

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN HIDUP SEHAT MENCEGAH COVID-19 BAGI MASYARAKAT DI DESA MARGA SAKTI KECAMATAN PADANG JAYA KABUPATEN BENGKULU UTARA

Diyas Widiyarti M.A

Sosiologi/FISIP

UNIB/diyas.widiyarti@unib.ac.id

Drs. Heri Sunaryanto, M.A., Ph.D

Sosiologi/FISIP

UNIB/hsuharyanto50@gmail.com

Drs. Sumarto Widiono, M.Si

Sosiologi/FISIP

UNIB/sumarto.widiono@unib.ac.id

ABSTRAK

Pengabdian kepada masyarakat bertujuan agar meningkatkan pengetahuan bagi masyarakat desa Marga Sakti Kecamatan Padang Jaya Kabupaten Bengkulu Utara perihal budaya hidup sehat, dengan adanya dampak dari corona virus 19 yang telah mewabah kepenjuru dunia. Metode pengabdian dilakukan dengan cara ceramah dengan pendampingan bersama narasumber yang berkopetensi yaitu dokter umum yang bertugas sebagai anggota satgas covid dilingkungan rumah sakit rafflesia Bengkulu dan tim dari pengabdian kepada masyarakat melalui penguatan perilaku sosial dalam berinteraksi sehari-hari. Hasil pengabdian diketahui bahwa kesadaran yang tidak berkelanjutan atau konsisten dari masyarakat sehingga budaya menggunakan protokol kesehatan masih dijalankan tidak sesuai kebijakan pemerintah yang telah disosialisasikan sehingga peran komunikasi dan interaksi yang intensif dilakukan dengan selalu melakukan sosialisasi dalam saling mengingatkan tatkala tidak menggunakan masker, mencuci tangan dengan air sabun serta menjaga jarak yang wajib dilakukan, diakhir kegiatan tim PPM memberikan keterampilan membuat masker instan.

**Kata Kunci : Peningkatan Pengetahuan, Hidup Sehat, Masyarakat
Desa Marga Sakti.**

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aspek terpenting dalam kehidupan dan mendukung berjalannya aktivitas secara optimal. Kesehatan diartikan sebagai kondisi fisik, mental dan sosial yang terbebas dari gangguan penyakit sehingga aktivitas yang berjalan di dalamnya dapat terjadi secara optimal. Untuk mencapai standar kesehatan yang baik maka diperlukan adanya proses pengelolaan lingkungan sekitar dan aktivitas harian yang tercermin dalam gaya hidup sehat. Gaya hidup sehat merupakan gaya hidup masyarakat yang menjunjung tinggi aspek-aspek kesehatan seperti pengelolaan kebersihan dan kesehatan lingkungan, menjaga kebugaran fisik

dan psikis dan pemberian asupan nutrisi yang cukup, sehingga tercapai standar kesehatan yang baik.

Pada tahun 2020 berkembang kasus wabah virus covid-19 (corona virus) yang sangat menjadi perhatian dunia muncul pertama kali di negara cina (di kota wuhan) pada desember 2019 dan sampai berkembang salah satunya yaitu di negara indonesia. Wabah virus covid-19 merupakan salah satu virus yang mematikan sehingga kasus ini menjadi pusat perhatian oleh setiap individu, 34 provinsi di indonesia telah terpapar zona merah atau warga yang bermukim di suatu provinsi tersebut telah menjadi korban baik yang telah memeriksakan diri (PPT), orang dalam pemantauan (ODP), pasien dalam pengawasan (PDP), orang tanpa gejala (OTG), pasien dalam perjalanan dalam negeri/area terjangkau (PPT) dan terkonfirmasi atau (POSITIF COVID 19).

Bengkulu menjadi salah satu wilayah tersasar *suspect* korban covid 19 yang tercatat pada tanggal 09 april 2020 data yang direalist oleh dinas kesehatan kota bengkulu:

Tabel 01.
Dinas Kesehatan Dalam Rilis Pasien Covid-19

No	Pasien Tercatat	Jumlah/Jiwa	Keterangan
1	Penjaringan Pemeriksaan	6338	-
2	PPT	1236	-
3	PDP	8	2 jiwa= dirawat, 1 jiwa =pulang, 5 jiwa =meninggal
4	ODP	127	76 jiwa=proses pemantauan, 50 jiwa =selesai pemantauan, 1 jiwa = meninggal
5	OTG	76	
6	Terkonfirmasi	4	

