

Pendidikan Kesehatan Pencegahan Penularan Covid 19 Melalui Penyuluhan Rumah Sehat dan Mencuci Tangan

Sandy Kurniajati¹, Aries Wahyuningsih¹, Pipit Wulansari¹

¹STIKES RS. Baptis Kediri, Kediri, Jawa Timur, Indonesia

IDENTITAS ARTIKEL

Volume 2 Nomor 2
Mei 2022 : 74-80

RIWAYAT ARTIKEL

Diajukan : 2 Februari 2021
Diperbaiki : 21 Agustus 2021
Diterima : 20 Mei 2022
Dipublikasikan : 29 Mei 2022

KATA KUNCI

Covid-19, Rumah Sehat, *Hand Washing*,
Health Counseling

KORESPONDENSI

Sandy Kurniajati
(sandykurniajati@yahoo.co.id)

ABSTRAK

Latarbelakang : Pandemi Covid-19 yang terjadi di awal tahun 2020 merupakan masalah kesehatan utama saat ini. Perilaku manusia yang tidak hygiene dan mobilisasi manusia yang tinggi salah merupakan salah satu faktor penyebaran masalah kesehatan Covid 19 ini sulit dikendalikan. Melalui *Physical Distancing* diharapkan semua orang tetap tinggal di rumah, maka keluarga merupakan unit yang terpenting dalam suksesnya pencegahan penularan masalah kesehatan ini.

Metode : Keluarga bisa menjadi subyek dalam meningkatkan kemampuan dalam menyediakan lingkungan rumah yang sehat dan perilaku yang mendukung hygiene sanitasi anggota keluarga sehingga dapat mendorong keluarga memiliki kesehatan yang optimal. Tujuan Pengabdian kepada masyarakat adalah meningkatkan derajat kesehatan kekeluarga dan masyarakat memuli kemampuan keluarga dan masyarakat menyediakan rumah yang sehat dan mendukung perilaku mencuci tangan dalam pencegahan penularan masalah kesehatan Covid 19.

Hasil : Hasil pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan Semua KK (100%) mendapatkan penyuluhan rumah sehat, cara mencuci tangan dan tersedia tempat cuci tangan dan sabun di masyarakat.

Kesimpulan : Pelaksanaan pengabdian masyarakat didapatkan bahwa melalui –pendidikan keehatan masyarakat/keluarga memiliki kesadaran untuk menyediakan rumah yang sehat (tersedia tempat cuci tangan dengan sabun) dan meningkatnya perilaku mencuci tangan setelah aktifitas di dalam maupun diluar rumah.

Pendahuluan

Pademi Covid-19 yang terjadi di awal tahun 2020 merupakan masalah kesehatan utama saat ini. Perilaku manusia yang tidak hygiene dan mobilisasi manusia yang tinggi salah merupakan salah satu faktor penyebaran masalah kesehatan Covid 19 ini sulit dikendalikan. Melalui Psical Distanding diharapkan semua orang tetap tinggal di rumah, maka keluarga merupakan unit yang terpenting dalam suksesnya pencegahan penularan masalah kesehatan ini. Keluarga bisa menjadi subyek dalam meningkatkan kemampuan dalam menyediakan lingkungan rumah yang sehat dan perilaku yang mendukung hygiene sanitasi anggota keluarga sehingga dapat mendorong keluarga memiliki kesehatan yang optimal.

Kecamatan Pare Kabupaten Kediri merupakan wilayah sona merah dengan kasus Covid-19 yang paling banyak di Kabupaten Kediri. Kasus terbesar berada di derah Kampun Inggris Pare dengan lokasi sekolah SMAN 1 Pare dan SMAN 2 Pare berada diwilayah tersebut. Terkait analisa situasi pada sasaran di RT 3 RW 4 Sidoerjo Kecamatan pare Kota Kediri,hal ini terkait banyaknya anak sekolah yang bersekolah di SMAN 1 Pare dan SMAN 2 Pare.Aspek social yang dimiliki tempat mitra sangatlah tinggi. Keberadaan sasaran merupakan upaya masyarakat dalam meningkatkan derajat kesejahteraan baik pada aspek sosial, ekonomi maupun kesehatan. Aspek religi masyarakat mayoritas beragama Kristen dan aspek religi ini dilaksanakan dengan baik karena ditengah

masyarakat kegiatan keagamaan seperti ibadah keluarga/kelompok dilaksanakan secara rutin. Aspek mutu pelayanan kesehatan pada masyarakat sudah ada klinik kesehatan milik GKJW Sidorejo, namun peran promotif dan kuratif belum berjalan. Jumlah KK di RT 3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare ada 65 KK dengan demografi penduduk usi tua dan produktif/usia muda, balita menjadi bagian kecil masyarakat.

