

Article

## ANALISIS PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM PENCEGAHAN PENULARAN COVID-19 PADA DOSEN STIKES NGUDIA HUSADA MADURA

*Eka Suci Daniyanti<sup>1</sup>, Enggal Sari Maduratna*

*<sup>1</sup>S1 Keperawatan, Stikes Ngudia Husada Madura, Indonesia*

*<sup>2</sup>S1 Administrasi Kesehatan, Stikes Ngudia Husada Madura, Indonesia*

### SUBMISSION TRACK

Received: February 11, 2021  
Final Revision: February 26, 2021  
Available Online: March 20, 2021

### KEYWORDS

PHBS, Penularan, COVID-19

### CORRESPONDENCE

Phone: 082248069100  
E-mail: [ekasucidaniyanti@gmail.com](mailto:ekasucidaniyanti@gmail.com)

### A B S T R A C T

Penularan virus Covid-19 yang sangat cepat menyebabkan bertambahnya jumlah kasus setiap harinya yang terkonfirmasi. Virus Covid-19 menyebar melalui percikan droplet saat batuk ataupun bersin, pencegahan penularan virus Covid-19 bisa dilakukan dengan menggunakan masker saat berada diluar rumah, mencuci tangan menggunakan sabun, menggunakan hand sanitizer setelah menyentuh benda di tempat – tempat umum. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dimasa pandemi juga sangat dianjurkan guna memutus rantai penularan dari virus tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam pencegahan penularan Covid-19 pada dosen di STIKes Ngudia Husada Madura. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan dengan desain deskriptif analitik. Tehnik pengambilan data menggunakan kuesioner. Dalam pengambilan data, peneliti tidak terjun secara langsung, dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang dapat diakses secara online (*google form*) sebanyak 25 item pertanyaan tentang perilaku pencegahan Covid-19. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar dosen STIKes Ngudia Husada Madura sudah menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan kategori sangat tinggi. Perilaku pencegahan terhadap penularan Covid-19 kategori sangat tinggi (92%), kategori tinggi (8%).

## I. INTRODUCTION

Wabah Covid-19 telah menimbulkan tantangan penting bagi kesehatan masyarakat, penelitian, dan komunitas medis (WHO, 2020). *Coronavirus* adalah keluarga

besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Setidaknya ada dua jenis coronavirus diketahui bisa menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)* dan

*Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)* (Kemenkes, 2020). Virus corona berasal dari Wuhan, Tiongkok yang ditemukan pada akhir desember tahun 2019 (Yuliana, 2020). Tercatat hingga tanggal 24 Mei 2020 ditemukan sebanyak 5.206.614 kasus yang terkonfirmasi. Gejala yang ditimbulkan bermacam – macam dari orang yang terinfeksi virus tersebut, dari gejala ringan, sedang hingga berat. Gejala umumnya muncul pada orang yang terinfeksi virus corona adalah demam (suhu tubuh > 38°), batuk dan kesulitan bernafas. Masa inkubasi dari virus corona rata – rata 5 – 6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari (Kemenkes, 2020). Pada kasus covid-19 yang terberat yakni menyebabkan pneumonia, sindrom pernafasan akut, gagal ginjal hingga kematian. Berdasarkan data *World Health Organization* (2020), hingga tanggal 6 desember 2020 tercatat 65.870.030 kasus yang terkonfirmasi Covid-19. Sedangkan sampai tanggal 3 desember 2020 di wilayah Jawa Timur tercatat 63.337 kasus yang terkonfirmasi. Covid-19 (liputan 6.com). Mengutip dari *World Health Organization* (2020), virus corona menyebar dari tetesan atau percikan kecil yang keluar dari hidung atau mulut orang yang terinfeksi virus tersebut. Virus corona juga dapat menyebar melalui benda – benda yang di sentuh oleh orang yang terinfeksi virus tersebut. Oleh karena itu kita dianjurkan untuk selalu menggunakan masker guna mencegah mulut dan hidung dari percikan orang yang terinfeksi virus tersebut dan juga dianjurkan selalu mencuci tangan agar virus tidak menempel pada tubuh kita. Meskipun sudah hampir satu tahun berlalu wabah virus corona masih belum menunjukkan penurunan, akan tetapi semakin hari menunjukkan peningkatan kasus.

