

Membudayakan Protokol Kesehatan Di Lingkungan Perumahan Demi Pengendalian Penyebaran Covid-19

Indah Susilowati^{1*}, Ratna Frenty Nurkhalim², Krisnita Dwi Jayanti³

indah.susilowati@iik.ac.id^{1*}, ratna.nurkhalim@iik.ac.id², krisnita.jayanti@iik.ac.id³

^{1,2,3}Program Studi D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan

^{1,2,3}Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Received: 12 01 2021. Revised: 11 05 2021. Accepted: 20 06 2021.

Abstract : In the new normal era people are allowed to do their daily activities even though there are still restrictions. However, the lack of awareness in implementing health protocols is significant with an increase in the number of people confirmed positive for Covid 19. Appeal in anticipating the spread and suppressing the number of Covid 19 infections is increasingly carried out. The purpose of this community service is to increase public awareness in implementing health protocols that are useful in breaking the chain of spread of Covid-19 during the pandemic. The method used is observing the community in one of the residential neighborhoods in complying with health protocols, then continuous counseling to the community, and periodic monitoring and assessing compliance with implementing health guidelines from the government. It is known, the results of the activities carried out showed that the public knows about Covid 19 infection, how to transmit and prevent it, how to wear the appropriate mask, is able to apply physical distancing in daily life, and knows about how to ethics cough well and correctly. Public knowledge is also evaluated on the compliance of implementing the procedural health protocols that have been described. Awareness and willingness to implement health protocols is one of the keys to self-protection from infections that are harmful to health.

Key words : Covid-19, Awareness, Pandemics, Health protocols

Abstrak : Di era normal masyarakat sudah boleh melakukan aktifitasnya sehari-hari walaupun masih ada pembatasan. Namun, kurangnya kesadaran dalam melaksanakan protokol kesehatan signifikan dengan peningkatan jumlah orang yang terkonfirmasi positif Covid 19. Himbauan dalam mengantisipasi penyebaran dan menekan jumlah infeksi Covid 19 pun semakin gencar dilakukan. Tujuan melakukan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menerapkan protokol kesehatan yang bermanfaat memutus rantai penyebaran Covid-19 selama masa pandemi. Metode yang dilakukan yaitu pengamatan pada masyarakat disalah satu lingkungan perumahan dalam mematuhi protokol kesehatan, kemudian penyuluhan berkesinambungan pada masyarakat, dan pemantauan berkala serta menilai kepatuhan melaksanakan panduan kesehatan dari pemerintah. Diketahui, hasil kegiatan yang dilaksanakan menunjukkan bahwa masyarakat mengetahui tentang infeksi Covid 19, cara penularan dan pencegahannya, melakukan bagaimana cara memakai masker yang sesuai, mampu menerapkan *physical distancing* dalam kehidupan

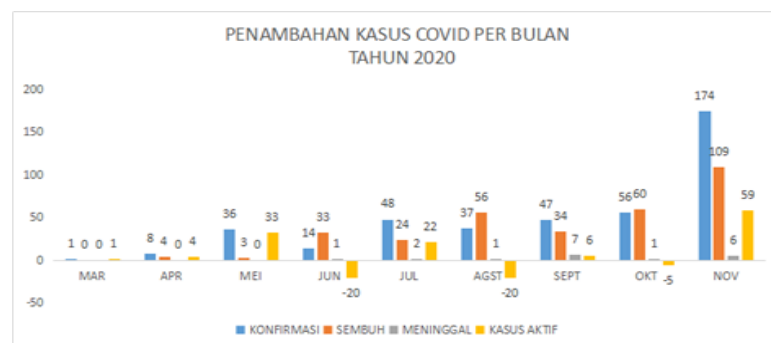
sehari-hari, dan mengetahui tentang cara etika batuk yang baik dan benar serta pembersihan bagian tertentu yang rentan terkontaminasi, seperti pakaian. Pengetahuan masyarakat juga dievaluasi terhadap kepatuhan menerapkan prosedural protokol kesehatan yang sudah dijelaskan. Kesadaran dan kemauan menerapkan protokol kesehatan merupakan salah satu kunci untuk perlindungan diri dari infeksi yang berbahaya bagi kesehatan

