

**PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM PENCEGAHAN  
COVID-19 (Studi Kasus pada Petani Miskin Desa Rambeanak, Mungkid, Magelang,  
Jawa Tengah)**

**Aprilia Ningsih<sup>1</sup>, Argyo Demartoto<sup>2</sup>**

Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik  
Universitas Sebelas Maret Surakarta Indonesia

**Abstract:** In December 2019, a case of pneumonia first appeared in Wuhan, Hubei, China. This disease attacks the respiratory system and can spread rapidly. Until now, many countries have been affected by the virus which is currently known as Corona Virus Disease (COVID-19). The existence of Covid-19 has an impact on all circles of society. One of them is for poor farmers in Rambeanak Village, Mungkid, Magelang, Central Java. Because most of them are elderly people who are susceptible to disease and viruses and work in dirty places. Of course they must implement Covid-19 prevention efforts such as conducting PHBS and implementing health protocols. This research was studied with Max Weber's theory of social action and used qualitative methods. Sampling based on purposive sampling. Data collection techniques by interview, observation, and supporting documents. Meanwhile, the validity of the data used source triangulation.

The results of this study are: (1) Clean and Healthy Behavior in the prevention of Covid-19 in poor farmers is done by always doing hygiene. This cleanliness is carried out both within the scope of oneself and the surrounding environment. (2) The driving factor for poor farmers to implement PHBS is obeying government recommendations and the desire to always be healthy. (3) The factors that inhibit poor farmers from doing PHBS are the discomfort of wearing masks, keeping your distance, and forgetting. (3) The impact felt after implementing PHBS in an effort to prevent Covid-19 on poor farmers made them feel always healthy.

**Keywords: Supporting factors, Inhibiting factors, Impact, PHBS, Farmers Poor**

**Abstrak:** Pada Desember 2019 pertama kali muncul sebuah kasus pneumonia yang berada di Wuhan, Hubei, Cina. Penyakit ini menyerang sistem pernafasan dan dapat menyebar secara cepat. Hingga kini banyak negara yang telah terdampak oleh virus yang saat ini dikenal dengan Corona Virus Disease (COVID-19). Adanya Covid-19 membawa dampak bagi semua kalangan masyarakat. Salah satunya yaitu bagi kalangan petani miskin di Desa Rambeanak, Mungkid, Magelang, Jawa Tengah. Karena kebanyakan mereka seorang lanjut usia yang rentan terpapar penyakit dan virus serta bekerja ditempat cenderung kotor. Tentunya mereka harus menerapkan upaya pencegahan Covid-19 seperti melakukan PHBS dan menerapkan protokol kesehatan. Penelitian ini dikaji dengan teori tindakan sosial milik Max Weber dan menggunakan metode kualitatif. Pengambilan sampel berdasarkan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dengan wawancara, observasi, dan dokumen pendukung. Sedangkan validitas data menggunakan triangulasi sumber.

Hasil pada penelitian ini yaitu: (1) Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam pencegahan Covid-19 pada petani miskin dilakukan dengan cara selalu melakukan kebersihan. Kebersihan ini

dilakukan baik lingkup diri sendiri maupun lingkungan sekitar. (2) Faktor pendorong petani miskin melakukan PHBS adalah mematuhi anjuran pemerintah dan keinginan untuk selalu sehat. (3) Faktor penghambat petani miskin melakukan PHBS adalah ketidaknyamanan memakai masker, jaga jarak, dan lupa. (3) Dampak yang dirasakan setelah melakukan PHBS dalam upaya pencegahan Covid-19 pada petani miskin menjadikan petani itu merasa selalu sehat.

**Kata Kunci: Faktor Pendorong, Faktor Penghambat, Dampak , PHBS, Petani Miskin**

## PENDAHULUAN

Pada Desember 2019 pertama kali muncul sebuah kasus pneumonia yang dilaporkan di Wuhan, Hubei, Cina. Yang akhirnya penyakit ini merambat dengan cepat ke negara-negara lain di seluruh dunia. Menurut WHO awalnya penyakit ini dinamakan sementara sebagai 2019 *novel coronavirus (2019-nCoV)*, kemudian WHO mengumumkan nama baru pada 11 Februari 2020 yaitu Corona Virus Disease (COVID-19) yang disebabkan oleh virus *Severe Aute Respiratory Sydrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2)*. Dimana penyakit ini dapat mengakibatkan penderita mengalami demam, batuk, pilek, sulit bernafas, bahkan menyebabkan sebuah kasus kematian. Penyebaran virus kini sudah merata di seluruh dunia hampir di setiap negara dan disebut dengan pandemi. Pandemi merupakan penyebaran suatu penyakit atau wabah yang bergerak melintas ke teritorial negara-negara dan merupakan skala besar dari epidemi (Muis, 2020). Indonesia sendiri menurut Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional terkonfirmasi positif pada tanggal 21 November 2020 terkonfirmasi positif 493.308, sembuh 413.955, dan meninggal dunia 15.774 jiwa.