Kesehatan merupakan perihal yang sangat penting bagi setiap orang, dan itu juga menjadi hak dari setiap masyarakat. Dimasa pandemi kesehatan seseorang menjadi hal yang mutlak untuk dijaga, hal ini dikarenakan jika tubuh dalam kondisi yang tidak sehat akan mudah untuk terserang penyakit, khususnya Covid-19. Hingga saat ini belum ditemukan obat untuk penanganan penyakit Covid-19, adapun yang sudah dikembangkan

yakni adalah vaksin, akan tetapi vaksin tersebut masih perlu adanya uji klinis dan hal tersebut masih memerlukan waktu yang tidak singkat. Satu – satunya cara yang efektif bisa dilakukan adalah dengan memutus rantai penularan virus Covid-19 yakni dengan melakukan upaya pencegahan. Himbauan pemerintah untuk melakukan *sosial distancing* dan *physical distancing* merupakan upaya pencegahan yakni untuk meminimalisir penularan virus corona, akan tetapi hal itu tidak cukup jika diimbangi dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah perilaku yang dilakukan dengan kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga bisa menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan dan juga berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat. Prinsip kesehatan mencegah lebih baik dari pada mengobati di jadikan dasar pelaksanaan program PHBS. Meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses menyadarkan masyarakat melalui pengetahuan yang merupakan awal dari kontribusi individu dalam melakukan perilaku kehidupan yang bersih dan sehat dalam kesehariannya merupakan tujuan utama dari gerakan PHBS. Sedangkan yang menjadi manfaat paling utama PHBS yakni terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan serta memiliki pengetahuan dan kesadaran untuk melakukan perilaku hidup yaitu dengan menjaga kebersihan diri sesuai standar kesehatan (Kemenkes RI, 2016).

## II. METHODS

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain deskriptif analitik. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 38 orang. Tehnik pengambilan data menggunakan kuesioner. Dalam pengambilan data, peneliti tidak terjun secara langsung, dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang dapat diakses secara online (*google form*) sebanyak 25 item pertanyaan tentang perilaku pencegahan Covid-19. Pengambilan data penelitian pada bulan Desember 2020. Variabel dalam penelitian ini adalah perilaku pencegahan Covid-19 yang dilakukan selama masa pandemi Covid-19. Kuesioner

perilaku yang digunakan terdiri dari 25 pernyataan dengan pilihan jawaban dengan menggunakan skala Likert. Skor pernyataan adalah Selalu skor 3, Jarang skor 2, Tidak Pernah 1.

### III. RESULT

#### 1. Hasil penelitian ini berkaitan dengan distribusi Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam pencegahan penularan Covid-19.

Berdasarkan hasil analisis data diketahui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam pencegahan Covid-19 pada dosen STIKes Ngudia Husada Madura di masa pandemi Covid-19 kategori sangat tinggi terdapat 35 orang (92%), kategori tinggi terdapat 3 orang (8%).

Tabel 1 Distribusi frekuensi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam penularan pencegahan covid-19 pada dosen Stikes Ngudia Husada Madura tahun 2020.

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	35	92
Tinggi	3	8
Cukup	0	0
Rendah	0	0
Sangat rendah	0	0
Total	38	100

#### 2. Perilaku terhadap makanan dan minuman

Berdasarkan hasil analisis data diketahui perilaku pencegahan terhadap makanan dan minuman pada dosen STIKes Ngudia Husada Madura di masa pandemi Covid-19 kategori sangat tinggi terdapat 36 orang (94,7%), kategori tinggi terdapat 2 orang (5,3%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap makanan dan minuman pada dosen Stikes Ngudia Husada Madura tahun 2020.

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	36	94,7
Tinggi	2	5,3
Cukup	0	0
Rendah	0	0
Sangat rendah	0	0
Total	38	100

#### 3. Perilaku terhadap kebersihan diri

Berdasarkan hasil analisis data diketahui perilaku pencegahan terhadap kebersihan diri pada dosen STIKes Ngudia Husada Madura di masa pandemi Covid-19 kategori sangat tinggi terdapat 34 orang (89,5%), kategori tinggi terdapat 4 orang (10,5%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap kebersihan pada dosen Stikes Ngudia Husada Madura tahun 2020.

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	34	89,5
Tinggi	4	10,5
Cukup	0	0
Rendah	0	0
Sangat rendah	0	0
Total	38	100

#### 4. Perilaku terhadap kebersihan lingkungan

Berdasarkan hasil analisis data diketahui perilaku pencegahan terhadap kebersihan lingkungan pada dosen STIKes Ngudia Husada Madura di masa pandemi Covid-19 kategori sangat tinggi terdapat 33 orang (87%), kategori tinggi terdapat 5 orang (13%).

