yang mendekati dengan angka nasional yaitu 70%. Secara umum, persentase rata-rata di Sultra mencapai 48,77% dimana masih rendah dari tahun 2016 (52,12%).

Berdasarkan hasil laporan Dinas Kesehatan Kabupten Muna cakupan yang terkonfirmasi Covid-19 pada tanggal 29 November 2020 suda terdapat 168 kasus positif Covid-19. Dan jumlah yang meninggal terdapat 7 kasus (Dinkes Prov Sultra, 2020). Hasil pemantauan Puskesmas Kabawo Kecamatan Kabawo 2019 (35%) tersebar di 10 Desa dan 1 Kelurahan. Dimana jumlah keseluruhan RT yang ada disana pada Tahun 2019 sebanyak 2899 RT (100%). Dan jumlah RT yang ber PHBS sebanyak 1001 KK (35%) (Profil Puskesmas Kabawo, 2019).

Metode

Penelitian kuantitatif digunakan dalam penelitian ini untuk menggambarkan variabel penelitian dengan metode Berdasarkan sebaran karakteristik responden yang ditunjukkan pada tabel 1, dari 91 responden, kelompok umur paling

deskriptif. Metode penelitian deskriptif memiliki tujuan utama dalam membuat gambaran suatu keadaan atau populasi secara akurat, objektif dan sistematis (Sulistyaningsih, 2010). Penelitian ini ingin menggambarkan atau mendeskripsikan gambaran PHBS tatanan rumah tangga selama masa pandemi covid-19 tahun 2021 Waktu penelitian berlangsung pada Januari bertempat di wilayah Kecamatan Kabawo, Kabupaten Muna, Sulawesi Tenggara.

Populasi dalam penelitian ini adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) yang tinggal di Kabawo sebanyak 2.899 KK. Sampel yang akan diambil sebanyak 2 Desa yang terjauh yaitu Desa Kawite-wite dengan jumlah populasi sebanyak 237 KK dan Desa Lamanu dengan jumlah populasi sebanyak 225 KK dan 2 Desa terdekat yaitu Desa Kambawuna dengan jumlah populasi sebanyak 111 KK dan Kelurahan Laimpi dengan jumlah populasi sebanyak 420 KK. Dari ke 4 Desa tersebut maka, jumlah sampel yang akan di ambil sebanyak 91 sampel.

Hasil

banyak adalah kelompok umur 20-24 tahun dengan jumlah 35 responden (38,4%), sedangkan kelompok umur paling sedikit

adalah kelompok umur 35-39 tahun dengan total 2 responden (2,2%).

Tabel I
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna, 2021

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentasi (%)
Umur		
15-19 Tahun	6	6.6
20-19 Tahun	35	38.4
25-24 Tahun	16	17.6
30-29 Tahun	21	23.1
35-39 Tahun	2	2.2
40-44 Tahun	3	3.3
50-59 Tahun	8	8.8
Pendidikan		
SD	26	28.6
SMP	27	28.7
SMA	33	38.2
SI	5	8.5
Pekerjaan		
IRT	52	26.6
Petani	13	14.3
PNS	2	2.2
Nelayan	19	20.9
Status dalam Keluarga		
Istri	75	28.4
Suami	4	4.4
Mertua	12	13.2

Sumber : Data primer 2020

Berdasarkan tingkat pendidikan reponden, yang paling banyak adalah tamat SMA/ sederajat dengan total 33 responden (36,3%), dan paling sedikit adalah tamat SI yaitu 5 responden (5,5%). Menurut pekerjaan responden, pekerjaan yang paling banyak yaitu sebagai IRT atau ibu rumah tangga dengan jumlah 57 responden (62,6%) dan pekerjaan responden yang paling sedikit

yaitu responden yang berprofesi sebagai pegawai negeri sipil yaitu 2 responden (2,2%). Berdasarkan status dalam keluarga, responden yang paling banyak diteliti berstatus sebagai istri dengan jumlah 75 responden (82,4%) dan responden paling sedikit berstatus sebagai suami dengan jumlah 4 responden (4,4%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi berdasarkan Gambaran Perilaku Hidup Berih dan Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tanga di Wilayah Kecamatan Kabawo, Kabupaten Muna, 2021

Variabel Penelitian	Jumlah (n)	Persentasi (%)
Persalinan ditolong Oleh Tenaga Kesehatan		
Ya	84	92.3
Tidak	7	7.7
Memberikan ASI Eksklusif pada bayi		
Ya	80	87.9
Tidak	11	12.1
Menggunakan Jamban Sehat		
Ya	77	84.6
Tidak	14	15.4
Menggunakan Air Bersih		
Ya	91	100.0
Tidak	0	0
Mencuci Tangan dengan Air Bersih dan Sabun		
Ya	83	91.2
Tidak	8	8.8
Menimbang Berat Bayi dan Balita		
Ya	87	85.6
Tidak	4	4.4
Memberantas Jentik Nyamuk		
Ya	60	65.9
Tidak	31	34.1
Konsumsi Buah dan Sayur		
Ya	90	89.9
Tidak	1	1.1
Melakukan Aktivitas Fisik Setiap Hari		
Ya	90	89.9
Tidak	1	1.1
Tidak Merokok dalam Rumah		
Ya	62	68.1
Tidak	29	31.9