Pandemi Covid-19 yang terjadi dan tersebar hampir seluruh negara di dunia mengakibatkan harus adanya sikap kebiasaan baru yang harus diterapkan. Salah satunya dengan mengedepankan kebiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam melakukan kegiatan kesehariannya. Perilaku hidup sehat seharusnya sudah dibiasakan sejak kecil untuk menjaga kesehatan. Kesehatan baik untuk diri sendiri maupun lingkungan. Menurut Priyoto (2015) perilaku kesehatan adalah suatu respon seseorang (organisme) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan serta lingkungan. Diharapkan dengan dilakukannya PHBS oleh individu dapat mengurangi angka penyebaran virus ini. Selain itu Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/382/2020 tentang protokol kesehatan bagi masyarakat di tempat dan fasilitas umum dalam rangka pencegahan dan pengendalian *Corona Virus*

*Disease* 2019 juga mulai diberlakukan. Seperti memakai masker, menjaga jarak, dan rajin mencuci tangan.

Di Taiwan tentang sikap pencegahan Covid-19 menunjukkan sikap pencegahan yang efektif dan kepatuhan yang ketat terhadap peraturan yang berlaku (Hsu, C. H., Lin, H. H., Wang, C. C., & Jhang, S, 2020). Begitu juga di Vietnam dalam tindakan pencegahan Covid-19 membuktikan bahwa orang dewasa di Vietnam memiliki kepatuhan yang tinggi terhadap perilaku pencegahan baik pribadi maupun komunitas (Nguyen, N. P. T et all, 2020). Sedangkan di Indonesia khususnya DKI Jakarta masyarakat sudah melakukan budaya cuci tangan dan melakukan kebersihan diri (Budiningsih dkk, 2020). Hal ini membuktikan adanya kesadaran untuk melakukan pencegahan penularan virus Covid-19. Mengerucut pada data Kabupaten Magelang yang kini termasuk dalam zona merah kasus Covid-19. Menurut Pusat Informasi Seputar Covid-19 Di Kabupaten Magelang terkonfirmasi 2.160 jiwa, 1.397 jiwa sembuh, dan 61 jiwa meninggal. Sedangkan di Desa Rambeanak terdapat satu konfirmasi warga kasus positif Covid-19 semenjak 19 November 2020.

Kasus pandemi ini menjadi permasalahan di semua kalangan masyarakat, tak luput juga pada petani miskin. Ada kasus petani yang terindikasi Covid-19 terjadi di Kabupaten Lebak Banten (Republika, 21/5/2020). Dan seorang petani ini menjadi pasien Covid-19 pertama di Lebak Banten. Sebagai seorang petani yang cenderung bekerja di tempat yang kotor akan sangat rentan terkena penyakit maupun virus. Bagi seorang petani yang notabene bekerja ditempat kotor dan berusia menuju lansia atau bahkan lansia ini menjadi rentan untuk terpapar virus. Selain itu bagi petani miskin yang kekurangan pendapatan kadang juga tidak dapat memenuhi gizi seimbang dalam membantu menguatkan imun tubuh.

Ini berkaitan dengan pola-pola tindakan yang dilakukan oleh masyarakat dan pola pikirnya. Perilaku adalah suatu respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (Skinner dalam Nisrима dkk 2016). Dimana seseorang akan melakukan tindakan ketika ada rangsangan yang datang. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya (Promkes, 2016). Perilaku disini berarti kemampuan melakukan tindakan atas dasar kesadaran diri dalam konteks kesehatan. Rejeki, S (2019) Petani miskin ialah seseorang yang bekerja di sektor pertanian dengan pendapatan yang

rendah dan hasil produksi yang masih rendah juga. Dimana pendapatan rendah ini tidak dapat mencukupi kebutuhan sebagai seorang petani.

