

Cegah Covid 19 Melalui Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Kecamatan Puuwatu Kota Kendari

Saida*, Amirudin Ezzo, Parawansah

Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo, Indonesia

* saidaiiffat_salihi@yahoo.com

ABSTRAK

Corona virus Covid-19 telah menyebar di banyak negara dan menimbulkan korban jiwa. Hingga saat ini belum ada vaksin ataupun obat yang terbukti efektif dalam mengobati penyakit tersebut. Salah satu upaya yg bisa dilakukan adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan menerapkan perilaku kebersihan dalam kehidupan sehari-harinya serta memperhatikan tingkat kesehatannya. Hidup sehat merupakan hal yang seharusnya diterapkan oleh setiap orang karena manfaat yang didapat sangat banyak, mulai dari kesehatan jiwa dan raga hingga kefokusannya dalam mengerjakan sesuatu, serta pada kesejahteraan hidup anggota keluarga serta terciptanya suasana yang indah, asri serta damai sehingga membuat lingkungan hidup terasa nyaman. Kelompok mahasiswa KKN tematik uho memiliki misi menjadikan masyarakat kecamatan puwatu kendari untuk menyadari akan pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat melalui beberapa program kerja terkait dengan PHBS. Beberapa kegiatan yang dilakukan yaitu memberikan tempat cuci tangan pada rumah sakit, serta penyuluhan cara mencuci tangan dengan tepat, yang dilakukan di beberapa keluarga dan masyarakat sekitar mengingat masih rendahnya kesadaran akan pentingnya kesehatan.

Kata Kunci: Covid-19, PHBS, CTPS

Received: August 6, 2020

Revised: August 28, 2020

Accepted: August 30, 2020



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Wabah terbaru coronavirus novel SARS-CoV-2 (penyakit coronavirus 2019; sebelumnya 2019-nCoV), yang berpusat di Provinsi Hubei, Republik Rakyat Tiongkok, telah menyebar ke banyak negara. Pada 30 Januari 2020, Komite Keadaan Darurat WHO mendeklarasikan keadaan darurat kesehatan global berdasarkan tingkat pemberitahuan kasus yang meningkat di lokasi Cina dan internasional (Velavan & Meyer, 2020).

Coronavirus adalah virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm. Virus ini utamanya menginfeksi hewan, termasuk di antaranya adalah kelelawar dan unta. Sebelum terjadinya wabah COVID-19, ada 6 jenis *coronavirus* yang dapat menginfeksi manusia, yaitu *alphacoronavirus* 229E, *alphacoronavirus* NL63, *betacoronavirus* OC43, *betacoronavirus* HKU1, *Severe Acute Respiratory Illness Coronavirus* (SARS-CoV), dan *Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus* (MERS-CoV) (Riedel S, Morse S, Mietzner T, Miller S, Jawetz, Melnick & Adelberg's, 2019). Transmisi SARS-CoV-2 dari pasien simptomatik terjadi melalui *droplet* yang keluar saat batuk atau bersin (Han & Yang,

2020). WHO mengemukakan bahwa virus Covid-19 dapat menyebar dari manusia ke manusia melalui air liur, lendir atau dahak yang keluar dari hidung orang yang telah terinfeksi. Percikan dahak yang mengandung coronavirus masuk melalui hidung atau tenggorokan dan mata. Akan tetapi, anggota tubuh yang paling sering menjadi media penyebaran virus adalah tangan (WHO, 2020).

Pada 30 Januari 2020, 7734 kasus telah dikonfirmasi di Cina dan 90 kasus lainnya juga telah dilaporkan dari sejumlah Negara termasuk Taiwan, Thailand, Vietnam, Malaysia, Nepal, Sri Lanka, Kamboja, Jepang, Singapura, Republik Korea, Uni Emirat Arab, Amerika Serikat, Filipina, India, Australia, Kanada, Finlandia, Prancis, dan Jerman (Rothan & Byrareddy, 2020).

Pada 2 Maret 2020, untuk pertama kalinya pemerintah mengumumkan dua kasus pasien positif Covid-19 di Indonesia. Namun, pakar Epidemiologi Universitas Indonesia (UI) Pandu Riono menyebutkan virus corona jenis SARS-CoV-2 sebagai penyebab covid itu sudah masuk ke Indonesia sejak awal Januari. Masuknya virus tersebut sangat mungkin terjadi melalui pintu-pintu gerbang di beberapa wilayah di Indonesia (Pranita, 2020).