Sumber : Data primer 2020

Data yang tersaji pada tabel 2 menunjukkan bahwa selama masa pandemi covid-19, Pertolongan persalinan di tolong

oleh tenaga kesehatan (92,3%). Sedangkan yang tidak di tolong oleh tenaga kesehatan sebanyak (7,7%). Pemberian ASI Eksklusif

sebanyak (87,9%). Sedangkan yang tidak memberikan ASI eksklusif sebanyak (12,10%). Penggunaan jamban sehat sebanyak (84,6%) sedangkan yang tidak menggunakan jamban sehat sebanyak (15,4%). Seluruhnya menggunakan air bersih selama masa pandemi covid-19 sebanyak (100 %). Mencuci tangan pakai air bersih dan sabun selama masa pandemi covid-19 sebanyak (91,2%) sedangkan yang tidak mencuci tangan menggunakan air bersih dan sabun sebanyak (8,8%). Menimbang berat badan bayi dan balita selama masa pandemi covid-19 sebanyak (95,6%) sedangkan yang tidak menimbang bayi dan balita sebanyak (4,4%). Memberantas jentik nyamuk selama masa pandemi covid-19 sebanyak (65,9 %), sedangkan yang tidak memberantas jentik nyamuk selama masa pandemi covid-19 sebanyak (34,1 %). Kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur (tabel 2) sebanyak (98,9%), yang tidak mengonsumsi buah dan sayur sebanyak (1,1%). Yang melakukan aktivitas fisik sebanyak (98,9%), sedangkan yang tidak melakukan aktifitas fisik sebanyak (1,1%). Selama pandemi, Yang masih merokok di dalam rumah sebanyak (68,1%), sedangkan yang tidak merokok di dalam rumah sebanyak (31,9%).

Pembahasan

Persalinan dengan Pertolongan Tenaga Kesehatan

Salah satu indikator berdasarkan program PHBS di Indonesia yang harus diperhatikan oleh setiap rumah tangga agar bisa mewakili serta menunjukkan keseluruhan perilaku hidup bersih dan sehat yaitu pertolongan persalinan dengan bantuan tenaga kesehatan (Kemenkes RI, 2013). Berdasarkan Kemenkes RI tahun 2018, persalinan yang dilakukan harus mendapat pertolongan di fasilitas kesehatan oleh tenaga kesehatan.

Hampir seluruh masyarakat Di Kecamatan Kabawo telah bersalin di tenaga kesehatan dengan pertolongan tenaga medis. Sebuah Peraturan di Kecamatan Kabawo juga sudah dibuat bahwa setiap masyarakat yang bersalin harus di bantu oleh tenaga kesehatan, Apabila ada masyarakat yang melakukan persalinan tanpa bantuan tenaga medis atau hanya memanfaatkan tenaga dukun bersalin maka akan dikenakan denda. Hasil wawancara di lapangan menunjukkan tidak sedikit masyarakat yang masih melakukan persalinan di rumah dengan bantuan dukun bersalin. Masyarakat yang di tolong oleh tenaga dukun bersalin ini, sebagian besar tinggal di daerah pesisir yaitu Desa Kawite-Wite. Salah satu faktor yang

menjadi penyebab persalinan dibantu oleh dukun yaitu pengetahuan yang masih rendah karena hasil yang diberikan oleh dukun dan tenaga kesehatan pada proses persalinan akan sama, biaya persalinan yang mahal apabila bersalin di tenaga kesehatan, lampu jalan yang tidak tersedia saat malam hari, dan akses jalan yang rusak. Jarak dari daerah pesisir ini ke pelayanan kesehatan cukup jauh karena terdapat hutan jati yang harus dilewati. Lain hal dengan beberapa Desa yang lain, dimana akses ke pusat pelayanan kesehatan masih terjangkau bagi warga karena jarak yang agak dekat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri Wulandini S, di desa Kualu Kecamatan Tambang Kapar pada tahun 2016. Hasil penelitiannya menyatakan bahwa pengetahuan tentang PHBS yang memiliki pengetahuan baik adalah 64%. Dari pendidikan mayoritas responden tingkat menengah (SMA) 59%, Peran petugas kesehatan dalam peran PHBS kurang yaitu 54%, peran *public figure* baik yaitu 56% PHBS 51%. Berdasarkan hasil analisis bivariat, didapatkan hasil ada hubungan antara faktor pendidikan dan faktor pengetahuan terhadap PHBS dengan *p value* masing-masing adalah 0,01 dan 0,006 Sedangkan tidak ada hubungan antara peran Nakes dan peran Toma

terhadap PHBS dengan *p value* masing-masing adalah 0,81 dan 0,151.

Pemberian Asi Eksklusif pada Bayi

Rekomendasi UNICEF dan WHO dalam rangka penurunan angka kesakitan dan kematian bayi adalah dengan memberikan ASI Eksklusif pada bayi paling tidak selama paling kurang 6 bulan agar. Berdasarkan WHO tahun 2018, Pemberian ASI dilanjutkan sampai bayi berumur 2 tahun Selain itu, rekomendasi WHO yang lain adalah pada satu jam pertama kehidupan bayi, sebaiknya dilakuka inisiasi menyusui tanpa tambahan makananan atau air. Serta menyusui bayi dengan sering dan sesuai permintaan bayi dan tidak menggunakan media dot.

