

Penyuluhan Kesehatan tentang Adaptasi Kebiasaan Baru dan Pentingnya Vaksinasi COVID-19 pada Masyarakat di Desa Rumengkor Dua Kabupaten Minahasa

Mareyke Yolanda Lusya Sepang, Vina Putri Patandung

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, STIKES Gunung Maria Tomohon

email: vinapatandung@gmail.com

Abstrak - Cara tepat penanganan COVID-19 yang dapat dilakukan untuk melawan pandemi COVID-19 adalah dengan menerapkan adaptasi kebiasaan baru agar tidak tertular penyakit ini. Selain adaptasi kebiasaan baru, vaksinasi COVID-19 juga sangat penting dilakukan untuk menekan angka kasus yang terus meningkat. Edukasi kesehatan ini bertujuan agar masyarakat dapat memahami tentang implementasi dan manfaat penerapan adaptasi kebiasaan baru di era new normal saat ini dan pentingnya vaksinasi COVID-19 untuk mencegah penularan COVID-19 di masyarakat. Pemecahan masalah menggunakan metode ceramah dan simulasi, serta media video, leaflet, dan poster. Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat Desa Rumengkor Dua Kabupaten Minahasa. Hasil dari penyuluhan kesehatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang adaptasi kebiasaan baru hingga 94,28%, serta kemauan untuk melakukan vaksinasi COVID-19 meningkat menjadi 94,29%. Di akhir kegiatan, peserta dapat beradaptasi dengan adaptasi kebiasaan baru khususnya 5M, bahkan peserta mampu melaksanakan tindakan pakai masker dan cuci tangan dengan baik dan benar, dan sebagian besar peserta bersedia divaksinasi. Penerapan adaptasi kebiasaan baru di masyarakat merupakan upaya pencegahan penularan penyakit, sehingga perlu dilakukan penyuluhan kesehatan secara berkesinambungan oleh tenaga kesehatan dengan melibatkan seluruh lapisan masyarakat mulai dari desa, kader kesehatan dan masyarakat.

Kata kunci : Pendidikan kesehatan, Adaptasi normal baru, Vaksinasi Covid-19

Abstract - Right way to handle COVID-19 that can be done to fight the COVID-19 pandemic is to implement new normal adaptations so as not to get infected this disease. In addition to adapting new normals, it is also very important for COVID-19 vaccination to suppress the increasing number of cases. The aim of this health education is public can understand about the implementation and benefits of adapting new normals in the current new normal era and the importance of COVID-19 vaccination to prevent transmission of COVID-19 in the community. Problem solving uses lecture and simulation methods, as well as video, leaflets, and posters. The target of this activity is the community of Rumengkor Dua Village, Minahasa Regency. Results of this health education can increase the knowledge and skills of the community about adapting new normal up to 94.28%, as well as the willingness to vaccinate for covid-19 increased to 94.29%. At the end of the activity, participants can adaptation of new normals, especially 5M, even participants were able to carry out the act of wearing masks and washing hands properly and correctly, and most of the participants were willing to be vaccinated. The application of adaptation to new normals in the community is an effort to prevent disease transmission, so it is necessary to carry out health education on an ongoing basis by health workers by involving all levels of society starting from village, health cadres and the community.

Keywords: Health education; New normal adaptation; COVID-19 vaccination

1. PENDAHULUAN

Sejak awal tahun 2020 sampai saat ini merupakan era baru yaitu pandemi COVID-19 dimana seluruh media sosial atau media digital penuh dengan berita tentang COVID-19. Berbagai macam reaksi yang diperlihatkan oleh masyarakat, ada yang takut, cemas, khawatir, marah-marah, namun ada juga yang tetap tenang [1].

