

SOSIALISASI DAN EDUKASI TENTANG PENCEGAHAN COVID-19 PADA KELOMPOK IBU-IBU PENGAJIAN DI PERUMAHAN VILLA BUKIT CEMARA JEMBER

Kustin

STIKES dr. Soebandi Jember

Email: kustin@stikesdrsoebandi.ac.id

ABSTRACT

Coronavirus is a virus that comes from the severe acute respiratory syndrome family Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) which causes respiratory symptoms such as fever, cough and shortness of breath. The average incubation period is 5-6 days with the longest incubation period of 14 days. Severe cases of COVID-19 can cause pneumonia, acute respiratory syndrome, kidney failure and even death. The clinical signs and symptoms reported in the majority of cases were fever, with some cases having, difficulty, breathing, and the results suggesting a large pneumonia infiltrate in both lungs. The purpose of this community service is for the group of recitation mothers at the Villa Bukit Cemara Jember Housing to understand about COVID-19 and steps to prevent COVID-19 transmission. The community service activity was attended by 30 women who were in the Villa Bukit Cemara Jember house. The results of this activity were carried out by providing socialization and health education, especially how to prevent and transmit the COVID-19 disease. The results of the activity showed an increase in the knowledge of mothers in efforts to prevent COVID-19, especially in their respective families. The follow-up of this activity is that mothers are able to implement these prevention efforts. Evaluation of enactment activities, use of masks and monitoring distance when it can be measured with other people.

Keywords : prevention, covid 19, mothers

ABSTRAK

Corona virus merupakan virus yang berasal dari keluarga *severe acut respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2)* yang mengakibatkan penyakit dengan 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 infiltrate pneumonia luas di kedua paru. Tujuan dalam pengabdian kepada masyarakat ini agar kelompok Ibu-Ibu Pengajian di Perumahan Villa Bukit Cemara Jember memahami tentang Covid-19 dan langkah-langkah pencegahan penularan Covid-19. Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti sebanyak 30 ibu-ibu yang berada di perumahan Villa Bukit Cemara Jember. Hasil kegiatan ini dilakukan dengan memberikan sosialisasi dan pendidikan kesehatan khususnya bagaimana cara mencegah dan menularkan penyakit Covid19. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu-ibu dalam upaya pencegahan Covid 19 terutama pada keluarga masing-masing. Tindak lanjut dari kegiatan ini adalah para ibu-ibu mampu menerapkan upaya-upaya pencegahan tersebut. Evaluasi kegiatan dilihat melalui penerapan 3M mencuci tangan menggunakan masker dan menjaga jarak ketika bertemu atau berinteraksi dengan orang lain.

Kata Kunci: pencegahan, covid 19, ibu-ibu

Submitted: 2020-12-28

Revised: 2021-01-05

Accepted: 2021-01-10

Pendahuluan

Virus Corona merupakan keluarga besar virus yang mengakibatkan penyakit baik dengan tanpa gejala, gejala yang ringan sampai pada gejala yang berat. 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 (Kemenkes, 2020).

Dalam upaya mencegah penularan Covid-19 yang semakin meluas. Pemerintah kepada menghimbau seluruh lapisan masyarakat untuk melakukan berbagai langkah pencegahan dan juga penularan Covid 19 seperti melakukan physical distancing, menggunakan masker, rutin mencuci tangan, meningkatkan daya tahan tubuh dan menjaga kesehatan diri dan keluarga masing-masing (Pane, 2020). Dalam penanganan pandemi COVID-19 ibu-ibu memiliki peran yang cukup penting tidak bisa diabaikan dalam sebuah keluarga. Dalam hal ini menarik menekankan keberadaan dan peran strategis para perempuan melalui dasawisma sebagai unit terkecil PKK yang merupakan kelompok ibu-ibu yang memiliki pengaruh besar dalam sebuah keluarga. Peran yang cukup penting dan membawa keberhasilan dasawisma dalam beberapa program berbasis komunitas telah diakui.

