

**PENINGKATAN PENGETAHUAN HIDUP SEHAT DAN PROTOKOL
KESEHATAN COVID-19 DI KABUPATEN JEMBER**

**INCREASING KNOWLEDGE OF HEALTHY LIFE AND HEALTH
PROTOCOL COVID-19 IN JEMBER DISTRICT**

**Dimas BC Wicaksono¹, Adistha Eka Noveyani¹, Yunus Ariyanto¹,
Rosidah Fidiyaningrum¹**

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

*Corresponding author's email: wicaksono@unej.ac.id

ABSTRACT

The World Health Organization estimates that the Covid-19 Pandemic will end in 2022. However, this won't be easy to realize if every country is unprepared to deal with the spread of Covid-19, considering that new variants of Covid-19 are starting to emerge. Therefore, applying health protocols and living a healthy life should not be reduced. Although the government has been intensively disseminating the Covid-19 vaccine and implementing health protocols, many Indonesians are still reluctant to comply. This Community Service activity was carried out in Karangrejo Village, RT 01/RW04, Summersari District, Jember Regency. The results of the problem diagnosis found that residents still did not understand how to live healthy during a pandemic and apply the correct health protocol. There are three activities in this community service, namely ADUHAI Education, GETAS Education, and the distribution of educational posters, masks, and educational banners. The result of this activity is that there is an increase in participants' knowledge from 73.31% (pre-test) to 97.48% (post-test) in the ADUHAI Education program and from 79.92% (pre-test) to 92.72% (post-test) on the GETAS Education program. Furthermore, the community is expected to practice independently in implementing healthy living recommendations and sustainably obeying health protocols.

Keywords: education; health protocols; healthy living; covid-19

ABSTRAK

The World Health Organization memperkirakan Pandemi Covid-19 akan berakhir pada tahun 2022. Namun hal ini akan sulit terwujud apabila setiap negara tidak siap dalam menghadapi penyebaran Covid-19 mengingat varian baru Covid-19 mulai bermunculan. Oleh karena itu penerapan protokol kesehatan dan menjalani hidup sehat tidak boleh berkurang. Walaupun pemerintah telah gencar dalam melakukan sosialisasi vaksin Covid-19 pelaksanaan protokol kesehatan, namun tetap saja tak sedikit penduduk Indonesia yang enggan menaatinya. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan di Kelurahan Karangrejo RT 01/RW04, Kecamatan Summersari, Kabupaten Jember. Hasil diagnosis masalah menemukan bahwa warga masih belum benar-benar memahami bagaimana hidup sehat dimasa pandemi dan penerapan protokol kesehatan yang benar. Terdapat 3 kegiatan dalam pengabdian kepada masyarakat ini yaitu Edukasi ADUHAI, Edukasi GETAS dan pembagian poster edukasi juga masker sekaligus pemasangan spanduk edukasi. Hasil kegiatan ini ialah terdapat peningkatan pengetahuan peserta yakni dari 73,31% (pre-test) menjadi 97,48% (post-test) pada program Edukasi ADUHAI dan dari 79,92% (pre-test) menjadi 92,72% (post-test) pada program Edukasi GETAS. Selanjutnya, masyarakat diharapkan melakukan praktik mandiri dalam melaksanakan anjuran hidup sehat dan taat protokol kesehatan secara berkelanjutan.

Keywords: pendidikan, protokol kesehatan, hidup sehat, covid-19

PENDAHULUAN

Corona virus atau biasa disebut dengan COVID-19 merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Sars-CoV-2. Virus ini merupakan zoonosis ditularkan antara hewan dan manusia. Penelitian menyebutkan bahwa SARS ditransmisikan dari kucing luwak (civet cats) ke manusia dan MERS dari unta ke manusia. Hewan yang menjadi sumber penularan COVID-19 ini masih belum diketahui [1]. Penyakit ini muncul pertama kali di Kota Wuhan, China pada akhir tahun 2019 yang telah menewakan lebih dari 1.800 orang serta menginfeksi lebih dari 70.000 orang dalam 50 hari pertama terjadinya epidemik [2].

Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan COVID-19 harus memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat. Menurut teori yang dikemukakan oleh H. L. Blum menyatakan bahwa terdapat empat faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat yaitu lingkungan, perilaku, pelayanan kesehatan dan keturunan [3]. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat dapat diketahui salah satunya dengan cara analisis situasi untuk mengidentifikasi masalah kesehatan masyarakat beserta determinannya.

