



## PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT (PHBS) CEGAH COVID-19 TERHADAP RESIKO SAKIT COVID-19 PADA LANSIA DI WILAYAH DESA BOLOH KECAMATAN TOROH KABUPATEN GROBOGAN

### *THE HEALTHY CLEAN LIVING BEHAVIOR (PHBS) PREVENTS COVID-19 WITH PEER GROUPS TOWARDS THE RISK OF COVID-19 DISEASE IN THE ELDERLY IN BOLOH VILLAGE, TOROH SUBDISTRICT, GROBOGAN REGENCY*

Cindy Putri Utami <sup>1)</sup>, Asti Nuraeni <sup>2)</sup>, Mamat Supriyono<sup>3)</sup>.

<sup>1</sup>STIKES Telogorejo, Semarang

<sup>2</sup>STIKES Telogorejo, Semarang

<sup>3</sup>STIKES Telogorejo, Semarang

Corresponding author : [117023@stikestelogorejo.ac.id](mailto:117023@stikestelogorejo.ac.id)

#### Abstrak

COVID-19 merupakan penyakit menular baru yang muncul pada akhir tahun 2019 di Wuhan China. Menurut Kemenkes RI 2020 COVID-19 dapat menular dari manusia ke manusia melalui kontak erat dan droplet (percikan cairan pada saat bersin dan batuk), tidak melalui udara. Untuk mencegah terjadinya sakit COVID-19 dapat menerapkan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 dengan *Peer Group*. Penelitian ini bertujuan menganalisis adanya pengaruh penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 dengan *Peer Group* terhadap resiko sakit COVID-19 pada lansia. Desain penelitian ini *quasy experimental design*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 78 responden dengan Teknik pengambilan data *purposive sampling*. Uji statistic yang digunakan adalah *uji willcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 dengan *Peer Group* terhadap resiko sakit COVID-19 pada lansia di wilayah Desa Boloh Kecamatan TOROH Kabupaten Grobogan. Dengan hasil nilai signifikansi hasil *p value* 0,0001 ( $< 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan oleh penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 dengan *Peer Group* terhadap resiko sakit COVID-19 pada lansia di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan.

**Kata Kunci** : Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS), COVID-19, *Peer Group*

#### Abstract

COVID-19 is a new infectious disease that emerged at the end of 2019 in Wuhan, China. According to the Ministry of Health of the Republic of Indonesia 2020, COVID-19 can be transmitted from human to human through close contact and droplets (fluid splashes when sneezing and coughing), not through the air. To prevent the occurrence of COVID-19 illness, you can apply Clean Healthy Living Behavior (PHBS) to prevent COVID-19 with Peer Groups. This study aimed to analyze the effect of implementing Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) to prevent COVID-19 with a Peer Group toward the risk of COVID-19 illness on the elderly. This research design was quasi-experimental design. The number of samples in this study were 78 respondents with purposive sampling data collection techniques. The statistical test used was the Willcoxon test. The results of the study showed that there was an effect of implementing Clean and

*Healthy Living Behavior (PHBS) to prevent COVID-19 with a Peer Group toward the risk of COVID-19 illness on the elderly in Boloh Village, Toroh District, Grobogan Regency. With the results of the significance value of the p value of 0.0001 ( $< 0.05$ ), it can be concluded that  $H_a$  is accepted, which means that there is a significant influence by the application of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) to prevent COVID-19 with a Peer Group toward the risk of COVID-19 illness on the elderly in Boloh Village, Toroh District, Grobogan Regency.*