Kata Kunci: Covid-19, Kesadaran, Pandemi, Protokol kesehatan

PENDAHULUAN

Saat ini, kita berada pada situasi gelombang wabah masif Covid 19 yang melanda seluruh dunia. Dalam menghadapi Covid 19 tersebut, pemerintah mengeluarkan sejumlah kebijakan untuk mencegah dan menanggulangi penyebaran Covid 19. Salah satu upaya pencegahan yang dilakukan oleh pemerintah yaitu untuk selalu disiplin menerapkan Protokol Kesehatan 5M yaitu, Mencuci tangan, Memakai Masker, Menjaga jarak, Membatasi Mobilitas, dan Menghindari Kerumunan. Masyarakat sebagian ada yang patuh namun sebagian lainnya ada yang abai dan kurang peduli pada aturan protokol kesehatan, utamanya saat berada disekitar tempat tinggalnya. Kesadaran unutup displin dalam menerapkan protokol kesehatan masih kurang, dan masih harus diingatkan.

Terjadinya peningkatan infeksi karena Covid 19, tidak bisa dihindari lagi di berbagai daerah. Bahkan, di dunia telah ditetapkan sebagai pandemi, menyebabkan masalah kesehatan secara luas, sehingga membuat masyarakat panik dan cemas dalam menghadapinya. Di Indonesia, penetapan situasi pandemi di mulai sejak bulan Maret 2020, dan semakin lama penambahan jumlah kasus Covid 19 mengalami peningkatan secara signifikan. Tak terkecuali di Kota Kediri, dimana mendekati akhir tahun semakin tidak terkendali jumlah yang konfirmasi Covid 19 yang positif (+). Data kasus Covid 19 di Kota Kediri dilaporkan sebagai berikut :



Gambar 1. Penambahan Kasus Covid Perbulan Tahun 2020

Di tengah penyebaran yang makin meluas, ditandai dengan semakin bertambahnya korban jiwa di Kota Kediri, maka upaya serta tindak lanjut penanganan Covid-19 perlu mendapat perhatian lebih dalam hal kerjasama untuk mengendalikan penyebaran dan penularannya antara pemerintahan setempat dengan masyarakat yang dimulai dari lingkungan paling kecil. Berbagai himbauan dari Pemerintah yang sudah disebarluaskan informasinya terkait edukasi terhadap masyarakat yaitu pentingnya hidup bersih, sehat, dan menggunakan masker mengingat persebaran Covid-19 sangat cepat melalui tetesan air liur atau keluar dari saluran pernapasan orang yang terinfeksi (Denny et al., 2020). Kewajiban lain untuk aktifitas sehari-hari masyarakat yaitu menjaga kontak langsung dengan batas minimal 1-2 meter dan biasakan membersihkan tangan dengan air mengalir menggunakan sabun, dan tetap dirumah untuk menghindari kemungkinan tertular (Sriarumtias, dkk, 2020).

Pada hasil observasi yang telah dilakukan, walaupun masyarakat dilingkungan salah satu perumahan Kota Kediri sebagian besar sudah mengetahui pentingnya patuh pada protokol kesehatan, namun masih ada yang belum melaksanakannya secara disiplin. Masyarakat masih kurang waspada terhadap ancaman infeksi Covid-19 dilingkungan terdekatnya. Tentunya ini sangat berbahaya, karena dapat menimbulkan kluster keluarga maupun tetangga sekitarnya. Upaya yang dapat dilakukan untuk turut serta mencegah sebaran Covid-19 ialah perlu adanya pencegahan dini secara terpadu pada masyarakat, yaitu melakukan pengabdian masyarakat melalui tindakan promosi kesehatan dengan cara penyuluhan, bimbingan khusus, dan memberikan informasi secara *online* untuk menambah pengetahuan dan mempersamakan persepsi terkait dampak kerawanan bila terjadi penularan Covid-19 (Kemenkes, 2020).

Kegiatan ini mulai dilaksanakan pada bulan November 2020 di salah satu lingkungan perumahan Kota Kediri, dan pesertanya adalah ibu-ibu perumahan sebanyak 40 orang yang aktifitasnya sehari-hari dilingkungan rumah tangga serta aktif berkomunikasi dengan tetangga sekitarnya. Diharapkan melalui berbagai aktifitas pengabdian ini bisa lebih meningkatkan kemauan dan kebiasaan menjaga gaya hidup yang sehat masyarakat pada saat adanya wabah karena Covid-19 ini.

