

Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Covid 19 di Wilayah Kabupaten Semarang

Muhamad Rofi'i¹, Baginda Iskandar MT², Suharnomo³

¹Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, Semarang

²Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro, Semarang

³Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Diponegoro, Semarang

muhamadrofii@lecturer.undip.ac.id

Abstrak — Penyakit Covid 19 merupakan suatu penyakit yang berbahaya bagi manusia, banyak korban yang telah meninggal dunia. Penyakit ini bukan saja menjadi bencana nasional, tapi menjadi bencana internasional. Dalam waktu 4 bulan, angka kematian pasien Covid-19 di dunia telah melampaui 400 ribu orang. Di Indonesia sudah ditemukan 35.295 kasus konfirmasi COVID-19, 2.000 kasus meninggal. Obat belum ditemukan sampai saat ini, dan juga imunisasi belum ada, maka perlu upaya pencegahan yang optimal. Tindakan pencegahan yang bisa dilakukan masyarakat adalah dengan melakukan kebersihan tangan; memakai masker; dan menjaga jarak. Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan Covid 19 dengan JPC yaitu Jaga jarak, Pakai Masker, dan Cuci tangan. Metode pelaksanaan kegiatan dengan metode pemberdayaan partisipatif, yang meliputi penyuluhan tentang pencegahan Covid 19, dan pelatihan cara memakai masker dan cuci tangan. Sasaran penerapan JPC ini adalah pada masyarakat Desa Kawengen, Ungaran Timur, Kabupaten Semarang. Jumlah peserta sebanyak 30 orang. Masyarakat sebanyak 70 % (21 orang) belum tahu tentang jarak yang dianjurkan agar tidak tertular virus corona. Sebanyak 90% (27 orang) menjawab dengan benar alasan mengapa pencegahan covid 19 dengan memakai masker. Sebanyak 30 warga tidak tahu cara cuci tangan 6 langkah. Sebanyak 60 % (18 orang) yang tahu alasan mengapa pencegahan Covid 19 dengan cuci tangan. Masyarakat masih ada yang tidak tahu tentang menjaga jarak, ada yang memakai masker tidak benar, banyak yang tidak bisa 6 langkah cuci tangan. Masyarakat perlu dingatkan terus untuk menjaga jarak 1 meter dengan orang lain, memakai masker dengan benar dan tepat, dan diajarkan 6 langkah cuci tangan.

Kata kunci: Covid 19, Pemberdayaan masyarakat, Pencegahan

I. PENDAHULUAN

Penyakit Covid 19 merupakan suatu penyakit yang sangat berbahaya bagi manusia, banyak sekali korban yang telah meninggal dunia. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia, yang disebabkan oleh virus Sars-CoV-2 (Kemenkes RI, 2020a). Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 yaitu terjadi gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas, dan masa inkubasi penyakit ini rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari (Kemenkes RI, 2020a).

Penyakit ini bukan saja menjadi bencana nasional, tapi menjadi bencana internasional. Angka kematian pasien Covid-19 di dunia telah melampaui 400 ribu orang. Tepatnya, jumlah total kematian yang disebabkan oleh virus corona sebanyak 403.016 jiwa (Idhom, 2020). Angka kematian yang sangat luar biasa tingginya dalam pandemi ini. Data terbaru yang dirilis CSSE Johns Hopkins University pada 8 Juni 2020, total jumlah kasus positif corona di dunia telah mencapai 7.026.732 orang (Idhom, 2020).

Pada Bulan Juni 2020, di Indonesia sudah ditemukan 35.295 kasus konfirmasi COVID-19,

2.000 kasus meninggal dan 12.636 kasus sembuh dari 424 kabupaten/kota di seluruh 34 provinsi di Indonesia (WHO, 2020). Penyakit Covid 19 ini mulai masuk Indonesia sekitar Bulan Maret 2020, hanya dalam waktu kurang lebih 4 bulan sudah banyak yang meninggal, artinya penyebaran penyakit ini sangat masif sekali.