Berdasarkan hasil Analisis Situasi terhadap masyarakat wilayah Rukun Tetangga (RT) masing-masing terdapat permasalahan kesehatan seperti rendahnya penggunaan masker, rendahnya pengetahuan pengolahan limbah masker, kesadaran tentang COVID-19 yang rendah, dan rendahnya kesadaran cuci tangan. Menindaklanjuti hasil tersebut kegiatan secara umum yang akan dilakukan meliputi Edukasi cara memakai masker dengan benar, edukasi 6 langkah cuci tangan, edukasi pengelolaan limbah masker sekali pakai. Diharapkan setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini, masyarakat wilayah RT masing-masing mampu secara mandiri dan proaktif dalam menghadapi COVID-19. .

METODE PELAKSANAAN PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan secara daring kepada seluruh warga Kelurahan Karangrejo RT 01/RW04, Kecamatan Sumber Sari, Kabupaten Jember. Kegiatan ini dimulai pada Bulan Juni dan berakhir pada Bulan Agustus Tahun 2021. Peserta kegiatan ini berjumlah 12 orang yang merupakan perwakilan dari masing-masing rumah tangga. Diagnosis masalah dan penentuan prioritas masalah dilakukan selama bulan Juni hingga bulan Juli. Persiapan media sosialisasi, pelatihan (video dan poster) dan evaluasi dilakukan setelah prioritas masalah telah ditentukan bersama dengan perwakilan warga.

Pengabdian ini menggunakan metode sosialisasi dan evaluasi yang dilakukan secara daring, sedangkan monitoring dilakukan secara luring dengan mengunjungi masing-masing rumah peserta sekaligus membagikan poster dan masker dengan tetap menerapkan protokol kesehatan [4]. Sosialisasi dimulai dengan membagikan kuesioner tingkat pengetahuan dengan menggunakan Google Form sebagai pre-test. Setelah itu evaluasi dilakukan dengan menggunakan kuesioner (secara daring) Google Form sebagai post-test. Sebagian besar kegiatan dilakukan secara daring mengingat kondisi Pandemi Covid-19 yang masih belum berakhir..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil identifikasi masalah didapatkan berbagai permasalahan yang saat ini masih perlu mendapatkan perhatian dari warga Kelurahan Karangrejo RT 01/RW04, Kecamatan Sumber Sari, Kabupaten Jember. Seluruh masalah tersebut kemudian dibahas bersama oleh seluruh perwakilan warga sampai menemukan masalah yang menjadi prioritas utama. Hasil pembahasan tersebut meneukan masalah-masalah yang menjadi prioritas yaitu:

1. Masih kurangnya pemanfaatan pelayanan kesehatan saat mengalami masalah kesehatan

2. Kurangnya pelaksanaan protokol kesehatan sesuai dengan anjuran Kementerian Kesehatan

Terdapat 3 kegiatan yang dilakukan berdasarkan prioritas masalah tersebut. Program pertama ialah Edukasi Anjuran Hidup Sehat di Tengah Pandemi (ADUHAI) untuk memberikan pemahaman kepada warga tentang menjalani hidup sehat selama pandemi dan bagaimana langkah yang harus dilakukan apabila mengalami masalah kesehatan. Program kedua ialah Edukasi Gerakan Masyarakat Taat Protokol Kesehatan (GETAS) untuk memberikan pemahaman kepada warga tentang bagaimana melaksanakan protokol kesehatan yang benar agar dapat terhindar dari Covid-19. Kegiatan ketiga merupakan pembagian masker juga poster edukasi kepada seluruh peserta dan pemasangan spanduk edukasi pada tempat strategis yang sering dilalui oleh warga.