**Keywords :** *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), COVID-19, Peer Group*

## PENDAHULUAN

COVID-19 merupakan penyakit menular baru yang muncul pada akhir tahun 2019 di Wuhan China. COVID-19 memiliki kepanjangan coronavirus disease 2019 yang disebabkan dengan virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2) (Wijaya, Umaroh, and Ekosakti 2020). Menurut Kemenkes RI 2020 COVID-19 dapat menular dari manusia ke manusia melalui kontak erat dan droplet (percikan cairan pada saat bersin dan batuk), tidak melalui udara. Bentuk COVID-19 jika dilihat melalui mikroskop elektron (cairan saluran nafas/swab tenggorokan) dan digambarkan kembali bentuk COVID-19 seperti virus yang memiliki mahkota. Munculnya gejala akibat COVID-19 seperti pilek, nyeri tenggorokan, nyeri kepala, nyeri otot, batuk, demam hingga dapat menyebabkan komplikasi berat (pneumonia, diare) dan dapat menyebabkan kematian (Zukmadani, Karyadi, and Kasrina 2020). Mayoritas kasus COVID-19 yang dilaporkan di Cina adalah ringan (81%), sekitar 80% kematian terjadi di usia lansia  $\geq 60$  tahun. Hanya hanya satu (0,1%) kematian terjadi pada seseorang berusia  $\leq 19$  tahun (Karuniawati and Berlina Putrianti 2020).

Berdasarkan data Badan Nasional Penanggulangan Bencana Indonesia sampai saat ini per tanggal 16 April 2020 jumlah kasus positif terinfeksi pada lansia COVID-19 di seluruh dunia berjumlah 1.878.489, dengan negara yang terpapar berjumlah 213 negara dan kematian sejumlah 119.044 jiwa, sedangkan di Indonesia jumlah kasus yang positif terinfeksi pada lansia berjumlah 5.136, yang sembuh berjumlah 446 dan yang meninggal dunia berjumlah 469. Kemudian di Jawa Tengah data per tanggal 16 April 2020 pukul 11.49 WIB menyebutkan bahwa jumlah kasus positif covid-19 pada lansi berjumlah 257 orang, 34 orang dinyatakan sembuh dan 39 orang meninggal dunia (Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19, 2020). Sementara di daerah Kabupaten Grobogan data per 16 April 2020 menyebutkan bahwa jumlah kasus positif COVID-19 pada lansia berjumlah 252 orang, 34 lansia dinyatakan sembuh dan 39 lansia meninggal.

Peran perawat pada kasus ini yaitu sebagai edukator yaitu dengan memberikan pemaparan video tentang Perilaku Hidup Sehat Bersih (PHBS) untuk mencegah terpapar COVID-19 pada lansia yang renta terhadap COVID-19. Perilaku Hidup Sehat Dan Bersih (PHBS) COVID-19 merupakan hal yang sangat penting untuk memutus mata rantai penularan COVID-19 sehingga dapat mencegah kejadian COVID-19. Menurut WHO beberapa perilaku kesehatan yang dapat mengurangi kemungkinan terinfeksi atau menyebarkan COVID-19 dengan melakukan penerapan PHBS diantaranya memakai masker, selalu mencuci tangan dengan menggunakan



air dan sabun atau menggunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 70%), menjaga jarak 1-3 meter dengan orang lain, berolahraga setiap harinya 30 minimal menit, berjemur di bawah sinar matahari sekitar jam 09.00 pagi, memakai masker bila berpergian dan menghindari tempat keramaian, Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut. Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan upaya menciptakan suatu kondisi bagi keluarga, kelompok, masyarakat, dan perorangan dengan memberikan informasi dan edukasi dalam meningkatkan pengetahuan, membuka jalur komunikasi, sikap dan perilaku berguna untuk membantu masyarakat dalam mengatasi masalah pribadi sehingga adanya kesadaran pada masyarakat, mampu melakukan PHBS terkait pendekatan pimpinan (Anhusadar and Islamiyah 2020).