METODE PENELITIAN

Metode yang dilakukan pada pengabdian pada masyarakat ini yaitu observasional dengan tujuan untuk mengetahui terlaksananya kepatuhan masyarakat pada protokol kesehatan yang sudah diinformasikan melalui berbagai media baik cetak maupun elektronik.

Terlebih dulu pada awalnya yang dilakukan adalah pengamatan pada kepatuhan protokol kesehatan, meliputi pemantauan kepada ibu-ibu diperumahan apakah sudah menerapkan; pemakaian masker yang baik dan benar, menjaga jarak dengan batas yang dianjurkan (sekitar 1- 2 meter saat berinteraksi), membasuh tangan dengan sabun dan air mengalir, menjalankan etika batuk dan bersin, serta pencucian baju setelah berpergian. Selanjutnya diadakan penyuluhan secara berkesinambungan tentang penerapan protokol kesehatan sesuai anjuran pemerintah dengan peragaan pada ibu-ibu yang diawali dengan pengisian kuisioner *pre test*. Terakhir dari kegiatan adalah pemantauan dan evaluasi dengan melakukan pengamatan sesuai pengetahuan masyarakat terkait protokol kesehatan yang sudah dijelaskan dan tindaklanjut akhir berupa *post test*. Tujuannya untuk mengetahui secara pasti apakah kesadaran peserta dapat mempengaruhi kebiasaannya disiplin serta patuh pada himbauan dari pemerintah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses awal dengan memberikan *pre test* dan pada akhirnya juga mengisi *post test* kepada peserta penyuluhan protokol kesehatan, dan mengujinya dengan uji *paired t-test* yang hasilnya dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil perhitungan *pre-test* dan *post-test* penyuluhan protokol kesehatan.

	Rata-rata	Jumlah	95% CI		Sig. (2-Tailed)
			Lower	Upper	
Nilai <i>pre-test</i>	3,90	40			
Nilai <i>post-test</i>	4,88	40	-1,21	-0,47	0,00

Perhitungan hasil *pre-test* dan *post-test* didapatkan rata-rata nilai *pre-test* 3,90 dan nilai rata-rata *post-test* 4,88 dengan jumlah peserta 40, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan pada masyarakat setelah diberikan penyuluhan mengenai protokol kesehatan. Hasil serupa juga didapatkan pada kegiatan pengabdian masyarakat protokol kesehatan di Depok, yaitu dari hasil pengabdian masyarakat tersebut, pandangan berpikir serta pengembangan pengetahuan masyarakat dapat bertumbuh terkait ketertiban memenuhi protokol kesehatan masa pandemi Covid-19 (Farokhah et al., 2020). Selain itu kami juga melakukan pengamatan kepatuhan protokol kepada para peserta penyuluhan protokol kesehatan. Hasil dari pemantauan tersebut disajikan dalam tabel 2 berikut ini :

Tabel 2. Hasil pengamatan kepatuhan protokol kesehatan.

No.	Protokol kesehatan	Sebelum				Sesudah			
		Ya		Tidak		Ya		Tidak	
		N	%	N	%	N	%	N	%

1.	Menggunakan masker saat keluar rumah	40	100	0	0	40	100	0	0
2.	Menjaga jarak / <i>Physical distancing</i>	32	80	8	20	37	92,5	3	7,5
3.	Cuci tangan dengan sabun pada air mengalir	40	100	0	0	40	100	0	0
4.	Menerapkan etika batuk serta bersin	33	82,5	7	17,5	38	95	2	5
5.	Mencuci pakaian setelah tiba dirumah	36	90	4	10	39	97,5	1	2,5

Hasil pengisian kuesioner, kepatuhan Ibu-ibu pada protokol kesehatan sudah mencapai 100%. Ibu-ibu di perumahan sebagai peserta penyuluhan sudah menggunakan masker dengan baik dan benar saat keluar rumah. Penggunaan masker pada banyak orang kadangkala sering tidak dipatuhi karena berbagai macam alasan. Ada yang tidak mau membelinya, tidak nyaman memakainya, bahkan ada yang mengatakan belum mengerti apa pentingnya. (Prayitno et al., 2020) sehingga dengan adanya informasi yang diberikan, mereka lebih bisa memahami dan meningkat pengetahuannya serta mematuhi aturan.