Coronavirus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis coronavirus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS). *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Sars-CoV-2. Virus corona adalah zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia). Penelitian menyebutkan bahwa SARS ditransmisikan dari kucing luwak (*civet cats*) ke manusia dan MERS dari unta ke manusia. Adapun, hewan yang menjadi sumber penularan COVID-19 ini masih belum diketahui. (Kemenkes, 2020). Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa tanda dan gejala klinis yang dilaporkan pada sebagian besar kasus adalah demam, dengan beberapa kasus mengalami kesulitan bernapas, dan hasil rontgen menunjukkan infiltrat pneumonia luas di kedua paru

Salah satu upaya pencegahan pandemi Covid-19 melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah

suatu proses perubahan pada diri seseorang yang dihubungkan dengan pencapaian tujuan kesehatan individu, dan masyarakat. Pendidikan kesehatan tidak dapat diberikan kepada seseorang oleh orang lain, bukan seperangkat prosedur yang harus dilaksanakan atau suatu produk yang harus dicapai, tetapi sesungguhnya merupakan suatu proses perkembangan yang berubah secara dinamis, yang didalamnya seseorang menerima atau menolak informasi, sikap, maupun praktek baru, yang berhubungan dengan tujuan hidup sehat (Suliha, dkk., 2002). Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Penyuluhan kesehatan adalah gabungan berbagai kegiatan dan kesempatan yang berlandaskan prinsip-prinsip belajar untuk mencapai suatu keadaan, dimana individu, keluarga, kelompok atau masyarakat secara keseluruhan ingin hidup sehat, tahu bagaimana caranya dan melakukan apa yang bisa dilakukan, secara perseorangan maupun secara kelompok dan meminta pertolongan (Effendy, 1998). Tujuan Pengabdian kepada masyarakat adalah meningkatkan derajat kesehatan keluarga dan masyarakat memiliki kemampuan keluarga dan masyarakat menyediakan rumah yang sehat dan mendukung perilaku mencuci tangan dalam pencegahan penularan masalah kesehatan Covid 19 di RT 3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri.

Metode

Pelaksanaan kegiatan PkM dilaksanakan dengan 2 tahap:

1. Tahap Pertama:
 - a. Penyuluhan kesehatan ke pada keluarga (kunjungan rumah) tentang bahaya penularan Covid 19, Cuci Tangan dan rumah sehat.
 - b. Pemberian sarana cuci tangan kepada masyarakat.

2. Tahap Kedua :Evaluasi pelaksanaan kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan tanggal 5 – 10 Mei 2020, dengan uraian kegiatan sebagai berikut:

1. Memberikan penyuluhan di masyarakat di RT 3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kediri.menggunakan media leaflet dan poster tentang rumah sehat.
2. Memberikan poster pencegahan COVID-19 dengan rumah sehat pada warga di RT 3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kediri dengan media poster.
3. Memberikan tempat cuci tangan dan sabun kepada KK di RT 3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kediri sebagai upaya hidup sehat mencegah COVID-19.

Metode pendekatan yang direncanakan dengan memberikan penyuluhan kesehatan, serta memberikan sarana kesehatan agar menudukung tercapainya perilaku sehat dimasyarakat berupa kesadaran masyarakat akan penulartan Covid 19 melalui perilaku mencuci tangan dan penyediaan rumah sehat. Partisipasi mitra dalam pelaksanaan PkM meliputi: Mobilisasi KK untuk mengikuti kegiatan PkM dan Penyediaan tempat pelaksanaan kegiatan PkM

Evaluasi pelaksanaan program PKM dengan: Menganalisa perubahan perilaku masyarakat dengan wawancara dan partisipasi masyarakat dalam kegiatan, Kerjasama tindak lanjut keluarga mampu menyediakan sarana rumah sehat sebagai evaluasi keberhasilan penatalaksanaan lansia secara mandiri.