*Peer Group* atau kelompok teman sebaya adalah sekelompok individu yang mempunyai usia sama, memiliki hubungan yang akrab, dan bahasa yang sama. Kelompok teman sebaya (*Peer Group*) akan membuat individu memiliki berbagai kesamaan, seperti usia, kebutuhan, dan tujuan. *Peer Group* bisa digunakan sebagai salah satu sumber dukungan sosial yang berasal dari interaksi yang spontan. Dukungan sosial tersebut dapat berupa verbal maupun non verbal atau sebuah bantuan nyata (*tangible*). Hubungan dengan teman sebaya dapat membantu dalam mengatasi masalah dan memberi berbagai macam pengaruh atau dampak positif seperti dalam penanganan mencegah sakit COVID-19 pada lansia (Widyanto, 2014).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada lansia yang beresiko sakit COVID-19 di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan dengan mengisi kuesioner terhadap 20 lansia di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan terkait tentang perilaku hidup bersih sehat (PHBS) cegah COVID-19 terhadap resiko terpapar COVID-19. Berdasarkan hasil dari pengisian kuesioner tersebut diperoleh bahwa banyak dari masyarakat yang belum mengerti tentang resiko sakit COVID-19. Hasil wawancara kuesioner dari 20 responden didapatkan 10 lansia yang belum mengerti resiko terpapar COVID-19 dalam kategori tinggi dikatakan kategori tinggi karena total skor 11-15, 6 lansia mengetahui beberapa point-point resiko sakit COVID-19 dalam kategori sedang dikatakan sedang karena total skor 6-10, dan 4 lansia mengetahui resiko terpapar COVID-19 dalam kategori rendah dikatakan rendah karena total skor 0-5.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *quasy experimental design*. *Quasy experimental design* adalah penelitian yang mengujicoba suatu intervensi pada sekelompok subyek dengan atau tanpa kelompok pembanding namun tidak dilakukan randomisasi untuk memasukan subyek ke dalam kelompok perlakuan atau control (Dharma, 2011, hal 235). Rancangan yang digunakan adalah one group pretest dan posttest. Peneliti hanya melakukan intervensi pada satu kelompok tanpa menggunakan kelompok kontrol (pembanding). Populasi penelitian ini adalah jumlah lansia yang resiko sakit COVID-19 di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan sebanyak 430 lansia. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 78 sampel. Alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan



kuesioner FS COVID-19 *Self Assesment Risk* yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Analisis Univariant

#### a. Karakteristik responden berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin responden penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan bulan April 2021  
(n=78)

Fenis Kelamin	f	%	Modus
Laki – laki	38	48,7	Perempuan (2,00)
Perempuan	40	51,3	
<b>Total</b>	<b>78</b>	<b>100,0</b>	

Berdasarkan Tabel 1 diatas diketahui bahwa responden lansia mayoritas mengikuti penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan perempuan yaitu sebanyak 40 responden (51,3%).

#### b. Karakteristik responden berdasarkan Usia

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia responden penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan bulan April 2021  
(n=78)

Usia	f	%	Mean	Min	Max	Modus
60	16	20,5				
61	7	9				
62	8	10,3				
63	6	7,7				
64	2	2,6				
65	14	17,9		Usia	Usia	Usia
66	5	6,4	64	60	74	60
67	8	10,3		Tahun	Tahun	Tahun
68	3	3,8				
69	2	2,6				
70	3	3,8				
72	3	3,8				
74	1	1,3				
<b>Total</b>	<b>78</b>	<b>100,0</b>				

Berdasarkan Tabel 2 diatas diketahui bahwa responden lansia mayoritas mengikuti penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa



Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan yaitu usia 60 tahun yaitu sebanyak 16 responden (20,5%).

c. Karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan responden penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan bulan April 2021 (n=78)

Pekerjaan	Frequency (f)	Persentase (%)	Modus
Pedagang	0	0	Petani (2,00)
Petani	60	76,9	
Peternak	18	23,1	
<b>Total</b>	<b>78</b>	<b>100,0</b>	

Berdasarkan Tabel 3 diatas diketahui bahwa responden lansia mayoritas mengikuti penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan yaitu bekerja sebagai petani sebanyak 60 responden (76,9%).

d. Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan Terakhir

Tabel 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan responden penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan bulan April 2021 (n=78)

Pendidikan Terakhir	Frequency (f)	Persentase (%)	Modus
SD	72	92,3	SD (1,00)
SMP	2	2,6	
SMA	2	2,6	
Perguruan Tinggi	2	2,6	
<b>Total</b>	<b>78</b>	<b>100,0</b>	

Berdasarkan Tabel 4 diatas diketahui bahwa responden lansia mayoritas mengikuti penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan berpendidikan SD sebanyak 72 responden (92,3%).