Sampai kini, beredar jenis masker yang lazim digunakan, yaitu tipe masker N95, tipe masker bedah, dan tipe masker dari bahan kain (Kemenkes RI, 2020). Umumnya sekelompok orang menggunakan jenis masker bahan dari kain 3 lapis dan teksturnya seperti katun. Perawatan pada masker dari bahan kain penting diperhatikan kebersihannya, yaitu harus dicuci setelah selesai dipakai serta dapat dipakai berulang. Pemakaian masker bagi tenaga kesehatan disesuaikan dengan aturan khusus berdasar tingkat paparan pada aktifitas tertentu, yaitu wajib memakai masker tipe khusus bedah 3ply (3 lapis) dan masker tipe N95 atau sebanding beserta perlengkapan pelindung diri sesuai standar. Tidak dianjurkan memakai masker dari bahan kain karena ada kemungkinan partikel sebanyak 40 sampai dengan 90% yang dapat menerobos ke dalam lapisan masker kain. Namun, masker bahan kain masih dapat direkomendasi digunakan sebagai alternatif pilihan terakhir pemakaian masker bagi tenaga medis apabila nanti tidak ditemukan lagi masker tipe bedah 3 ply (3 lapis) dan masker tipe N95. Dalam penggunaannya sebaiknya juga harus digabungkan dengan alat pelindung diri lain untuk perlindungan area kepala depan seperti *face shield*. (Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19, 2020)

Hasil pengisian kuesioner oleh responden, jumlah responden yang menerapkan menjaga jarak atau *physical distancing* juga sudah banyak yaitu sebanyak 92,5%. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan masyarakat sudah cukup baik. Namun untuk menekan penularan Covid-19, tingkat kepatuhan menerapkan menjaga batas kontak langsung minimal 1-2 meter masih terus ditingkatkan agar pencegahan masyarakat terhadap Covid-19 lebih

berjalan secara optimal (Martias and Aldo, 2020). Menjaga batas bertemu secara dekat minimal 1-2 meter dengan orang lain untuk mengantisipasi dampak penularan dari udara pada orang yang mengalami batuk atau bersin. Apabila tidak dapat melakukan pembatasan jarak kontak maka dapat dilakukan pengambilan kebijakan berbagai model pelaporan dan aturan teknis yang lainnya. (Kemenkes, 2020).



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan protokol kesehatan.

Terlaksananya pembatasan diri bisa dilakukan dengan meningkatkan kewaspadaan saat berhadapan langsung dengan orang lain yang tidak diketahui status aman dari Covid-19. Yang terpenting dari kegiatan pembatasan secara fisik dan hubungan sosial yaitu dapat meminimalkan hubungan pertemuan antar masyarakat yang kemungkinan telah terinfeksi namun tidak melakukan isolasi secara mandiri (Suppawittaya et al., 2020). Untuk itu, sangat dianjurkan melakukan pembatasan sosial pada kegiatan seperti: a) Aktifitas belajar dan menyelesaikan pekerjaan dari rumah; b) lebih banyak tinggal dalam rumah; c) Menjauhi keramaian dan; d) Mengurangi mobilitas pada jam layanan publik (Yanti et al., 2020). Penerapan aktifitas untuk membatasi kegiatan sosial dimasyarakat juga memiliki dampak signifikan dalam upaya menyingkirkan tindakan kejahatan akibat adanya darurat keadaan ekonomi selama terjadinya pandemi Covid-19 (Ippolito et al., 2020).