Hasil

Hasil kegiatan pengaduan masyarakat pada ibu-ibu PKK Kelurahan Bangsal Kota Kediri didapat hasil:

1. Jumlah KK yang diberi pendidikan kesehatan ada 15 KK (23%)
2. Terpasang Poster Rumah Sehatan di tengah masyarakat
3. Tersedia alat cuci tangan di Keluarga 15 KK (23%)

Hasil evaluasi dukungan masyarakat untuk pelaksanaan PKM besar dengan ketua RT mengatarkan kepada rumah-rumah masyarakat sebagai sasaran dengan target 23 % dari masyarakat. Masyarakat membantu memasang poster di salah satu halaman rumah dekat perempatan jalan. Masyarakat mau dan melaksanakan cuci tangan dan memasang bantuan alat cuci tangan di rumah masing-masing.

Pembahasan

Pengabdian kepada masyatakat di Rt 3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri, didapat hasil 15 KK di lakukan pendidikan kesehatan dalam pencegahan covid melalui cucitangan dan penyediaan rumah sehat. Coronavirus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai darigejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis coronavirus yang diketahuimenyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti

Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS). *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Sars-CoV-2. Virus corona adalah zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia). Penelitian menyebutkan bahwa SARS ditransmisikan dari kucing luwak (*civet cats*) ke manusia dan MERS dari unta ke manusia. (Kemenkes, 2020). Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa tanda dan gejala klinis yang dilaporkan pada sebagian besar kasus adalah demam, dengan beberapa kasus mengalami kesulitan bernapas, dan hasil rontgen menunjukkan infiltrat pneumonia luas di kedua paru. Pencegahan Covid-19 pada level masyarakat yaitu Pembatasan Interaksi Fisik dan Pembatasan Sosial (*Physical Contact /Physical Distancing* dan *Social Distancing* dan menerapkan etika batuk dan bersin. (Kemenkes, 2020). Melalui pendidikan kesehatan diharapkan masyarakat semakin meningkat pengetahuannya, sehingga kesadaran dan ketrampilan dalam upaya pencegahannya dapat terus meningkat. Peningkatan kasus penularan yang sungguh cepat melampaui negara dan benua, serta merupakan penyakit dengan fatalitas rate yang tinggi, diperlukan perubahan perilaku yang cepat agar mampu menerapkan pembatasan sosial dan penerapan etika dalam batuk dan bersin. Upaya dalam pembatasan sosial ini yang dapat dilakukan oleh masyarakat di RT 3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri adalah dilarang berdekatan atau kontak fisik dengan orang mengatur jarak minimal 1 meter, tidak

bersalaman, tidak berpelukan dan berciuman, hindari penggunaan transportasi publik (seperti kereta, bus, dan angkot) yang tidak perlu, sebisa mungkin hindari jam sibuk ketika berpekerjaan, bekerja dari rumah (*Work From Home*), jika memungkinkan dan kantor memberlakukan ini, dilarang berkumpul massal di kerumunan dan fasilitas umum, hindari bepergian ke luar kota/luar negeri termasuk ke tempat-tempat wisata, hindari berkumpul teman dan keluarga, termasuk berkunjung / bersilaturahmi tatap muka dan menunda kegiatan bersama, hubungi mereka dengan telepon, internet, dan media social, gunakan telepon atau layanan online untuk menghubungi dokter atau fasilitas lainnya, jika anda sakit, dilarang mengunjungi orang tua/lanjut usia, jika anda tinggal satu rumah dengan mereka, maka hindari interaksi langsung dengan mereka, untuk sementara waktu, anak sebaiknya bermain sendiri di rumah dan untuk sementara waktu, dapat melaksanakan ibadah di rumah.

Pendidikan kesehatan dilaksanakan pada 15 KK (23% dari KK RT). Pendidikan kesehatan adalah suatu proses perubahan pada diri seseorang yang dihubungkan dengan pencapaian tujuan kesehatan individu, dan masyarakat. Pendidikan kesehatan tidak dapat diberikan kepada seseorang oleh orang lain, bukan seperangkat prosedur yang harus dilaksanakan atau suatu produk yang harus dicapai, tetapi sesungguhnya merupakan suatu proses perkembangan yang berubah secara dinamis, yang didalamnya seseorang menerima atau menolak informasi, sikap, maupun praktek baru, yang berhubungan dengan tujuan hidup sehat (Suliha, dkk., 2002). Pendidikan kesehatan yang diberikan pada masyarakat di RT3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri merupakan upaya untuk

merubah perilaku masyarakat dalam menghadapi masalah kesehatan Pandemi Covid-19 ini. Perlunya perilaku yang berubah dengan melaksanakan menjaga jarak, melakukan cuci tangan dan menggunakan masker. Pendidikan kesehatan yang diberikan dengan cara kunjungan kerumah-rumah dengan konseling serta pemberian informasi diharapkan masyarakat memiliki informasi yang cukup sehingga melalui pengetahuan akan muncul perilaku yang sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki.