e. Sebelum Penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)

Tabel 5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan sebelum penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan bulan April 2021  
(n=78)

Tingkat Resiko Sakit	f	%	Mean	Min	Max
<b>COVID-19</b>					
Skore 11	1	1,3			
Skore 12	4	5,1			
Skore 13	11	14,1			
Skore 14	18	23,1			
Skore 15	21	26,9	15	Skore 11	Skore 19
Skore 16	15	19,2			
Skore 17	5	6,4			
Skore 18	2	2,6			
Skroe 19	1	1,3			
<b>Total</b>	<b>78</b>	<b>100,0</b>			

Berdasarkan Tabel 5 diatas diketahui bahwa responden lansia mayoritas mengikuti penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan yaitu tingkat resiko sakit COVID-19 tinggi (skore 15-21) yaitu skore 15 sebanyak 21 responden (26,9%).

f. Setelah Penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)

Tabel 6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan responden sesudah penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan bulan April 2021  
(n=78)

Tingkat Resiko Sakit	f	%	Mean	Min	Max
<b>COVID-19</b>					
Skore 4	27	34,6			
Skore 5	40	51,3	5	Skore 5	Skore 4
Skore 6	11	14,1			
<b>Total</b>	<b>78</b>	<b>100,0</b>			

Berdasarkan Tabel 6 diatas diketahui bahwa responden lansia mayoritas mengikuti penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan yaitu tingkat resiko sakit COVID-19 rendah (skore 0 – 7) sebanyak 78 responden (100,0%).



## 2. Analisis Bivariant

Tabel 7. Tingkat pengaruh Sebelum dan Setelah penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) terhadap resiko sakit COVID-19 dengan *Peer Group* pada lansia di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan (n=78)

Variabel	Mean $\pm$ SD	P Value
Sebelum Penerapan Perilaku Hidup Bersih (PHBS)	14,73 $\pm$ 1,518	0,0001
Setelah Penerapan Perilaku Hidup Bersih (PHBS)	4,79 $\pm$ 671	

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai 0,0001 ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan oleh penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 dengan *Peer Group* terhadap resiko sakit COVID-19 pada lansia di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan.

## PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univariant

#### a. Jenis Kelamin

Hasil penelitian didapatkan bahwa responden mayoritas perempuan yaitu sebanyak 40 responden (51,3%). oleh Diva Putra et al., (2020) menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan menjadi mayoritas dalam penerapan PHBS. Hal ini disebabkan oleh adanya perbedaan pada perkembangan biologis dan psikologi yang terjadi pada laki-laki dan perempuan. Jenis kelamin merupakan faktor predisposing atau faktor pemudah individu dalam berperilaku. Secara umum, jenis kelamin perempuan akan lebih rajin dalam menjaga kebersihan lingkungan dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki. Penelitian selaras dengan penelitian yang diteliti oleh Wulandari et al., (2020) ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan pengetahuan masyarakat di Kalimantan Selatan mengenai pencegahan COVID-19.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa masyarakat dengan jenis kelamin perempuan cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang pencegahan COVID-19 jika dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini disebabkan karena masyarakat dengan jenis kelamin perempuan memiliki lebih banyak waktu untuk membaca atau berdiskusi dengan lingkungannya terkait pencegahan COVID-19.



b. Usia

Hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas berusia 60 tahun yaitu sebanyak 16 responden (20,5%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulianti, (2021) menyatakan bahwa seiring dengan bertambahnya usia seseorang maka akan menyebabkan terjadinya perubahan perilaku terutama dalam memperoleh informasi kesehatan yang pada umumnya lansia mengalami kesulitan dan kurang aktif dalam mencari informasi. Hal tersebut yang dapat menyebabkan lansia akan lebih berisiko untuk terpapar penyakit dan bahkan akan cenderung mengabaikan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan sakit COVID-19.