Hasil penelitian juga diketahui bahwa 100% masyarakat sudah mempraktikkan membasuh kedua tangan dengan air mengalir secara teratur dan menyeluruh dengan sabun dan atau cairan pembersih pada air yang mengalir dengan cara 6 tahapan sesuai anjuran WHO karena dapat membinasakan kebanyakan virus yang mungkin menempel pada di tangan seperti Covid-19. (Sinaga et al., 2020) Masyarakat harus mengetahui bagaimana mencuci tangan dengan air dan sabun dengan benar. Air yang tidak bersih banyak mengandung kuman dan bakteri penyebab penyakit, dan apabila digunakan maka kuman akan berpindah ke tangan. Tepat didepan rumah masing-masing sudah terdapat tempat air cuci tangan lengkap dengan sabun, sehingga sewaktu-waktu akan masuk rumah atau setelah aktifitas diluar, maka ibu-ibu akan langsung mudah mencuci tangannya.

Menurut pedoman yang diterbitkan Kementerian Kesehatan (2020), terdapat himbauan untuk membersihkan tangan secara teratur dengan cara mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir selama 40-60 detik atau menggunakan cairan antiseptik berbasis alkohol (*hand sanitizer*) minimal 20 – 30 detik. Pada saat menggunakan kedua bahan tersebut, sebaiknya bisa dihindari memegang area mata, sekitar hidung dan mulut dengan tangan yang kotor. Hasil pengamatan lainnya menunjukkan bahwa responden yang batuk dan menerapkan etika batuk jumlahnya meningkat setelah mendapatkan pemaparan mengenai materi dari 82,5% menjadi 95%. Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa rendahnya pengetahuan peserta dalam menerapkan etika batuk dan *physical distancing* atau menjaga batas jarak dikarenakan terbatasnya sumber informasi yang menjelaskan bagaimana cara yang benar ketika batuk dan ketika menjaga jarak fisik dengan orang lain. (Zukmadini et al., 2020).

Pada umumnya, kekhasan virus bisa menyebar dengan cara yang sama, demikian juga Virus Corona ini, dapat ditularkan melalui, partikel air ludah penderita (bergejala batuk dan bersin), memegang kedua tangan atau wajah orang yang terkena virus, mengusap mata, sekitar bagian hidung, atau area mulut setelah menyentuh barang dan atau sesuatu yang terkena ludah penderita, kotoran (jarang terjadi) (WHO, 2019). Pada hasil pengamatan lain, di dapatkan hasil sebanyak 97,5 % masyarakat sudah mencuci pakaian ketika tiba di rumah. Setelah beraktifitas diluar rumah disarankan untuk segera mandi dan mengganti pakaian sebelum terjadi kontak dengan anggota keluarga lain di rumah, agar *droplet* yang menempel pada baju atau benda yang ada di sekitar penderita yang batuk atau bersin bisa segera hilang. Jadi, cara lain memutus rantai Covid-19 ialah membatasi kontak langsung dengan *droplet* saluran napas penderita. *Droplet* adalah bagian partikel terkecil dari dalam mulut penderita yang terdapat kuman penyakit, yang dikeluarkan pada saat mengalami batuk, bersin, atau berkomunikasi (Karuniawati, B., et.al, 2020). Demi mengantisipasi adanya Covid-19 menempel dan mengkontaminasi pada bagian yang kita pergunakan sehari-hari, sebaiknya disegerakan mengganti pakaian setibanya di rumah serta selalu menjaga perilaku hidup bersih dan sehat.

SIMPULAN

Pemantauan terhadap kepatuhan Ibu-ibu pada protokol kesehatan 100% sudah menggunakan masker dengan baik dan benar saat keluar rumah, 92,5% masyarakat menerapkan *physical distancing* atau menjaga jarak, 100% masyarakat sudah mencuci tangan dengan air mengalir, dan 95% masyarakat sudah menerapkan etika batuk serta bersin serta

97,5 % masyarakat sudah mencuci pakaian setelah tiba dirumah. Keseharian ibu-ibu lingkungan salah satu perumahan Kota Kediri sudah menerapkan aturan protokol kesehatan namun masih belum bisa konsisten. Meningkatnya pengetahuan belum signifikan dengan kesadaran untuk patuh pada aturan yang ditetapkan Pemerintah. Tentunya akan berdampak pada keberhasilan dalam menekan laju pertambahan kasus konfirmasi Covid-19. Informasi secara berkesinambungan yang dilakukan oleh tokoh masyarakat maupun satgas akan pentingnya patuh dan disiplin pada himbauan pemerintah dapat mengurangi dampak kelalaian pada protokol kesehatan. Selain itu, kegiatan tersebut dapat memutus rantai penularan dan penyebaran Covid-19 serta menyelamatkan umat manusia.