Tersedia Media Informasi Pendidikan Kesehatan berupa Poster di tengah masyarakat. Media Promosi yang dapat disebarluaskan kepada masyarakat salah satunya poster (Kemenkes, 2020). Media poster atau baliho yang dipasang ditengah masyarakat tentunya akan memberikan informasi dalam jangka waktu yang lama, sehingga setiap masyarakat dapat mengakses informasi berulang kali. Proses perubahan perilaku dari tidak tahu, menjadi tahu, dari tahu menjadi mau, dan dari mau menjadi mampu memerlukan informasi yang lama, dengan adanya poster sebagai sumber informasi tentang bahaya Covid-19 dan pencegahannya tentunya akan mempercepat proses perubahan perilaku ini.

Tersediaanya tempat cuci tangan di 15 KK dan Perilaku masyarakat mencuci tangan meningkat. Persyaratan kesehatan perumahan dan lingkungan pemukiman menurut Keputusan Menteri Kesehatan No.829/Menkes/SK/VII/1999 meliputi parameter sebagai berikut: Lokasi; Tidak terletak pada daerah rawan bencana alam seperti bantaran sungai, aliran lahar, tanah longsor, gelombang tsunami, daerah gempa, dan sebagainya; Tidak terletak pada daerah bekas tempat pembuangan akhir (TPA) sampah atau bekas tambang; Tidak terletak

pada daerah rawan kecelakaan dan daerah kebakaran seperti jalur pendaratan penerbangan. Kualitas udara Kualitas udara ambien di lingkungan perumahan harus bebas dari gangguan gas beracun dan memenuhi syarat baku mutu lingkungan sebagai berikut : a.Gas H₂S dan NH₃ secara biologis tidak terdeteksi; b.Debu dengan diameter kurang dari 10 µg maksimum 150 µg/m³; c.Gas SO₂ maksimum 0,10 ppm; d.Debu maksimum 350 mm³/m² per hari. Kebisingan dan getarana. Kebisingan dianjurkan 45 dB.A, maksimum 55 dB.A; b.Tingkat getaran maksimum 10 mm/detik . Kualitas tanah di daerah perumahan dan pemukiman a.Kandungan Timah hitam (Pb) maksimum 300 mg/kg; b.Kandungan Arsenik (As) total maksimum 100 mg/kg; c.Kandungan Cadmium (Cd) maksimum 20 mg/kg; d.Kandungan Benzo(a)pyrene maksimum 1 mg/kg. Prasarana dan sarana lingkungan a.Memiliki taman bermain untuk anak, sarana rekreasi keluarga dengan konstruksi yang aman dari kecelakaan; b.Memiliki sarana drainase yang tidak menjadi tempat perindukan vektor penyakit; c.Memiliki sarana jalan lingkungan dengan ketentuan konstruksi jalan tidak mengganggu kesehatan, konstruksi trotoar tidak membahayakan pejalan kaki dan penyandang cacat, jembatan harus memiliki pagar pengaman, lampu penerangan jalan tidak menyilaukan mata; d.Tersedia cukup air bersih sepanjang waktu dengan kualitas air yang memenuhi persyaratan kesehatan; e.Pengelolaan pembuangan tinja dan limbah rumah tangga harus memenuhi persyaratan kesehatan; f.Pengelolaan pembuangan sampah rumah tangga harus memenuhi syarat kesehatan; g.Memiliki akses terhadap sarana pelayanan kesehatan, komunikasi, tempat kerja, tempat hiburan, tempat pendidikan, kesenian, dan lain sebagainya; h.