Tabel 4 Distribusi frekuensi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap kebersihan lingkungan pada dosen Stikes Ngudia Husada Madura tahun 2020.

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	33	87
Tinggi	5	13
Cukup	0	0
Rendah	0	0
Sangat rendah	0	0
Total	38	100

#### 5. Perilaku terhadap aktifitas fisik

Berdasarkan hasil analisis data diketahui perilaku pencegahan terhadap kebersihan lingkungan pada dosen STIKes Ngudia Husada Madura di masa pandemi Covid-19 kategori sangat tinggi terdapat 34 orang (89,5%), kategori tinggi terdapat 4 orang (10,5%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap aktivitas fisik pada dosen Stikes Ngudia Husada Madura tahun 2020.

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	34	89,5
Tinggi	4	10,5
Cukup	0	0
Rendah	0	0
Sangat rendah	0	0
Total	38	100

#### IV. DISCUSSION

##### 1. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dalam Pencegahan Penularan Covid-19

Kebersihan dan kesehatan menjadi satu kesatuan yang harus diperhatikan oleh masyarakat banyak. Syarat terwujudnya kesehatan adalah dengan menjaga kebersihan karena dengan kondisi yang sehat dapat memberikan kebahagiaan. Perilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan covid-19 pada dosen Stikes Ngudia Husada Madura sudah sangat bagus, yakni sangat tinggi (92%). Sebagai seorang dosen penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tentunya harus lebih paham, apalagi pada masa pandemi covid-19 hal ini dikarenakan dengan menerapkan perilaku pencegahan dapat meminimalisasi terjadinya penularan covid-19. Pengukuran perilaku dalam pencegahan penularan Covid-19 meliputi menggunakan masker saat berada di tempat umum, menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain saat berada diluar rumah, menjaga jarak dengan orang usia lanjut, tidak menghadiri acara yang mengumpulkan banyak orang, menggunakan hand sanitiser setelah memegang benda di tempat – tempat umum, dan membiasakan mencuci tangan menggunakan sabun. Pengetahuan yang dimiliki seseorang dengan berprofesi dosen harusnya lebih banyak dibanding dengan seseorang bukan berprofesi dosen, terutama hal yang berhubungan dengan perilaku pencegahan Covid-19.

Bagi seorang dengan profesi dosen dengan latar belakang pendidikan kesehatan

tentunya lebih memahami dan memiliki pengetahuan yang lebih banyak, dalam hal ini dalam pencegahan penularan Covid-19. Perilaku akan menjadi langgeng atau berlangsung lama jika didasari dengan pengetahuan dan sebaliknya perilaku tidak bisa langgeng dan bertahan lama jika tanpa didasari dengan pengetahuan hal ini juga berlaku pada kesadaran seseorang, kemampuan dan kemandirian dalam pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan serta berperan aktif dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan akan terbentuk jika terdapat kesadaran yang tinggi (Sunardi & kriswanto, 2020). Dengan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) meliputi mencuci tangan dengan baik dan benar, etika batuk dan selalu menjaga kesehatan dan imunitas tubuh dapat mencegah penularan virus Covid-19 (Karo, 2020).

##### 2. Perilaku Terhadap Makanan dan Minuman

Perilaku hidup bersih dan sehat dilihat dari perilaku terhadap makanan dan minuman dengan frekuensi terbanyak yakni 36 orang dengan kategori sangat tinggi yakni 94,7%. Perilaku pencegahan terhadap makanan dan minuman pada penelitian ini adalah melakukan sarapan sebelum beraktivitas, konsumsi air putih minimal 2,5 liter setiap hari, hindari konsumsi makanan cepat saji atau *fast food*. Perilaku terhadap makanan dan minuman berperan dalam pencegahan penularan Covid-19, karena dengan melakukan pola makan yang sehat dan benar akan meningkatkan imunitas tubuh kita. Seseorang dengan imunitas yang sangat baik tidak mudah rentan terhadap serangan penyakit. Kebersihan dan kesehatan merupakan satu kesatuan yang perlu diperhatikan oleh semua masyarakat. Kesehatan akan terwujud dengan menjaga kebersihan sedangkan sehat menjadi salah satu faktor dari didapatnya kebahagiaan (Sunardi & kriswanto, 2020). Dengan mengkonsumsi makanan yang bersih dan sehat serta gizi yang lengkap tubuh akan menjadi sehat. Covid-19 ataupun penyakit lainnya akan sulit menginfeksi tubuh seseorang yang sehat, karena tubuh yang sehat mempunyai sistem imunitas yang kuat