Hasil penelitian ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Noval dan Wibowo (2021) yang menjelaskan bahwa usia memiliki pengaruh yang signifikan dalam mempengaruhi perilaku PHBS. Usia merupakan salah satu faktor yang dapat menggambarkan tingkat kematangan fisik, psikologis, dan sosialisasi terhadap proses pembelajaran. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian yang diperoleh bahwa semakin bertambahnya usia maka akan semakin mempengaruhi perilaku seseorang dalam menerapkan PHBS. Kategori usia reproduksi sehat akan cenderung lebih patuh dalam melaksanakan PHBS di kehidupan sehari-hari (Karuniawati & Putrianti, 2020).

c. Pekerjaan

Hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas bekerja sebagai petani yaitu sebanyak 60 responden (76,9%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suharmanto, (2020) Analisis mendapatkan nilai  $p=0,007$  yang berarti terdapat hubungan antara pekerjaan dengan pencegahan penularan COVID-19. Pekerjaan adalah kegiatan yang dilakukan responden untuk menghasilkan pendapatan dalam mencukupi kebutuhan hidup. Pekerjaan adalah aspek kelas sosial yang penting dan merupakan salah satu indikator terbaik untuk mengetahui cara hidup seseorang. Pekerjaan yang beresiko yang cenderung berkumpul dengan orang lain, memungkinkan terjadinya penularan COVID-19.

d. Pendidikan Terakhir

Hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas pendidikan SD yaitu sebanyak 72 responden (92,3%). Menurut penelitian yang dilakukan Noghani dkk (2017) ditemukan adanya pengaruh positif dari tingkat pendidikan terhadap tingkat kualitas hidup namun tidak banyak. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Barbareschi dkk (2012) yang mengatakan bahwa terdapat perbandingan yang signifikan antara pasien yang berpendidikan tinggi dan rendah terlebih dalam masalah emosional dan dalam domain fisik dimana pada pasien yang berpendidikan tinggi kualitas hidupnya lebih baik dari waktu ke waktu. Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi pola pikir seseorang sehingga sangat berdampak pada setiap aspek kehidupannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan yang rendah akan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan yang akan berpengaruh juga terhadap tingkat kepatuhan seseorang. Seseorang yang berpendidikan tinggi





akan lebih menerima serta mendapatkan berbagai informasi dalam bidang kesehatannya.

- e. Sebelum Penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dengan *Peer Group* Hasil penelitian didapatkan bahwa sebelum penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) mayoritas tingkat resiko sakit COVID-19 yaitu tingkat resiko tinggi (skor 15 – 21) sebanyak 21 responden (23,1%) dengan sekore 15 skore. Yang artinya 78 responden tersebut sebelum melakukan penerapan PHBS memiliki tingkat risiko yang tinggi terhadap paparan COVID-19. Hal ini disebabkan oleh tingkat pengetahuan lansia yang kurang dan belum terpaparnya lansia tentang penerapan PHBS dikehidupan sehari-hari. Kurangnya pengetahuan tersebut juga dapat disebabkan oleh kurangnya informasi, keterangan, dan pemberitahuan yang menimbulkan kesadaran untuk melakukan upaya pencegahan diri dari resiko sakit COVID-19 (Sembiring & Nena Meo, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa lansia memiliki risiko yang tinggi terhadap paparan COVID-19, hal ini disebabkan oleh tingkat pengetahuan yang masih rendah tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan yang dilakukan untuk mengurangi paparan virus. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Utami et al., (2020) bahwa individu terutama lansia lebih cenderung salah mempersepsikan pandemi COVID-19 dan belum maksimalnya penggunaan Alat Pelindung Diri (APD) di kehidupan sehari-hari seperti, penggunaan masker hanya menutupi mulut, lebih memilih untuk membuka masker ketika berbicara, melakukan jabat tangan dengan sesama individu, serta jarang untuk melakukan cuci tangan setelah melakukan aktivitas diluar rumah.