Upaya nasional memutus penyebaran rantai penularan COVID-19 dilakukan dengan *social distancing* dan instruksi untuk melakukan *Work From Home* (WFH). WFH ini kemudian serta merta diikuti dengan kebijakan *School From Home* (SFH). Pada kondisi WFH dikombinasikan dengan SFH, perempuan baik sebagai perempuan pekerja atau ibu rumah tangga, pada umumnya dipersepsikan dan diharapkan mampu menjalankan setidaknya tiga peran: sebagai pekerja yang menyelesaikan pekerjaan kantor di rumah, menjadi guru *dadakan* mendampingi anak-anaknya mengerjakan berbagai tugas SFH anak yang biasanya dilakukan pihak sekolah, dan memastikan suplai kebutuhan pangan keluarga tercukupi. Hal ini menjadi pengalaman sosial baru bagi para perempuan selama WFH yang sebetulnya sarat dengan diskriminasi gender, menambah beban psikologis dan fisik perempuan selama bekerja dari rumah. Salah satu upaya penurunan insidensi Covid 19, ini mengadakan pengabdian masyarakat judul "Sosialisasi dan Edukasi tentang Pencegahan Covid 19 pada kelompok ibu-Ibu Pengajian di Perumahan Villa Bukit Cemara Jember.

Metode

Pendidikan kesehatan dan memandirikan penatalaksanaan upaya pencegahan dan penularan Covid 19 serta langkah-langkahnya pada ibu-ibu Pengajian yang di tinggal Perumahan Villa Bukit Cemara Jember. Khalayak sasaran pada kegiatan ini adalah masyarakat yang ada di Perumahan Villa Bukit Cemara Jember khususnya kalangan Ibu-ibu pengajian.

1. Jenis model pembelajaran: diskusi
2. Landasan teori: konstruksivisme
3. Langkah pokok
 - a. Persiapan Pengabdian

Tahap persiapan dimulai dengan peninjauan kemungkinan dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat secara daring dan luring dengan penerapan protocol kesehatan kepada Kelompok Ibu-ibu Pengajian melalui Ketua. Selanjutnya hasil peninjauan tersebut dilanjutkan ke penyiapan materi dan penentuan jadwal pelaksanaan.
 - b. Pelaksanaan pengabdian

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan dalam bentuk memberikan ebook bergambar juga brosur yang dilakukan setelah ada kesepakatan antara tim pengabmas dengan ketua pengajian ibu-ibu pengajian di perumahan Villa Bukit Cemara Jember. Berdasarkan kesepakatan yang dibuat tersebut, dilakukan penyuluhan tentang Sosialisasi Pencegahan Covid-19 pada 01 Mei sampai 31 2020 melalui media digital dan juga tatap muka secara langsung dengan mematuhi protokol kesehatan.
 - c. Peserta Sosialisasi

Peserta sosialisasi adalah kelompok ibu-ibu pengajian di Perumahan Vila Bukit Cemara Jember.

Hasil dan Pembahasan

Program pengabdian masyarakat akan menerapkan konsep-konsep kesehatan masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya warga yang tinggal di Perumahan Villa Bukit Cemara Jember dan sekitarnya yang tergabung dalam perkumpulan warga. Olehnya itu perlu dilakukan pendekatan melalui keluarga sebagai dasar dalam pemberian pelayanan kesehatan utama pada masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung dan mulai dilakukan pada tanggal 01 Mei sampai dengan 31 Mei 2020 di Perumahan Villa Bukit Cemara Jember. Kegiatan ini terdiri dari beberapa tahapan kegiatan yang dilakukan antara lain meliputi *survei* wilayah sebagai tahap awal yang dilakukan dilanjutkan dengan pengkajian awal (pengumpulan dan pengolahan data) perencanaan intervensi, implementasi evaluasi dan rencana tindak lanjut.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya berfokus kepada bentuk layanan upaya promotif (peningkatan status kesehatan) maupun preventif (upaya pencegahan) khususnya terkait pencegahan penularan Covid-19 di Wilayah Perumahan Villa Bukit Cemara Jember. Adapun kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaporkan adalah tahap persiapan dan pelaksanaan. Kegiatan dilakukan secara virtual dan tatap muka dengan protokol kesehatan.