Virus Corona (COVID 19) membawa dampak di seluruh dunia. Pemerintah daerah telah banyak melakukan strategi komunikasi kepada masyarakat wilayahnya masing-masing melalui teknik koersif, informatif, canalizing, edukatif, persuasif dan redundancy dalam mengemas pesan berupa instruksi, himbauan kepada masyarakat untuk mencegah penularan Covid-19 di wilayahnya masing-masing tetapi masih belum melakukan teknik koersif sampai pada tahap memberikan sanksi untuk efek jera bagi pelanggarnya. Dan pemerintah pusat juga belum memaksimalkan perannya dalam menggunakan strategi komunikasi secara komprehensif bagi seluruh pemerintah daerah (Zahrotunnimah, 2020).

Reaksi cepat melalui sosialisasi pencegahan, penyebabnya, agar masyarakat Indonesia tidak khawatir dengan isu yang mengkhawatirkan, selain untuk meminimalisir adanya berita Hoax dari segelintir orang yang tidak bertanggung jawab. Akhirnya wabah covid-19 ini juga menjadi hal yang mengkhawatirkan bagi masyarakat, karena banyak warga Indonesia yang terkena dampak penularan virus ini. Oleh karenanya, pemerintah berinisiatif untuk mengambil kebijakan lockdown selama 14 hari guna mengantisipasi penularan wabah corona ini (Ibrahim et al., 2020).

Program PHBS merupakan bentuk perwujudan untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi yang kondusif bagi perorangan, keluarga, kelompok dan perilaku agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan. (Gani HA dkk, 2015).

Salah satu indikator dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). CTPS merupakan salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun untuk menjadi bersih serta merupakan salah satu upaya pencegahan penyakit. Hal ini dilakukan karena tangan menjadi salah satu agen yang membawa kuman dan menyebabkan pathogen berpindah dari satu orang ke orang lain, baik dengan kontak langsung ataupun tidak langsung (Woro Hapsari, 2018). Di Indonesia pelaksanaan cuci tangan pakai sabun atau CTPS sering kali masih dipandang sebelah mata atau dianggap sebagai hal yang sepele. Padahal tindakan ini merupakan sebuah upaya memutuskan mata rantai mikroorganisme termasuk virus sebagai sumber penyakit (Rahmawati et al., 2020).

(World Health Organisation (WHO), 2009) telah menetapkan langkah-langkah cuci tangan pakai sabun sebagai berikut: membasahi kedua tangan dengan air mengalir, beri sabun secukupnya, menggosok kedua telapak tangan dan punggung tangan, menggosok sela-sela jari kedua tangan, menggosok kedua telapak dengan jari-jari rapat, jari-jari tangan

dirapatkan sambil digosok ke telapak tangan, tangan kiri ke kanan, dan sebaliknya, menggosok ibu jari secara berputar dalam genggam tangan kanan, dan sebaliknya, menggosokkan kuku jari kanan memutar ke telapak tangan kiri, dan sebaliknya, basuh dengan air, dan mengeringkan.

Program cuci tangan pakai sabun merupakan langkah awal yang mudah dan sangat sederhana dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah tangga yang merupakan upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar sadar, mau dan mampu melakukan PHBS untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya secara pribadi, mencegah risiko terjadinya penyakit, dan melindungi diri dari ancaman penyakit khususnya penyakit infeksi serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di lingkungan masyarakat. (Bahar et al., 2018)

Saat ini masih belum ada vaksin untuk mencegah infeksi COVID-19. Cara terbaik untuk mencegah infeksi adalah dengan menghindari terpapar virus penyebab dengan tindakan-tindakan pencegahan penularan dalam praktik kehidupan sehari-hari. Upaya pencegahan yang dapat dilakukan pada masyarakat salah satunya dengan cuci tangan dengan sabun dan air sedikitnya selama 20 detik (Lam et al., 2015).

Tujuan dari edukasi ini adalah untuk membantu memutus rantai penularan covid-19 melalui cuci tangan pakai sabun yang dapat ditularkan dari kontak langsung dengan benda atau orang yang telah terpapar virus covid-19. Adanya peningkatan kasus terkonfirmasi covid 19 secara signifikan, serta kurangnya pemahaman masyarakat tentang cara pencegahan penyakit covid 19

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan serangkaian dengan kegiatan KKN UHO Terintegrasi Tematik di Kecamatan Puuwatu. Metode pelaksanaan yang dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan, curah pendapat, dan tanya jawab secara online maupun offline mengenai pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, mencuci tangan pakai sabun selama masa pandemi covid-19 serta penyaluran tempat cuci tangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan kecamatan Puuwatu, pada tanggal 24 Juni sampai 28 Juni 2020. Edukasi tentang mencuci tangan pakai sabun diberikan kepada masyarakat sebagai upaya memberikan pemahaman tentang pentingnya perilaku mencuci tangan pakai sabun dalam kehidupan sehari-hari, terlebih di tengah mewabahnya penyebaran virus covid-19.