Sumber: Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 09 April 2020, Pukul 17.00 WIB Faktor-

faktor yang bisa menyebabkan terinfeksi virus ini, yaitu:

1. Terapkan *physical distancing*, yaitu menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain, dan jangan dulu ke luar rumah kecuali ada keperluan mendesak.
2. Gunakan masker saat beraktivitas di tempat umum atau keramaian.
3. Rutin mencuci tangan dengan air dan sabun atau *hand sanitizer* yang mengandung alkohol minimal 60% setelah beraktivitas di luar rumah atau di tempat umum.
4. Tingkatkan daya tahan tubuh dengan pola hidup sehat.
5. Jangan menyentuh mata, mulut, dan hidung sebelum mencuci tangan.
6. Hindari kontak dengan penderita atau orang yang dicurigai menderita COVID-19.
7. Tutup mulut dan hidung dengan tisu saat batuk atau bersin, kemudian buang tisu ke tempat sampah.

8. Hindari berdekatan dengan orang yang sedang sakit demam, batuk, atau pilek.
9. Jaga kebersihan benda yang sering disentuh dan kebersihan lingkungan, termasuk kebersihan rumah (artikel.kementerian kesehatan 2020).

Dari adanya hasil observasi kasus covid 19 yang telah terpaparkan datanya diatas menjelaskan bahwa gaya hidup merupakan salah satu aspek yang esensial di era modern ini. Gaya hidup merupakan gambaran bagi setiap orang yang mengenakannya dan menggambarkan seberapa besar perilaku seseorang di dalam masyarakat. Selain itu, gaya hidup juga dapat diartikan sebagai suatu seni yang dibudayakan oleh setiap orang. Gaya hidup yang dijalani dapat menentukan kualitas hidup dan kesehatan tubuh. Seseorang yang memiliki gaya hidup yang positif dan pola hidup yang sehat cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih memadai, begitu juga sebaliknya. Gaya hidup merupakan salah satu indikator kualitas hidup seseorang. Seseorang yang memiliki gaya hidup sehat akan menjalankan kehidupannya dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan seperti makanan, pikiran, kebiasaan olahraga, dan lingkungan yang sehat.

Menurut data WHO 2019, 70 % kematian disebabkan oleh berbagai penyakit : jantung, diabetes, stroke, dan kanker. Separuh orang dari jumlah tersebut memiliki pola makan yang buruk. Pola makan modern pemicu utama timbulnya penyakit degeneratif. pola makan modern tidak sesuai dengan pengertian pola hidup sehat, terlalu banyak karbohidrat dan lemak serta kekurangan mengonsumsi serat serta sering memakan makanan yang cepat saji yang mengandung pengawet, kalori kosong, penyedap rasa, dan lemak. Selain itu kebiasaan ngemil yang berlebihan, merokok juga dapat memiliki dampak buruk bagi kesehatan karena di dalam rokok mengandung zat kimia berbahaya bagi kesehatan tubuh, temuan pada kasus terbaru ini tahun 2020 ialah wabah virus covid 19 (corona) yang mengakibatkan kematian pada diri manusia. Wabah virus corona ini sampai saat ini belum ditemukan jenis pengobatan yang tepat namun perlu dan pentingnya melalui pencegahan sebagai berikut kegiatan yang sederhana menggunakan masker dan melakukan kegiatan cuci tangan (pakai sabun) sangat penting mengingat tangan adalah salah satu media yang sangat potensial sebagai perantara masuknya berbagai penyakit didalam tubuh (*dalam Sumarto 2019*).

Nilai positif secara sosial pada akhirnya beberapa kelompok masyarakat/individu mulai menumbuhkan kesadaran untuk menyadari pentingnya menjaga kesehatan. Berbagai cara

dilakukan agar mendapat kesehatan yang optimal. Menurut World Health Organization, *health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of diseases or infirmity*. Dengan demikian standarisasi kebiasaan atau perilaku hidup setiap individu sangatlah berbeda, maka strategi yang dilakukan menunjukkan bagaimana kualitas *survive* pada setiap individu.

Menjadi pusat perhatian yaitu kepada kelompok usia rentan pada umur antara 55-65 tahun keatas memiliki pengaruh resiko yang tinggi perihal menjaga kesehatan sehingga perlunya inisiasi atau pendampingan yang kompleks dalam melakukan komunikasi dan sosialisasi menjadi upaya sebagai salah satu tindakan *preventif* yang mendukung tercapainya kesadaran dan perubahan gaya hidup menjadi lebih baik.