dan tubuh mudah melakukan penyembuhan sendiri (Karo,2020). Dengan terjadinya pandemi Covid-19, perilaku hidup bersih dan sehat wajib dilakukan agar terhindar dari penularan virus. Dalam situasi tersebut setiap orang dituntut untuk selalu menjaga kesehatan, baik menjaga kesehatan diri sendiri ataupun orang lain. Dengan meningkatkan usaha pencegahan dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, maka seseorang tersebut sudah melakukan upaya dalam menjaga kesehatan baik dirinya maupun orang lain. Dengan membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat pada seseorang, keluarga ataupun masyarakat maka konsep perilaku bersih dan sehat akan ringan untuk dilakukan, dan sebaliknya konsep perilaku bersih dan sehat akan terasa berat jika perilaku hidup bersih dan sehat belum menjadi budaya pada seseorang, keluarga dan masyarakat (Habibi, 2017). Sarapan pagi sangat penting untuk penyiapan energi saat beraktivitas. Sarapan dengan menu seimbang masih sering diabaikan, fokus utama dari sarapan adalah yang penting mendapatkan rasa kenyang saja. Menurut Suharjana (2012) dalam Sunardi & Kriswanto (2020) makan bukan hanya rasa kenyang akan tetapi terdapat manfaat yang begitu banyak didapat dari makan. Keseimbangan disini adalah harus sama antara input energi dengan output energi. Komposisi makanan yang memenuhi gizi menunjang tercapainya kondisi tubuh yang sehat. Makanan yang beraneka ragam berperan untuk pertumbuhan dan perkembangan serta membuat selera makan menjadi meningkatkan dan tidak harus dengan harga yang mahal. Sistem imunitas tubuh dapat ditingkatkan dengan adanya kandungan gizi yang terdapat di dalam makanan yang dikonsumsi (Tabi'in, 2020). Dengan menjaga keteraturan yang berkaitan dengan makan yang bergizi, istirahat dan olahraga berarti juga menerapkan perilaku hidup sehat. Kondisi kesehatan kronis dapat dicegah ataupun obesitas dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi seimbang (Funderburk et al., 2020).

dalam makanan yang dikonsumsi (Tabi'in, 2020). Dengan menjaga keteraturan yang berkaitan dengan makan yang bergizi, istirahat dan olahraga berarti juga menerapkan perilaku hidup sehat. Kondisi kesehatan kronis dapat dicegah ataupun obesitas dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi seimbang (Funderburk et al., 2020).

### 3. Faktor Terhadap Kebersihan Diri

Perilaku hidup bersih dan sehat dilihat dari perilaku terhadap kebersihan diri dengan frekuensi terbanyak yakni 34 orang dengan kategori sangat tinggi yakni 89,5%. Kebersihan diri dalam penelitian ini meliputi mandi, keramas, membersihkan lubang hidung, menjaga kebersihan dan kesehatan telinga yakni dengan membersihkan telinga dan tidak mendengarkan musik dengan volume lebih dari 60% dan lebih dari 60 menit, menggosok gigi minimal 2x sehari, menjaga kesehatan mata dengan membaca dengan intensitas cahaya yang cukup dan jarak baca 30cm (penggaris), tidak membaca saat sedang berada di kendaraan, mencuci tangan sebelum makan, mencuci tangan menggunakan air mengalir dan sabun sebelum dan sesudah BAK/BAB, membiasakan mencuci tangan menggunakan sabun dan menggunakan hand sanitizer setelah memegang benda di tempat – tempat umum, mandi dan mengganti baju segera setelah bepergian atau saat pulang ke rumah, memotong dan membersihkan kuku minimal 1 minggu sekali. Faktor perilaku kebersihan diri terdiri dari mandi, membersihkan mulut dan gigi, membersihkan tangan dan kaki, membersihkan pakaian (Kriswanto et al., 2019). Sebelum pandemi Covid-19 pemerintah sudah mempromosikan gerakan mencuci tangan menggunakan sabun.