Penyakit covid 19 belum ada imunisasi untuk memberikan kekebalan pada penyakit ini, sehingga perlu tindakan pencegahan pada setiap orang. Tindakan pencegahan yang bisa dilakukan di pelayanan kesehatan dan masyarakat adalah sebagai berikut yaitu melakukan kebersihan tangan menggunakan hand sanitizer jika tangan tidak terlihat kotor atau cuci tangan dengan sabun jika tangan terlihat kotor; menghindari menyentuh mata, hidung dan mulut; terapkan etika batuk atau bersin dengan menutup hidung dan mulut dengan lengan atas bagian dalam atau tisu, lalu buanglah tisu ke tempat sampah; pakailah masker medis jika memiliki gejala pernapasan dan melakukan kebersihan tangan setelah membuang masker; menjaga jarak (minimal 1 meter) dari orang yang mengalami gejala gangguan pernapasan (Kemenkes RI, 2020a).

Bagi warga yang melakukan perjalanan juga harus menerapkan protokol pencegahan covid 19. Mereka harus menjaga jarak fisik (physical

distancing) dengan orang lain dan anggota keluarga di rumah, mencuci tangan memakai sabun dengan air mengalir, mengonsumsi gizi seimbang, istirahat cukup, tidak merokok, mengendalikan penyakit penyerta, menerapkan Etika batuk, dan memakai masker ketika berada di rumah (Kemenkes RI, 2020b). Kesimpulan dalam pencegahan penyakit ini ada 5 hal penting untuk mencegah Covid 19 yaitu Sering cuci tangan, bekerja di rumah, pakai masker bila sakit atau harus berada di tempat umum, jaga jarak dan hindari kerumunan, dan segera mandi dan ganti pakaian setelah tiba di rumah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas), 2020) (Germas Jateng, 2020).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini kami memfokuskan pada jaga jarak, pakai masker dan cuci tangan. Pencegahan penyakit ini bisa dilakukan pencegahan dengan teknik JPC yaitu Jaga jarak, Pakai Masker, dan Cuci tangan. Teknik JPC ini sangat efektif dilakukan ketika kita berinteraksi sosial dengan orang lain, karena kita tidak bisa menghindarkan untuk tidak berinteraksi.

Jaga jarak dengan orang lain merupakan upaya untuk mengurangi transmisi infeksi virus corona 19. WHO menetapkan langkah-langkah perlindungan dasar bagi masyarakat terhadap Covid 19 yaitu salah satunya adalah tetap jaga jarak fisik, minimal 1 meter dari orang lain (WHO, 2020).

Himbauan pemerintah untuk memakai masker telah dilakukan. Pada tanggal 9 Juni, WHO menerjemahkan dan menerbitkan panduan baru mengenai penggunaan masker yang telah diluncurkan secara global pada tanggal 5 Juni (WHO, 2020). Pemakaian masker diwajibkan pada setiap orang yang mengunjungi toko, mall, kantor-kantor, atau tempat-tempat umum yang ramai orang.

Cuci tangan juga menjadi prioritas dalam pencegahan penyebaran virus corona. Langkah-langkah perlindungan dasar bagi masyarakat terhadap virus corona ini telah dicanangkan oleh WHO yaitu salah satunya dianjurkan untuk membersihkan tangan secara rutin dengan pembersih tangan berbahan dasar alkohol atau dengan sabun dan air (WHO, 2020).

II. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan metode pemberdayaan partisipatif, yang meliputi penyuluhan tentang pencegahan Covid 19, dan

pelatihan cara memakai masker dan cuci tangan. Kegiatan ini menerapkan teknik JPC (Jaga jarak, Pakai Masker, dan Cuci tangan) dalam sosialisasi dan praktek kepada masyarakat. Sasaran penerapan JPC ini adalah pada masyarakat Desa Kawengen, Kecamatan Ungaran Timur, Kabupaten Semarang. Ada sebanyak 30 peserta yang diajari dan dilatih teknik JPC.

