



Sosialisasi Dan Aksi Hidup Sehat Melalui Pencegahan Dan Mitigasi Covid-19 Di Kelurahan Sara'ea Kecamatan Kulisusu

Sufrianto^{1)*}, Vickky Anggara Ilham²⁾

¹Program Studi Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Sulawesi Tenggara

²Program Studi Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Sulawesi Tenggara

*Corresponding author. sufriantosaja@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords:

Covid 19, Pencegahan, Hidup Sehat

How to cite: Sufrianto, Vickky Anggara Ilham, (2024). Sosialisasi Dan Aksi Hidup Sehat Melalui Pencegahan Dan Mitigasi Covid-19 Di Kelurahan Sara'ea Kecamatan Kulisusu



ABSTRACT

Tujuan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat (PKM) untuk membantu program pemerintah dalam hal menanggulangi dampak penyebaran dan menekan angka kematian akibat adanya virus Covid-19 yang menjadi pandemic global yang telah ditetapkan oleh badan organisasi Kesehatan dunia yaitu WHO. Virus ini pun masuk ke Indonesia awal Maret 2020, sehingga mengubah perilaku dan tatanan kehidupan baru. Sehingga diperlukan adanya sikap yang harus diubah, salah satunya adalah kegiatan mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak, serta konsumsi makanan yang bergizi. Berdasarkan bukti ilmiah, COVID-19 dapat menular dari manusia ke manusia melalui percikan batuk/bersin (droplet), tidak melalui udara. Orang yang paling berisiko tertular penyakit ini adalah orang yang kontak erat dengan pasien COVID-19 termasuk yang merawat pasien COVID-19. Rekomendasi standar untuk mencegah penyebaran infeksi adalah melalui cuci tangan secara teratur menggunakan sabun dan air bersih, menerapkan etika batuk dan bersin, menghindari kontak secara langsung dengan ternak dan hewan liar serta menghindari kontak dekat dengan siapapun yang menunjukkan gejala penyakit pernapasan seperti batuk dan bersin. Selain itu, menerapkan Pencegahan dan Pengendalian Infeksi saat berada di fasilitas kesehatan terutama unit gawat darurat.

1. Pendahuluan

Virus corona masih terus menyebar di berbagai belahan dunia, tidak terkecuali di Indonesia, kondisi itu disebabkan perubahan perilaku masyarakat untuk menjalankan protokol kesehatan belum maksimal. Sebagian masyarakat belum menyesuaikan diri dengan era adaptasi kebiasaan baru. Berdasarkan cara penularan tersebut, maka pencegahan COVID-19 difokuskan pola perilaku masyarakat yang aman salah satunya pembatasan fisik (Physical Distancing). Physical Distancing merupakan tindakan menjaga jarak fisik antar individu. (1)

Dampak pandemi virus corona (Covid-19) sangat terasa di dunia bisnis dan ekonomi. Dalam waktu yang cukup singkat, pola pemasaran pun berubah terlebih ketika diberlakukan social

distancing dan Pembatasan Sosial Berskala Besar. Pemasar harus putar otak untuk bisa memasarkan produk atau jasa mereka ke konsumen, sebagai strategi brand bertahan di tengah pandemi virus corona. Meski begitu, ada beberapa sektor bisnis yang berpotensi stabil dan mengalami kenaikan seperti produk kesehatan yang dibutuhkan saat pandemi, e-commerce, minimarket, toko sembako, apotek, toko jamu, provider internet, jasa penyedia video conference, aplikasi belajar dari rumah, dan lainnya. (2)

Kesadaran masyarakat menjadi kunci utama dalam upaya memutus rantai penyebaran penyakit menular ini. Pencegahan berupa lockdown, physical distancing, atau yang lainnya, jika masyarakat tidak bisa disiplin dan mempunyai kesadaran yang tinggi, tidak akan berhasil dalam mendukung upaya pemberhentian penularan covid-19.

Pada 31 Desember 2019, WHO China Country Office melaporkan kasus pneumonia yang tidak diketahui etiologinya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina. Pada tanggal 7 Januari 2020, Cina mengidentifikasi pneumonia yang tidak diketahui etiologinya tersebut sebagai jenis baru coronavirus (Covid-119). Pada tanggal 30 Januari 2020 WHO telah menetapkan sebagai Kedaruratan Kesehatan Masyarakat yang Meresahkan Dunia/Public Health Emergency of International Concern (KKMMD/PHEIC).

Dalam kondisi saat ini, virus corona bukanlah suatu wabah yang bisa diabaikan begitu saja. Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Pada kasus COVID-19 yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian. Tanda-tanda dan gejala klinis yang dilaporkan pada sebagian besar kasus adalah demam, dengan beberapa kasus mengalami kesulitan bernapas, dan hasil rontgen menunjukkan infiltrat pneumonia luas di kedua paru. Saat ini, perkembangan penularan virus ini cukup signifikan karena penyebarannya sudah mendunia dan seluruh negara merasakan dampaknya termasuk Indonesia.

