

Stop Hoax, Mari Cegah Dan Kenali Dini Covid-19” di Dusun Batu Layar Utara, Lombok Barat

Metta Octora¹, Decky Aditya Z², Indah Sapta Wardani³, Mohammad Rizki⁴

¹*Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Mataram Indonesia*

²*Departemen Ilmu Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Mataram Indonesia*

³*Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Mataram Indonesia*

⁴*Departemen Ilmu Patologi Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Mataram Indonesia*

Alamat korespondensi : drmettaoctora@gmail.com

ABSTRAK

COVID-19 merupakan penyakit infeksi saluran pernapasan yang dapat menginfeksi semua orang dengan berbagai kelompok usia maupun jenis kelamin. COVID-19 dapat ditularkan melalui droplet (bentuk dan bersin), kontak langsung dengan penderita maupun kontak tidak langsung setelah memegang barang yang terkena percikan air liur penderita. Masyarakat yang tidak mendapatkan informasi yang baik dan tepat, rentan menerima berita yang salah atau *hoax*. Selain itu rendahnya daya beli masyarakat daerah juga menjadi faktor rendahnya kesadaran masyarakat untuk menerapkan protokol kesehatan 3M (masker, mencuci tangan dan menjaga jarak). Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan yang benar kepada masyarakat mengenai COVID-19 serta melatih masyarakat di Dusun Batu Layar Utara, Lombok Barat, bagaimana cara menggunakan masker yang benar, membersihkan masker dan mencuci tangan dengan baik dan benar, sehingga pencegahan COVID-19 dapat dilakukan secara optimal. Dengan demikian angka morbitas dan mortalitas COVID-19 dapat diturunkan secepatnya. Kegiatan ini juga bertujuan membantu pemenuhan kebutuhan masker dan *hand hygiene* bagi masyarakat setempat serta memberikan bantuan donasi kepada Puskesmas Meninting berupa APD (masker dan hazmat) sehingga dapat meningkatkan kinerja dan mencegah penularan yang banyak dialami oleh para nakes.

Kata Kunci: COVID-19, penularan, 3M

PENDAHULUAN

KCOVID-19 adalah penyakit infeksi saluran napas yang disebabkan oleh virus SARS COV-2. Semua orang dapat menderita COVID-19, namun bayi dan anak kecil, serta orang dengan kekebalan tubuh yang lemah lebih rentan terhadap serangan virus SARS COV-2 ini. COVID-19 dapat ditularkan melalui kontak erat dengan penderita, melalui droplet (batuk dan bersin), maupun bila menyentuh barang yang terkena percikan air liur penderita yang mengenai mata, hidung dan mulut orang sehat. Penularan juga diduga melalui tinja atau feses (jarang terjadi).

Masa inkubasi COVID-19 rata-rata 2-14 hari setelah virus pertama masuk ke dalam tubuh. Virus penyebab COVID-19 ini dapat menyebar dari hewan ke manusia, bahkan dari manusia ke manusia. COVID-19 dapat menimbulkan beragam gejala pada pengidapnya, mulai dari gejala ringan sampai berat, antara lain : pilek, demam, sakit kepala, batuk kering, sakit tenggorokan, dispnea/sesak napas, mialgia, pneumonia sampai *acute respiratory distress syndrome*, *acute kidney injury* dan syok sampai kematian. Infeksi biasanya semakin parah bila menyerang kelompok individu dengan komorbiditas seperti : penyakit jantung atau paru-paru, orang dengan *imunicompromized*, bayi, dan lansia. COVID 19 dapat menimbulkan komplikasi berupa pneumonia, sampai sindrom pernapasan akut (gagal napas), gagal jantung, hati, dan ginjal serta kematian. Sampai saat ini, belum ada obat maupun vaksin yang dinyatakan dapat mengobati atau mencegah penularan COVID 19. Jadi pencegahan penyakit berupa promosi dan preventif merupakan bentuk tatalaksana wabah (pandemis) yang paling menjanjikan. Metode pencegahan infeksi dapat dilakukan dengan cara 3M, yaitu masker, menjaga jarak dan mencuci tangan. Aplikasi gerakan 3M dalam bentuk :