Situasi pandemi COVID-19 telah banyak mengubah kebiasaan sehari-hari setiap orang, baik itu kebiasaan di rumah, di jalan, di sekolah, di tempat kerja dan dimanapun. Pergerakan kita menjadi terbatas dan membuat sebagian besar masyarakat menjadi tidak produktif, dan hal ini juga berdampak pada masalah ekonomi keluarga, masyarakat, daerah dan negara [1]. Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang dilakukan pemerintah

Indonesia di awal masa pandemi berdampak besar pada perekonomian masyarakat. Oleh karena itu, pemerintah Indonesia melakukan upaya mitigasi dan kesiapan tempat kerja seoptimal mungkin agar dapat beradaptasi melalui perubahan gaya hidup di lingkungan masyarakat yaitu situasi COVID-19 (*new normal*). *New normal* dengan mitigasi adalah tindakan untuk mengurangi atau meminimalkan dampak suatu bencana terhadap masyarakat, khususnya dampak COVID-19 [2].

Istilah *new normal* pertama kali muncul selama krisis keuangan tahun 2008 untuk merujuk pada transformasi ekonomi, budaya, dan sosial yang dramatis yang menyebabkan kerawanan dan keresahan sosial, yang berdampak pada persepsi kolektif dan gaya hidup individu [3]. Istilah ini kembali digunakan selama masa pandemi COVID-19 untuk menunjukkan bahwa hal itu telah mengubah aspek-aspek penting dari kehidupan manusia. Ahli teori budaya berpendapat bahwa ada interaksi antara budaya dan perasaan pribadi (ketidakberdayaan) dan konsumsi informasi (teori konspirasi) selama masa krisis [4].

Indonesia saat ini telah memasuki era *new normal* dimana masyarakat dapat beraktivitas di luar rumah di tengah wabah virus corona COVID-19. Satu-satunya cara jitu penanganan COVID-19 yang bisa dilakukan untuk melawan pandemi COVID-19 adalah dengan menerapkan gaya hidup normal dengan cara baru (*new normal*) atau adaptasi kebiasaan baru agar tidak tertular penyakit ini [2]. Selain melakukan adaptasi kebiasaan baru, sangat penting juga untuk vaksinasi COVID-19 guna menekan kasus yang terus bertambah.

Vaksin COVID-19 tengah didistribusikan ke seluruh masyarakat Indonesia saat ini. Pemberian vaksin ini merupakan solusi yang dianggap paling tepat untuk mengurangi jumlah kasus infeksi virus SARS-CoV-2 penyebab penyakit COVID-19. Sejak vaksin COVID-19 tiba di Indonesia, tidak sedikit masyarakat yang belum setuju akan anjuran pemerintah untuk menjalani vaksinasi COVID-19. Padahal, pemberian vaksin ini sangatlah penting, bukan hanya untuk melindungi masyarakat dari COVID-19, tetapi juga memulihkan kondisi sosial dan ekonomi negara yang terkena dampak pandemi [5].

Vaksinasi atau imunisasi bertujuan untuk membuat sistem kekebalan tubuh seseorang mampu mengenali dan dengan cepat melawan bakteri atau virus penyebab infeksi. Tujuan yang ingin dicapai dengan pemberian vaksin COVID-19 adalah menurunnya angka kesakitan dan angka kematian akibat virus ini.

Meskipun tidak 100% bisa melindungi seseorang dari infeksi virus Corona, vaksin ini dapat memperkecil kemungkinan terjadinya gejala yang berat dan komplikasi akibat COVID-19. Selain itu, vaksinasi COVID-19 bertujuan untuk mendorong terbentuknya *herd immunity* atau kekebalan kelompok. Hal ini penting karena ada sebagian orang yang tidak bisa divaksin karena alasan tertentu [5].