CTPS merupakan salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari menggunakan air dan sabun untuk menjadi bersih serta merupakan salah satu upaya pencegahan penyakit (Depkes RI, 2008). Kegiatan ini tidak hanya dilakukan secara online, tetapi juga secara offline dengan penerapan physical distancing atau jaga jarak fisik minimal 1 meter guna menekan penyebaran virus.

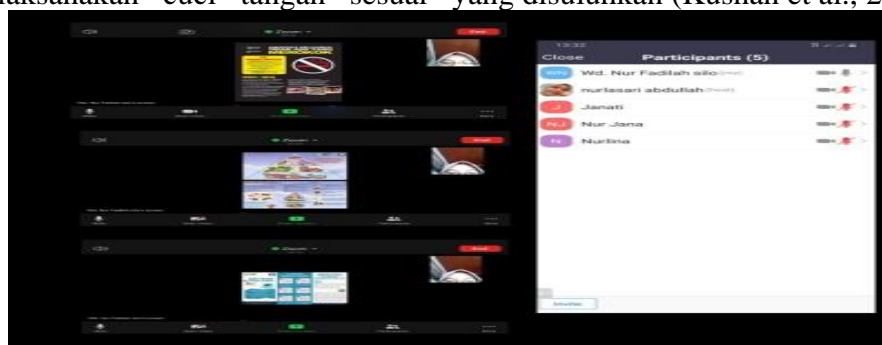
Edukasi offline menggunakan media leaflet, dilakukan dengan mengunjungi tiap-tiap rumah warga yang tinggal di kecamatan Puuwatu. Mengunjungi rumah warga dilakukan karena anjuran pemerintah yaitu menghindari perkumpulan atau sosial distancing dan juga untuk menjamin bahwa warga mengerti dengan baik informasi yang diberikan pada proses edukasi, sebanyak 28 orang yang dilakukan pada tanggal 30 Juli 2020.



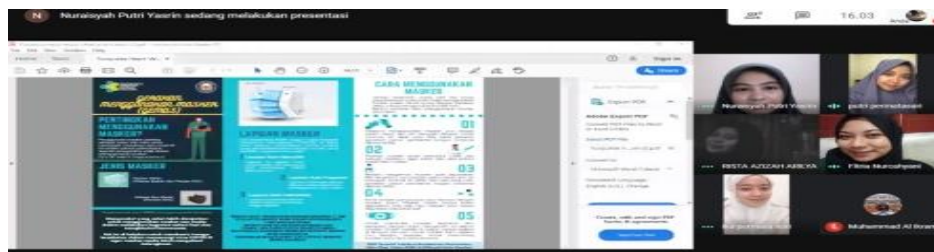
Gambar 1. Pemberian edukasi kepada masyarakat secara offline.

Selanjutnya kegiatan edukasi secara daring/online yakni via Whatsapp dan Zoom dengan menjelaskan pentingnya perilaku cuci tangan pakai sabun ditengah pandemi Covid-19. Peserta antusias mendengarkan materi yang disampaikan. Antusiasme peserta dapat dilihat pada sesi diskusi, peserta aktif bertanya pada sesi diskusi. Tentang hal-hal yang belum dipahami dan pemateri memberikan jawaban terkait pertanyaan yang disampaikan serta mengenai cuci tangan pakai sabun. Leaflet dibuat berdasarkan sumber Dinas Kesehatan, sehingga informasi yang diberikan sesuai dengan standar kesehatan. Target dari kegiatan ini yaitu kerabat dan keluarga sebanyak 352 orang, yang dilakukan pada tanggal 24 samapai 27 juli 2020.

Hal ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan sebelumnya, yang menyatakan bahwa hasil kegiatan penyuluhan menunjukkan antusiasme, peningkatan pengetahuan, dan kemauan tinggi pasien dan keluarga dalam melaksanakan cuci tangan sesuai yang disuluhkan (Kusnan et al., 2020).



Gambar 2. Edukasi kepada kerabat menggunakan zoom



Gambar 3. Edukasi kepada kerabat menggunakan zoom

Kegiatan lain yang dilakukan adalah pemberian tempat cuci tangan di tempat umum. Pemberian tempat cuci tangan ini bertujuan agar masyarakat dapat lebih mudah mendapatkan sarana untuk mencuci tangan. Sebelum pemasangan tempat cuci tangan, terlebih dahulu dilakukan peninjauan lokasi untuk memastikan kelayakan serta letak strategis pemasangannya.