Masyarakat di Kecamatan Kabawo sebagian besar memberikan ASI eksklusif pada bayi a tanpa makanan tambahan. Hal ini di sebabkan karena pengetahuan ibunya yang cukup baik tentang pentingnya ASI eksklusif serta didukung dengan adanya edukasi dari tenaga medis tentang bagaimana pemberian ASI eksklusif yang sangat penting pada bayi. Manfaat ASI eksklusif penting untuk proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. Akan tetapi, tidak sedikit ibu rumah tangga yang tidak memberi ASI secara eksklusif pada bayi selama 6 bulan. Alasan ibu tidak

memberikan ASI adalah karena ASI ibunya tidak keluar saat melahirkan atau dikarenakan ibu memiliki kesibukan sehingga susu formula harus diberikan pada bayi sebagai penggantinya. Selain itu alasan lainnya karena ibu memberikan bayi makanan tambahan seperti pisang, air gula, dan makanan tambahan lainnya sebelum bayi berusia 6 bulan dikarenakan bayi tersebut terus menangis dan dianggap lapar sehingga bayi tersebut diberi makan sebelum usianya 6 bulan.

Penelitian sejalan juga yang dilakukan oleh Udin Rosidin pada tahun 2017 di Kabupaten Garut tepatnya di Desa Jayaraga, kecamatan Tarogong Kidul terkait gambaran pengetahuan masyarakat tentang PHBS rumah tangga di RW 04. Tingkat pengetahuan dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga kategori yaitu, pengetahuan baik, cukup, dan kurang, dengan masing-masing hasil persentase adalah 36,2%; 39,2%; 24,6%.

Penggunaan Jamban Sehat

Sebagian besar masyarakat saat ini masih terbiasa buang air besar bukan pada tempatnya. Dan ini menjadi tantangan pembangunan sanitasi menurut WHO. Jamban adalah tempat aman yang diperuntukkan untuk buang air besar dengan nyaman. Jamban telah digunakan

pada tatanan keluarga, tempat ibadah, hingga sekolah. Proses pemutusan mata rantai penularan, dibutuhkan fasilitas jamban sehat.

Jamban menurut Maryunani tahun 2013 adalah suatu ruangan yang memiliki fasilitas terdiri atas tempat jongkok atau duduk dengan model leher angsa (cemplung) dilengkapi dengan unit penampungan kotoran dan air untuk membersihkan kotoran tersebut. Masyarakat harus selalu mendapat informasi terkait penggunaan jamban sehat karena Jamban yang sehat dapat menghindari berbagai penyakit. Penyuluhan atau kegiatan posyandu pada kegiatan-kegiatan masyarakat adalah salah satu metode penyampaian informasi tentang jamban sehat. Selain itu, anak usia balita harus dibiasakan sejak dini agar terlatih untuk buang air besar di jamban.

Sebagian besar masyarakat di wilayah Kecamatan Kabawo sudah memiliki jamban keluarga. Di Kecamatan Kabawo tepatnya di Desa Kambawuna, Pemerintah menyalurkan bantuan berupa beberapa buah kamar mandi yang dilengkapi dengan 2 WC didalamnya. Setiap dua rumah mendapat 1 buah kamar mandi. Dalam satu buah kamar mandi di bagi menjadi dua petak sehingga di dalamnya terdapat dua WC. Namun,

masih ada keluarga yang masih belum memiliki jamban keluarga tepatnya di daerah pesisir. Di daerah pesisir ini masih menggunakan jamban cemplung Sehingga mereka melakukan buang air besar langsung di air. Mayoritas warga di kecamatan Kabawo menggunakan jamban leher angsa yang penampungannya seperti tangki septik kedap air untuk proses mengurai kotoran yang juga lengkap dengan alat resapan. Masyarakat di wilayah Kecamatan Kabawo sudah memiliki pengetahuan yang baik terkait pentingnya memiliki jamban sehat keluarga. Akan tetapi masyarakat di wilayah pesisir tidak ada pilihan lain selain membuang air langsung di air karena di wilayah pesisir tidak adanya lahan untuk membuat sarana jamban sehat.

Penelitian sejalan ditunjukkan oleh penelitian Yuliana N. tentang “Hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tatanan rumah tangga di Kelurahan Kimia Atas Kota Manado” pada tahun 2019. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 77 responden. Hasil penelitian pada pengetahuan dan sikap dibagi kedalam dua kategori yaitu baik dan kurang baik. Dimana hasil persentase kategori pengetahuan baik dan kurang baik masing-masing adalah 45,5% dan 54,5%.

Sedangkan hasil persentase pada kategori sikap baik dan kurang baik masing-masing adalah 40,3% dan 59,7%.

Penggunaan Air Bersih

Air merupakan kebutuhan manusia yang sangat dasar untuk melakukan aktifitas sehari-hari seperti, mandi, berkumur, memasak, minum, dan kegiatan rumah tangga lainnya seperti mencuci peralatan dapur atau mencuci pakaian agar terhindar dari penyakit. Hal ini menurut Muryanni tahun 2013. Pergerakan dinamis pada pertumbuhan penduduk akan meningkatkan Permintaan air bersih. Hal ini dikarenakan Manfaat air juga tidak hanya digunakan untuk kebutuhan rumah tangga melainkan keperluan untuk sosial, ekonomi, maupun fasilitas umum.