Pengaturan instalasi listrik harus menjamin keamanan penghuninya; i.Tempat pengelolaan makanan (TPM) harus menjamin tidak terjadi kontaminasi makanan yang dapat menimbulkan keracunan. Vektor penyakit a.Indeks lalat harus memenuhi syarat; b.Indeks jentik nyamuk dibawah 5%. Penghijauan Pepohonan untuk penghijauan lingkungan pemukiman merupakan pelindung dan juga berfungsi untuk kesejukan, keindahan dan kelestarian alam. Kebiasaan dalam cuci tangan menggunakan air saja tidak dapat melindungi setiap individu dari bakteri dan virus yang terdapat di tangan. Terlebih jika mencuci tangan tidak dibawah air mengalir. Apalagi kebiasaan menggunakan dalam berbagi wadah cuci tangan hal itu sama saja saling berbagi kuman dan tetap membiarkan kuman menempel pada tangan. Kebiasaan itu harus ditinggalkan dan dirubah menjadi yang lebih baik dengan standar prosedur melakukan cuci tangan menggunakan sabun (Kemenkes RI, 2014). Cuci tangan adalah proses membuang kotoran dan debu secara mekanis dari kulit kedua belah tangan dengan memakai sabun dan air. Tujuannya adalah untuk menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit dan mengurangi jumlah mikroorganisme sementara (Dahlan dan Umrah, 2013). Kebersihan tangan yang tak memenuhi syarat juga berkontribusi menyebabkan penyakit terkait makanan, seperti infeksi bakteri salmonella dan E. Coli infection. Mencuci tangan dengan sabun akan membuat bakteri lepas dari tangan (IKAPI, 2007). Perubahan perilaku menurun Lorewnce Green dipengaruhi oleh faktor Presiposisi, Enabling dan Reiforcing (Nursalam, 2013). Perubahan perilaku masyakrat RT 3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri terjadi karena fasilitasi sarana prasara

yang dibutuhkan yaitu sarana cuci tangan di 15 KK serta modifikais rumah sehat guna mencegah penularan Covid-19. Perubahan perilaku akan dipercepat prosesnya jika sarana dan prasaran tersedia. Melalui 15 KK ini diharapkan menjadi model yang dapat dicontoh oleh masyarakat yang lainnya dalam hal perilku mencuci tangan dan penyediaan rumah yang sehat.Diharapkan melalui 15 KK terjadi gerakan kesadaran pada masyarakat sehingga masyarakat memeiliki perilaku yang baik dalm mencegah penularan Covid-19.

Kesimpulan

Kesimpulan dari pengabdiam pada masyarakat terjadinya peningkatan kesadaran masyarakat untuk penularan Covid 19 melalui perilaku cuci tangan dan penyediaan rumah sehat bagi masyarakat dan pemberdayaan masyarakat di RT 3 RW 4 Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri.

Saran

Pentingnya kegiatan menjaga kebersihan rumah, dan menyediakan sarana dan prasana yang menunjang syarat-syarat rumah sehat dan pentingnya kebersihan tangan untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan. Perlunya melakukan kerjasama dengan puskesmas dan pihak lainnya untuk melaksanakan program kesehatan lingkungan untuk meningkatkan kesehatan keluarga, lingkungan, maupun masyarakat. Pentingnya kader kesehatan untuk membina peningkatan kesehatan lingkungan yang berdampak terhadap status kesehatan terutama lingkungan yang memunculkan berkembangbiaknya penyakit melalui

penataan hewan terkait mencegah COVID-19 dengan rumah sehat di masyarakat dengan baik.

Daftar Referensi

1. Dahlan dan Umrah. (2013). *Buku Ajar Ketrampilan Dasar Praktik Kebidanan*. Malang: Intimedia.
2. Effendy, Nasrul, (2013), *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Komunitas 2, Aplikasi dan Pratik*, Jakarta, EGC
3. IKAPI. (2007). *Inear healing at home*. Jakarta: Gramedia
4. Kemenkes RI, (1999), *Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor : 829/Menkes/SK/VII/1999*, Jakarta : Kemenkes RI
5. Kemenkes RI, (2014). *Perilaku Mencuci Tangan Pakai Sabun di Indonesia*. Jakarta:Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI
6. Kemenkes RI .(2017). *Cara Cuci Tangan Dengan Benar*. Diakses tanggal 11 Mei 2020.
7. Kemenkes RI, (2020), *Buku Panduan Covid 19*, Jakarta: Kemenkes RI
8. Narsalam, (2013), *Metodologi Penleitian Ilmu Keperawatan, Pendekatan Praktis*, Jakarta: Salemba Medika.
9. Suliha dkk. (2002). *Pendidikan kesehatan dalam keperawatan*". Jakarta: EGC.