

UPAYA EDUKASI UNTUK BERADAPTASI PADA KEBIJAKAN NEW NORMAL SELAMA PANDEMI COVID-19 MELALUI KEGIATAN 3M DI SLBN 1 KOTA BENGKULU

Padila¹⁾, Juli Andri^{2)*}, Ramadhan Trybahari Sugiharno³⁾, Silvia Meri Antika⁴⁾

¹⁾Program Studi Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

²⁾Program Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

³⁾ Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jayapura

⁴⁾SLB Negeri 1 Kota Bengkulu

*Corresponding author: juliandri@umb.ac.id

Informasi Artikel

Terima : 05-02-2023

Revisi : 10-04-2023

Disetujui : 01-08-2023

Kata Kunci: Covid- 19, pemeriksaan kesehatan, anak panti asuhan

ABSTRAK

Anak berkebutuhan khusus perlu mendapat pendampingan saat mengenal beragam protokol kesehatan untuk mencegah Covid-19. Bagaimana cara mencuci tangan, mengukur suhu tubuh, memakai masker, dan beragam alat lainnya. Dari hasil wawancara yang dilakukan tim PEMAS didapatkan data : Saat ini sekolah mengatur kegiatan anak SLBN dengan 2 hari (Rabu dan Sabtu) dalam satu minggu untuk bersekolah, sekolah belum pernah mendapatkan informasi dari fasilitas kesehatan setempat pada tiga bulan terakhir, Begitu juga Puskesmas terdekat. Lalu ada beberapa anak - anak yang berkebutuhan khusus baru diajarkan belajar mandiri secara bertahap, seperti makan sendiri, mencuci sendiri, menyapu sendiri, dan lainnya. Kegiatan ini bertujuan untuk mengajarkan 3M dalam upaya beradaptasi pada kebijakan new normal selama pandemi COVID-19. Adapun tahap kegiatan yang dilaksanakan 1) Murid, guru pendamping dan orangtua dijelaskan apa itu langkah 3M, 2) Demonstrasi langkah-langkah 3M yang diikuti Anak ABK, guru pendamping dan orangtua. Hasil dari kegiatan PKMS ini adalah siswa dapat memahami tentang 3M, cuci tangan yang baik dan benar dan cara mendapatkan sumber informasi yang benar tentang kesehatan. Karena pentingnya dalam menjaga kesehatan di masa pandemi ini diharapkan adanya peran aktif sekolah untuk memaksimalkan anak agar mengadaptasi kebiasaan baru dengan melaksanakan kegiatan 3 M serta menekankan pada siswa untuk tetap patuhi protocol kesehatan ketika berada di sekolah.

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 telah merubah tatanan kehidupan kita terutama menghadapi tantangan-tantangan baru termasuk bagaimana menjalankan kehidupan sehari-hari. Untuk itu kita harus lebih waspada agar penyebaran virus covid-19 dapat ditekan.

Virus corona dapat menyerang semua orang, tanpa memandang usia. Seseorang

yang seseorang yang pernah sakit atau hamil lebih mudah tertular virus karena daya tahan tubuhnya melemah. Oleh karena itu, orang lanjut usia memiliki risiko lebih tinggi untuk tertular virus, meskipun mereka belum pernah menderita penyakit tersebut sebelumnya (Santoso & Setyowati, 2020; Nurislaminingsih et al. 2020).

Covid-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh sindrom pernafasan

akut yang parah. Virus ini sebagian besar ditularkan melalui kontak dekat antar manusia, seringkali melalui tetesan kecil yang dihasilkan saat batuk, bersin, atau berbicara. Tetesan biasanya jatuh ke tanah atau permukaan daripada bertahan di udara untuk jarak jauh. Orang juga dapat terinfeksi dengan menyentuh permukaan yang terkontaminasi lalu menyentuh mata, hidung, atau mulut mereka. Gejala umumnya adalah demam, batuk, dan sesak napas. Komplikasi dapat mencakup pneumonia dan sindrom gangguan pernapasan akut. Waktu dari paparan hingga timbulnya gejala biasanya sekitar lima hari tetapi dapat bervariasi dari dua hingga empat belas hari (Gumayesty et al., 2022).