Desa marga sakti menjadi salah satu lokus kajian pengabdian ini, dimana bila dilihat berdasarkan fasilitas kesehatan yang ada yaitu:

TABEL 02.
SARANA DAN
PRASARANA DESA
MARGA SAKTI

NO	SARANA/PRASARANA	JUMLAH/VOLUME
1	Balai Desa	1 Unit
2	Kantor Desa	1 Unit
3	Puskesmas Pembantu	1 Unit
4	Masjid	14 Unit
5	Mushola	32 Unit
6	Gereja	5 Unit
7	Pos Kamling	44 Unit
8	Taman Kanak-kanak	5 Unit
9	Lapangan Bola kaki	1 unit
10	SD Negeri	4 Unit
11	SMP Negeri	1 Unit
12	Balai Desa	1 Unit
13	Balai Pertemuan Serba Guna	1 Unit
14	Gedung Posyandu	2 unit
15	Terminal Desa	1 Unit
16	Tempat Pemakaman Umum	5 Lokasi
17	Pasar Desa	2 unit
18	Sungai	4300 m'
19	Jalan Tanah	9000 m'
20	Jalan Koral	18000 m'
21	Jalan Poros/Hot Mix	8000 m'
22	Jalan aspal Penetrasi	15000 m'
23	PDAM	5 unit
24	BANK Perkreditan	1 unit
25	Koperasi	3 unit

26	Pembibitan Karet	5 kelompok
27	Balai Benih Ikan	2 unit

Sumber : Profil Desa Marga Sakti, 2020.

Dari beberapa sarana fisik yang tersedia, hasil observasi (tim pengabdian februari 2020) belum ditindak lanjutinya penyediaan fasilitas peningkatan tanggap situasi covid-19 terjadi saat ini, sehingga desa marga sakti yang memiliki jumlah kepala keluarga 1970 kk dan tujuh dusun dengan jumlah penduduk 6.240 jiwa yang terdiri dari :

Tabel 03.
Jumlah Penduduk Desa Marga Sakti/ Maret 2020

Jenis Kelamin	Gambaran Jumlah Penduduk Dalam Jiwa
Laki-Laki	3.203 Jiwa
Perempuan	3.037 Jiwa

Sumber : Profil Desa Marga Sakti, 2020.

Inisiatif yang akan dilakukan oleh tim pengabdian ialah pendampingan dan sosialisasi yang dimaksudkan sebagai upaya bagi masyarakat menumbuhkan pengetahuan mengenai perubahan sosial yang terjadi. Kesadaran menjalankan perilaku hidup sehat, dengan beradaptasi pada kasus yang sedang terjadi saat ini, memberikan pengetahuan mengenai strategi dan langkah yang dilakukan oleh masyarakat desa marga sakti menghadapi dan mencegah pandemi virus covid-19, implementasi bersinergi pada program kementerian kesehatan yaitu penerapan gerakan masyarakat hidup sehat dalam keluarga serta adanya penyediaan masker dan fasilitas pencuci tangan yang akan disediakan oleh tim pengabdian sebagai *role model* tertib protokol kesehatan pemerintah.

METODE

Sasaran dari kegiatan ini ialah kelompok masyarakat desa marga sakti kecamatan padang jaya kabupaten bengkulu utara, diawali dengan melakukan koordinasi oleh tim pengabdian kepada perangkat desa marga sakti hingga disepakati jumlah peserta sebanyak 40 orang yang terbagi dalam dua hari kegiatan sesuai dengan instruksi protokol kesehatan pemerintah dalam satu hari ialah 20 orang. Adapun upaya pemecahan masalah melalui beberapa metode yaitu:

- a. Diskusi merupakan salah upaya dialogis secara terarah yang memuat kegiatan tanya jawab mengenai persoalan yang terkait dengan topik yang disajikan serta mengulas mengenai upaya peningkatan pengetahuan hidup sehat mencegah covid-19 bagi masyarakat desa marga sakti kecamatan padang jaya kabupaten bengkulu utara. Dalam kegiatan ini, para peserta diberikan kesempatan seluas-luasnya untuk bertanya

guna mendapatkan informasi dan pengetahuan secara mendalam.