Hak memperoleh informasi tentang kesehatan dari transparansi pemerintah kepada masyarakat public memiliki hak untuk dilindungi dan dipenuhi hak kesehatannya. Pengertian strategi yaitu rencana yang akan disusun mencapai berbagai tujuan meliputi semua yang diinginkan melalui kebijakan, tindakan, seta tujuan yang ditindak lanjuti organisasi dalam eksistensi yang perlu dipertahankan. Strategi dalam penyelesaian diupayakan secara komprehensif dalam menyelesaikan berbagai potensi disetiap persoalan. (3)

2. Permasalahan Mitra

Kepala daerah harus memiliki strategi agar himbauan yang dilakukan ditaati oleh masyarakat setempat, hal ini harus melibatkan dan didukung oleh pejabat kelurahan, perangkat kelurahan seperti PKK hingga karang taruna. Kurangnya kesadaran masyarakat dalam pencegahan covid-19 dinilai sebagai penyebab meningkatnya penyebaran virus ini. Pemerintah sudah berupaya untuk memberikan penjelasan dalam pencegahan covid-19, namun dirasa antar masyarakat masih perlu untuk saling mengingatkan dan adanya pelaksanaan penyuluhan terus- menerus agar laju penyebaran covid-19 bisa diminimalisir. Tim Pengabdian Masyarakat program Studi Teknik Sipil Universitas Sulawesi Tenggara dalam kegiatan ini melibatkan para dosen dan mahasiswa untuk membantu meningkatkan kesadaran masyarakat di Kelurahan Sara'ea dalam pencegahan dan mitigasi Covid-19.

3. Solusi Permasalahan Mitra

Walaupun badan kesehatan dunia (WHO) maupun Kementerian Kesehatan RI telah mengeluarkan banyak informasi-informasi aktual dan panduan terkait covid-19, tetapi banyak masyarakat yang belum memahami secara benar. Upaya pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan berbagai kegiatan salah satunya adalah penyuluhan.

Berdasarkan informasi yang diperoleh terkait permasalahan mitra seperti yang dijelaskan sebelumnya, tim pengabdian masyarakat ingin membantu memberikan solusi terhadap permasalahan yang ada. Peningkatan kesadaran masyarakat perlu digalakkan dan diberikan penyuluhan untuk mencegah penyebaran covid-19. Pengetahuan masyarakat sangat berpengaruh terhadap perilaku dalam upaya pencegahan. Menurut Notoatmojo (2012) perilaku merupakan suatu aktivitas seseorang yang bersangkutan dan mempunyai kapasitas yang sangat luas mencakup berjalan, berbicara, bereaksi, dan berpakaian. Kunci pencegahan virus covid ini, apabila masyarakat menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, seperti; mencuci tangan, konsumsi makanan sehat, olahraga dan istirahat yang cukup. Tim Pengabdian Masyarakat memberikan penyuluhan mengenai pencegahan dan mitigasi covid-19 agar Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dilakukan atas kesadaran dan kebiasaan. Jika masyarakat sudah sadar dan disiplin, bisa melindungi sesama masyarakat sehingga menahan laju pertumbuhan covid-19.

4. Metode Pelaksanaan

A. Metode Pendekatan

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, kami sebagai tim pelaksana berupaya memberikan pengetahuan secara lebih fokus tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Dalam rangka mencapai tujuan yang tercantum di atas, maka ditempuh metode pendekatan sebagai berikut:

1. Menghubungi Lurah Sara'ea untuk mendiskusikan topik yang hendak dilaksanakan oleh Tim Pengabdian Masyarakat.
2. Mencari data jumlah peserta penyuluhan.
3. Membuat modul dengan materi Mitigasi dan Pencegahan Covid-19.

B. Prosedur Pelaksanaan Penyuluhan

Sebelum dimulai kegiatan, tim pengabdian masyarakat mengarahkan peserta untuk mencuci tangan yang sudah disediakan tim pengabdian sebelum masuk kedalam ruangan, tim pengabdian lalu membagikan masker kepada para pesertapenyuluhan. Pemakaian masker merupakan salah satu pencegahan penularan covid- 19 untuk melindungi diri dan melindungi antarsesama manusia. Tim pengabdian berada di depan pintu masuk untuk pengecekan suhu badan peserta, peserta dengan suhu badan lebih dari 37° tidak diperkenankan untuk mengikuti penyuluhan.

Kegiatan penyuluhan diadakan di Ruang yang sudah disediakan oleh kelurahan Sara'ea. Kegiatan dilaksanakan dalam 1 (satu) hari dengan durasi penyuluhan adalah ± 3 (tiga) jam, terdiri dari :

1. Pemberian materi mengenai mitigasi covid-19;
2. Pemberian materi mengenai pencegahan covid-19.

5. Hasil dan Pembahasan

A. Persiapan Pelaksanaan Kegiatan

Persiapan yang dilakukan adalah melakukan visitasi sebelum acara sosialisasi dimulai dengan mendatangi kelurahan Sara'ea dan melakukan koordinasi dengan pejabat terkait, yang dalam hal ini adalah Lurah Sara'ea.

B. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Sosialisasi di adakan di kantor desa Sara'ea yang di hadiri oleh aparat desa dan Masyarakat dilaksanakan pada tanggal 4 Januari 2021.



Selanjutnya setelah Kegiatan Sosialisasi selesai Tim PKM memasang Baliho Tentang penting menjaga kebersihan dengan melakukan 5 M

1. Sebelum kontak dengan pasien
2. Sebelum melakukan tindakan aseptik
3. Sesudah terkena cairan tubuh pasien
4. Sesudah kontak dengan pasien
5. Sesudah kontak dengan lingkungan pasien

Mengapa Cuci tangan itu penting : karena tangan merupakan media transmisi patogen tersering di Rumah Sakit. Perlu anda ketahui juga bahwa kebersihan tangan saat ini merupakan indikator kualitas patient safety, karena kegagalan dalam melakukan cuci tangan merupakan penyebab utama infeksi nosokomial, penyebaran mikroorganisme multi resisten di fasilitas pelayanan kesehatan dan merupakan kontributor terhadap timbulnya wabah. Hal tersebut disebabkan rendahnya kesadaran akan kebersihan tangan. Banyak yang menyepelekan hand hygiene dalam melakukan aktivitas di lingkungan rumah sakit padahal hand hygiene telah terbukti dapat mengurangi jumlah bakteri penyebab penyakit melalui tangan.



Setelah pemasangan Baliho 5 M, ke esokan harinya tanggal 5 Januari 2021 Tim PKM mengadakan kegiatan bagi-bagi Masker kepada Masyarakat yang ada di Desa Sara'ea, TIM mendatangi masing-masing rumah yang telah di data untuk diberikan masker, termasuk Masyarakat yang lagi berkegiatan di luar.



Pada tanggal 6 Januari 2021 Tim PKM mengadakan Tower dan Sekaligus membuat tempat Cuci tangan yang di pasang di balai desa Sara'ai, hal ini di maksudkan agar setiap Masyarakat yang datang bisa membersihkan tangan sebelum masuk ke Balai Desa.



C. Luaran Yang Dicapai

Luaran yang dicapai dari kegiatan pengabdian masyarakat meliputi;

1. Peserta penyuluhan mengetahui dan memahami bagaimana cara mencuci tangan dengan baik dan benar, peserta memahami pentingnya hidup sehat, meningkatkan kesadaran peserta untuk selalu memakai masker dan pentingnya physical distancing.
2. Tersedianya tempat cuci tangan di Kelurahan
3. Luaran yang dicapai bagi tim pengabdian masyarakat terbitnya laporan PKM.

6. Kesimpulan

Setelah diadakannya penyuluhan mengenai mitigasi dan pencegahan covid-19, masyarakat sekitar dikelurahan Sara'ea memahami cara mencuci tangan dengan baik dan melakukannya secara teratur dan menyeluruh dengan sabun dan air bersih yang mengalir atau membersihkan tangan dengan pembersih tangan berbahan dasar alkohol sebelum melakukan aktivitas atau memegang sesuatu, sebelum makan, dan yang paling utama setelah melakukan kontak dengan orang sekitar, dan kontak dengan benda yang kemungkinan terkontaminasi. Setiap keluarga diharuskan untuk menyediakan tempat cuci tangan yang ditempatkan didepan rumah untuk memberi perlindungan diri sebelum masuk didalam rumah. Kesadaran untuk selalu memakai masker apabila keluar rumah, menjaga jarak antarsesama, dan selalu bergotong-royong untuk menjaga kebersihan lingkungan serta pembersihan dan disinfeksi lingkungan secara berkala.

Daftar Pustaka

1. Aziannor M, Santoso BR, Fetriyah UH. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Masyarakat Dengan Kepatuhan Pembatasan Fisik (Physical distancing) Pada Masa Pandemi COVID-19 Di Puskesmas Mungkur Agung Kelua. CNJ (Caring Nursing Journal). 2021;5(2):42-52.
2. Khaddafi M, Butar-Butar DF, Ritonga SH, Setiawan B, Tarigan HM, editors. Analisis Penerapan Social Distancing Dan Perubahan Perilaku Konsumen Dalam Pemasaran Produk Kemek. Lah Di Kota Pematang Sianatar. Seminar Nasional Bidang Kesehatan, Ekonomi, Pendidikan dan Kemasyarakatan (SINAS TAMPAN); 2022.
3. Mahardika MN, Trisiana A, Widyastuti A, Juhaena JS, Kirani RMA. Strategi pemerintah dan kepatuhan masyarakat dalam mengatasi wabah covid-19 berbasis semangat gotong royong. Jurnal Global Citizen: Jurnal Ilmiah Kajian Pendidikan Kewarganegaraan. 2020:39-50.