Menurut beberapa jurnal internasional, mencuci tangan dengan sabun dapat menurunkan risiko infeksi hingga 35%. Menggunakan masker kain dapat mengurangi risiko infeksi hingga 45%. Selain itu, penggunaan masker bedah dapat mengurangi risiko infeksi hingga 70%. Yang terpenting, menjaga jarak minimal 1 meter dapat mengurangi risiko infeksi hingga 85%.

Hal ini sejalan dengan instruksi Presiden Jokowi bahwa sosialisasi Covid-19 akan tepat sasaran bekerja sama dengan Kelompok Informasi Masyarakat (KIM) dengan menggalakkan kampanye pencegahan penyebaran Covid-19 sebagai cara hidup baru. Masyarakat harus diyakinkan bahwa segala upaya yang dilakukan, secara konsisten dan kolektif, untuk mengubah perilaku melalui praktik-praktik sehat tersebut akan membuahkan hasil (Lukman Hakim, 2021).

Upaya pencegahan yang terbaik yang dapat dilakukan yaitu menghindari paparan virus berdasarkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). Untuk mencapai tujuan tersebut, aksi utama yang ingin dilakukan oleh masyarakat adalah penggunaan masker; tutupi mulut dan hidung Anda saat bersin atau batuk; rutin mencuci tangan dengan sabun atau disinfeksi dengan hand sanitizer yang mengandung alkohol minimal 60%; hindari kontak dengan orang yang terinfeksi; jaga jarak dari orang-orang; dan hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut Anda dengan tangan yang tidak dicuci (Di Gennaro et al., 2020). Selain itu

3M (gerakan mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak) merupakan cara yang efektif untuk mencegah penyebaran Covid-19 (Ningtyas et al., 2022; Mauliana et al., 2020).

Kedisiplinan menerapkan protokol kesehatan 3M merupakan kontribusi masyarakat terhadap upaya penanganan Covid-19 yang dilakukan pemerintah (Side et al., 2022; Sari et al., 2021).

METODE KEGIATAN

Kegiatan ini dilaksanakan di SLBN 1 Kota Bengkulu selama kurang lebih dua bulan dan setiap minggu satu kali pertemuan di hari Rabu dari Jam 08.30-12.00 WIB dengan total jam secara keseluruhan 36 Jam. Metode Pelaksanaan PKMS ini dengan memberikan penyuluhan pada Anak berkebutuhan khusus, guru pendamping dan orangtua terkait apa itu protokol kesehatan dan 3 M dengan metode tanya jawab, diskusi untuk memberikan pengetahuan pada khalayak sasaran, dilanjutkan dengan pelatihan serta pelaksanaan demonstrasi memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan yang diikuti oleh anak berkebutuhan khusus, guru pendamping dan orangtua.

Evaluasi yang dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan ini terdiri dari evaluasi awal, evaluasi proses dan evaluasi akhir. Untuk mendapat hasil evaluasi awal diberikan pre-test kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan materi yang akan diberikan. Hasil evaluasi ini berupa skor pada tiap peserta, proses penghitungan skor dilakukan dengan cara hasil pembagian jawaban yang benar dengan jumlah keseluruhan pertanyaan dikali 50. Evaluasi dilakukan dengan menghitung jumlah peserta yang hadir dan melihat respon dari peserta dengan cara memberikan pertanyaan terkait dengan materi yang telah diberikan.