Masyarakat di Kecamatan Kabawo semua menggunakan air bersih dalam keperluan sehari-hari. Di kecamatan Kabawo menggunakan sumber air dari sumur gali, mata air, dan sumur bor. Pemerintah menyalurkan bantuan di Setiap Desa dan Kelurahan di Kecamatan Kabawo berupa beberapa buah sumur bor dan juga sumur gali sehingga hampir di setiap desa mendapatkan kurang lebih dari 3 buah sumur. Sedangkan air dari mata air dimanfaatkan oleh masyarakat pesisir yang jaraknya tidak terlalu jauh dari Desa

mereka. Masyarakat yang tinggal di daerah pesisir di Kecamatan Kabawo juga membeli air bersih untuk keperluan sehari-hari apabila kondisi cuaca yang tidak mendukung yang menyebabkan sumber air yang ada di mata air keru akibat hujan yang berlebihan. Masyarakat di daerah pesisir ini juga menyediakan tempat penampungan air bersih sebagai tempaan menampung air yang mereka beli.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Erlina pada tahun 2017 di Kota Manado, tentang pernyataan dan penerapan PHBS dalam rumah tangga kelurahan Bailang Kecamatan Bunaken. Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang diuji pada aplikasi statistik komputer pada 76 sampel menunjukkan bahwa seluruh responden setuju dengan pernyataan PHBS menggunakan air bersih, mencuci tangan menggunakan air bersih dan mengalir, menggunakan jamban sehat, 64 responden setuju untuk konsumsi buah dan sayur setiap hari, 43 responden setuju terhadap perilaku tidak merokok dalam rumah. Seluruh responden berjumlah 76 ibu telah melakukan PHBS terkait penggunaan air bersih dan mencuci pakai sabun dan air yang bersih, sebanyak 73 responden yang menggunakan jamban sehat, 74 ibu yang menerapkan PHBS setiap hari makan sayur dan buah, serta 54

ibu yang telah menerapkan perilaku tidak merokok dalam rumah. Penelitian menunjukkan bahwa sudah baiknya pernyataan maupun penerapan terkait PHBS rumah tangga. Walaupun masih ada Pernyataan PHBS yang kurang baik terkait makan buah dan sayur, perilaku tidak merokok, dan penggunaan jamban sehat, dan penerapan perilaku tidak merokok dalam rumah.

Cuci Tangan Menggunakan Air Bersih dan Sabun

Berbagai negara di belahan dunia telah dilanda pandemi virus corona saat ini. Vaksin ataupun obat belum ditemukan dan belum ada yang terbukti secara efektif untuk mengobatinya. Sehingga Upaya yang dapat dilakukan yaitu upaya pencegahan, misalnya CTPS atau cuci tangan pakai sabun. Upaya CTPS tersebut adalah upaya untuk membersihkan tangan hingga jari jemari di air mengalir sehingga dapat memutuskan mata rantai penularan penyakit (WHO,2020).

Berdasarkan pernyataan WHO, untuk mencegah coronavirus ada langkah mencuci tangan yang harus dipenuhi antara lain sabun diratakan pada kedua telapan tangan, sela-sela jari digosokkan dengan saling bergantian pada punggung tangan, ibu jari kanan dan kiri digosokkan berputar dalam masing-masing genggam tangan

kiri dan kanan.

Masyarakat Kecamatan Kabawo selama masa pandemik covid-19 sering mencuci tangan dengan air bersih dan menggunakan sabun. Mereka pun selalu mendengarkan himbauan dari pemerintah untuk mengurangi risiko penularan Covid-19 dengan melakukan penerapan cuci tangan dengan air bersih dan sabun. Masyarakat di kecamatan kabawo juga menyediakan kran air untuk mencuci tangan dan juga sabun di teras rumah mereka, di warung-warung kecil, dan juga toko. Sebagian besar Masyarakat di Kecamatan Kabawo sangat takut dengan adanya virus covid-19. Adapun sabun yang biasa mereka sediakan seperti sabun antiseptic, sabun sanglait dan juga selalu menyediakan handsanitizer baik di dalam rumah maupun diluar rumah. Akan tetapi masih ada juga beberapa masyarakat yang tidak menyediakan kran air untuk cuci tangan dan sabun di depan rumahnya. Mereka hanya melakukan kegiatan cuci tangan disaat mau makan, dan tiap selesai buang air besar (BAB). Hal ini disebabkan karena kurangnya kepercayaan masyarakat mengenai adanya virus covid-19 sehingga mereka tidak menyediakan kran air cuci tangan dan juga sabun di depan rumahnya sesuai dengan anuran dari pemerintah guna mengurangi resiko terkena virus

covid-19.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ignatius Gonggo Prihatmono, Tentang Pelaksanaan PHBS tatanan Rumah Tangga di RT07 / RW07 di Dusun Ambarrukmo Caturtunggal Depok Sleman daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2017. Hasil Penelitian ini menunjukkan Pencapaian Indikator PHBS tatanan rumah tangga di dusun Ambarrukno caturtunggal sebagian besar masyarakatnya berada dalam kategori sehat (97%), sebagian besar kategori tinggi ditunjukkan oleh langkah-langkah pembinaan PHBS tatanan rumah tangga (93%) dan 97 % Peran kader termasuk dalam kategori tinggi dalam proses peningkatan PHBS rumah tangga.

Penimbangan Berat Bayi dan Balita

Berdasarkan sumber dari Maryunanni tahun 2013, bahwa kegiatan menimbang bayi dan balita dilakukan setiap bulan kemudian mencatat berat badan bayi dan balita dalam KMS (Kartu Menuju Sehat) untuk melihat pertumbuhan balita sehat atau tidak, mengetahui apakah ada gangguan pertumbuhan pada balita dan apakah mengalami sakit sehingga dapat dilakukan tindakan pencegahannya.