Vaksinasi COVID-19 adalah bagian penting dari upaya penanganan pandemi COVID-19 yang menyeluruh dan terpadu meliputi aspek pencegahan dengan penerapan protokol kesehatan: memakai masker, mencuci tangan dengan sabun, menjaga jarak, menghindari kerumunan dan mengurangi mobilitas (5M), vaksinasi COVID-19, dan 3T (Tes, Telusur, Tindak lanjut). Saat ini, berbagai upaya edukasi penerapan protokol kesehatan terus dilakukan. Hasil studi yang dilakukan Badan Pusat Statistik dan Satuan Tugas Penanganan COVID-19 pada bulan September 2020 menunjukkan 75% masyarakat mencuci tangan pakai sabun, 92% memakai masker dan 73% menjaga jarak. Penerapan protokol kesehatan yang konsisten memerlukan kebijakan yang mendukung, sarana dan prasana yang memadai serta edukasi dan komunikasi perubahan perilaku yang dapat menjangkau seluruh lapisan masyarakat dengan informasi yang mudah dipahami, akurat, menarik, dan dapat mendorong terjadinya adopsi perilaku pencegahan [6].

Hasil survei penerimaan vaksin yang dilakukan Kementerian Kesehatan bersama ITAGI (*Indonesian Technical Advisory Group on Immunization*) dengan dukungan UNICEF dan WHO pada bulan September 2020 menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat (74%) sudah mengetahui rencana pemerintah untuk melaksanakan vaksinasi COVID-19. Sebanyak 65% bersedia untuk divaksinasi, sekitar 27% masih ragu, dan hanya sebagian kecil atau sekitar 8% yang menyatakan menolak dengan alasan khawatir akan keamanan, efektivitas dan kehalalan vaksin. Hasil survei juga menunjukkan bahwa mereka yang memiliki informasi tentang vaksinasi COVID-19 cenderung lebih menerima vaksinasi COVID-19. Hal ini menunjukkan pentingnya untuk memastikan seluruh masyarakat mendapatkan akses terhadap informasi yang akurat tentang penanganan COVID-19, termasuk tentang vaksinasi COVID-19 [6]. Oleh karena itu perlu diberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat desa khususnya Desa Rumengkor Dua melalui kerja sama dengan STIKES Gunung Maria Tomohon sebagai

fasilitator kesehatan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Tujuan penyuluhan kesehatan ini yaitu agar masyarakat memahami tentang pelaksanaan, dan manfaat adaptasi kebiasaan baru di era *new normal* saat ini dan pentingnya vaksinasi COVID-19 untuk mencegah penularan COVID-19 di masyarakat sehingga dapat menurunkan morbiditas dan mortalitas akibat COVID-19, mencapai kekebalan kelompok (*herd immunity*) untuk mencegah dan melindungi kesehatan masyarakat, melindungi dan memperkuat sistem kesehatan secara menyeluruh, menjaga produktifitas dan meminimalkan dampak sosial dan ekonomi.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada bulan April 2020. Adapun tempat pelaksanaan kegiatan ini yakni di salah satu desa yang ada di Kabupaten Minahasa Provinsi Sulawesi Utara yaitu Desa Rumengkor Dua. Desa Rumengkor Dua merupakan salah satu desa di Kabupaten Minahasa yang belum memiliki fasilitas pelayanan kesehatan, dan akses untuk ke fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama tergolong jauh, sehingga akses untuk memperoleh informasi kesehatan juga sangat kurang. Penyuluhan kesehatan tentang COVID-19 dan pentingnya vaksinasi COVID-19 kepada masyarakat belum pernah dilakukan secara komprehensif. Sasaran dalam pelaksanaan kegiatan ini yaitu kepala desa dan perangkat desa yang berjumlah 12 orang, dan masyarakat desa Rumengkor Dua yang hadir dalam kegiatan ini yaitu 23 orang, sehingga total peserta kegiatan yaitu 35 orang ditambah dengan tim penyuluh yang terdiri dari 2 dosen dan 13 mahasiswa STIKES Gunung Maria Tomohon. Lama pelaksanaan penyuluhan kesehatan ini yaitu 100 menit. Kegiatan ini dilakukan selama kurang lebih 3 minggu, mulai dari perijinan, pelaksanaan, pendampingan, dan evaluasi kegiatan.