- a) Menghindari percikan droplet (batuk dan bersin) dari orang yang diduga sakit mengenai mata, hidung dan mulut dengan menggunakan masker. Jadi pakailah masker dan berikan masker kepada mereka yang batuk atau bersin. Gantilah masker bila masker sudah kotor atau basah dengan memegang tali masker lalu buanglah ke tempat sampah serta cucilah tangan dengan sabun dan air mengalir setelahnya. Jangan membuang masker sembarangan dan jangan gunakan masker lebih dari 1 hari. Jangan menyentuh bagian luar masker,
- b) Senantiasa menjaga jarak 1.5-2 m untuk menghindari percikan droplet besar bila ada orang sakit yang batuk atau bersin
- c) Percikan liur dapat ditemukan di berbagai barang apapun jadi cucilah tangan setelah memegang barang-barang umum apapun dengan sabun dan air dengan 6 langkah cuci tangan selama 40-60 detik sebelum dan sesudah makan, serta setelah berada di ruang publik atau dapat menggunakan handsanitizer selama 20-30 detik pada waktu yang sama. Hindari tangan menyentuh wajah, hidung, atau mulut saat tangan dalam keadaan kotor atau belum dicuci.
- d) Jangan menggunakan peralatan makan dan mandi bersamaan
- e) Hindari menyentuh hewan atau unggas liar.
- f) Membersihkan dan mensterilkan permukaan benda yang sering digunakan dengan sabun, karena virus dapat bertahan sampai 24 jam
- g) Tutup hidung dan mulut ketika bersin atau batuk dengan tisu. Kemudian, buanglah tisu dan cuci tangan hingga bersih.
- h) Jangan keluar rumah dalam keadaan sakit.
- i) Kenakan masker dan segera berobat ke fasilitas kesehatan ketika mengalami gejala penyakit saluran napas.

Tujuan dan Manfaat

- ✓ Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kewaspadaan perorangan terhadap risiko penularan dan pengenalan gejala dini COVID 19 serta pengenalan khalayak umum terhadap hoax terkait COVID-19 yang seringkali menimbulkan kesalahan pemahaman.
- ✓ Manfaat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diantaranya adalah meningkatnya pengetahuan, perubahan sikap yang diikuti dengan perubahan perilaku *higiene* dan kewaspadaan perorangan terhadap risiko penularan dan pengenalan gejala dini infeksi COVID 19, mengingat masyarakat daerah pedesaan kurang terjangkau informasi yang benar sehingga diperlukan intervensi dari tenaga kesehatan
- ✓ Memberi bantuan APD kepada masyarakat sekitar maupun tenaga kesehatan di Puskesmas Meninting. APD (masker dan hazmat) yang diharapkan dapat meningkatkan kinerja dan mencegah penularan yang banyak dialami oleh para nakes.

METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan kesehatan mengenai COVID 19 dalam bentuk tatap muka langsung. Kegiatan dibagi menjadi sesi pemberian materi pengetahuan tentang COVID-19 dan sesi pelatihan bagaimana cara memakai masker serta mencuci tangan menggunakan sabun/handsanitizer secara benar dan tepat guna. Masker dan handsanitizer diberikan kepada masyarakat untuk meningkatkan implementasi pengetahuan yang mereka miliki kedalam tindakan yang diharapkan dapat dilaksanakan dalam perilaku sehari-hari.

Kegiatan pengabdian ini juga berupa gerakan gotong royong membantu rekan Nakes di Puskesmas yang menangani secara langsung pasien COVID-19. Aktivitas para Nakes ini memiliki risiko tinggi tertular tanpa APD yang memadai ditempat kerja oleh karena keterbatasan sarana prasarana Puskesmas Meninting yang melayani area kerja termasuk Dusun Batu Layar Utara, Lombok Barat. APD (masker dan hazmat) disumbangkan kepada Puskesmas Meninting agar dapat meningkatkan kinerja dan mencegah penularan yang banyak dialami oleh para nakes serta diharapkan agar hal ini dapat menjadi lokomotif gerakan gotong royong dalam memerangi pandemik COVID-19 di wilayah Nusa Tenggara Barat khususnya Lombok Barat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan dan Pelatihan Dengan Topik “Stop Hoax, Mari Cegah Dan Kenali Dini Covid 19” Bagi Masyarakat Dusun Batu Layar Utara, Lombok Barat dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 7 November 2020 oleh tim pengabdian masyarakat dari Fakultas Kedokteran Universitas Mataram yang diketua oleh Dr. Indah Sapta Wardani, Sp.PD dibantu oleh koordinator Dusun Batu Layar Utara, yaitu Bu Rusmiati, bidan Puskesmas Meninting.