- b. Pendampingan merupakan kegiatan yang dilakukan pasca pemberian informasi mengenai upaya peningkatan pengetahuan hidup sehat mencegah covid-19. Pada kesempatan ini, tim pengabdian masyarakat akan memberikan *skill* dalam membuat masker secara sederhana. Upaya ini merupakan salah satu strategi dalam menghadapi pencegahan covid-19 di desa marga sakti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Menjalin Komunikasi Dan Koordinasi Dengan Agent

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan langkah koordinasi antar anggota tim PPM sebagai upaya persiapan kegiatan dengan mengunjungi kepala desa marga sakti pada hari selasa, 15 september 2020 tepat pada pukul 09.30 tiba di balai desa marga sakti berbicara dengan mengutarakan maksud kedatangan tim PPM maka kepala desa menyambut dengan baik rencana dan selanjutnya meminta tim PPM untuk langsung berkoordinasi dengan sekretaris desa marga sakti yaitu bapak endro pradopo. Bapak endro adalah sekretaris desa yang sudah bekerja selama 5 tahun mengabdikan didesa marga sakti, dedikasi yang telah dilakukannya telah banyak mengorganisir kegiatan desa marga sakti dan tak kalah penting hasilnya positif dan salah satu prestasi membanggakan desa marga sakti sebagai desa percontohan bagi literasi perpustakaan pada tahun 2017 penghargaan tingkat nasional. Bercerita banyak tentang kegiatan apa saja yang telah dilakukan oleh desa marga sakti selama ini, mendengar maksud dan kedatangan kami, bapak endro yang akrab kami menyapanya serentak langsung merespon sangat positif dikarenakan kegiatan sosialisasi yang bersamaan dengan kondisi pandemi masih sangat kurang dilakukan, bila ada itu pun kegiatan yang tidak fokus dan spesifik membahas dinamika covid-19 ini. Harapan nya kegiatan kami ini bisa bermanfaat bagi pengembangan pengetahuan informasi dalam berperilaku menghadapi pandemi corona virus-19.

Setelah direspon dengan positif maka kami mendiskusikan mengenai kapan kegiatan ini bisa terselenggarakan. Bapak endro meminta waktu guna menghubungi dan berkoordinasi dengan perangkat desa lainnya kapan mereka bisa menyediakan waktu untuk kegiatan tersebut. Agar komunikasi dapat berjalan dengan lancar maka kami meminta nomor kontak bapak endro untuk berkoordinasi lebih lanjut. Selesai dengan bapak endro tim PPM berpamitan.

Lima hari kemudian, bapak endro memberikan kabar mengenai waktu luang mereka untuk mengikuti kegiatan sosialisasi yang telah disiapkan oleh tim PPM. Hasil kesepakatan akhirnya memutuskan bahwa kegiatan sosialisasi akan dilaksanakan dalam 2 kali tahap pertemuan yaitu pada hari Rabu, 23 september 2020 dan Kamis, 24 september 2020 dengan mematuhi protokol kesehatan menentukan jumlah peserta dalam satu hari yaitu 20 orang dengan jumlah keseluruhan 40 peserta yang dibagi dalam dua kali kegiatan pertemuan.

1. Persiapan Sosialisasi Peningkatan Pengetahuan Hidup Sehat Mencegah Covid 19

1.1. Kegiatan Pengabdian Pada Pertemuan Hari Pertama

Pertemuan hari pertama diselenggarakan pada hari rabu tanggal 23 september 2020 yang dimulai pada pukul 08.30-13.00 WIB. Tim pengabdian masyarakat memulai dengan terlebih dahulu memberikan acara pembukaan secara formal yang didalamnya, dihadiri oleh kepala desa, sekretaris desa, bpd serta perangkat desa dan peserta sosialisasi pada pertemuan satu. Tepat pada pukul 09.00 WIB kegiatan inti dimulai setelah pak kades bernama sumaryono membuka acara secara resmi.



Gambar 01.
Kepala Desa Marga Sakti Bapak Sumaryono Membuka Acara Dengan Resmi.

Acara pembukaan berjalan dengan lancar, rangkaian acara dilanjutkan dengan tim pengabdian kepada masyarakat memberikan fasilitas pencuci tangan yang telah dibuat kepada kelompok masyarakat desa marga sakti yang telah dipilih sesuai dengan kategori penggunaannya. Adapun jumlah fasilitas pencuci tangan yang telah dibuat sebanyak delapan unit akan ditempatkan di ruang umum seperti : masjid, sekolah (paud), pasar tradisonal, gereja dan kantor desa. Berikut ini adalah dokumentasi peserta daftar perwakilan yang menerima fasilitas tersebut sebagai berikut:



Gambar 02.
Serah Terima Fasilitas Cuci Tangan oleh Tim PPM.

