

PENYULUHAN TENTANG EDUKASI PHYSICAL DISTANCING DAN PENGUNAAN MASKER DALAM PENCEGAHAN WABAH CORONA VIRUS DISEASE (COVID-19) DI KOTA PEKANBARU

Ratna Nuraini^{*a}, Nanda Suryad^b, Rimet^c, Identiti^d, Virna Museliza^d
Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial, UIN Sultan Syarif Kasim Riau^{a,b,c,d}

*Nana_smart66@yahoo.com

Abstract

This Community Service activity was held at Kolam Aji 88 jalan Kertama Kota Pekanbaru, the participants in this activity were 10 Bhayangkari Mothers. The purpose of this extension is to provide physical distancing education and the use of masks in the prevention of COVID 19 outbreak in Pekanbaru City. After carrying out the activities of devotion to this community, it is hoped that Bhayangkari mothers understand and do it well and correctly.

Keywords: *Physical Distancing Education Extension and Mask Use*

Abstrak

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan di Kolam Aji 88 jalan Kertama Kota Pekanbaru, peserta kegiatan ini adalah Ibu-Ibu Bhayangkari sebanyak 10 orang. Tujuan penyuluhan ini memberikan edukasi physical distancing dan penggunaan masker dalam pencegahan wabah COVID 19 di Kota Pekanbaru. Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan ibu-ibu Bhayangkari memahami dan melakukannya dengan baik dan benar.

Kata Kunci : Penyuluhan Edukasi Physical Distancing dan Penggunaan Masker

1. Pendahuluan

Penyebaran Wabah virus **COVID-19** yang terjadi di Indonesia, antara orang melalui rute droplet (percikan) dari saluran pernapasan dan kontak. Penularan droplet terjadi saat seseorang berada dalam kontak erat (dalam jarak 1 meter) dengan orang yang terinfeksi dan terjadi pajanan droplet saluran pernapasan yang kemungkinan terinfeksi, misalnya melalui batuk, bersin, atau kontak sangat erat dengan orang tersebut sehingga agen infeksi masuk melalui titik-titik seperti mulut, hidung, atau konjungtiva (mata) Borak J. Airborne(2020)

Akibat wabah virus **COVID-19** ini seluruh masyarakat Indonesia harus menerapkan *physical distancing* dalam semua kegiatan, termasuk kegiatan di sektor pendidikan. Berbagai sekolah dan perguruan tinggi di Indonesia mulai menerapkan *physical distancing* dengan melaksanakan kegiatan belajar secara online (daring). Hal ini juga berlaku bagi para dosen di lingkungan kampus UIN Suska Riau. Dalam melakukan kegiatan sesuai dengan jadwal dan tugas masing-masing dilaksanakan secara daring dari rumah (*Work From Home* atau WFH). Begitupun dalam melaksanakan kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu pendidikan dan pengajaran; penelitian; dan pengabdian kepada masyarakat sebagai kewajiban yang harus dilakukan oleh seluruh civitas akademika, terutama mahasiswa dan dosen.

<https://journal.yrpiiku.com/index.php/ceej>

e-ISSN:2715-9752, p-ISSN:2715-9868

Copyright © 2019 THE AUTHOR(S). This article is distributed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International license.

Selain *physical Distancing* penggunaan masker merupakan bagian dari rangkaian komprehensif langkah pencegahan dan pengendalian yang dapat membatasi penyebaran penyakit-penyakit virus saluran pernapasan tertentu, termasuk **COVID-19**. Masker dapat digunakan baik untuk melindungi orang yang sehat (dipakai untuk melindungi diri sendiri saat berkontak dengan orang yang terinfeksi) atau untuk mengendalikan sumber (dipakai oleh orang yang terinfeksi untuk mencegah penularan lebih lanjut). Cascella(2020) Namun, penggunaan masker saja tidak cukup memberikan tingkat perlindungan atau pengendalian sumber yang memadai. Karena itu, langkah-langkah lain di tingkat perorangan dan komunitas perlu juga diadopsi untuk menekan penyebaran virus-virus saluran pernapasan. Terlepas dari apakah masker digunakan atau tidak, kepatuhan kebersihan tangan, penjagaan jarak fisik, dan langkah-langkah pencegahan dan pengendalian infeksi (PPI) lainnya sangat penting untuk mencegah penularan **COVID-19** dari orang ke orang.

Sejak bulan Mei 2020 pemerintah mencanangkan agar masyarakat mulai menerapkan kehidupan New Normal. Yaitu perubahan perilaku atau kebiasaan untuk tetap menjalankan aktivitas seperti biasa namun dengan selalu menerapkan protokol kesehatan di tengah pandemi **COVID-19**. Himbauan dari pemerintah ini menganjurkan agar kita bisa hidup “berdampingan” dengan virus yang telah menelan ratusan ribu jiwa di seluruh dunia. Hal ini mendorong masyarakat agar lebih gencar dalam menerapkan langkah pencegahan dasar **COVID-19**, seperti mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau dengan *hand sanitizer*, tidak menyentuh wajah dengan tangan yang belum dicuci, menerapkan *physical distancing*, serta mengenakan masker dalam setiap aktivitas, terutama di tempat umum.

Fakta yang terjadi di tingkat *grass root* masyarakat kini sebagian besar tidak lagi menerapkan protokol kesehatan pencegahan Covid-19, hal ini menggambarkan bahwa tingkat kepatuhan masyarakat akan implementasi protokol kesehatan covid-19 sudah mulai menurun. Jika hal ini dibiarkan tanpa ada kelompok masyarakat yang mengingatkan akan masalah tersebut, maka hal ini dapat menjadi menjadi bom waktu ledakan kasus corona dikemudian hari.

