



SOSIALISASI MEMAKAI MASKER, MENJAGA JARAK AMAN, DAN MENCUCI TANGAN (3M) DALAM PENCEGAHAN COVID-19

Nandar Wirawan, Reni, Ristiawi Ahmad

(Program Studi S-1 Keperawatan, STIKes Kesetiakawanan Sosial Indonesia, Jakarta, Indonesia)

e-mail : stikeskesosi@gmail.com

ABSTRACT

Prevention of transmission of COVID-19 can start from the family, because the family is the smallest group in the midst of society. With the participation of the family in handling COVID-19, it will have a positive impact in preventing the transmission of COVID-19. The Rawa Buaya community is an area that is in the red zone of the spread of COVID-19, the community will be directly exposed to the virus. Information and handling is needed to the community so that the community does not get infected with covid 19. Therefore, it is necessary to carry out outreach activities with the topic of the importance of 3M socialization in the prevention of COVID-19 at RT 10 RW 04 Exit of Rawa Buaya, Cengkareng, West Jakarta. positive to let the public know about healthy living in the midst of the COVID-19 pandemic

Keywords: *socialization, prevention of covid-19, Rawabuaya community members*

ABSTRAK

Pencegahan penularan COVID-19 dapat dimulai dari keluarga, karena keluarga merupakan kelompok terkecil yang berada ditengah-tengah masyarakat. Dengan adanya peran serta keluarga dalam penanganan COVID-19, akan membawa dampak yang positif dalam pencegahan penularan COVID-19. Masyarakat Rawa Buaya merupakan wilayah yang berada di zona merah penyebaran COVID-19, secara langsung masyarakat akan terpapar dengan virus tersebut. Butuh informasi dan penanganan kepada masyarakat agar masyarakat tidak tertular covid 19. Maka dari hal ini perlunya dilakukan kegiatan sosialisasi dengan topik pentingnya sosialisasi 3M dalam pencegahan COVID-19 di RT 10 RW 04 Kelurahan Rawa Buaya Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat. Dengan adanya kegiatan sosialisasi ini berdampak positif untuk mengetahui masyarakat terkait berperilaku hidup sehat ditengah-tengah pandemic COVID-19

Kata Kunci: *sosialisasi, pencegahan covid-19, warga masyarakat rawabuaya*

1. PENDAHULUAN

Kejadian kasus COVID-19 terus bertambah dari hari ke hari sehingga petugas kesehatan sebagai garis depan semakin tertekan karena meningkatnya beban kerja, mengkhawatirkan kesehatan mereka, dan keluarga (Cheng et al., 2020) Salah satu gangguan psikologis yang dapat dirasakan oleh petugas kesehatan dalam

menghadapi pandemi COVID-19 adalah kecemasan terinfeksi penyakit ketika merawat pasien. Kecemasan telah menjadi bagian dari kehidupan manusia dan merupakan respon secara emosional terhadap penilaian kondisi yang menjadi ancaman serta sifatnya menekan. Perasaan tersebut ditandai dengan timbulnya perasaan takut yang tidak menyenangkan dan samar-samar seringkali disertai gejala nyeri kepala, palpitasi, keringat dingin, kaku pada daerah dada serta gangguan ringan pada lambung (Hartoyo, B. 2010).

Pencegahan penularan COVID-19 dapat dimulai dari keluarga, karena keluarga merupakan kelompok terkecil yang berada ditengah-tengah masyarakat. Dengan adanya peran serta keluarga dalam penanganan COVID-19, akan membawa dampak yang positif dalam pencegahan penularan COVID-19. Pengetahuan keluarga tentang kesehatan anggota keluarga sangat dibutuhkan karena juga merupakan satu hal penting demi mencegah penyebaran Covid-19. Dengan adanya kegiatan sosialisasi ini berdampak positif untuk mengetahui masyarakat terkait berperilaku hidup sehat ditengah-tengah pandemic COVID-19.