Metode yang digunakan dalam penyuluhan kesehatan yaitu ceramah, dan simulasi, sedangkan untuk media yang digunakan berupa video, leaflet, dan poster untuk meningkatkan pemahaman masyarakat. Informasi dan penyuluhan kesehatan yang diberikan kepada masyarakat merupakan kombinasi antara pengalaman belajar yang dirancang untuk membantu individu dan masyarakat memperbaiki kesehatan, dengan meningkatkan pengetahuan atau memengaruhi sikap mereka [7]. Pemberian informasi kesehatan merupakan salah satu tindakan untuk meningkatkan kepatuhan masyarakat, karena

masyarakat sulit untuk melakukan anjuran yang diberikan apabila mereka tidak mengetahui dan memahami manfaat dari anjuran tersebut [8].

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini diawali dengan mengevaluasi pengetahuan masyarakat peserta kegiatan tentang AKB dan pentingnya vaksinasi COVID-19. Selanjutnya memberikan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah dan simulasi, dan di akhir penyuluhan ditampilkan media video tentang AKB dan vaksinasi COVID-19.

Tahap selanjutnya yaitu melakukan evaluasi untuk mengukur keberhasilan dari kegiatan penyuluhan ini. Tahap evaluasi pada kegiatan ini terdiri dari tiga bagian yaitu:

1. Evaluasi awal, dilakukan dengan menilai pengetahuan masyarakat tentang AKB dan pentingnya vaksinasi COVID-19 melalui kuesioner yang diberikan kepada masyarakat sebelum penyuluhan kesehatan. Hasil evaluasi ini dalam bentuk skor hasil evaluasi pengetahuan sebelum penyuluhan dengan menggunakan instrumen dalam bentuk pertanyaan terkait materi AKB dan vaksin COVID-19, yang di checklist oleh tim pelaksana.
2. Evaluasi proses, dilakukan dengan melihat secara langsung respon dan minat masyarakat selama proses penyuluhan berlangsung. Selain itu, dilihat juga interaksi masyarakat melalui proses tanya jawab selama pelaksanaan kegiatan.
3. Evaluasi akhir, dilakukan dengan memberikan kembali kuesioner yang sama yang diberikan sebelum penyuluhan. Evaluasi ini dilakukan untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan masyarakat dan ketrampilan setelah diberikan penyuluhan kesehatan.

Selain itu, seluruh masyarakat yang ada di Desa Rumengkor Dua dibagikan leaflet dan poster tentang AKB dan vaksin COVID-19 yang ditempel di setiap rumah warga. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pelaksanaan, dan manfaat adaptasi kebiasaan baru di era *new normal* saat ini dan pentingnya vaksinasi COVID-19 untuk mencegah penularan COVID-19 di masyarakat sehingga dapat menurunkan morbiditas dan mortalitas akibat COVID-19, mencapai kekebalan kelompok (*herd immunity*) untuk mencegah dan melindungi kesehatan masyarakat, melindungi dan memperkuat sistem kesehatan secara menyeluruh, menjaga produktifitas dan meminimalkan dampak sosial dan ekonomi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan kesehatan tentang adaptasi kebiasaan baru dan pentingnya vaksinasi COVID-19 dilaksanakan di Desa Rumengkor Dua Kabupaten Minahasa Provinsi Sulawesi Utara pada April 2021. Peserta kegiatan penyuluhan kesehatan berjumlah 35 orang, yang terdiri dari kepala desa dan perangkat desa berjumlah 12 orang dan masyarakat desa berjumlah 23 orang. Kegiatan ini dimulai pada pukul 09.00 WITA yang diawali dengan pengenalan oleh ketua tim pengabdian kepada masyarakat dalam rangka mewujudkan masyarakat sehat di tahun 2025.

