



**Edukasi Pencegahan COVID-19 di Lingkungan Rumah  
Tangga di Yayasan Hati Mama Jimbaran Bali**

*COVID-19 Prevention Education in the Home Environment at the Mama  
Jimbaran Heart Foundation Bali*

**Nur Fatimah Mutmainnah<sup>1</sup>, Kadek Sri Ariyanti<sup>2</sup>, Made Dewi Sariyani<sup>3</sup>, Siti Zakliyah<sup>4</sup>, Rini Winangsih<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>Prodi S1 Keperawatan, STIKES Advaita Medika Tabanan, Indonesia  
<sup>2,3,4,5</sup>Prodi DIII Kebidanan, STIKES Advaita Medika Tabanan, Indonesia  
Jl. Perkutut No. 25 Pasekan Belodan, Tabanan, Bali, Indonesia

Corresponding author: Kadek Sri Ariyanti  
Email: ariyanthi.midwife@gmail.com

**ABSTRAK**

Pandemi Covid-19 memberikan dampak yang cukup besar bagi kehidupan sosial masyarakat, dimana masyarakat diwajibkan untuk mematuhi protokol kesehatan seperti memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak. Dampak pandemi Covid-19 juga dirasakan oleh anak-anak, sehingga perlu menerapkan kepatuhan terhadap protokol kesehatan pada anak, mulai dari lingkungan keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Ariyanti (2020) di Desa Gadungan Tabanan Bali menunjukkan bahwa sebagian besar rumah tangga telah menerapkan perilaku pencegahan Covid-19 dengan baik. Namun masih kurang pada pelaksanaan desinfektan secara berkala serta kegiatan olahraga secara rutin. Perlu edukasi yang lebih baik kepada keluarga untuk meningkatkan kegiatan pencegahan penularan Covid-19 di lingkungan rumah tangga khususnya pada anak.

Kegiatan yang dilakukan adalah edukasi pencegahan Covid-19 pada anak di lingkungan rumah tangga dengan menggunakan media leaflet dari Kementerian Kesehatan. Sasarannya adalah orang tua asuh di Yayasan Hati Mama Jimbaran Bali. Kemudian diikuti dengan pemeriksaan kesehatan pada setiap anggota keluarga serta pemberian masker, multivitamin, sabun cuci tangan dan hand sanitizer.

Setelah dilakukan edukasi pencegahan Covid-19 di lingkungan rumah tangga, orang tua dan anak-anak asuh di panti tersebut berkomitmen akan tetap menjaga protokol kesehatan dengan cara: mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, menggunakan masker dan hand sanitizer, menjaga jarak dan menjauhi kerumunan, melakukan aktifitas fisik secara teratur serta makan makanan yang bergizi dan minum multivitamin.

**Kata Kunci:** covid-19, edukasi, rumah tangga

**ABSTRACT**

*The Covid-19 pandemic has had a considerable impact on people's social lives, where people are required to comply with health protocols such as wearing masks, washing hands and keeping a distance. The impact of the Covid-19 pandemic is also felt by children, so it is necessary to implement compliance with health protocols for children, starting from the family environment. Research conducted by Ariyanti (2020) in Gadungan Village Tabanan Bali shows that most households have implemented Covid-19 prevention behaviors well. However, it is still lacking in the implementation of regular disinfectants and regular sports activities. Better education is needed for families to increase activities to prevent transmission of Covid-19 in the household environment, especially in children.*

*The activity carried out was education on preventing Covid-19 in children in the household environment using leaflet media from the Ministry of Health. The targets are foster parents at the Hati Mama Jimbaran Foundation in Bali. This is followed by a health check on each family member and the provision of masks, multivitamins, hand soap and hand sanitizer.*

*After the Covid-19 prevention education was carried out in the household environment, parents and foster children at the orphanage were committed to maintaining health protocols by: washing hands using soap and running water, using masks and hand sanitizers, maintaining distance and staying away from crowds, do physical activity regularly and eat nutritious food and take multivitamins.*