Pada penelitian yang dilakukan menggunakan teori tindakan sosial yang dikemukakan oleh Max Webber. Tindakan sosial menurut Max Weber adalah suatu tindakan individu sepanjang tindakan itu mempunyai makna atau arti subjektif bagi dirinya dan diarahkan kepada tindakan orang lain (Gushendi, D, 2019). Namun jika satu tindakan ditujukan atau diarahkan dalam benda mati atau tak hidup maka tidak dapat disebut dengan tindakan sosial. Selain itu Webber menggolongkan kedalam 4 macam tindakan rasionalitas diantaranya (Paul Doyle Johnson dalam Gushendi 2019): *Zwre rational* atau tindakan rasionalitas instrumental, *Werktrational Action* atau tindakan rasionalitas berorientasi nilai, *Affectual Action* atau Tindakan Afektif, dan *Traditional Action* atau Tindakan Tradhisional.

## **METODE PENELITIAN**

Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan dalam *setting* tertentu yang ada dalam kehidupan riil (alamiah) dengan maksud menginvestigasi dan memahami fenomena yang terjadi (Chairi, 2009). Studi Kasus menurut Rahardjo (2017) ialah suatu serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, terinci dan mendalam tentang suatu program, peristiwa, dan aktivitas, baik pada tingkat perorangan, sekelompok orang, lembaga, atau organisasi untuk memperoleh pengetahuan mendalam tentang peristiwa tersebut. Penelitian ini dilakukan di Desa Rambeanak, Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang, Provinsi Jawa Tengah.

Dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu peneliti sudah mengetahui siapa yang akan menjadi sumber informannya. Pengambilan sampel berjumlah 6 informan. Didalam penelitian ini peneliti memiliki beberapa karakteristik yang akan dijadikan sample sebagai berikut: Memiliki mata pencaharian sebagai petani, Pendapatan dalam satu bulan < Upah Minimum Kota (UMK) atau penerima bantuan dari pemerintah untuk rakyat miskin seperti PKH, KIS, KIP, dan sejenisnya, dan Tingkat pendidikan rendah (maksimal SMA sederajat). Data yang diambil menggunakan data primer yang berasal dari wawancara langsung pada informan. Dan data sekunder berupa dokumen-dokumen

pendukung. Teknik pengambilan data dengan cara observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dan validitas data menggunakan triangulasi sumber.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Pencegahan Covid-19 pada Petani Miskin.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam pencegahan Covid-19 pada petani miskin dilakukan dengan cara selalu melakukan kebersihan. Baik kebersihan diri maupun lingkungan sekitar. Hal ini dilakukan dengan cara mandi setelah melakukan aktivitas bekerja (dari sawah) dan tidak lupa menggosok gigi. Kebiasaan yang dilakukan untuk melakukan PHBS bagi seorang petani informan SMT biasanya sehabis dari sawah lalu membersihkan diri. Diawali dengan mencuci tangan dan menunggu keringat hilang terlebih dahulu. Setelah keringat hilang lalu mandi dan tidak lupa mengganti bajunya.



Gambar 1. Petani Bekerja di Sawah  
Sumber: Dokumentasi Observasi

*“Kalau dari sawah cuci cuci dulu, cuci tangan. Kalau mandi nanti dulu setelah keringatnya hilang. Setelah itu baru mandi, bajunya ganti.” (SMT, 27/1/2021)*

Perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan selain kebersihan badan setelah pulang dari sawah yaitu dengan membersihkan peralatan dari sawah. Ini dikarenakan alat yang digunakan untuk bekerja di sawah pastinya kotor dan harus dicuci terlebih dahulu setelah dari sawah.

*“Ya,,mmm,,, pokoknya melakukan kebersihan, harus cuci tangan dan mandi. Segera cuci tangan, cuci semua alat pertanian di cuci baru mandi.” (SF, 4/2/2021)*

Karena selepas bekerja dari sawah pastinya capek dan lapar. Makanan bergizi dapat membantu menggantikan energi yang digunakan selepas dari bekerja. Hal ini dilakukan untuk menjaga daya tahan tubuh bagi seorang petani.

*“Mandi, makan sehat dan bergizi, baju selalu bersih. Habis dari sawah mandi, ganti baju, terus makan karena dari sawah lapar hehehe....”* (MJ, 4/2/2021)

Dalam pencegahan Covid-19 petani miskin juga menerapkan protokol kesehatan. Seperti memakai masker, sering mencuci tangan, dan menjaga jarak. Ini merupakan sebuah strategi petani miskin dalam melakukan upaya pencegahan penularan Covid-19.

## **2. Faktor Pendorong dan Penghambat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Pencegahan Covid-19 pada Petani Miskin.**

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi para petani miskin melakukan PHBS dalam upaya pencegahan Covid-19. Baik itu berupa faktor pendorong maupun penghambat.