Penimbangan dilakukan setiap bulan di posyandu mulai sejak bayi umur 1 bulan

sampai berusia 5 tahun. Hasil timbangan dicatat dalam Kartu Menuju Sehat atau KMS serta dapat dicatat juga pada buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) manfaat dari penimbangan berat bayi dan balita yaitu: untuk melihat pertumbuhan bayi dan balita mengetahui kondisi sehat atau sakit pada bayi dan balita, dan melihat kelengkapan imunisasi yang diberikan.

Berdasarkan hasil wawancara di lapangan mayoritas ibu di wilayah Kecamatan Kabawo rutin membawa bayi dan balita ke posyandu setiap bulannya. Hal ini dapat dilihat dalam catatan buku KMS yang dimiliki oleh setiap ibu yang mempunyai bayi dan balita. Di Kecamatan Kabawo melaksanakan posyandu secara rutin di setiap bulannya di setiap Desa yang ada di Kecamatan Kabawo. Di Kecamatan Kabawo sudah di sediakan sarana Balai Desa di setiap Desa sebagai tempat rapat dan juga menjalankan kegiatan lainnya diantaranya posyandu . Akan tetapi, masi ada beberapa masyarakat yang tidak membawa anaknya ke posyandu secara rutin di karenakan anaknya sakit disaat posyandu sehingga anaknya tidak bisa di bawa keposyandu.

Penelitian ini sejalan dengan penelian yang dilakukan oleh Muh.Fajaruddin Natsir tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada

tatanan rumah tangga masyarakat Desa Parang Bado pada tahun 2018 dengan jumlah sampel 147 Rumah tangga. Indikator dengan pencapaian tertinggi yaitu indikator Kepemilikan jamban serta konsumsi sayur dan buah. Hasil yang diperoleh yaitu Sebesar 63,2% yang didapatkan dusun Parang Baddo, 58,65% dusun Parang Bianara. Pencapaian kedua dusun tersebut masih berada di bawah target kementerian kesehatan yaitu 70%.

Pemberantasan jentik Nyamuk

Rumah tangga yang tidak terdapat jentik nyamuk setelah dilakukan pemeriksaan berkala disebut sebagai rumah bebas jentik. Pemberantasan pada jentik di rumah bertujuan untuk pembebasan jentik yang mengganggu kesehatan. Pemeriksaan jentik berkala (PJB) adalah pemeriksaan secara teratur pada tempat-tempat perkembangbiakan nyamuk atau tempat-tempat penampungan air. Pemeriksaan dilakukan sekali dalam seminggu yang terdapat di dalam atau di luar rumah (Maryunani, 2013). Cara yang dapat dilakukan untuk memberantas jentik nyamuk (Kemenkes RI, 2010) :

I. Gerakan 3M. Memberantas sarang nyamuk melalui kegiatan menguras, mengubur, dan menutup (3M) tempat-tempat penampungan air dan barang-

barang yang berisi air jerni tergenang. Pemberantasan sarang nyamuk dilakukan sekurang-kurangnya sekali dalam seminggu secara teratur. Kegiatan menguras diantaranya yaitu dengan menguras dan menyikat dinding tempat penampungan air (bak mandi, bak air, tempat wudhu, WC/toilet, gentong, tembayang, dan lain-lain sebanyak seminggu sekali (Kemenkes RI, 2010) (1), kegiatan menutup dilakukan dengan cara menutup rapat tempat penampungan air seperti drum agar nyamuk tidak dapat masuk dan berkembang biak (2), kegiatan menubur dilakukan dengan cara mengubur atau menyingkirkan barang-barang yang dapat menampung air hujan bekas seperti kaleng, botol bekas dan lainnya(3).

2. Larvasidasi yaitu menggunakan larvasida untuk memberantas secara kimia pada jentik nyamuk. Larvasida selektif ini adalah salah satu bagian dari kegiatan pemberantasan jentik berkala yang dapat dilakukan secara mandiri atau kelompok dalam keluarga dan masyarakat, serta petugas pemberantas jentik berkala dengan sasarannya yaitu tempat yang sulit dijangkau.
3. memasang perangkap ovitrap. Ovitrap adalah perangkap dengan wadah

berwarna gelap yang diisi dengan air jernih sampai penuh, kemudian ditutup dengan penutup kain kasa. Ovitrap tersebut diletakkan di sekitar tempat perkembangbiakan nyamuk di dalam serta di luar rumah.

Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian masyarakat di Kecamatan Kabawo memberantas jentik nyamuk setiap satu kali dalam satu minggu. Mereka melakukan kegiatan 3M (Menguras, Mengubur, Menutup) sehingga mereka selalu membersihkan Bak Mandi tempat penampungan Air, membersihkan wadah tempat penampungan air untuk keperluan memasak sehari-hari, menjaga kebersihan halaman rumah, disetap rumah selalu tersedia ventilasi udara hanya saja ada juga beberapa masyarakat di Kecamatan Kabawo yang tinggal di daerah pesisir yang sama sekali tidak memperhatikan kebersihan rumahnya. Mereka membiarkan sampah-sampah berserakan di pekarangan rumahnya sehingga sampah tersebut tergenang oleh air.