**Keyword :** covid-19, education, household

## PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 merupakan peristiwa menyebarnya penyakit koronavirus 2019 di seluruh dunia dan sampai bulan April 2020 telah menginfeksi lebih dari 210 negara (WHO, 2020). Di Indonesia, kasus covid-19 pertama kali dikonfirmasi pada tanggal 02 Maret 2020 sejumlah dua kasus (Nuraini, 2020). Pada bulan Mei 2020, angka kematian juga masih terus terjadi walaupun diimbangi dengan jumlah kesembuhan pasien. Secara global kasus Covid-19 sebanyak 4.170.424 kasus dengan 287.399 kasus kematian (WHO, 2020). Di Indonesia, penambahan jumlah kasus terkonfirmasi terus meningkat, dimana pada Bulan Mei 2020 masih berada pada angka 10.551 kasus dengan 800 orang meninggal dunia (Kemenkes RI, 2020c). Dari data resmi Satgas Covid-19 tercatat jumlah kategori anak yang sudah terinfeksi Covid-19 di Indonesia mencapai 250.000 atau sekitar 12,8% dari total keseluruhan kasus yang tercatat. Untuk usia 0-5 tahun sebanyak 2,9% dan usia 6-18 tahun mencapai 9,9% dari total kasus nasional (Nua, 2021).

Cara terbaik untuk mencegah penyebaran virus Corona adalah dengan menerapkan protokol kesehatan. Beberapa hal yang dapat dilakukan antara lain 1) Menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang meliputi mencuci tangan dengan sabun sesering mungkin, menggunakan *hand sanitizer*, selalu memakai masker, menerapkan etika batuk serta selalu melaksanakan protokol keluar rumah dengan baik. 2) menerapkan *social distancing* dan *physical distancing* yang meliputi menjaga jarak minimal satu meter dengan orang lain, menghindari kerumunan,

berupaya tetap tinggal dirumah *work from home* serta menghindari berjabat tangan dan tidak menerima tamu dari luar daerah untuk sementara waktu. 3) Tetap menjaga imunitas tubuh dengan berolahraga secara teratur, makan makanan yang bergizi dan suplemen makanan (multivitamin), melakukan aktifitas fisik secara teratur, serta berjemur di bawah sinar matahari pagi (Kemenkes RI, 2020b).

Pelaksanaan Tri Darma Perguruan Tinggi merupakan tolok ukur pencapaian mutu pada Perguruan Tinggi. Kegiatan tersebut meliputi pembelajaran, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat. Sebagai wujud integrasi Tri Darma PT, kegiatan edukasi pencegahan Covid-19 di lingkungan rumah tangga ini dilaksanakan sebagai bentuk keberlangsungan dari penelitian dosen tetap Program Studi DIII Kebidanan yang berjudul Edukasi Pencegahan Covid-19 di Lingkungan Rumah Tangga.

Sehubungan dengan kondisi pandemi Covid-19, adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat merupakan suatu bentuk edukasi kepada keluarga dalam percepatan pencegahan dan penanggulangan pandemi Covid-19. Hal ini merupakan suatu bentuk peran serta dosen dan mahasiswa dalam pencegahan, pemutusan rantai penyebaran Covid-19, meningkatkan ketahanan pangan masyarakat untuk siaga, sigap sehingga menjadi keluarga yang tangguh menghadapi bencana wabah Covid-19.

Dampak Pandemi Covid-19 tak hanya menyerang orang dewasa saja, namun anak-anak juga berisiko terinfeksi Virus Corona. Hal ini menjadi sebuah kekhawatiran bagi orang tua kepada anaknya. Maka dari itu, pencegahan Covid-19 pada anak-anak perlu dilakukan agar kondisi anak tetap sehat.

