

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang Gambaran Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Strategi Pencegahan Covid-19 Di Dusun Slilir Kelurahan Bakalan Krajan Kecamatan Sukun Kota Malang, maka didapat kesimpulan sebagai berikut:

1. Perilaku hidup bersih dan sehat kedua subyek sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah **kurang baik**. Hal ini ditunjukkan dengan belum menerapkan 6 langkah cara cuci tangan dengan benar, dan waktu yang digunakan untuk cuci tangan belum sesuai dengan yang sudah dianjurkan, belum mengonsumsi buah dan sayur setiap hari, Subyek I mengalami keluhan tidur, subyek II belum menerapkan etika batuk dan bersin, masih merokok, Subyek I sesampainya dirumah setelah berpergian tidak langsung mandi, belum membersihkan dengan desinfektan secara rutin benda-benda dan perabot yang sering disentuh dirumah.
2. Perilaku hidup bersih dan sehat kedua subyek setelah diberikan pendidikan kesehatan adalah **baik**. Hal ini ditunjukkan dengan sudah menerapkan 6 langkah cuci tangan dengan benar, sudah mengonsumsi sayur setiap hari. Akan tetapi, belum mengonsumsi buah setiap hari, sudah melakukan aktivitas fisik secara rutin setiap hari (dengan bercocok tanam, membersihkan rumah, dan jalan kaki), subyek I istirahat (tidur) belum tercukupi, dan subyek II istirahat sudah terpenuhi dengan baik, sudah menerapkan etika batuk dan bersin, sudah membuang sampah di

tempat sampah, tidak meludah disembarang tempat, kedua subyek masih merokok tetapi sudah mengurangi frekuensi merokok, sudah menghindari menyentuh area wajah dengan tangan yang belum di cuci, Subyek I sudah mengganti baju sesampainya di rumah setelah bepergian, akan tetapi tidak langsung mandi, Subyek II sudah mengganti baju dan langsung mandi segera sesampainya di rumah setelah bepergian, sudah membersihkan dengan desinfektan benda-benda yang sering disentuh dirumah dan perabot.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi subyek penelitian**

1. Subyek I diharapkan mampu mempertahankan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang sudah baik dan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang belum tercapai secara bertahap seperti istirahat (tidur) yang cukup, konsumsi buah dan sayur setiap hari, perilaku merokok dan adanya motivasi untuk merubah perilaku menjadi yang lebih baik.
2. Subyek II diharapkan mampu mempertahankan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang sudah baik dan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang belum tercapai secara bertahap seperti konsumsi buah dan sayur setiap hari dan perilaku merokok dan adanya motivasi untuk merubah perilaku menjadi yang lebih baik.

### **5.2.2 Bagi petugas kesehatan**

Petugas kesehatan setempat diharapkan mengadakan penyuluhan tentang program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta pentingnya

menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) saat pandemi covid-19 pada masyarakat di Dusun Slilir Kelurahan Bakalan Krajan Kecamatan Sukun Kota Malang.

### 5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat meneliti variabel Perilaku hidup bersih dan sehat khususnya perilaku mengonsumsi buah dan sayur, istirahat (tidur), dan perilaku mengonsumsi rokok serta menyantumkan perilaku penggunaan masker dan menjaga jarak pada indikator perilaku hidup bersih dan sehat.