Evaluasi akhir dilakukan dengan cara memberikan post-test yang pertanyaannya sama dengan pre-test kepada para peserta. Kemudian membandingkan nilai hasil posttest dengan skor nilai pre-test. Apabila nilai post-test lebih tinggi maka kegiatan penyuluhan yang dilakukan berhasil

untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada proses pelaksanaan kegiatan penyuluhan, Acara di buka oleh MC yang dilakukan oleh mahasiswa, begitu juga kepanitiaan yang lain dengan bantuan mahasiswa, Selanjutnya kata sambutan dari TIM dosen PKM, yang menyampaikan ucapan terima kasih atas kesediaan Tim Pengabdian Masyarakat Program Studi Keperawatan yang mendukung penuh baik moril dan materil sehingga dapat terlaksana kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan kepada anak SLBN 1 Kota Bengkulu. Selanjutnya sambutan dari Kepala Sekolah SLBN 1 Kota Bengkulu yang disampaikan oleh ibu Ita Rosita, S.Pd. menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak dosen dan mahasiswa yang sudah berusaha mewujudkan kegiatan pengabdian masyarakat di SLBN Kota Bengkulu.



Gambar 5.1 Penyampaian Kata Sambutan dari Kepala Sekolah yang diwakilkan

Untuk kegiatan selanjutnya adalah kegiatan Penyuluhan adaptasi kebiasaan baru melalui 3M yang dilakukan pada tanggal 09 Januari 2021. Kegiatan yang dilakukan pada hari Sabtu ini diikuti oleh 18 anak dengan hasil 7 anak mengikuti dengan baik dan 11 anak mengikuti dengan dibantu oleh guru disekolah dalam mengarahkannya.

Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan penyuluhan cuci tangan dan menjelaskan cara penggunaan masker. Kegiatan ini dimulai dari penjelasan tentang cuci tangan, kapan waktu cuci

tangan dan cara demonstrasi cara cuci tangan yang baik dan benar dibantu guru pemandu disekolah. Kemudian anak-anak diminta untuk mengaplikasikan langsung.

Menggunakan masker pada saat pandemi COVID-19 sangat penting dilakukan karena dengan menggunakan masker akan meminimalisir tingkat penyebaran COVID-19. Banyak penelitian yang sudah dilakukan terkait penggunaan masker dalam mencegah penularan COVID-19 tersebut (Adlin & Syafiuddin, 2023; Marzuki et al., 2021; Istiarini et al., 2021)

Langkah penting yang bisa dilakukan masyarakat untuk mengurangi penyebaran COVID-19 adalah rajin mencuci tangan dengan handsanitizer yang mengandung alkohol minimal 60% atau menggunakan sabun dan air mengalir (Sabrina et al., 2022; Nuraeni et al., 2021; Silitonga et al., 2021)



Selanjutnya, Proses Tanya Jawab. Kegiatan yang dilakukan ini guna persamaan persepsi antara tim penyuluh dengan siswa.



Gambar 5.4 Kegiatan Cara Penggunaan Masker Yang benar dan duduk wajib menjaga jarak Dipandu Oleh Guru dalam penyampaian kalimatnya

PENUTUP

Kesimpulan

Hasil pengabdian didapatkan siswa dapat memahami tentang 3M, cuci tangan yang baik dan benar dan cara mendapatkan sumber informasi yang benar tentang kesehatan

SARAN

Sesuai dengan hasil penyuluhan yang telah dilakukan, maka saran dari tim pengabdian yaitu:

1. Diharapkan adanya peran aktif sekolah untuk memaksimalkan anak agar mengadaptasi kebiasaan baru dengan melaksanakan kegiatan 3 M.
2. Diharapkan agar para guru lebih menekankan kepada siswa untuk tetap patuhi protocol kesehatan ketika berada disekolah