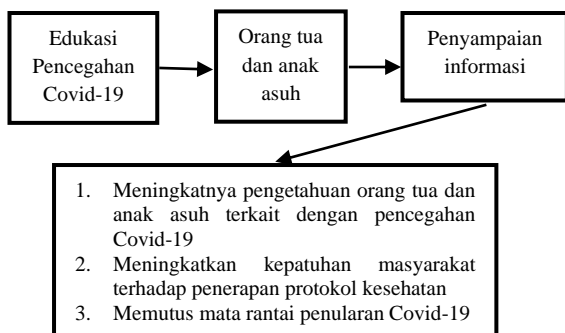
\*

Penerapan perilaku hidup sehat merupakan salah satu upaya pencegahan Covid-19 yang dapat dilakukan mulai dari lingkungan keluarga. Hal-hal yang dapat dilakukan mulai dari lingkungan keluarga antara lain: 1) penerapan PHBS 2) *social distancing* dan *physical distancing* serta 3) peningkatan imunitas tubuh. Penelitian yang dilakukan oleh Ariyanti (2020) di Desa Gadungan Tabanan Bali menunjukkan bahwa sebagian besar rumah tangga telah menerapkan perilaku pencegahan Covid-19 dengan baik. Namun masih ada kekurangan dalam pelaksanaan desinfektan secara berkala serta kegiatan olahraga secara rutin. Perlu edukasi yang lebih baik kepada keluarga agar mampu meningkatkan kegiatan pencegahan penularan Covid-19 di lingkungan rumah tangga serta melakukan aktifitas fisik secara rutin sebagai upaya pencegahan Covid-19 di rumah tangga.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: kondisi pandemi Covid-19 berdampak besar pada kehidupan sosial masyarakat, dimana seluruh masyarakat diwajibkan untuk menerapkan protokol kesehatan untuk pencegahan penularan Covid-19. Oleh sebab itu, perlu dilakukan edukasi pencegahan penularan Covid-19 mulai dari lingkungan keluarga, untuk mempercepat pemutusan mata rantai penularan Covid-19.

### SOLUSI PERMASALAHAN

Salah satu solusi permasalahan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan masyarakat terhadap penerapan protokol kesehatan adalah dengan memberikan edukasi pencegahan Covid-19 mulai dari lingkungan keluarga. Alur pemecahan masalah dapat dijelaskan pada bagan berikut ini:



Gambar 1. Alur Pemecahan Masalah

### METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada Hari Minggu, 12 Desember 2021 pukul 10.00 WITA bertempat di Panti Asuhan Yayasan Hati Mama Jimbaran Bali. Metode pelaksanaan kegiatan dengan cara pemberian edukasi menggunakan media leaflet, pemberian masker, hand sanitizer, serta sembako. Sasaran dalam kegiatan ini adalah orang tua dan anak asuh di Panti Asuhan Yayasan Hati Mama Jimbaran Bali. Pelaksanaan kegiatan ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Penjajagan lokasi kegiatan.
2. Penentuan waktu pelaksanaan kegiatan
3. Persiapan dokumen dan perlengkapan kegiatan
4. Pelaksanaan edukasi
5. Penyusunan laporan kegiatan
6. Publikasi hasil kegiata

Adapun alur pelaksanaan kegiatan dapat dijelaskan pada bagan di bawah ini:



Gambar 2. Alur pelaksanaan kegiatan

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan persiapan pelaksanaan kegiatan yang meliputi:

1. Pendataan dan registrasi peserta
2. Pemeriksaan kesehatan peserta yang dilakukan oleh mahasiswa STIKES Advaita Medika Tabanan.
3. Pengarahan dari Ketua STIKES Advaita Medika Tabanan



Gambar 3. Pemeriksaan Kesehatan

#### Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini dilaksanakan beberapa kegiatan meliputi:

1. Sambutan orang tua asuh di Panti Asuhan Yayasan Hati Mama
2. Penyampaian materi oleh narasumber: peserta mengikuti dengan baik dan sangat kooperatif saat mengikuti kegiatan.
3. Diskusi: beberapa peserta mengajukan pertanyaan kepada narasumber, kemudian terjadi diskusi. Peserta sangat antusias mengikuti jalannya diskusi



Gambar 4. Penyerahan Masker

#### **Role Play**

Pada tahap ini dilaksanakan beberapa kegiatan, antara lain:

1. Demonstrasi pemakaian masker yang baik dan benar
2. Demonstrasi cara mencuci tangan 6 langkah menggunakan sabun dan air mengalir.



Gambar 5. Demonstrasi Cuci Tangan



Gambar 6. Foto Bersama

Covid-19 ditularkan melalui kontak dekat dan droplet. Orang-orang yang paling berisiko terinfeksi adalah mereka yang berhubungan dekat dengan pasien Covid-19 atau yang merawat pasien Covid-19. Tindakan pencegahan dan mitigasi merupakan kunci penerapan di pelayanan kesehatan dan masyarakat. Langkah-langkah pencegahan yang paling efektif di masyarakat meliputi: 1) Melakukan kebersihan tangan menggunakan hand sanitizer jika tangan tidak terlihat kotor atau cuci tangan dengan sabun jika tangan terlihat kotor; 2) Menghindari menyentuh mata, hidung dan mulut; 3) Terapkan etika batuk atau bersin dengan menutup hidung dan mulut dengan lengan atas bagian dalam atau tisu, lalu buanglah tisu ke tempat sampah; 4) Pakailah masker medis jika memiliki gejala pernapasan dan melakukan kebersihan tangan setelah membuang masker 5) Menjaga jarak (minimal 1 m) dari orang yang mengalami gejala gangguan pernapasan (Kemenkes RI, 2020a).