III. TARGET LUARAN

Target luaran dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat mampu menjaga sikap untuk jaga jarak dengan orang lain, memakai masker dengan benar dan tepat, dan membiasakan perilaku cuci tangan, serta mampu menyebarkan informasi pencegahan Covid 19 kepada masyarakat lainnya.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan di rumah warga masyarakat dengan berkunjung dari rumah ke rumah dan tidak ada pertemuan dengan orang banyak. Sebanyak 30 warga dikunjungi dan diberikan penjelasan tentang pencegahan covid 19 serta diajari cara memakai masker dan mencuci tangan. Fokus kegiatan ini adalah mengajarkan pencegahan Covid 19 dengan Teknik JPC (Jaga jarak, Pakai Masker, Cuci tangan)

A. Jaga Jarak



Gb.1 Mengajarkan warga untuk menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain

Masyarakat masih banyak yaitu 70 % (21 orang) yang belum tahu tentang jarak yang dianjurkan agar tidak tertular virus corona. Responden menjawab untuk kegiatan sosial seperti pengajian rutin, ronda atau hajatan masih duduk berdempet atau dekat sekali.

B. Pakai Masker



Gb. 2 Mengajarkan ke warga memakai masker dan mempraktikkan

Masyarakat dalam memakai masker masih ada yang terbalik, yang dalam ditaruh di diluar, dan ada juga yang bagian bawah ditaruh di atas. Sebanyak 90% (27 orang) menjawab dengan benar alasan mengapa pencegahan covid 19 dengan memakai masker.

Kegiatan pengabdian ini kita bagikan semua responden dengan masker bedah, karena masker bedah sudah sesuai dengan anjuran ahli kesehatan. Masker bedah telah terbukti mencegah virus korona manusia lainnya selama batuk. Masker bedah dan respirator N95 sama efektifnya dalam mencegah penyakit mirip influenza dan influenza yang dikonfirmasi (Esposito, Principi, Leung, & Migliori, 2020).

C. Cuci Tangan

Sebanyak 30 warga tidak tahu cara cuci tangan 6 langkah. Setelah diajari cuci tangan 6 langkah, hanya 20 % (6 orang) yang benar melakukan 6 langkah cuci tangan. Sebanyak 60 % (18 orang) yang tahu alasan mengapa pencegahan Covid 19 dengan cuci tangan.

Cuci tangan dengan 6 langkah adalah dimulai membasahi tangan dengan dan sabun, dan gosok telapak tangan, gosok kedua punggung tangan bergantian, gosok sela-sela jari tangan, bersihkan ujung jari posisi saling mengunci, gosok dan putar ibu jari, dan gosok ujung jari ke telapak tangan (Germas Jateng, 2020).

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam pengabdian ini adalah sebagai berikut:

1. Masyarakat masih banyak yang tidak tahu tentang menjaga jarak untuk mencegah Covid 19.
2. Masyarakat masih ada yang memakai masker tidak benar
3. Masyarakat masih banyak yang tidak bisa 6 langkah cuci tangan

Saran dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

1. Masyarakat perlu diajari dan ditingkatkan terus untuk menjaga jarak 1 meter dengan orang lain
2. Masyarakat perlu diajari memakai masker dengan benar dan membiasakan perilaku memakai masker
3. Masyarakat perlu diajarkan cara 6 langkah cuci tangan dan kapan harus mencuci tangan

REFERENSI

- [1] Esposito, S., Principi, N., Leung, C. C., & Migliori, G. B. (2020). Universal use of face masks for success against COVID-19: Evidence and implications for prevention policies. *European Respiratory Journal*, 55(6). <https://doi.org/10.1183/13993003.01260-2020>
- [2] Germas Jateng. (2020). BUKU SAKU PENCEGAHAN CORONA.
- [3] Idhom, A. M. (2020). Update Corona 8 Juni 2020 di Indonesia & Dunia: Data Baru Hari Ini. *Tirto.Id*.
- [4] Kemenkes RI. (2020a). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19). *Germas*, 0–115.
- [5] Kemenkes RI. (2020b). Pedoman Peremberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Covid-19 di RT/RW/Desa. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas). (2020). Apa Yang Harus Dilakukan Masyarakat Untuk Cegah Penularan Covid-19. 2020, 1–24.
- [7] WHO. (2020). Coronavirus Disease Situation Report World Health Organization. *World Health Organization*, 19(May), 1–17.