DAFTAR PUSTAKA

- Adlin, R. A., & Syafiuddin, T. (2023). Penerapan 3M dalam Pencegahan COVID-19 di Minimarket Kelurahan Tanjung Sari Kecamatan Medan Selayang Tahun 2021. *Jurnal Kedokteran STM*, 6(1), 1-7. <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/view/295>
- Di Gennaro, F., Pizzol, D., Marotta, C., Antunes, M., Racalbutto, V., Veronese, N., & Smith, L. (2020). Coronavirus Diseases (Covid-19) Current Status And Future Perspectives: A Narrative Review. *International Journal of Environmental Research and*
- Public Health*, 17(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph17082690>
- Gumayesty, Y., Priwahyuni, Y., Hanafi, A., & Aryatiningsih, D. (2022). Sosialisasi Penerapan 3M (Menggunakan Masker, Mencuci Tangan Dan Menjaga Jarak) Dalam Pencegahan Covid-19 Di Panti Asuhan As-Salaam Nur Hidayah Pekanbaru. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(4), 743-750. <https://doi.org/10.37287/jpm.v4i4.1419>
- Istiarini, C. H. (2021). Gambaran Kepatuhan Masyarakat Dalam Melaksanakan Protokol Kesehatan Covid-19. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 52-63. doi:10.35913/jk.v9i1.229
- Lukman, H. (2021). *Disiplin 3M, Kunci Utama Tekan Penularan Covid-19* <https://nasional.sindonews.com/read/184338/15/diisiplin-3m-kunci-utama-tekan-penularan-covid-19-1601680259/10>
- Marzuki, D. S., Abadi, M. Y., Rahmadani Al Fajrin, M., & Rahmadani, S. (2021). Analisis Kepatuhan Penggunaan Masker dalam Pencegahan Covid-19 Pada Pedagang Pasar Kota Parepare. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS Dr. Soetomo*, 7(2), 197-210. <http://dx.doi.org/10.29241/jmk.v7i2.625>
- Mauliana, E., Pradhanawati, A., Ismail, A., Utomo, C. T., & Suryoko, S. (2020). Pelatihan Pembuatan Masker kepada Ibu-Ibu Kelompok Dasawisma Flamboyan di Kelurahan Pedurungan Kidul Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. *Seminar Nasional ...*, 234-237. <http://www.proceedings.undip.ac.id/index.php/semnasppm2019/article/viewFile/286/332>
- Ningtyas, F. W., Yani, A. L., Mukarromah, I. (2022). Fenomenologi penerapan 3M (Mencuci tangan, Memakai masker dan Menjaga jarak) santri di Pondok Pesantren Darul 'Ulum Jombang. *Borobudur Nursing Review*, 2(1), 54-64.

<http://journal.unimma.ac.id/index.php/bnur/article/view/5360>

- Nuraeni, I., Bachtiar, R. A., Karimah, I. K., Hadiningsih, N., Setiawati, D., & Saragih, M. (2021). Pencegahan COVID-19 melalui Sosialisasi Penggunaan dan Pembagian Masker di Kota Tasikmalaya. *Literasi*, 1(2), 73-79.
<https://doi.org/10.58466/literasi.v1i2.127>
- Nurislaminingsih, R. (2020). Layanan Pengetahuan Tentang Covid-19 Di Lembaga Informasi. *Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Informasi*, 4(1), 19-37.
<http://journal.iaincurup.ac.id/index.php/TI/article/view/1468>
- Sabrina, A., Pradana, I. F., Radhiva, M., & Rahmatia, S. (2022). Sosialisasi Penerapan 3M dan Pencegahan COVID-19 di TPQ Bazma An-Naafi' Kelurahan Kebon Pala Jakarta Timur. *Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat 2022*, 164-166.
https://eprints.uai.ac.id/1930/2/ILSO071-22_Isi-Artikel.pdf
- Santoso, P., & Setyowati, N. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Masyarakat dengan Tindakan Preventif COVID-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(40), 565-570.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/download/6316/pdf>
- Side, S., Araaf, A. M., Yunadia, M., Qamariah, N., Kadir, Y., & Yassar, L. A. S. (2022). Efektivitas Penerapan Protokol Kesehatan 3M pada Penularan Covid-19 dengan Model SEIR di Kota Makassar. *Jurnal Sainsmat*, IX(1), 1-10.
<https://doi.org/10.35580/sainsmat111229692022>
- Silitonga, E., Saragih, F. L., & Oktavia, Y. T. (2021). Sosialisasi Penerapan 3M dalam Upaya Pencegahan Penularan COVID-19 pada Masyarakat Kota Medan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 2(1), 102-127. <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JAM/article/view/1827>