Selain itu, prosedur pembersihan dan disinfeksi lingkungan harus diikuti dengan benar dan konsisten. Masyarakat perlu didukasi dan dilindungi dari infeksi Covid-19 dan harus memastikan bahwa permukaan lingkungan dibersihkan secara teratur: 1) Bersihkan dan disinfeksi permukaan yang sering disentuh seperti meja, rangka tempat tidur dan perabotan kamar tidur lainnya setiap hari dengan disinfektan rumah tangga yang mengandung larutan pemutih encer (pemutih 1 bagian hingga 99 bagian air). Untuk permukaan yang tidak mentolerir pemutih maka dapat menggunakan etanol 70%; 2) Bersihkan dan disinfeksi permukaan kamar mandi dan toilet setidaknya sekali sehari dengan disinfektan rumah tangga yang mengandung larutan pemutih encer (1 bagian cairan pemutih dengan 99 bagian air); 3) Membersihkan pakaian, seprai, handuk mandi dan lain-lain, menggunakan sabun cuci dan air atau mesin cuci di 60–90° C dengan deterjen biasa dan kering; 4) Harus mempertimbangkan langkah-langkah untuk memastikan sampah dibuang di TPA yang terstandar dan bukan di area terbuka yang tidak diawasi; 5) Menggunakan sarung tangan sekali pakai saat membersihkan atau menangani permukaan, pakaian atau linen yang terkontaminasi oleh cairan tubuh dan harus melakukan kebersihan tangan



sebelum dan sesudah melakukan kegiatan kebersihan (Kemenkes RI, 2020a).

Pencegahan penularan virus Covid-19 sebagaimana dianjurkan oleh pemerintah salah satunya yaitu dengan sesering mungkin untuk mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir sampai tangan bersih. Dan sebaiknya tidak menyentuh bagian muka yang meliputi hidung, mata dan mulut jika tangannya dalam kondisi kotor. Jika memang tidak ada sabun dan air di anjurkan untuk mencuci tangan menggunakan hand sanitizer (Tabi'in, 2020). Hasil survei demografi dan kesehatan Indonesia tahun 2017 menunjukkan bahwa 93% masyarakat Indonesia sudah terbiasa melakukan cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir (Kemenkes RI, 2020a). Sisanya masyarakat Indonesia mencuci tangan hanya menggunakan air dan deterjen pembersih, serta mencuci tangan dengan sabun tanpa menggunakan air. Hal tersebut menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia sudah memiliki kebiasaan yang baik untuk mencuci tangan dengan menggunakan sabun dan air mengalir. Hanya saja saat situasi pandemi ini terjadi intensitasnya harus ditingkatkan.

WHO telah menetapkan status darurat di tengah meningkatnya jumlah korban tewas akibat virus Corona yang menyerang sistem pernapasan. WHO pun memberikan panduan untuk mencegah penularan virus yaitu dengan cara menjaga kebersihan, menjaga interaksi sosial dan atau melakukan lockdown wilayah (WHO, 2020). Terkait perkembangan virus corona tersebut, akhirnya pemerintah membuat kebijakan sebagai langkah pertama yaitu berupa anjuran *social distancing*. Ini dimaknai bahwa pemerintah menyadari sepenuhnya penularan dari covid-19 ini bersifat droplet percikan lendir kecil-kecil dari dinding saluran pernapasan seseorang yang sakit yang keluar pada saat batuk dan bersin. Oleh karena itu, pemerintah menganjurkan kepada siapapun yang batuk dan yang menderita penyakit influenza untuk menggunakan masker, tujuannya untuk membatasi percikan droplet dari yang bersangkutan. Selain mengatur jarak antar orang, agar kemungkinan peluang tertular penyakit bisa menjadi lebih rendah. Implikasinya bahwa pertemuan-pertemuan dengan jumlah yang besar dan yang memungkinkan terjadinya penumpukan orang harus dihindari (Nurhalimah, 2020).