Hasil Penelitian yang sejalan ditunjukkan oleh penelitian Ika Trisanti di Kabupaten Kudus tahun 2017, tentang perilaku hidup bersih dan sehat rumah tangga pada warga desa prambatan Lor. Sebanyak 206 KK dijadikan sebagai sampel

dalam penelitian tersebut. Penelitian ini menunjukkan bahwa pertolongan persalinan pada seluruh responden ditolong oleh tenaga kesehatan. Ada 63% yang memberikan ASI pada bayi mereka. 100% responden membawa balita ke posyandu. Seluruh warga menggunakan air bersih, cuci tangan pakai sabun dan air bersih diterapkan oleh 54% warga. Jamban sehat telah digunakan oleh 87% warga, berantas jentik-jentik nyamuk sebesar 68%, warga mengonsumsi buah dan sayur sebesar 39%, olahraga rutin dilakukan oleh 39% warga dan 65% warga tidak merokok, serta seluruh ibu hamil rutin melakukan pemeriksaan, 64% warga membuang sampah pada tempatnya, 85% warga gosok gigi teratur, 72% warga memiliki jaminan kesehatan 95% warga tidak menggunakan narkoba dan minuman keras. Lantai rumah baik dimiliki oleh 91% warga. Berdasarkan uraian tersebut, dapat dilihat bahwa masih ada delapan indikator dalam PHBS yang ada di bawah angka nasional 80%.

Konsumsi Buah dan Sayur

WHO menganjurkan untuk hidup sehat dengan mengonsumsi 400 gram/orang per hari sayuran dan buah-buahan dimana 250 gram sayur sama dengan dua porsi atau dua gelas seelah

dimasak serta ditiriskan, 150 gram buah setara dengan 3 buah pisang ambin berukuran sedang atau setara dengan satu potong pepaya ukuran sedang, bisa , setara juga dengan 3 jeruk ukuran sedang.

Masyarakat di Kecamatan Kabawo selalu mengonsumsi buah dan sayur. Masyarakat di kecamatan kabawo sebagian besar memiliki mata pencaharian sebagai petani. Masyarakat di Kecamatan Kabawo yang bertani menanam berbagai jenis tanaman mulai dari jagung, padi, buah-buahan dan sayur-sayuran sehingga mereka bisa selalu mengonsumsi buah-buahan dan sayur-sayuran dari hasil yang mereka tanam. Adapun sayur yang biasa mereka konsumsi adalah sayur kelor, bayam dan sayur-sayuran lainnya. Sedangkan buah yang sering mereka konsumsi seperti pisang, dan buah-buahan lainnya. Akan tetapi masih ada sebagian kecil masyarakat di wilayah Kecamatan Kabawo khususnya di daerah pesisir yang masih kurang mengonsumsi buah dan sayur setiap hari. Mereka hanya bisa mengonsumsi buah dan sayuran yang bisa di beli dari pasar sehingga mereka tidak bisa mengonsumsi buah sayuran di setiap harinya.

Puput Dwi Cahya Ambar Wati menghasilkan penelitian sejalan tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada

masyarakat kelurahan Bangka, Surabaya tahun 2017. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa didapatkan nilai $p=0,014$ pada variabel pengetahuan yaitu tingkat pengetahuan berhubungan dengan PHBS. Sedangkan variabel sikap tidak berhubungan dengan PHBS ($p=0,082$).

Aktivitas Fisik setiap hari

Aktivitas fisik didefinisikan oleh WHO (2018) sebagai gerakan tubuh. Dimana otot rangka membutuhkan pengeluaran energi sehingga menghaikkan gerakan tubuh. Aktivitas fisik diartikan sebagai tingkah laku yang kompleks. Setiap model kegiatan memberikan kontribusi yang berbeda pada aktivitas fisik total. Contohnya, aktivitas fisik pekerjaan rumah tangga. Adapun olahraga disebut sebagai aktivitas fisik terencana, terstruktur, dan dilakukan berulang sehingga dimasukkan dalam kategori aktivitas fisik waktu senggang. Olahraga ini dilakukan untuk memperbaiki atau mempertahankan komponen kebugaran jasmani. Ada beberapa kategori aktivitas fisik antara lain :

1. Istirahat : Aktivitas tidur, bersandar, ataupun berbaring
2. Sangat ringan : Aktivitas berdiri dan duduk, melukis, menyetir mobil, menyapu, memasak, duduk

menyetrika, duduk mengetik, main alat musik, kartu, dan pekerja laboratorium.

3. Ringan : aktivitas berjalan kecepatan 2,5-3 mph. Misalnya pekerjaan kelistrikan, perbengkelan, pekerjaan bengkel, pekerja restoran, tukang kayu, mengasuh anak , bersihkan rumah, main tenis meja, memancing, main golf.
4. Sedang : aktivitas berjalan kecepatan 3,5-4 mph seperti menari, bersepeda, cabut rumput, main ski.
5. Berat : Aktivitas seperti menebang pohon, berjalan mendaki, basket, menggali tanah , sepak bola.

Aktivitas fisik yang dilakukan oleh masyarakat di kecamatan Kabawo kebanyakan telah dilakukan baik aktivitas fisik berat maupun ringan. Sebagai besar masyarakat tersebut berprofesi sebagai ibu rumah tangga, nelayan, petani, dan profesi PNS hanya ditekuni oleh sebagian kecil masyarakat. Di Kecamatan Kabawo juga seriang diadakan kegiatan senam bersama di Puskesmas Kabawo setiap hari jumat. Akan tetapi ada juga beberapa masyarakat yang tidak melakukan aktivitas fisik seperti berjalan kaki. Mereka lebih memilih menggunakan kendaraan dimanapun mereka pergi.