Berikut adalah perwakilan kelompok penerima fasilitas cuci tangan yang diberikan dari tim pengabdian kepada masyarakat di desa marga sakti.

Tabel 04.
Daftar Penerima Fasilitas Pencuci Tangan

No	Nama	Keterangan	Jumlah/Unit
1.	Kasmida	Paud	1 Unit
2.	Maryastuti	Paud	1 Unit
3.	Sumaryono	Desa	1 Unit
4.	Siswanto	Masjid	1 Unit
5.	Warjuli	Gereja	1 Unit
6.	M. Jauhari Fajri	Karang Taruna	1 Unit
7.	Kuzaini	Masjid	1 Unit
8.	Panut	Masjid	1 Unit

Tepat Pukul 09.15 WIB penyampaian materi dimuali dalam materi sesi 1 disampaikan

oleh Drs. Sumarto Widiono, M.Si dalam inti materi ini disampaikan tentang “menumbuhkan pengetahuan hidup sehat atas terjadinya perubahan sosial di era modern”. Pada intinya materi ini difokuskan untuk mendeskripsikan perihal situasi perubahan kebudayaan yang terjadi termasuk didalamnya ialah budaya berperilaku yang mendukung pola hidup sehat. Harapannya mereka dapat memahami dan bisa membedakan bagaimana perubahan sosial yang terjadi pada era modern saat ini.



Gambar 03.

Peserta Kelompok 1 Menyimak Materi yang Disampaikan oleh Drs. Sumarto Widiono, M.Si

Kegiatan penyampaian materi pertama selesai dan diskusi berakhir tepat pada pukul 10.15 WIB. Lalu dilanjutkan dengan pembicara materi kedua oleh Drs. Heri Sunaryanto., Ph.D mengenai “Strategi dan langkah yang dilakukan oleh masyarakat desa marga sakti menghadapi dan mencegah pandemi virus covid-19”. Beliau menjelaskan dengan kata kunci adalah **kepatuhan sosial**, yang wajib dilakukan oleh seluruh masyarakat tanpa terkecuali dengan budaya baru yang dijalankan dengan harapan kesadaran untuk membiasakan hidup sehat. Materi dan diskusi yang disampaikan oleh pak heri ini berakhir tepat pada pukul 11.15 WIB.



Gambar 04.
Acara penyampaian materi oleh Drs. Heri Sunaryanto, M.A, Ph.D

Terlihat dengan bersemangat antusias peserta dalam berdiskusi perihal materi yang telah disampaikan dalam sesi dua, salah satu peserta bernama bapak tugimin dengan semangatnya mengajukan pertanyaan kepada narasumber.



Gambar 05.
Antusias Peserta Dalam Diskusi Kepada Narasumber

Penyampaian materi di sesi ke 3 ialah dari Diyas Widiyarti, M.A yaitu dengan pembahasan terkait praktik pembuatan masker sederhana. Harapannya bahwa masker yang setiap hari dibutuhkan dan digunakan dapat dibuat sendiri dengan pemanfaatan kain yang ada di rumah sehingga tidak menjadi *konsumtif* membeli masker yang ada di pasar atau toko-toko. Materi sesi 3 berakhir tepat pada pukul 13.00 WIB



Gambar 06.
Penyampaian Materi oleh Diyas Widiyarti, M.A
Membuat Masker Praktis



Gambar 07.
Hasil Karya Masker oleh Anggota di Kelompok I

1.2 Kegiatan Pengabdian Pada Pertemuan Hari Kedua

Seperti yang telah disepakati bersama, tertib dengan protokol kesehatan (dengan mempertimbangkan jumlah peserta yang telah dibagi menjadi dua kelompok sosialisasi maka pada hari kamis, 24 september 2020 tim PPM berangkat menuju ke lokasi desa marga sakti.

Sesampainya di sana, telah berkumpul kelompok dua yang siap mengikuti serangkaian kegiatan sosialisasi upaya peningkatan pengetahuan budaya hidup sehat sudah menunggu. Kegiatan dimulai tepat pada pukul 09.00 WIB. Pada kesempatan sesi 1, ini penyampaian langsung dari Drs. Heri Sunaryanto, Ph.D D mengenai “Strategi dan langkah yang dilakukan oleh masyarakat desa marga sakti menghadapi dan mencegah pandemi virus covid-19”. Beliau menjelaskan dengan kata kunci adalah **kepatuhan sosial**, yang wajib dilakukan oleh seluruh masyarakat tanpa terkecuali dengan budaya baru yang dijalankan dengan harapan kesadaran untuk membiasakan hidup sehat. Materi dan diskusi yang disampaikan oleh pak heri ini berakhir tepat pada pukul 10.15 WIB.