Kegiatan penyuluhan diberikan oleh tim pengabdian masyarakat yang dilanjutkan dengan pelatihan bagaimana cara memakai masker dan melakukan cuci tangan dengan menggunakan sabun/handsanitizer secara baik dan benar. Anggota tim memandu peserta dalam proses pelatihan ini tahap demi tahap.

Masker dan handsanitizer diberikan kepada masyarakat untuk meningkatkan implementasi pengetahuan yang mereka miliki kedalam tindakan yang diharapkan dapat dilaksanakan dalam perilaku sehari-hari. Cara menggunakan masker yang benar, membersihkan masker dan mencuci tangan dengan baik dan benar, diharapkan dapat mencegah penularan COVID-19 secara optimal. Dengan demikian angka morbitas dan mortalitas COVID-19 diharapkan dapat diturunkan secepatnya.

Kegiatan ini juga bertujuan membantu pemenuhan kebutuhan masker dan *hand hygiene* bagi masyarakat setempat yang notabene berpenghasilan menengah kebawah serta memberikan bantuan donasi kepada Puskesmas Meninting berupa APD (masker dan hazmat) sehingga dapat meningkatkan kinerja dan mencegah penularan yang banyak dialami oleh para nakes.

KESIMPULAN DAN SARAN

Promosi dan preventif merupakan upaya penanganan penyakit yang paling efektif ditengah pandemik COVID-19, apalagi penyakit ini belum ditemukan terapi dan vaksin yang efektif untuk menanggulangnya. Oleh karena itu, pengetahuan disertai kesadaran masyarakat akan pentingnya mencegah penularan dengan memutus rantai penularan merupakan hal yang sangat penting dalam menurunkan angka morbiditas dan mortalitas COVID-19. Namun pengetahuan tidak semata-mata menimbulkan dampak apabila tidak disertai dengan perubahan perilaku. Jadi penting bagi Universitas khususnya Fakultas Kedokteran secara kontinu berperan aktif dalam membina masyarakat disekitarnya agar keberadaannya semakin dirasakan manfaatnya bagi masyarakat umum, khusus di Dusun Batu Layar Utara, Lombok Barat.

Peran gotong royong dalam menghadapi pandemi COVID-19 harus dilaksanakan oleh seluruh komponen bangsa termasuk Fakultas Kedokteran Universitas Mataram dalam bentuk mendonasikan perangkat APD bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Meninting Lombok Barat sehingga dapat menurunkan angka morbiditas dan mortalitas tenaga kesehatan di seluruh Indonesia khususnya di Lombok Barat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Mataram tahun Anggaran 2020.

DAFTAR PUSTAKA

1. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Diakses pada 2020. 2019 Novel Coronavirus (2019-nCoV), Wuhan, China.
2. Burhan E, Susanto AD, Nasution SA, Ginanjar E, Pitoyo CW, Susilo A. 2020. Pedoman tatalaksana COVID-19, Edisi 2, ISBN: 978-623-92964-8-3
3. Kementerian Kesehatan RI. 2020. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian COVID-19 REV 5, Jakarta
4. Wang D, Hu B, Hu C. 2020. Clinical Characteristics of 138 Hospitalized Patients With 2019 Novel Coronavirus-Infected Pneumonia in Wuhan, China. *JAMA*. 2020;323(11): 1061–1069. doi:10.1001/jama.2020.1585
5. World Health Organization. 2020. Clinical management of severe acute respiratory infection when novel coronavirus (nCoV) infection is suspected: interim guidance. Accessed May 31, 2020. [https://www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-is-suspected](https://www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-(ncov)-infection-is-suspected)