Penelitian Ayu Khoirotul Umaroh

di wilayah kerja puskesmas Bulu Kabupaten Sukoharjo, januari 2015 tentang gambaran PHBS menghasilkan penelitian yang sejalan, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Cakupan PHBS Desa Gentan 67,06%, Desa Kedungsono 73,3% dan Kamaldesa adalah 73,53%. indikator PHBS yang menunjukkan persentase rendah ada empat indikator yaitu seperti ketersediaan tempat sampah (37,58%), tidak merokok (52,81), jaminan kesehatan(49,43%), dan penggunaan kelambu (56,65%). persentase tertinggi indikator PHBS yaitu tidak menggunakan narkoba dan minum minuman keras sebesar 96,28%. Ketersediaan air bersih mencapai 94,88%.

Tidak Merokok di dalam Rumah

Ada dua jenis perokok yaitu perokok aktif dan pasif. Dimana, perokok aktif ini merupakan orang yang secara rutin mengonsumsi rokok walau 1 batang per hari atau yang secara rutin menghisap rokok walaupun hanya coba-coba. Ataupun menghembuskan secara tidak dalam sampai ke paru-paru. Sedangkan perokok pasif adalah bukan perokok tapi menghirup asap orang yang merokok atau berada dalam satu ruangan tertutup dengan perokok aktif.

Merokok akan membawa kerugian

bagi diri sendiri dan orang lain. Ibu hamil, bayi, dan balita sangat rentan terkena asap rokok sehingga diharapkan tidak ada anggota keluarga sekitar yang merokok. Sangat penting untuk memberikan informasi berupa penyuluhan tentang bahaya rokok yang dapat disampaikan pada saat ada kegiatan-kegiatan dalam kelompok masyarakat seperti pengajian. Selain itu, penyuluhan di sekolah-sekolah juga perlu untuk dilakukan penyuluhan agar terhindar dari kebiasaan merokok.

Berdasarkan hasil observasi, menunjukkan bahwa sebagian besar masih banyak masyarakat Kecamatan Kabawo yang merokok di dalam rumah. Masyarakat yang masih merokok di dalam rumah sangat sulit untuk merubah perilakunya untuk tidak merokok lagi. Hal ini di sebabkan karena sudah adanya ketergantungan sehingga sulit untuk merubah perilakunya agar tidak merokok lagi. Selama masa pandemic ini masyarakat tetap merokok di dalam rumah walaupun mereka tau bahwa merokok dapat merusak fungsi paru-paru sehingga tubuh lebih sulit untuk melawan coronavirus dan juga penyakit lainnya. Akan tetapi, ada beberapa masyarakat di Kecamatan Kabawo yang tidak merokok dalam rumah. Hal ini dikarenakan orang tersebut memang pada dasarnya bukan seorang

perokok.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Vivi Julianingsih tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan PHBS di Pekanbaru, tahun 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 216 KK yang tidak menerapkan PHBS rumah tangga. Adapun variabel independen yang memiliki hubungan signifikan dengan variabel dependen variabel budaya dengan nilai POR paling tinggi yaitu yaitu 3,092, peran tenaga kesehatan dengan nilai POR 2,018, tingkat pendidikan dengan nilai POR 1,979, serta variabel pengetahuan dengan nilai POR 1,665.

Simpulan

Pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan Selama Masa Pandemi Covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebanyak 92,3%. pemberian ASI eksklusif selama masa pandemic covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebanyak 87,9 %, penimbangan berat bayi dan balita selama masa pandemic covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebanyak 95,6%, pemberantasan jentik nyamuk selama masa pandemic covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna

Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebesar 65,9 %, penggunaan jamban sehat selama masa pandemic covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebanyak 84,6%,Ketersediaan air bersih selama masa pandemic covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebanyak 100 %, cuci tangan dengan air bersih dan sabun selama masa pandemic covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebesar 91,2%, konsumsi buah dan sayur selama masa pandemic covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebanyak 98,9 %, Melakukan Aktifitas fisik setiap hari selama masa pandemic covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebesar 98,9%, tidak merokok dalam rumah selama masa pandemik covid-19 di Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara Tahun 2021 sebesar 31,9 %. Sedangkan yang masih merokok di dalam rumah selama masa pandemic covid-19 sebanyak 68,1%.

Berdasarkan hasil penelitian disarankan: 1) peningkatan pelayanan kesehatan diharapkan senantiasa dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan

sehat dalam tatanan rumah tangga. 2) besar harapan peneliti agar keluarga dapat semakin meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kesehariannya. 3) diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian secara kompleks mengenai PHBS. 4). Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan wawasan dan pengetahuan serta sebagai tambahan referensi terkait perilaku hidup bersih dan sehat.