- f. Setelah Penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dengan *Peer Group* Hasil penelitian didapatkan bahwa setelah penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) mayoritas tingkat resiko sakit COVID-19 yaitu tingkat resiko rendah (skor 0 – 7) sebanyak 78 responden (100,0%). Yang artinya sebanyak 78 responden setelah menerapkan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) menunjukkan bahwa tingkat resiko sakit COVID-19 menurun atau berkurang. Hal ini disebabkan oleh meningkatnya pengetahuan yang didapatkan setelah menerapkan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan dari sakit COVID-19. Peningkatan tersebut dipengaruhi oleh telah terpapar dengan informasi yang diberikan serta telah mendapat pengalaman tambahan, sehingga tingkat resiko sakit COVID-19 dapat menurun (Prihati et al., 2020). Pengetahuan yang baik tentang PHBS merupakan menjadi faktor utama yang berkontribusi dalam pencegahan penyakit COVID-19. Upaya pencegahan yang dapat dilakukan yaitu dengan cara menjaga kebersihan diri, salah satunya melalui peningkatan pengetahuan terkait penerapan PHBS. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Ray et al., (2021) bahwa resiko sakit COVID-19 akan menurun apabila menerapkan PHBS dikehidupan sehari-hari.

## 2. Analisis Bivariant

Hasil uji Wilcoxon pengaruh penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) terdapat penurunan tingkat resiko sakit COVID-19 pada lansia didapatkan nilai 0,0001 ( $p < 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa Ha diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) terhadap resiko sakit COVID-19 pada lansia. Ini menunjukkan adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah diberi penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS). Perbedaan ini dapat terjadi karena ada penurunan tingkat resiko sakit COVID-19. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) terhadap tingkat resiko sakit COVID-19 di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan dan membuat lansia patuh terhadap penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) sehingga tingkat resiko sakit COVID-19 menurun.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nimah & Hidayati (2020) bahwa dengan menerapkan PHBS di kehidupan sehari-hari secara berkesinambungan dan tertib dapat mengurangi risiko penularan COVID-19. Ketika masyarakat secara konsisten menerapkan PHBS maka dapat menekan sistem penularan COVID-19 antar individu, hal tersebut merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam memutus rantai penularan COVID-19.

Gambar 1. Peneliti memberikan materi Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 kepada *peer leader*



Gambar 2. *Peer leader* menyampaikan materi Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 kepada *peer group*



Gambar 3. Pengisian kuesioner resiko sakit COVID-19 oleh responden yang dibantu oleh peneliti



## KESIMPULAN

### 1. Simpulan

- a. Karakteristik responden dalam penelitian yang dilakukan di wilayah Desa Boloh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 40 responden (51,3%), Usia 60 tahun yaitu sebanyak 16 responden (20,5%), Bekerja sebagai petani sebanyak 60 responden (76,9%), Pendidikan terakhir SD sebanyak 72 responden (92,3%).
- b. Tingkat resiko sakit COVID-19 pada lansia sebelum diberikan penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dengan *Peer Group* responden sebanyak 78 memiliki tingkat resiko sakit COVID-19 tinggi yaitu tingkat resiko tinggi (skor 15 – 21) sebanyak 21 responden (23,1%) dengan sekore 15 skore
- c. Tingkat resiko sakit COVID-19 pada lansia sesudah diberikan penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dengan *Peer Group* responden sebanyak 78 memiliki tingkat resiko sakit COVID-19 rendah yaitu (skor 0 – 7) sebanyak 78 responden (100,0%).
- d. Pengaruh penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dengan *Peer Group* terhadap resiko sakit COVID-19 yaitu terdapat pengaruh pada Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 dengan *Peer Group* terhadap risiko sakit COVID-19 pada lansia di wilayah kelurahan Boloh, Kecamatan Toroh, Kabupaten Grobogan dengan nilai  $p$  0,000 ( $<0,05$ ).