#### 4. Faktor Terhadap Kebersihan Lingkungan

Perilaku hidup bersih dan sehat dilihat dari perilaku terhadap kebersihan lingkungan dengan frekuensi terbanyak yakni 33 orang dengan kategori sangat tinggi yakni 87%. Kebersihan lingkungan pada penelitian ini meliputi tidak merokok dan menutup mulut dan hidung dengan siku terlipat saat batuk atau bersin. Mengutip dari Hoerger & Hoerger (2009) dalam Sunardi & Kriswanto (2020) setiap orang bertanggung jawab untuk mendidik dan melindungi diri sendiri dari bahaya lingkungan serta melindungi lingkungan agar generasi mendatang bisa ikut menikmati lingkungan yang aman dan bersih. Menjaga alam sekitar dengan tujuan agar bermanfaat bagi kehidupan manusia agar tetap seimbang merupakan pengertian kesehatan lingkungan (Nugraha & Puspitasari, 2014). Kesehatan lingkungan dapat dimulai dari lingkungan yang paling kecil, misalnya lingkungan rumah dan meluas ke lingkungan sekitar. Jika lingkungan bersih dan sehat mempunyai harapan terhindar dari penyakit berupa bakteri dan virus (Tabi'in, 2020).

#### 5. Faktor Terhadap Aktifitas Fisik

Perilaku hidup bersih dan sehat dilihat dari perilaku terhadap aktivitas fisik dengan frekuensi terbanyak yakni 34 orang dengan kategori sangat tinggi yakni 89,5%. Pengukuran aktivitas pada penelitian ini adalah kegiatan olahraga yang dilakukan selama pandemi Covid-19. Kegiatan olahraga yang bisa dilakukan meliputi lari, bersepeda/gowes, jalan/joging, senam dan latihan beban. Peningkatan kesehatan dan menjaga kebugaran tubuh bisa dilakukan dengan kita melakukan olahraga setiap hari. Olahraga bisa tidak hanya bisa dilakukan di dalam rumah akan tetapi bisa dilakukan di luar rumah. Olahraga di luar rumah salah satu alternatif yang bisa dilakukan agar tidak bosan, kegiatan olahraga tersebut dilakukan tetap harus menerapkan protokol kesehatan (Karuniawati & Putrianti, 2020). Risiko penyakit jantung bisa dicegah dengan melakukan aktivitas fisik, penyakit jantung lebih berisiko terhadap seseorang yang jarang melakukan aktifitas fisik dibandingkan yang sering melakukan

aktifitas fisik (Karuniawati & Putrianti, 2020). Olahraga memberikan manfaat fisik yang mencakup banyak sistem tubuh. Mengutip dari Walsh (2011) dalam Sunardi & Kriswanti (2020) dengan olahraga mengurangi resiko dari berbagai gangguan dari kanker selain itu sebagai terapi untuk gangguan fisik mulai dari penyakit kardiovaskular, diabetes sampai kanker prostat. Masa pandemi Covid-19 menimbulkan adanya ketakutan tertular dari penyakit tersebut sehingga kecenderungan terjadinya stres, berkaitan dengan hal tersebut maka pengelolaan stres perlu dilakukan dengan baik. Olahraga bisa digunakan sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan derajat kesehatan (Kriswanto, 2016).

## V. CONCLUSION

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat pada dosen stikes ngudia husada madura pada masa pandemi Covid-19 menunjukkan perilaku pencegahan yang sangat tinggi artinya hampir seluruh dosen menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat pada masa pandemi Covid-19. Perilaku terhadap makanan dan minuman sebagian besar dosen membiasakan sarapan pagi sebelum beraktivitas, mengkonsumsi air putih minimal 2,5 liter perharinya. Sedangkan untuk perilaku terhadap kebersihan diri sebagian besar sudah menjaga kebersihan diri yakni mandi dan menggosok gigi minimal 2x sehari, keramas minimal 2x seminggu, membersihkan telinga, mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah setelah BAK/BAB, baik sebelum dan sesudah makan. Perilaku terhadap kebersihan lingkungan sebagian besar sudah menjaga kebersihan lingkungan yakni tidak merokok dan menutup mulut dan hidung dengan siku terlipat saat batuk atau bersin. Perilaku terhadap aktivitas fisik sebagian besar dosen sudah melakukan aktivitas fisik diantara bersepeda/gowes, senam bahkan hal tersebut merupakan hobi dari sebagian besar dosen.