Sosialisasi dan juga pemberian edukasi tentang Pencegahan serta penularan Covid 19 merupakan salah satu upaya yang bisa kita lakukan dalam upaya untuk mengurangi penyebaran virus corona atau covid 19 ini. Covid-19 dapat menular dari orang yang terinfeksi kepada orang lain di sekitarnya melalui percikan batuk atau bersin. Covid-19 juga dapat menular melalui benda-benda yang terkontaminasi percikan batuk atau bersin penderita Covid-19. Orang lain yang menyentuh benda-benda terkontaminasi tersebut lalu menyentuh mata, hidung dan mulut mereka dapat tertular penyakit covid 19 ini baik secara langsung maupun tidak langsung (WHO, 2020).

Virus penyebab Covid-19 dapat bertahan di udara sekitar satu jam, sedangkan di permukaan benda-benda virus covid 19 ini dapat bertahan selama beberapa jam. Di permukaan berbahan plastik dan besi tahan karat virus dapat bertahan hingga 72 jam, pada cardboard selama 24 jam dan pada tembaga bertahan selama 4 jam (Van Doremalen, 2020).

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi dilakukan di bulan Mei dari tanggal 1 sampai 31 Mei 2020 yang dilakukan secara Virtual dan 2 kali yakni minggu pertama dan minggu ketiga. Sedangkan kegiatan tatap muka dilakukan secara langsung dengan protokol kesehatan pada minggu kedua dan keempat. Tahap pertama sosialisasi yang tepat. Prinsip pencegahan dan strategi pengendalian secara umum Saat ini masih belum ada vaksin untuk mencegah infeksi COVID19. Cara terbaik untuk mencegah infeksi adalah dengan menghindari terpapar virus penyebab. Lakukan tindakan-tindakan pencegahan serta penularan dalam praktik kehidupan sehari-hari. Beberapa upaya pencegahan yang dapat dilakukan pada masyarakat :

1. Cuci tangan anda dengan sabun dan air sedikitnya selama 20 detik. Gunakan hand sanitizer berbasis alkohol yang setidaknya mengandung alcohol 60 %, jika air dan sabun tidak tersedia.
2. Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut dengan tangan yang belum dicuci.
3. Sebisa mungkin hindari kontak dengan orang yang sedang sakit.

4. Saat anda sakit gunakan masker medis. Tetap tinggal di rumah saat anda sakit atau segera ke fasilitas kesehatan yang sesuai, jangan banyak beraktifitas di luar.
5. Tutupi mulut dan hidung anda saat batuk atau bersin dengan tissue. Buang tissue pada tempat yang telah ditentukan.
6. Bersihkan dan lakukan disinfeksi secara rutin pada permukaan dan benda yang sering disentuh.
7. Menggunakan masker medis adalah salah satu cara pencegahan penularan penyakit saluran napas, termasuk infeksi COVID-19. Akan tetapi penggunaan masker saja masih kurang cukup untuk bisa melindungi seseorang dari infeksi ini, karenanya harus disertai dengan usaha pencegahan lain. Penggunaan masker harus dikombinasikan dengan hand hygiene dan usaha-usaha pencegahan lainnya.
8. Penggunaan masker medis tidak sesuai indikasi bisa jadi tidak perlu, karena selain dapat menambah beban secara ekonomi, penggunaan masker yang salah dapat mengurangi keefektifitasannya dan dapat membuat orang awam mengabaikan fungsi dari masker tersebut yakni usaha pencegahan lain yang sama pentingnya seperti hygiene tangan dan perilaku hidup sehat.