- a. Faktor pendorong petani miskin melakukan PHBS salah satunya merupakan anjuran pemerintah disamping juga melakukan protokol kesehatan. Selain itu keinginan sehat karena tidak tertular virus dan penyakit dari orang lain. Ini menjadi dorongan petani miskin melakukan kebiasaan PHBS dalam kesehariannya. Karena melakukan tindakan pencegahan lebih baik dari pada mengobati. Salah satunya yaitu informan MH:

*“ya kita kan pengen sehat jangan sampai penyakit itu datang ke kita apa lagi mendekati ya yang paling utama itu pencegahan dengan jaga diri.”* (MH, 27/1/2021)

- b. Ada pula faktor penghambat yang menjadikan petani miskin kadang merasa tidak nyaman menerapkan PHBS dalam strategi upaya pencegahan Covid-19. Kadang merasa tidak nyaman untuk menggunakan masker yang menjadi salah satu protokol kesehatan yang harus dipatuhi. Karena merasa sumpek ketika melakukan aktivitas, namun kini sudah terbiasa dalam melakukannya. Selain itu untuk menjaga jarak dengan petani miskin lain kadang menjadi hambatan untuk mengobrol satu dengan lainnya. Dan juga faktor lupa karena sudah usia lanjut.

*“Penghambatnya apa ya... hmmm.... ya yang pasti kalau aktivitas ke sawah kalau pakai masker agak tidak nyaman. Misal sedang mencangkul itu, soalnya*

*mengganggu pernafasan jadi terengah-engah. Enaknya langsung dari udara bebas. Kecuali didalam lingkungan misal di pengajian atau kerumunan ya itu ndak masalah.” (MH, 27/1/2021)*

### **3. Dampak Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Pencegahan Covid-19 pada Petani Miskin.**



Gambar 1. Foto Informan  
Sumber: Dokumentasi Observasi

Dampak Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam pencegahan Covid-19 pada petani miskin menjadikan petani itu sehat. Badan terasa lebih nyaman dan tidak menyebarkan virus pada orang lain. PHBS yang dilakukan petani sudah rutin dilaksanakan sejak dahulu.

Walaupun awalnya petani memang merasa tidak nyaman dan terganggu dengan adanya aturan tambahan seperti melakukan protokol kesehatan dimanapun berada. Dan juga petani sadar bahwa melakukan PHBS dalam masa pandemi ini sangat penting. Dimana ini dilakukan untuk pencegahan terpaparnya Covid-19. Seperti dikatakan oleh informan TS:

*“Menjadi terbiasa bebersih, baik badan maupun lingkungan. Badan menjadi sehat dan tidak menyebarkan virus pada orang lain. Rasanya badan lebih sehat, lingkungan bersih dan sehat, terhindar dari penyakit deh.” ( TS, 22/1/2021)*

### **Pembahasan**

Tindakan sosial menurut Max Weber adalah suatu tindakan individu sepanjang tindakan itu mempunyai makna atau arti subjektif bagi dirinya dan diarahkan kepada tindakan orang lain (Gushendi, D, 2019). Pada penelitian ini, petani miskin melakukan tindakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta penerapan protokol kesehatan. Yang dimaknai tindakan ini dapat dilakukan untuk melakukan sebuah pencegahan dari terpaparnya Covid-19. Tindakan ini dilakukan tidak hanya berdampak pada diri sendiri. Namun erat kaitanya dengan orang lain karena penularan virus ini sangat mudah dan cepat. Tindakan ini

dilakukan oleh seseorang satu dengan orang lain maka dapat disebut dengan tindakan sosial. Dikarenakan jika seseorang melakukan sebuah tindakan namun diarahkan pada benda mati atau tidak hidup maka tidak dapat disebut dengan tindakan sosial. Seperti yang telah dijelaskan bahwa seorang petani miskin akan melakukan PHBS maupun mematuhi protokol kesehatan karena adanya orang lain. Seperti dengan keluarga, petani satu dan lainnya, pemerintah, aparat desa, dan sebagainya.