Edukasi ADUHAI

Kegiatan Edukasi ADUHAI dilakukan secara daring dengan menggunakan media *Whatsapp Group*. Kegiatan ini diawali dengan memberikan penjelasan dengan tujuan dan hasil yang diharapkan setelah kegiatan edukasi berakhir. Selanjutnya, seluruh peserta kegiatan diminta untuk mengisi formulir yang mengukur pengetahuan peserta tentang pola hidup sehat. Setelah itu video Edukasi ADUHAI dibagikan ke *Whatsapp Group* untuk disaksikan oleh seluruh anggota grup. Beberapa waktu kemudian peserta diberi kesempatan untuk bertanya tentang apa yang masih belum dipahami selama menyaksikan video Edukasi ADUHAI. Namun sangat disayangkan karena peserta kurang memiliki antusiasme yang tinggi. Hal ini disebabkan oleh kondisi peserta yang mengikuti kegiatan secara daring juga harus tetap melaksanakan kegiatan rumah tangganya. Sebagian besar peserta mengaku bahwa terdapat beberapa hal lain yang perlu dilakukan secara mendadak, sehingga tidak selalu memegang telepon dan tidak memberi respon dengan segera. Diakhir kegiatan, peserta dimintan untuk mengisi kembali formulir yang dibagikan sebelumnya untuk mengukur keefektifan kegiatan Edukasi ADUHAI.

Hasil pre-test dan post-test tingkat pengetahuan peserta dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Evaluasi Peningkatan Pengetahuan Peserta Hasil Edukasi ADUHAI

Pertanyaan	Pre-test (%)	Post-test (%)
Yang dimaksud sehat adalah	50	91,6
Yang termasuk menjaga kebersihan di masa pandemi, kecuali	75	100
Cara menghindari stress di masa pandemi	75	100
Tips mengonsumsi makanan bergizi	91,6	91,6
Tips bekerja/belajar di rumah saja	91,6	100
waktu istirahat untuk orang dewasa	83,3	100
Olahraga sebaiknya dilakukan sebanyak	50	91,6
Cara mencuci tangan yang baik	50	100
Hal yang perlu diperhatikan dalam konsumsi makanan sehat dan bergizi	83,3	100
Yang harus dilakukan agar metabolisme tubuh tidak terganggu	83,3	100
Rata-rata	73,31%	97,48%

Tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta kegiatan dari rata-rata pengetahuan 73,31% (*pre-test*) menjadi 97,48% (*post-test*). Hasil tersebut sesuai dengan [5] yang menunjukkan bahwa edukasi secara daring masing efektif untuk dilakukan. Hal ini mengingat bahwa antusiasme peserta yang terlihat kurang namun peserta dapat memahami isi dari edukasi yang diberikan dalam bentuk video edukasi seperti yang ditunjukkan pada Gambar 1 (cuplikan video). Selain itu dengan jumlah peserta yang cukup diharapkan peserta juga dapat memberikan edukasi kepada warga lainnya.



Gambar 1. Cuplikan Video Edukasi ADUHAI

Edukasi GETAS

Sama halnya dengan program Edukasi ADUHAI, program Edukasi GETAS dilakukan secara daring dengan menggunakan media *Whatsapp Group*. Kegiatan diawali dan diakhiri dengan pengisian formulir untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta. Media edukasi dalam kegiatan ini adalah video edukasi seperti yang tuntutkan oleh Gambar 2 (cuplikan video). Masalah serupa juga menjadi kendala dalam kegiatan edukasi ini. Program Edukasi GETAS hanya diikuti oleh 11 peserta dimana salah seorang peserta berhalangan untuk mengikuti sesuai jadwal. Hasil evaluasi program Edukasi GETAS dapat dilihat pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Evaluasi Peningkatan Pengetahuan Peserta Hasil Edukasi GETAS

Pertanyaan	Pre-test (%)	Post-test (%)
Istilah anjuran protokol Kesehatan terbaru	18,18	63,63
Waktu untuk mengganti masker	45,45	81,81
Yang perlu dibawahsebagai pengganti cuci tangan	90,9	100
Menjaga jarak wajib dilakukan oleh	63,63	100
Yang termasuk protokol kesehatan	90,9	100
Arti mmebatas mobilisasi	81,81	100
Menghindari kerumunan harus disertai, kecuali	90,9	90,9
Memamakai masker yang benar	45,45	100
Peralatan yang wajib diba <i>WhatsApp</i> di <i>era New Normali</i> , kecuali	90,9	90,9
Jika tidak mmembawa handsanitizer, kita dapat	90,9	100
Rata-rata	79,92%	92,72%

Berdasarkan hasil Tabel 2 menunjukkan bahwa hanya ada 2 peserta yang memahami bagaimana anjuran protokol kesehatan yang terbaru (18,8%). Hal ini tentu sangat memperhatikan mengingat bahwa pandemi pada tahun tersebut jumlah pasien Covid-19 terus mengalami peningkatan. Selain itu, penggunaan masker yang benar masih menjadi masalah utama Kelurahan Karangrejo RT 01/RW04, Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember. Hal ini terlihat bahwa kurang dari sebagian peserta saja yang memahami pemakaian masker yang benar (45,45%).

Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan peserta tentang ketaatan dalam melakukan protokol kesehatan yaitu dari 79,92% (*pre-test*) menjadi 92,72% (*post-test*). Dengan meningkatnya pengetahuan peserta tentang penerapan protokol kesehatan diharapkan akan meningkatkan pengetahuan seluruh pengetahuan warga [6].



Gambar 2. Cuplikan Video Edukasi GETAS

Pemasangan Spanduk dan Pembagian Masker juga Poster

Setelah kegiatan Edukasi ADUHAI dan GETAS telah selesai dilaksanakan, kegiatan dilanjutkan dengan membagikan poster kegiatan dan masker serta pemasangan spanduk dilokasi yang sering dilalui oleh warga. Diharapkan dengan adanya media yang dapat mengingatkan kembali tentang pentingnya hidup sehat akan meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjalankan praktik hidup sehat setiap hari [7]. Kegiatan ini sekaligus melakukan *monitoring* kepada warga dalam melaksanakan anjuran hidup sehat dan penerapan protokol kesehatan apabila keluar rumah. Dokumentasi kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 3 dan Gambar 4 berikut:



Gambar 3. Pembagian Poster Edukasi dan Masker



Gambar 4. Pemasangan Spanduk Kegiatan

KESIMPULAN

Kegiatan ini dimulai dengan melakukan diagnosis komunitas untuk mendapatkan permasalahan yang muncul pada warga Kelurahan Karangrejo RT 01/RW04, Kecamatan Summersari, Kabupaten Jember. Setelah itu dipilih 2 prioritas masalah yakni hidup sehat dimasa pandemi dan edukasi protokol kesehatan.

Kegiatan edukasi secara daring akan mendapatkan masalah antusiasme peserta. Namun sedikitnya antusiasme saat kegiatan tidak menyimpulkan keseriusan peserta untuk memahami

bagaimana anjuran hidup sehat dan penerapan protokol kesehatan. Hal ini menghasilkan peningkatan pengetahuan peserta yakni dari 73,31% (pre-test) menjadi 97,48% (post-test) pada program Edukasi ADUHAI dan dari 79,92% (pre-test) menjadi 92,72% (post-test) pada program Edukasi GETAS. Diharapkan bahwa seluruh warga Kelurahan Karangrejo RT 01/RW 04, Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember dapat mulai menjalani hidup sehat dimasa pandemi dan menerapkan protokol kesehatan sebagaimana mestinya. .

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kemenkes. (2018). Jangan Asal Bersin dan batuk, Kenali Etika Bersin dan Batuk Agar Tidak Menularkan Penyakit.
- [2] Shereen MA, Khan S, Kazmi A, Bashir N, Siddique R. (2020). COVID-19 infection: Origin, transmission, and characteristics of human coronaviruses. *J Adv Res.* 2020 Mar 16;24:91-98. doi: 10.1016/j.jare.2020.03.005. PMID: 32257431; PMCID: PMC7113610.
- [3] Elina dan Sumiati, Sri. (2016). Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- [4] Agustina L dan Adi GS. (2021). *Sosialisasi Metode Pembelajaran Efektif Serta Penerapan Prokes Dalam Menghadapi Pembelajaran Tatap Muka. Dedication: Jurnal Pengabdian Masyarakat.* 4 (1).
- [5] Dewi, TK et. Al. (2021). Sosialisasi Metode Pembelajaran Efektif Serta Penerapan Prokes Dalam Menghadapi Pembelajaran Tatap Muka. 1(2).
- [6] Fajriyah NZ, Kartikasari D, Faradisi F. (2021). Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Pelaksanaan Protokol Kesehatan Tentang Kesiapan Menghadapi *New Normal* Tingkat Kelurahan/Desa di Kabupaten Pekalongan. 5(1).
- [7] Muslim dan Qonita. (2022). Hubungan Spanduk Edukasi Covid-19 dengan Kesadaran Warga Tentang Covid-19 (Kasus : Wilayah Kedung Waringin Kota Bogor). 28(1).