### 2. Saran

- a. Bagi Pelayanan Kesehatan  
Hasil penelitian Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 dengan *Peer Group* ini dapat dijadikan sebagai intervensi untuk meningkatkan kepatuhan lansia dalam upaya dalam pencegahan sakit COVID-19.
- b. Bagi Institusi Pendidikan  
Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan tingkat keperawatan oleh profesi keperawatan untuk mengembangkan ilmu keperawatan dan menerapkan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) cegah COVID-19 dengan *Peer Group* terhadap resiko sakit COVID-19 pada lansia.



c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya dapat menetapkan Perilaku Hidup Bersih (PHBS) cegah COVID-19 ini dan dapat diseting di rumah tangga, di sekolah, di tempat kerja serta di tempat umum atau area publik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anhusadar, Laode, and Islamiyah Islamiyah. 2020. "Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Anak Usia Dini Di Tengah Pandemi Covid 19." *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5(1):463. doi: 10.31004/obsesi.v5i1.555.
- Diva Putra, A. I. Y., Pratiwi, M. S. A., Yani, M. V. W., Gunawan, G. R. D., Ganesha, G. M., Evelyn Aminawati, A. M. A., Aryana, I. P. G. D. W., & Suryawati, I. G. A. A. (2020). Gambaran Karakteristik Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Risiko Covid-19 Dalam Kerangka Desa Adat di Desa Gulingan, Mengwi, Bali. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 9(3), 313. <https://doi.org/10.25077/jka.v9i3.1402>
- Karuniawati, Benny, and Berlina Putrianti. 2020. "Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Pencegahan Penularan Covid-19." *Jurnal Kesehatan Karya Husada* 8(2):34–53.
- Nimah, L., & Hidayati, L. (2020). Penguatan PHBS plus dalam upaya pencegahan penyakit tropis dan Covid-19 di Tambakwedi Surabaya Jawa Timur. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.20414/transformasi.v16i2.2670>
- NOVAL, M. F., & WIBOWO, P. (2021). Upaya Pencegahan Covid-19 Dengan Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Studi Kasus Di Lapas Kelas Iia Lubuklinggau). *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*.
- Prihati, D. R., Wirawati, M. K., & Supriyanti, E. (2020). Analisis Pengetahuan Dan Perilaku Masyarakat Di Kelurahan Baru Kotawaringin Barat Tentang Covid 19. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 780–790. <https://doi.org/10.33024/manuju.v2i4.3073>
- Ray, V. N. M., Samion, M., Lukito, A., & Ismurrizal. (2021). Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Masyarakat terhadap Pencegahan Pandemi Covid-19 di Kota Tanjung Balai. *Kedokteran STM*.
- Sembiring, E. E., & Nena Meo, M. L. (2020). Pengetahuan dan Sikap Berhubungan dengan Resiko Tertular Covid-19 pada Masyarakat Sulawesi Utara. *NERS Jurnal Keperawatan*, 16(2), 75. <https://doi.org/10.25077/njk.16.2.75-82.2020>
- Suharmanto. (2020). Perilaku Masyarakat dalam Pencegahan Penularan COVID-19. *Kedokteran Universitas Lampung*, 4 Nomor 2, 91–96. <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/JK/article/download/2868/2798>
- Utami, R. A., Mose, R. E., & Martini, M. (2020). Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Masyarakat dalam Pencegahan COVID-19 di DKI Jakarta. *Jurnal Kesehatan Holistic*. <https://doi.org/10.33377/jkh.v4i2.85>



- Wijaya, Chayanita Sekar, Ayu Khoirotul Umaroh, and Naibul Umam Ekosakti. (2020). “Praktek Cuci Tangan Dan Penggunaan Masker Dalam Pencegahan COVID- 19 Pada Lansia Di Jawa Tengah.” 301–6.
- Widyanto, Faisalado. (2014). *Keperawatan Komunitas dengan Pendekatan Praktis Cetakan I*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wulandari, A., Rahman, F., Pujianti, N., Sari, A. R., Laily, N., Anggraini, L., ... Prasetio, D. B. (2020). Hubungan Karakteristik Individu dengan Pengetahuan tentang Pencegahan Coronavirus Disease 2019 pada Masyarakat di Kalimantan Selatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*. [https://doi.org/ 10.26714/jkmi.15.1.2020.42-46](https://doi.org/10.26714/jkmi.15.1.2020.42-46)
- Yulianti, T. (2021). Pengetahuan Dan Sikap Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Covid-19 Pada Keluarga Usia Lanjut Di Wilayah Kecamatan Sukaharjo. *Indonesian Journal On Medical Science*, 8 No.1(1), 76.