Gambar 08.
Penyampaian Materi Hari Ke II Oleh Drs. Heri Sunaryanto, Ph.D

Materi dalam sesi 2 disampaikan oleh Drs. Sumarto Widiono, M.Si dalam inti materi ini disampaikan tentang “menumbuhkan pengetahuan hidup sehat atas terjadinya perubahan sosial di era modern”.

Pada intinya materi ini difokuskan untuk mendeskripsikan perihal situasi perubahan kebudayaan yang terjadi termasuk didalamnya ialah budaya berperilaku yang mendukung pola hidup sehat. Harapannya mereka dapat memahami dan bisa membedakan bagaimana perubahan sosial yang terjadi pada era modern saat ini. Materi diskusi yang disampaikan oleh pak sumarto berakhir tepat pada pukul 11.15 WIB.



Gambar 09.
Peserta Dalam Kelompok II, Mendengarkan Informasi Bersama Narasumber Drs. Sumarto
Widiono, M.Si

Penyampaian materi di sesi ke 3 ialah dari Diyas Widiyarti, M.A yaitu dengan pembahasan terkait praktik pembuatan masker sederhana. Harapannya bahwa masker yang setiap hari dibutuhkan dan digunakan dapat dibuat sendiri dengan pemanfaatan kain yang ada di rumah tangga yang masih dalam kondisi bersih dan layak digunakan sehingga tidak menjadi *konsumtif* membeli masker yang ada di pasar atau toko-toko. Materi sesi 3 berakhir tepat pada pukul 13.00 WIB



Gambar 10.
Peserta Kelompok II Membuat Masker Bersama Narasumber Diyas Widiyarti, M.A



Gambar 11.
Peserta Langsung Membuat Masker Dengan Alat dan Bahan yang Telah Disediakan oleh Tim PPM.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang dapat kami sampaikan adalah sebagai berikut:

1. Kegiatan yang telah dilaksanakan adalah sosialisasi upaya peningkatan pengetahuan hidup sehat mencegah covid 19 bagi masyarakat dengan pokok informasi yaitu Strategi dan langkah yang dilakukan oleh masyarakat desa marga sakti menghadapi dan mencegah pandemi virus covid-19, menumbuhkan pengetahuan hidup sehat atas terjadinya perubahan sosial di era modern, pembuatan masker sederhana dan pemberian fasilitas pencuci tangan bagi perwakilan kelompok masyarakat desa marga sakti.
2. Peserta sangat partisipatif dan antusias dalam mengikuti rangkaian kegiatan yang telah dilaksanakan oleh tim pelaksanaan pengabdian
3. Peserta mampu memahami langkah-langkah yang harus disiapkan dalam menciptakan budaya hidup sehat mencegah covid19.

Berdasarkan kesimpulan diatas, tim pelaksana pengabdian dapat menyampaikan saran berikut:

1. Tim pengabdian diharapkan dapat intensif dalam memberikan informasi yang berkelanjutan mengenai permasalahan covid19 bagi kelompok masyarakat desa khususnya di desa marga sakti.

- 2 Tim pengabdian diharapkan memberikan pengetahuan terkait dengan alternatif membuat produk seperti: *handsainitaizer* yang berbahan alami dan membuat *disinfektan* yang dapat dimanfaatkan oleh keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

Call Center Dinas Kesehatan Kota Provinsi Bengkulu 2020

Endang Susanti dan Nur Kholisoh. 2018. *Kontruksi Makna Prilaku Hidup Sehat*. Jurnal Lugas
Ritzer George & Goodman, Douglas J, 2007. *Teori Sosiologi Modern*. Edisi Ketujuh. Jakarta:
Kencana.

Sumarto Widiono, Drs, Msi. 2019. *Membudayakan Cuci Tangan Pada Usia Sekolah*. Jurnal
Sosiologi Nusantara.

Internet :

<http://mangihot.blogspot.com/2016/11/budaya-hidup-sehat.html> diakses, 05 maret 2020 pukul
13.00 Wib

<https://www.alodokter.com/virus-corona> diakses, 09 maret 2020 pukul 17.00

Anne. 2010. *Gaya Hidup Sehat*.