Kehadiran elemen masyarakat khususnya tenaga pendidik dengan perannya sebagai *social control* saat ini sangat dibutuhkan. Berbagai macam ide gerakan dan inovasi kegiatan terkait pencegahan atau kampanye promosi kesehatan akan sangat bermanfaat guna mencegah terjadinya ledakan kasus corona dengan klaster baru pasca *new normal*. Jones NR (2020) Mereka dapat memberikan edukasi dengan cara yang menarik kepada masyarakat, Contohnya, membuka donasi peduli covid-19, edukasi mengenai pentingnya pencegahan merebaknya covid-19 dengan penerapan protokol kesehatan, maupun membuat gerakan aksi sosial lainnya. Hal ini akan membuat sebagian kalangan masyarakat menjadi paham terhadap isu terkait protokol pencegahan covid-19 di era kehidupan normal.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan program kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat adalah sebagai berikut :

- 1) Metode Ceramah Luring dipilih untuk menyampaikan tentang Edukasi Physical Distancing Dan Penggunaan Masker Dalam Pencegahan Wabah Corona Virus Disease (Covid-19);

- 2) Demonstrasi Luring dipilih untuk menunjukkan cara *Physical Distancing* yang sesuai dengan aturan pemerintah yaitu menjaga jarak lebih 1 (satu) meter, sering mencuci tangan serta hindari kerumunan Dan Menggunakan Masker yang baik dan benar;
- 3) Diskusi atau tanya jawab mengenai hal-hal yang berkaitan dengan *Physical Distancing* dan Masker.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kolam Aji 88 jalan Bambu, kartama, Pekanbaru. Para peserta terdiri dari ibu-ibu rumah tangga yang tergabung dalam ibu-ibu Bhayangkari. Pemilihan peserta dikarenakan kegiatan ibu-ibu Bhayangkari sebagai salah satu organisasi yang melaksanakan kegiatan dengan anggota yang cukup banyak sehingga memerlukan *Physical Distancing* dan Masker.

Jumlah peserta kita tentukan sebanyak 10 orang ibu-ibu Bhayangkari. Terbatasnya peserta merujuk pada situasi covid yang belum terkendali sehingga memerlukan ruang yang lebih besar sehingga diharapkan dapat menekan pemaparan covid 19. Seperti terlihat dari gambar 3.1. dibawah ini



Gambar 1. Pelaksanaan Program Penyuluhan *Physical Distancing* Dan Penggunaan Masker

Peserta kita berikan materi berupa cara-cara *Physical Distancing* yang sesuai dengan aturan pemerintah yaitu menjaga jarak lebih 1 (satu) meter, sering mencuci tangan serta hindari kerumunan Dan Menggunakan Masker yang baik dan benar dalam rangka Pencegahan Wabah Corona Virus Disease (Covid-19) serta dampak-dampak ketika *Physical Distancing* dan menggunakan masker tidak dilakukan yang baik dan benar.

Dari materi yang disampaikan, peserta sudah ada yang melakukan dan juga ada yang belum melakukan *Physical Distancing* yang sesuai dengan aturan pemerintah yaitu menjaga jarak lebih 1 (satu) meter, sering mencuci tangan serta hindari kerumunan Dan Menggunakan Masker yang baik dan benar dalam rangka Pencegahan Wabah Corona Virus Disease (Covid-19)

Dari hasil diskusi dengan peserta kami dapat mengetahui bahwa ada peserta yang tidak *Physical Distancing* yang sesuai dengan aturan pemerintah yaitu menjaga jarak lebih 1 (satu) meter, sering mencuci tangan serta hindari kerumunan Dan Menggunakan Masker yang baik dan benar dalam rangka Pencegahan Wabah Corona Virus Disease (Covid-19)

Pada akhir sesi dari pengabdian ini, kami memperagakan *Physical Distancing* yang sesuai dengan aturan pemerintah yaitu menjaga jarak lebih 1 (satu) meter, sering mencuci tangan serta hindari kerumunan Dan Menggunakan Masker yang baik dan benar dalam rangka Pencegahan Wabah Corona Virus Disease (Covid-19).

4. Simpulan

Dengan adanya kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan di Kolam Aji 88 Kelurahan Maharatu Kecamatan Marpoyan Damai Pekanbaru dan banyak memberikan manfaat bagi peserta ibu-ibu Bhayangkari, yaitu para peserta mengetahui tentang *Physical Distancing* dimulai dari menjaga jarak sesuai aturan pemerintah lebih dari satu meter; cara mencuci tangan dengan sabun selama 5 detik sesuai aturan pemerintah; agar menghindarkan kerumunan atau lebih baik dirumah jika tidak ada kepentingan yang mendesak; bahayanya COVID 19 jika tidak melaksanakan *Physical Distancing* dan menggunakan masker dengan baik dan benar.

5. Daftar Pustaka

- Borak, J. (2020). Airborne transmission of COVID-19.
- Cascella, M., Rajnik, M., Cuomo, A., Dulebohn, S. C., & Di Napoli, R. (2021). Features, evaluation, and treatment of coronavirus (COVID-19). *Statpearls [internet]*.
- Chu, D. K., Akl, E. A., Duda, S., Solo, K., Yaacoub, S., Schünemann, H. J., ... & Reinap, M. (2020). Physical distancing, face masks, and eye protection to prevent person-to-person transmission of SARS-CoV-2 and COVID-19: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet*, 395(10242), 1973-1987.
- Lichtner, V. (2020). Re: Two metres or one: what is the evidence for physical distancing in COVID-19?-Traffic lights and shades of risks.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman pencegahan dan pengendalian coronavirus disease (COVID-19) edisi revisi ke-5.
- World Health Organization. (2019). Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public. Available from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>.