Program pencegahan dan pengendalian infeksi (PPI) merupakan komponen penting yang harus diterapkan dalam manajemen kasus infeksi. Berikut strategi PPI untuk mencegah atau membatasi penularan infeksi di fasilitas kesehatan meliputi:

1. Triage, deteksi dini dan pengontrolan sumber
Triase klinis merupakan sistem pemeriksaan pasien dititik pertama masuk rumah sakit yang merupakan bagian penting dalam mengidentifikasi, deteksi dini dan menempatkan segera pasien di area terpisah dari pasien lain (pengontrolan sumber) atau isolasi serta merawat pasien dengan dugaan infeksi COVID-19.
2. Penerapan standard pencegahan untuk semua pasien
Standard Precautions mencakup kebersihan tangan dan pernapasan (hand and respiratory hygiene); penggunaan alat pelindung diri (APD), bergantung penilaian risiko; pencegahan luka tertusuk jarum suntik atau benda tajam; pengelolaan limbah yang aman; pembersihan lingkungan dan sterilisasi peralatan dan linen yang digunakan dalam merawat pasien.
3. Penerapan tindakan pencegahan tambahan secara empiris (droplet dan kontak dan pencegahan airborne lain) untuk kasus yang dicurigai infeksi COVID-19.
4. Penerapan kontrol administratif.
Kontrol dan kebijakan administratif untuk pencegahan dan kontrol penularan infeksi COVID-19 diantaranya pembangunan infrastruktur dan kegiatan PPI berkelanjutan, pelatihan petugas kesehatan; edukasi untuk perawat pasien, kebijakan tentang deteksi dini terjadinya infeksi pernapasan akut yang berpotensi COVID-19, akses ke laboratorium uji yang cepat untuk identifikasi keberadaan daripada agen etiologi, pencegahan kepadatan yang berlebihan terutama di Instalasi kritis atau Gawat Darurat, penyediaan ruang tunggu khusus untuk pasien bergejala dan penempatan yang tepat dari pasien rawat inap yang menjamin rasio pasien-staf yang memadai.
5. Penggunaan kontrol lingkungan dan engineering Pengontrolan ini bertujuan untuk menjamin ventilasi yang memadai di seluruh area fasilitas kesehatan sekaligus menjamin pembersihan yang memadai.

Kesimpulan

Sosialisasi dan edukasi pencegahan covid-19 pada kelompok ibu-ibu pengajian di perumahan villa bukit cemara jember dilakukan dengan memberikan pendidikan dan

sosialisasi serta penyuluhan cara pencegahan penularan covid-19. Melalui kegiatan ini ibu-ibu ada perubahan perilaku yaitu 3M mencuci tangan, menggunakan masker dan menjaga jarak ketika bertemu atau berinteraksi dengan orang lain.

Daftar

Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, dan Transmigrasi. Buku saku desa dalam penanganan stunting. (Jakarta: Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, dan Transmigrasi, 2017)

Kementrian Kesehatan RI. 2018. Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Kemenkes RI. Diakses pada tanggal 30 Nopember 2019 dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf>

Komisi Ilmiah Badan Litbang Kesehatan. rancangan Agenda Riset Kesehatan Nasional 2013-2018. Rapat Kerja Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan. (Jakarta: Komisi Ilmiah Badan Litbang Kesehatan, 2013).

Kemenkumham RI. 2017. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 59 Tahun 2017 Tentang Pelaksanaan Pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan . Jakarta: Kemenkumham

Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. 2020. Pneumonia Covid 19 Diagnosis dan Penatalaksanaan di Indonesia. Jakarta: PDPI

Van Doremalen N, Bushmaker T, Morris DH, Holbrook MG, Gamble A, Williamson BN, et al. Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1. N Engl J Med. 2020; published online June 17. DOI: 10.1056/NEJMc2004973

World Health Organization. Naming the coronavirus disease (COVID-19) and the virus that causes it [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2020 [cited 2020 March 29]. Available from: [https://www.who.int/emergencies/diseases/novelcoronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirusdisease-\(covid-2019\)-and-the-virus-that-causes-it](https://www.who.int/emergencies/diseases/novelcoronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirusdisease-(covid-2019)-and-the-virus-that-causes-it).