Masyarakat Rawa Buaya merupakan wilayah yang berada di zona merah penyebaran COVID-19, secara langsung masyarakat akan terpapar dengan virus tersebut. Butuh informasi dan penanganan kepada masyarakat agar masyarakat tidak tertular covid 19. Selain dari gejala fisik COVID-19 juga menimbulkan gejala psikologis, berbagai masalah akan muncul sesuai dengan tingkat usia pertumbuhan dan perkembangan. Maka dari hal ini perlunya dilakukan kegiatan sosialisasi dengan topic pentingnya sosialisasi 3M dalam pencegahan COVID-19 di RT 10 RW 04 Kelurahan Rawa Buaya Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat.

Penanganan yang baik dan cepat akan mengurangi angka kejadian tinggi nya masyarakat yang terinfeksi COVID-19, salah satunya dalam bentuk memberikan sosialisasi untuk menambah Peningkatan pengetahuan dan mendapatkan informasi tentang kesehatan dari berbagai media atau tenaga kesehatan dapat membantu masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan secara mandiri. Sosialisasi yang diberikan dapat menambah pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam menjalani hari-hari dan tetap produktif dalam menjalankan aktifitas.

2. METODE

Metode deskriptif digunakan dalam menulis artikel hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan menggunakan pendekatan community development dengan mengedepankan partisipasi masyarakat dalam membuat keputusan dan menganalisis masalah pada lingkungan tempat kegiatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di wilayah RW 10 Rawa Buaya Cengkareng, pada bulan Maret sampai dengan Agustus 2021

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

. Pemerintah Indonesia merespon pandemi Covid-19 ini dengan berbagai langkah seperti: 1) larangan bepergian ke tempat umum (social distancing), 2) Anjuran menggunakan masker saat beraktivitas di tempat umum, 3) Rutin mencuci tangan dengan sabun atau hand sanitizer yang mengandung alkohol, 4) menutup mulut dan hidung menggunakan tisu saat batuk atau bersin, 5) tingkatkan daya tahan tubuh dan menghindari stres. Langkah awal yang dilakukan pemerintah yaitu melakukan sosialisasi kepada masyarakat. Langkah tersebut diharapkan menjadi langkah pencegahan penularan Covid-19 melalui edukasi massal menggunakan berbagai media. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui direktorat promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat gencar mengeluarkan media sebagai bahan edukasi untuk masyarakat Sosialisasi 3M : Memakai Masker, Menjaga Jarak Aman, dan Mencuci Tangan, merupakan satu paket protokol kesehatan yang sangat diperlukan oleh masyarakat untuk mencegah penularan Covid-19. Kegiatan ini berupa penyuluhan tentang bagaimana mengurangi tingkat kecemasan di RT 11 RW 04 Kelurahan Rawa Buaya Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Kegiatan sosialisasi ini sudah mendapatkan izin dari ketua RT 11 dengan tetap mempertahankan protokol kesehatan, kegiatan ini terlaksana dengan baik dan lancar, dengan adanya kelompok majelis taqlim yang berjumlah 15 orang serta aktif melakukan kegiatan setiap minggunya. Kegiatan sosialisasi ini merupakan kegiatan tambahan dari kegiatan inti majelis taqlim. Kegiatan ini dilaksanakan di rumah ketua majelis taqlim di RT11 RW 04 Kelurahan Rawa Buaya Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat yang dihadiri 12 orang. Kegiatan

dibuka dengan penyampaian sambutan oleh ketua pelaksana pengabdian masyarakat dan melakukan pengajian lanjutan dari pertemuan sebelumnya. Selanjutnya penyampaian materi Memakai Masker, Menjaga Jarak Aman, dan Mencuci Tangan (3M) dalam Pencegahan COVID-19. Pengalaman yang dimiliki anggota majelis dengan sering berkumpul dan berbagi menjadikan kegiatan sosialisasi menjadi lebih aktif, terlihat dari keaktifan anggota bertanya dan menyampaikan pengalamannya dalam menjalani aktivitas ditengah pandemic. Selama kegiatan anggota tetap memperhatikan protocol Kesehatan dengan selalu memakai masker dan menjaga jarak, serta sebelum masuk ke dalam rumah tempat melakukan sosialisasi anggota majelis selalu mencuci tangan ditempat yang sudah disediakan oleh pemilik rumah yang merupakan ketua majelis taklim itu sendiri