Dalam penelitian ini petani melakukan tindakan *Zwe rational* atau tindakan rasionalitas instrumental. Ini dikarenakan petani melakukan PHBS dan protokol kesehatan berdasarkan dengan rasio akal sehatnya. Tindakan ini dilakukan secara sadar oleh petani miskin. Selain itu tentunya petani miskin melakukan tindakan ini dengan sebuah tujuan. Dimana dalam mencapai tujuan tersebut menggunakan cara-cara yang efektif dan efisien. Sebagai seorang petani yang bekerja di tempat yang kotor melakukan PHBS dan penerapan protokol kesehatan sebagai sebuah tindakan yang efektif dan efisien. Dengan maksud tindakan yang dilakukan yaitu untuk mencegah terjadinya penularan Covid-19 antara satu dengan yang lainnya. Strategi ini dilakukan petani miskin agar tetap dapat bekerja dan memiliki badan yang sehat walaupun di masa pandemi seperti saat ini.

## **KESIMPULAN**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam pencegahan Covid-19 pada petani miskin dilakukan dengan cara selalu melakukan kebersihan. Kebersihan ini dilakukan baik lingkup diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Seperti mandi, gosok gigi, mencuci tangan, dan makan makanan bergizi. Faktor pendorong petani miskin melakukan PHBS adalah mematuhi anjuran pemerintah dan keinginan untuk selalu sehat. Faktor penghambat petani miskin melakukan PHBS adalah ketidaknyamanan memakai masker, jaga jarak, dan lupa. Dampak yang dirasakan setelah melakukan PHBS dalam upaya pencegahan Covid-19 pada petani miskin menjadikan petani itu merasa selalu sehat dan terbiasa melakukan kebersihan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Budiningsih dkk. (2020). People's Clean and Healthy Behaviors during the COVID-19 Outbreak: A Case Study in DKI Jakarta Province. *ISPHE 2020*. DOI: 10.4108/eai.22-7-2020.2300293
- Chairi. (2009). *Landasan Filsfat dan Metode Penelitian Kualitatif*.  
*Paper*: Universitas Diponegoro Semarang, Laboratorium Pengembangan Akuntansi
- Gushendi, Dendi. (2019). Partisipasi Masyarakat dalam Pengembangan Desa Wisata dalam Tinjauan Teori Tindakan Sosial Max Webber. *Skripsi: UIN SUNAN AMPEL SURABAYA*
- Hsu, C. H., Lin, H. H., Wang, C. C., & Jhang, S. (2020). How to Defend COVID-19 in Taiwan? Talk about People's Disease Awareness, Attitudes, Behaviors and the Impact of Physical and Mental Health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*: Vol 17, No: 13
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/382/2020 tentang protokol kesehatan bagi masyarakat di tempat dan fasilitas umum dalam angka pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019*
- Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional. 2020  
<https://covid19.go.id/>  
Diakses pada 22 November 2020 Pukul 10.32
- Muis. (2020). Transparansi Kebijakan Publik Sebagai Strategi Nasional Dalam Menanggulangi Pandemi Covid-19. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i FSH UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*: Vol. 7 No.5
- Nguyen, N. P. T et all. (2020). Preventive Behavior of Vietnamese People in Response to the Covid-19 Pandemic. *PloS one*: Vol:15. No:9
- Nisrima dkk. (2016). Pembinaan Perilaku Sosial Remaja Penghuni Yayasan Islam Media Kasih Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan*: Vol:1, No1  
*Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Phbs) dalam Pencegahan Covid-19 (Studi Kasus pada Petani Miskin Desa Rambeanak, Mungkid, Magelang, Jawa Tengah)- Aprilia Ningsih, Argyo Demartoto*

Priyoto. (2015). *Perubahan dalam Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu  
Promosi Kesehatan (Promkes) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016).

*PHBS*

<http://promkes.kemkes.go.id/phbs>

Diakses: Sabtu, 11 April 2020. 21.05 WIB

Pusat Informasi Seputar Covid-19 Di Kabupaten Magelang. (2020)

<https://infocorona.magelangkab.go.id/>

Diakses pada 22 November 2020 Pukul 11.01

Rahardjo,M. (2017). *Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif: Konsep dan  
Prosedurnya*. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim Pers

Rejeki, S. (2019). Pilihan Rasional Petani Miskin pada Musim Paceklik. *Jurnal*

*Analisa Sosiologi*: Volume: 8 Nomor: 2

Republika.co.id. (2020). Seorang petani di Lebak Positif Covid-19.

<https://www.msn.com/id-id/berita/nasional/seorang-petani-di-lebak-positif-covid-19/ar-BB14r9LP>

Diakses Pada Rabu, 30 Desember 2020 Pukul 10.27

WHO. (2020). Coronavirus Disease (COVID – 19)

<https://covid19.who.int/>

Diakses pada 22 November 2020 pukul 10.24 WIB