## REFERENCES

- ANTARI, N. U., DEWI, K. N., PUTRI, K. K., RAHAYU, L. P., WULANDARI, N. N., NINGSIH, N. W., et al. (2020). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT MAHASISWA UNIVERSITAS MAHASARASWATI DENPASAR SELAMA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 94-99.
- Ardiyanto, A., Purnamasari, V., Sukamto, & Sari, E. (2020). Analisis Perilaku Hidup, Bersih dan Sehat di Era Pandemi Covid-19. *Jendela Olahraga*, 131-140.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Funderburk, L., Cardaci, T., Fink, A., Taylor, K., Rohde, J., & Harris, D. (2020). Healthy Behaviors through Behavioral Design—Obesity Prevention. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 1-19.
- Habibi, M. (2017). Realitas Sosial Budaya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Studi Kaum Perempuan Desa Bhuana Jaya Kecamatan Tenggara Seberang Kabupaten Kutai Kartanegara). <https://journal.uwgm.ac.id/index.php/fisipublik/article/view/23/10>, 1-10.
- Karo, M. B. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Strategi Pencegahan Penyebaran Covid-19 . *Prosiding Seminar Nasional Hardiknas* (hal. 1-4). Gorontalo: Ideas Publishing.
- Karuniawati, B., & Putrianti, B. (2020). GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM PENCEGAHAN PENULARAN COVID-19. *Jurnal Kesehatan Karya Husada (JKKH)*, 34-53.
- KemendesRI. (2020, Juli 7). *INFEKSIEMERGING*. Dipetik 11 2, 2020, dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: <https://covid19.kemkes.go.id/protokol-covid-19/kmk-no-hk-01-07-menkes-413-2020-ttg-pedoman-pencegahan-dan-pengendalian-covid-19>
- KemensosRI. (2020, April 9). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat : Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga*. Dipetik Desember 1, 2020, dari Kementerian Sosial Republik Indonesia: <https://kemensos.go.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-penguatan-kapabilitas-anak-dan-keluarga>
- Raksanagara, A. S., & Raksanagara, A. (2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sebagai Determinan Kesehatan yang Penting Pada Tatanan Rumah Tangga di Kota Bandung. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 30-34.
- Safitri, H. I., & Harun. (2021). Membiasakan Pola Hidup Sehat dan Bersih pada Anak Usia Dini Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi*, 385-394.
- Sunardi, J., & Kriswanto, E. S. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat mahasiswa pendidikan olahraga Universitas Negeri Yogyakarta saat pandemi covid-19. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 156-167.

- Tabi'in. (2020). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA ANAK USIA DINI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN COVID-19. *JEA (JURNAL EDUKASI AUD)*, 58-73.
- World Health Organization. (2020, November 3). *WHO Corona Virus (Covid-19) Dashboard*. Dipetik Desember 4, 2020, dari World Health Organization: <https://covid19.who.int/>
- Yuliana. (2020, February 1). Corona virus disease (Covid-19) : Sebuah tinjauan literatur . *Wellnes and Healty Magazine*, hal. 187-192.

### BIOGRAPHY

**First Author** Eka Suci Daniyanti lahir di Banyuwangi Tanggal 22 Mei 1985, pendidikan terakhir S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fak. Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Bekerja di STIKes Ngudia Husada Madura. Karya ilmiah yang pernah dihasilkan adalah Hubungan Motivasi Terhadap Kinerja Petugas Kesehatan : Studi Kasus di Puskesmas Kalibaru kulon, Banyuwangi.

**Second Author** Enggal Sari Maduratna lahir di Sampang Tanggal 7 Desember 1989, pendidikan terakhir S2 Administrasi Publik di Untag Surabaya. Bekerja di STIKes Ngudia Husada Madura. Karya ilmiah yang pernah dihasilkan adalah Analisis Survei Kepuasan Masyarakat Terhadap Pelayanan Publik Di RSUD Kabupaten Sampang (Studi Deskriptif Di RSUD Kabupaten Sampang). Pengaruh Menonton Acara Televisi Terhadap Perkembangan Bahasa dan Sosial Emosional Pada Anak Usia 3-5 Tahun. Efektivitas aroma kulit jeruk manis (citrus aurantium) terhadap hiperemesis gravidarum pada ibu hamil. Pengaruh Stimulasi Orang Tua Terhadap Perkembangan Bahasa Anak Usia TODDLER. Pengaruh perilaku staf tentang pengobatan terhadap penyembuhan luka pasca seksio sesarea.