Masyarakat diwajibkan mengenali pentingnya perubahan perilaku ini, penting juga untuk mengetahui media penyalurannya yang tepat. Sumber informasi yang paling dipercaya masyarakat mengenai covid-19 ini adalah media massa televisi, kemudian diikuti oleh koran, radio, media social, whatsapp group, pemberitaan media online, dan situs internet. Pentingnya edukasi lebih lanjut membantu membentuk kerangka pikir pada masyarakat agar mengubah perilaku pencegahan covid-19 lebih disiplin lagi,

4. KESIMPULAN

Manfaat dari sosialisasi ini akan berdampak kepada pengetahuan dan motivasi untuk berperilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Sosialisasi ini akan memberikan gambaran pengetahuan kepada masyarakat agar tetap membudayakan menjaga jarak, aman, memakai masker dan mencuci tangan. Pencegahan penularan COVID-19 dapat dimulai dari keluarga, karena keluarga merupakan kelompok terkecil yang berada ditengah-tengah masyarakat. Dengan adanya peran serta keluarga dalam penanganan COVID-19, akan membawa dampak yang positif dalam pencegahan penularan COVID-19. Pengetahuan keluarga tentang kesehatan anggota keluarga sangat dibutuhkan karena juga merupakan satu hal penting demi mencegah penyebaran Covid-19. Dengan adanya kegiatan sosialisasi

ini berdampak positif untuk mengetahui masyarakat terkait berperilaku hidup sehat ditengah-tengah pandemic COVID-19.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada LPPM STIKes Kesosi atas fasilitas yang diberikan sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik

6. DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Zainal Abidin Dan Errix Kristian Julianto. (2020). "Hubungan Fungsi Pemeliharaan Kesehatan Keluarga Dengan Pencegahan Penularan Covid19 Bagi Lansia Di Desa Kadungrejo Baureno Bojonegoro.
- AmbohamsahIdawati, Fredy Akbar K, ChairunnisaSukiman. (2021) „“ PeningkatanPengetahuanLanjutUsiadalamUpayaPencegahan covid-19 di DesaSidorejo““
- BungaSyafelAndinadanAnissatul Fatimah, (2020). „“ HubunganPengetahuan, Sikap DanPerilakuDenganKepatuhanIbuRumahTanggaDalamPencegahan Covid-19 Di Rt 02 Rw 05 Kabandungan I DesaSirnagalihI Bogor““
- Fadli S, Ahmad AS, Sumbara, Baharuddin R. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Tenaga Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Covid-19. *J Keperawatan*. Published online 2020. doi:10.17509/jpki.v6i1.24546
- Hendrastutik Apriningsih, Nurhasan Agung Prabowo RM, Coana Sukma Gautama mmw. pencegahan penularan covid-19 pada tenaga kesehatan di rumah sakit universitas sebelas maret. (2020);4
- Irda Sari. analisis dampak pandemi covid- 19 terhadap kecemasan masyarakat : literature review. (2020) ;1:69.
- Jurnal Semarak. Budhi Prabowo1, Angga Juanda, Ibrahim Bali Pamungkas. (2020) "Pengaruh Perkembangan Teknologi Informasi Dan Faktor Keluarga Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolahdasar (Study Kasus Di Kecamatan Pondok Betung , Tangerang Selatan)," 3.1

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Accessed April 18, 2021.

<https://www.kemkes.go.id/folder/view/full-content/structure-faq.html>

“Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Nomor Hk.01.07/Menkes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19),” *Menkes/413/2020*, 2019