Gambar 4. Peninjauan lokasi pemasangan TCT



Gambar 5. Penyerahan TCT kepada pihak rumah sakit

Adanya kegiatan yang telah dilakukan oleh mahasiswa KKN Tematik UHO ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat betapa pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan mencuci tangan pakai sabun untuk mencegah penularan covid-19 saat ini. Hal ini terbukti dengan banyaknya masyarakat yang sama sekali tidak mengerti bagaimana cara melakukan cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar, namun setelah dilakukannya kegiatan penyuluhan tersebut masyarakat menjadi lebih paham serta mengerti bagaimana cara melakukannya dengan tepat dan sepatutnya untuk selalu menerapkannya dalam kehidupannya sehari-hari. Dengan dilaksanakannya penyuluhan ini, diharapkan untuk kedepannya masyarakat terbiasa untuk mencuci tangan pakai sabun setelah melakukan aktivitas baik di dalam maupun di luar rumah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan hal yang dapat disimpulkan adalah kegiatan edukasi yang dilakukan baik secara off line maupun on line berjalan dengan baik, ada komunikasi dua arah yang melalui Tanya jawab peserta dan respon positif tentang cuci tangan pakai sabun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Ketua LPPM UHO dan Pemerintah Kecamatan Puuwatu Kota Kendari serta Team KKN Terintegrasi Tematik UHO 2020

REFERENSI

- Bahar, M., Thadeus, M. S., & Fauziah, C. (2018). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dari Langkah Awal Cuci Tangan Pakai Sabun Di Komplek Perumahan Upn Kelurahan Meruyung Kecamatan Limo Kota Depok. *Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1).
- Depkes RI. (2008). No Title. *Penduan Manajemen PHBS Menuju Kabupaten/Kota Sehat*.

Jakarta: Depkes RI.

- Han, Y., & Yang, H. (2020). The transmission and diagnosis of 2019 novel coronavirus infection disease (COVID-19): A Chinese perspective. *Journal of Medical Virology*, 92(6), 639–644. <https://doi.org/10.1002/jmv.25749>
- Ibrahim, I., Kamaluddin, K., Mas'ad, M., Mintasrihardi, M., AM, J., & Gani, A. A. (2020). Bencana Virus Corona Melalui Sosialisasi Pada Anak Usia Dini Pada Desa Rempe Kecamatan Seteluk Sumbawa Barat. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 3(2), 191. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v3i2.2196>
- Kusnan, A., Eso, A., Asriati, A., & Ruslan, R. (2020). Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang bahaya narkoba. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(2), 195–201.
- Lam, N., Muravez, S. N., & Boyce, R. W. (2015). A comparison of the Indian Health Service counseling technique with traditional, lecture-style counseling. In *Journal of the American Pharmacists Association* (Vol. 55, Issue 5). <https://doi.org/10.1331/JAPhA.2015.14093>
- Pranita, E. (2020). Diumumkan Awal Maret, Ahli: Virus Corona Masuk Indonesia dari Januari. In *Kompas.com*.
- Rahmawati, N. V., Utomo, D. T. P., & Ahsanah, F. (2020). Fun Handwashing Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19 Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 4(2), 218. <https://doi.org/10.31764/jmm.v4i2.1958>
- Riedel S, Morse S, Mietzner T, Miller S, Jawetz, Melnick, &, & Adelberg's. (2019). No Title. In *Medical Microbiology: Vol. 28th ed.*
- Rothan, H. A., & Byrareddy, S. N. (2020). The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. In *Journal of Autoimmunity*. <https://doi.org/10.1016/j.jaut.2020.102433>
- Velavan, T. P., & Meyer, C. G. (2020). The COVID-19 epidemic. *Tropical Medicine and International Health*, 25(3), 278–280. <https://doi.org/10.1111/tmi.13383>
- WHO. (2020). Novel Coronavirus (2019-nCoV) Situation Report - 1. *WHO Bulletin*.
- World Health Organisation (WHO). (2009). WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care: First Global Patient Safety Challenge Clean Care Is Safer Care. *World Health*. <https://doi.org/10.1086/600379>
- Woro Hapsari, A. I. I. I. N. (2018). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan Metode Demonstrasi dan Booklet pada Siswa Kelas VI SDN Kalisapu 04 Slawi. *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 9(1).
- Zahrotunnimah, Z. (2020). Langkah Taktis Pemerintah Daerah Dalam Pencegahan Penyebaran Virus Corona Covid-19 di Indonesia. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(3). <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15103>