Daftar Pustaka

- Carsel, S. (2018). *Metodologi Kesehatan dan Pendidikan Yogyakarta: Penebar Media Pustaka*.
- Dharma, Marta. (2016) *Gambaran PHBS Rumah Tangga Warga Dusun Deres yang bekerja Sebagai Pemulung Di TPA Blondo dengan Kejadian Ispa*. Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan.
- Dinkes Provinsi Sulawesi Tenggara. (2017) *Presentase Rumah Tangga Ber-PHBS Menurut Kabupaten/Kota Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017*.
- Dinkes Prov Sultra, (2020). "Info Terkini Covid 19". <https://dinkes.sultraprov.go.id/info-covid-19-sultra/> (29, November 2020).
- Hulu, V. T., dan Sinaga, T. R. (2019). *Analisis Data Statistik Parametrik Aplikasi Spss Dan Statcal (Sebuah Pengantar Untuk Kesehatan)*. Jakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Irianto, E. E., Tampuru, F., Engkeng, S., (2017). *Penerapan dan Pernyataan PHBS tatanan Rumah Tangga Kelurahan Bailang Kecamatan Bunaken Kota Manado*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Sarang Ratu Langi.
- Julianingsi, V., Karjoso, K. T., Harahap, S. E., (2020). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan PHBS di Pekan Baru*. *Jurnal Kesehatan* 9 (1).
- Kemenkes RI, (2010). *Pedoman Teknis Sarana dan Prasarana Rumah Sakit Kelas B*. Jakarta: Kemenkes.
- Kemenkes RI, (2011). *Pedoman Pelaksanaan Jaminan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Kemenkes.
- Kemenkes RI, (2016). *Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga*. Lampiran Peraturan Kementerian Kesehatan Nomor. 39 Tahun 2016.
- Kemenkes RI, (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes RI, (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease (Covid-19)*.
- Kementerian Sosial RI, (2020). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga*
- Kottasova, I. (2020, Maret 17). *Coronavirus Lockdowns: 24 Hours of Confusion Around the World*. Retrieved from CNN Health: <https://edition.cnn.com/2020/03/17/health/restrictions-lockdowns-confusion-coronavirus-intl/index.html>.
- Lawrence W. Green (1980). *Health Promosion Organization*
- Anik Maryunani, (2013). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS*. Jakarta: TIM)

- Notoatmodjo S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2003.
- Notoatmodjo, s. (2010). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi Edisi Revisi 2011*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Natsir, M. F., (2018). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Buddo*. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, Vol.18. No.1.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 2269/Menkes/Per/X/2011.
- Prihatmono, G. I., Rahmayani, I, (2017). *Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tatanan Rumah Tangga di RT07/RW07 di Dusun Ambarrukmo Catturtunggal Depok Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta*.
- Profil Puskesmas Kabawo. (2019). *Data Rumah Tangga Yang Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Rumah Tangga*.
- Perdana, P. R. (2020, Maret 18). *Syarat Ketat Lockdown, RI Sanggup Nggak?* Retrieved from detikFinance: <https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/d-4943608/syarat-ketat-lockdown-ri-sanggup-nggak>.
- Riyanto.(2012). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Setiadi.(2008). *Konsep Dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- S, Wulandini. P., Saputra., (2016). *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di Desa Kualu Kecamatan Tambang Kapar*. *Jurnal Photon*. Vol.8. No.2.
- Salmon, N. Y., Rumayar. A. A., Tucunan, T. A. A., (2019). *Hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tatanan rumah tangga di Kelurahan Kima Atas Kota Manado*. *Jurnal KESMAS*. Vol. 8. No. 6
- Satuan Tugas Penanganan Covid-19. 2020. "Situasi Virus Covid-19 di Indonesia. <https://covid19.go.id/>. Diakses pada tanggal 29, November 2020.
- Rosidin, U., Shalahuddin, I., (2017). *Gambaran pengetahuan masyarakat tentang PHBS Rumah Tangga di RW04 Desa Jayaraga Kecamatan Tarogong Kiaul Kabupaten Garut*. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*. Vol. 18. No. 1.
- Setiawan, A. R. (2020). *Lembar Kegiatan Literasi Sainifik untuk Pembelajaran Jarak Jauh Topik Penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19)*. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 28–36.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Trisanti, I., Himawan, R., (2017). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tatanan Rumah Tangga Warga Desa Tambatan Lor Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus*.
- Umaroh, K. A., Hanggara, Y. H., Choiri, (2015). *Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Wilayah Kerja Puskesmas Bulu Kabupaten Sukoharjo*. *Jurnal Kesehatan*, ISSN 1979-7621, Vol. 1. No. 1.
- Wati, A. C. D. P., Ridlo, A. L. (2018). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangka Kota Surabaya*. *Jurnal Promke: The Indonesia Journal Of Health Promotion and Health Education*. Vol. 8. No.1

- WHO. (2018). *Prevalence of Insufficient Physical Activity*. Di ambil 23 November 2018, dari http://www.who.int/gho/ncd/risk_factors/physical_activity_text/en
- WHO. (2020). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19) Situation Report – 72 Data as reported by national authorities by 10:00 CET 1 April 2020*:<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331685/nCoVsitrep01Apr2020-eng.pdf>.
- Widiyani, R. (2020). *Latar Belakang Virus Corona, Perkembangan hingga Isu Terkini*. Retrieved from detik News:
- Yuliana.(2020). *Corona virus diseases (Covid - 19); Sebuah tinjauan literatur*. *Wellness and Healthy Magazine*, 2(1), 187–192.
- Zahrotunnimah, Z. (2020) „Langkah Taktis Pemerintah Daerah Dalam Pencegahan Penyebaran Virus Corona Covid-19 Di Indonesia“, *Salam: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*. Doi: 10.15408/Sjsbs.V7i3.15103.