DAFTAR RUJUKAN

- Benny Karuniawati, Erma Nur F , Berlina Putrianti , Amri Wulandari , Murti Krismiyati, Siti Mahmudah Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada Vol. 2(2) 2020 ;
- Denny, I. M. et al. (2020) ‘Edukasi Covid-19 Melalui Program KKN ISI Denpasar Untuk Mewujudkan Karakter Anak Yang Sadar Kebersihan Di Desa Carangsari’, 8(2), pp. 78–83;
- Farokhah, L., Ubaidillah, Y. and Yulianti, R. A. (2020) ‘Penyuluhan Disiplin Protokol Kesehatan Covid-19 Di Kelurahan Gandul Kecamatan Cinere Kota Depok’. Jurnal Universitas Muhammadiyah Jakarta; Pp. 1-8;
- Gugus Tugas Percepatan Covid-19. (2020). Standar Alat Pelindung Diri (APD) untuk Penanganan COVID-19 di Indonesia. Jakarta: Gugus Tugas Percepatan Covid-19;
- Ippolito, M., Vitale, F., Accurso, G., Iozzo, P., Gregoretti, C., Giarratano, A., & Cortegiani, A. (2020). Medical masks and Respirators for the Protection of Healthcare Workers From SARS-CoV-2 and Other Viruses. *Pulmonology*. <https://doi.org/10.1016/j.pulmoe.2020.04.009>;
- Kemkes RI. (2020). Situasi Infeksi COVID-19. Tersedia: <https://www.kemkes.go.id>;
- Martias, I. and Aldo, N. (2020) “Studi Kepatuhan Masyarakat Provinsi Kepulauan Riau Untuk Melaksanakan *Social/Physical* Distancing Dalam Upaya Mencegah Penyebaran Virus Covid 19”, Sulolipu: Media Komunikasi Sivitas Akademika dan Masyarakat, 20(2), pp. 222–226.
- Prayitno, S. A., Pribadi, H. P. and Ifadah, R. A. (2020) ‘Peran Serta Dalam Melaksanakan Protokol Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19) Pada Masyarakat’, *DedikasiMU (Journal of Community Service)*, 2(3), pp. 504–510.

- Sinaga, L. R. V., Munthe, S. A. and Bangun, H. A. (2020) ‘Sosialisasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Di Desa Sawo Sebagai - Bentuk Kepedulian Terhadap Masyarakat Ditengah Mewabahnya Virus Covid-19’, *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), pp. 19–28.
- Sriarumtias, F.F (2020) “ Pemberdayaan serta Penerapan Protokol Kesehatan di Posyandu Puskesmas Leuwigoong Kabupaten Garut, Jawa Barat Sebagai Upaya Mencegah Penularan COVID-19”.*JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)* Vol. 1 No. 1 (2020) pp. 1-12
- Suppawittaya, P., Yiemphat, P., & Yasri, P. (2020). Effects of Social Distancing , Self-Quarantine and Self-Isolation during the COVID-19 Pandemic on People ’ s Well - Being , and How to Cope with It. *International Journal of Science and Healthcare Research*, 5(June), 12–20.
- WHO. (2019). Coronavirus disease 2019. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novelcoronavirus-2019>;
- WHO. (2020). Tatalaksana Klinis Infeksi Saluran Pernafasan Akut Berat (SARI) Suspek Penyakit COVID-19. Jenewa: World Health Organization;
- Yanti, B., Mulyadi, E., Wahiduddun, Novika, R. G. H., Ariana, Y. M. D., Martani, N. S., & Nawan. (2020). Community Knowledge, Attitudes, and Behavior Towards Social Distancing Policy As Prevention Transmission of Covid-19 in Indonesia. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 8(1), 4–14. <https://doi.org/10.20473/jaki.v8i2.2020>;
- Zukmadini, A. Y., Karyadi, B. and Kasrina, K. (2020) ‘Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Covid-19 kepada Anak-anak di Panti Asuhan’, *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1).