Dalam hal ini Presiden Republik Indonesia Joko Widodo mengeluarkan kebijakan melalui himbawan yang dikeluarkan oleh WHO, untuk melakukan upaya mencegah penyebaran virus, salah satunya dengan menerapkan *Sosial Distancing* atau kini diubah istilahnya menjadi *Physical Distancing*. *Sosial Distancing* atau *Physical Distancing* merupakan upaya menjaga jarak sosial. Dengan kondisi ini kita dihimbau untuk bekerja dari rumah, belajar dari rumah dan ibadah dari rumah. Dalam penerapannya, masyarakat belum semua menerapkan himbauan tersebut. Hal ini terlihat ketika masih banyak masyarakat ekonomi bawah yang masih beraktifitas di luar rumah. Mereka beralasan karena harus mencari nafkah seperti pedagang kaki lima, ojek online maupun masyarakat yang mengandalkan upah harian. Jika hal ini masih terjadi, potensi penularan virus pun tidak dapat dicegah (Nurhalimah, 2020).

Karenanya sangat penting untuk disadari bersama dari seluruh komponen masyarakat untuk tidak melaksanakan kegiatan yang mengerahkan banyak orang dalam satu tempat yang tidak terlalu luas dan menyebabkan kerumunan. Hal ini dianggap sebagai salah satu upaya yang sangat efektif untuk mengurangi sebaran virus. Oleh karena itu, *physical distancing* harus diimplementasikan, baik dalam kehidupan sehari-hari, di lingkungan kerja ataupun di lingkungan rumah tangga. Selain tetap melakukan pencegahan melalui upaya pola hidup bersih dan sehat dengan selalu mencuci tangan menggunakan sabun dengan air yang mengalir (Nurhalimah, 2020).

Dalam mengatasi laju penyebaran virus Corona, diperlukan peran semua komponen bangsa. Baik rakyat ataupun pemerintah. Karena dalam hal ini kita tidak bisa berjalan sendirian, dibutuhkan peran semua kalangan lapisan masyarakat dalam upaya terhindar dari ancaman virus corona yang sedang mewabah di hampir seluruh wilayah di dunia. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan mematuhi himbawan yang dikeluarkan oleh orang yang bertugas mengatasi hal tersebut, salah satunya Pemerintah ataupun Tim Medis. Masyarakat harus sadar dan tidak menyepelekan hal ini (Nurhalimah, 2020).

Menerapkan pola hidup bersih dan sehat sudah seharusnya diterapkan oleh semua orang. Gerakan ini merupakan wujud perilaku yang baik karena merupakan langkah tepat dalam penanggulangan berbagai penyakit yang masuk ke dalam tubuh. Sebaiknya gerakan ini dibudayakan di seluruh lapisan masyarakat sejak dini agar budaya sehat akan selalu menjadi pedoman untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Selain itu penerapan budaya pola hidup bersih dan sehat harus menjadi kebiasaan utama di lingkungan rumah tangga. Rumah tangga menjadi pilar utama ketika masa pandemi ini, karena semua kegiatan sebagian besar berada di dalam rumah atau *work from home*. Di rumah setidaknya harus ada tempat cuci tangan dan sabun sebelum masuk ke dalam rumah. Membiasakan mandi dan ganti baju setelah berpergian dari luar rumah (Ardiyanto et al., 2020).

Pola hidup sehat adalah upaya seseorang untuk menjaga tubuhnya agar tetap sehat. Menurut Djoko Pekik, pola hidup sehat dapat dilakukan dengan cara mengonsumsi makanan bergizi, olahraga secara rutin, dan istirahat yang cukup. Kebanyakan menganggap bahwa pola hidup sehat adalah pola hidup yang sulit untuk dijalani. Setiap orang membutuhkan kebugaran jasmani yang baik agar dapat melaksanakan pekerjaan dengan efektif dan efisien tanpa mengalami kelelahan. Derajat kebugaran jasmani seseorang sangat menentukan kemampuan fisiknya dalam melaksanakan tugas-tugasnya sehari-hari. Makin tinggi derajat kebugaran jasmani seseorang maka makin tinggi pula kemampuan kerja fisiknya. Terutama dalam masa pandemi covid 19 kebugaran jasmani sangat diperlukan agar tetap sehat (Ardiyanto et al., 2020). Keberhasilan menghasilkan kebugaran jasmani yang baik harus meliputi 3 hal yaitu FIT (frekuensi, intensitas dan time). Frekuensi adalah banyaknya unit latihan persatuan waktu. Untuk meningkatkan kebugaran memerlukan latihan 3-5 kali per minggu. Sebaiknya dilakukan berselang jadi tubuh memiliki kesempatan untuk melakukan pemulihan tenaga (*recovery*). Intensitas meliputi Secara umum intensitas latihan kebugaran adalah 60 - 90% detak jantung maksimal dan secara khusus besarnya intensitas latihan tergantung kepada tujuan latihan. Time atau waktu yang dianjurkan yaitu durasi latihan untuk meningkatkan

kebugaran antara 20-60 menit (Pekik, 2000).

## SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan ini memiliki potensi yang sangat besar sebagai suatu aset dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan kepatuhan masyarakat khususnya anak-anak dalam penerapan protokol kesehatan sebagai upaya pencegahan penularan Covid-19. Dari hasil evaluasi, dapat terlihat bahwa orang tua dan anak asuh memahami pentingnya penerapan protokol kesehatan, khususnya pada anak-anak sebagai upaya dalam percepatan pemutusan rantai penularan Covid-19.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih penulis ucapkan kepada LPPM STIKES Advaita Medika Tabanan yang telah mendukung pendanaan kegiatan ini serta seluruh tim pelaksana kegiatan yang telah mensukseskan kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyanto, A., Purnamasari, V., Sukanto, & S, E. S. (2020). Analisis Perilaku Hidup, Bersih dan Sehat di Era Pandemi Covid-19 Dosen PGSD. *Jurnal Jendela Olahraga*, 05(02), 131–140. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/326712-analisis-perilaku-hidup-bersih-dan-statu-81f5c5c1.pdf>
- Han, Y., & Yang, H. (2020). The Transmission and Diagnosis of 2019 Novel Coronavirus Infection Disease (Covid-19 ): A Chinese Perspective. *Journal of Medical Virology*, 92(6), 639–644. <https://doi.org/10.1002/jmv.25749>
- KBBI. (2014). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Indonesia.
- Keliat, B. A. (2020). *Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial Covid-19*. Indonesia. Retrieved from <https://www.iesa.or.id/wp-content/uploads/2020/05/Dukungan-Kesehatan-Jiwa-dan-Psikososial-Covid-19.pdf>
- Kemendes RI. (2020a). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (Covid-19)*. (S. K. dr. Listiana Aziza, S. K. Adistikah Aqmarina, & S. K.

- Maulidiah Ihsan, Eds.) (Maret 2020). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Retrieved from <https://repository.ugm.ac.id/276196/1/Pe-doman-Pencegahan-dan-Pengendalian-Coronavirus-Disease-%28COVID-19%29-Kemenkes.pdf>
- Kemkes RI. (2020b, May 7). Cuci Tangan Kunci Bunuh Virus Covid-19. Retrieved from <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/ri-lis-media/20200507/1333843/cuci-tangan-kunci-bunuh-virus-covid-19/>
- Kemkes RI. (2020c, June 18). Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (Covid-19). *Infeksi Emerging*. Retrieved from <https://covid19.kemkes.go.id/situasi-infeksi-emerging/info-coronavirus/situasi-terkini-perkembangan-coronavirus-disease-covid-19-18-juni-2020/#.X6sWh8gzBIU>
- Korong, S. D. N., Kecamatan, G., Padang, K., & Lina, H. P. (2012). Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) Siswa di SDN Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang.
- Nuraini, R. (2020, March 2). Kasus Covid-19 Pertama, Masyarakat Jangan Panik. *Portal Informasi Indonesia*. Retrieved from <https://indonesia.go.id/narasi/indonesia-dalam-angka/ekonomi/kasus-covid-19-pertama-masyarakat-jangan-panik>
- Nurhalimah, N. (2020). *Upaya Bela Negara Melalui Social Distancing dan Lockdown Untuk Mengatasi Wabah Covid-19*. Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Insan Kamil. Retrieved from [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3576405](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3576405)
- Pekik, D. (2000). *Panduan Latihan Kebugaran yang Efektif dan Aman*. Yogyakarta: Lukman Offset.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Sinto, R., ... Cipto, R. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini Coronavirus Disease 2019: Review of Current Literatures. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45–67. Retrieved from [https://ocw.ui.ac.id/pluginfile.php/2469/mod\\_resource/content/3/415-1924-1-PB.pdf.pdf](https://ocw.ui.ac.id/pluginfile.php/2469/mod_resource/content/3/415-1924-1-PB.pdf.pdf)
- Tabi'in. (2020). Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Anak usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. *Jurnal Edukasi Aid*, 6(1), 58–73. <https://doi.org/10.18592/jea.v6i1.3620>
- WHO. (2020). *Coronavirus (Covid-19) Outbreak*. Retrieved from <https://www.who.int/%0Aemergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>