Masyarakat merupakan kelompok manusia atau individu yang secara bersama-sama tinggal disuatu tempat dan saling berhubungan satu dengan lainnya [9]. Partisipasi masyarakat sangat dibutuhkan sehingga tingkat kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan semakin meningkat [10]. Pelaksanaan gerakan masyarakat hidup sehat melalui Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK) dilaksanakan dengan pendidikan kesehatan yang diberikan kepada setiap masyarakat. Pendidikan kesehatan melalui penyuluhan kesehatan yang diberikan kepada masyarakat dapat meningkatkan pemahaman akan pengetahuan, sikap dan ketrampilan dalam melaksanakan perilaku kesehatan baik secara langsung atau tidak langsung sesuai kebutuhan masyarakat [11]. Ada berbagai macam upaya yang dilakukan untuk mewujudkan masyarakat sehat di era *new normal* pada masa pandemi COVID-19 yakni dengan pemberian penyuluhan kesehatan tentang adaptasi kebiasaan baru dan pentingnya vaksinasi COVID-19.

Adaptasi kebiasaan baru (AKB) merupakan cara mengubah perilaku, gaya hidup dan kebiasaan sehingga masyarakat tetap produktif dan aman dari COVID-19 di masa pandemi. Penerapan adaptasi kebiasaan baru yang semakin sering, semakin mudah dan cepat menjadi norma individu dan norma masyarakat sehingga aktivitas dalam bekerja, belajar, beribadah menjadi aman dan sehat. Begitu pula dengan vaksinasi COVID-19 bagi masyarakat. Salah satu upaya pemerintah Indonesia dalam menangani masalah COVID-19 yaitu dengan pelaksanaan vaksinasi COVID-19. Pemberian vaksin COVID-19 dalam rangka mengatasi dampak pandemi COVID-19 [12].

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema penyuluhan kesehatan tentang adaptasi kebiasaan baru dan pentingnya vaksinasi COVID-19 terdiri dari beberapa

tahapan. Pada tahap pertama dilakukan evaluasi awal dengan memberikan lembar pertanyaan terkait adaptasi kebiasaan baru meliputi memakai masker, mencuci tangan dengan sabun, menjaga jarak, menghindari kerumunan dan mengurangi mobilitas (5M) dan pertanyaan terkait sudah menerima vaksinasi COVID-19 atau belum. Tujuan tahap ini untuk menilai pengetahuan masyarakat tentang AKB dan pentingnya vaksinasi COVID-19.

Pelaksanaan kegiatan tahap kedua yakni pemberian penyuluhan kesehatan tentang adaptasi kebiasaan baru dan pentingnya vaksinasi COVID-19 dengan metode ceramah dan simulasi. Ceramah diberikan dengan menggunakan juga alat bantu media berupa pemutaran video, pembagian leaflet dan poster untuk dipasang/ditempel di rumah setiap keluarga. Variasi metode dan pemanfaatan alat bantu media pembelajaran bertujuan agar penyampaian informasi yang diberikan dalam proses pembelajaran lebih efektif [13]. Kendala pada tahap ini disebabkan karena variasi umur dari peserta kegiatan sehingga materi yang diberikan dilakukan berulang sehingga peserta semakin paham dengan materi yang diberikan.

Adapun materi yang diberikan terkait adaptasi kebiasaan baru meliputi memakai masker yang benar, mencuci tangan pakai sabun, menjaga jarak (*physical distancing*), menghindari kerumunan dan mengurangi mobilitas [14]. Penyuluhan kesehatan tentang adaptasi kebiasaan baru akan berdampak positif terhadap perilaku masyarakat sehingga tetap produktif dan aman dari COVID-19 di masa pandemi. Begitu juga dengan pelaksanaan vaksinasi COVID-19. Pemberian vaksinasi COVID-19 sebagai salah satu upaya pemerintah Indonesia dalam menangani masalah COVID-19. Vaksin merupakan bahan antigen yang digunakan untuk menghasilkan kekebalan tubuh terhadap suatu penyakit. Suatu vaksin mengandung agen menyerupai mikroorganisme penyebab suatu penyakit (vaksin atau bakteri yang sudah mati atau dilemahkan). Pemberian agen ini merangsang sistem imun didalam tubuh untuk mengenalinya sebagai agen asing, menghancurkannya dan mengingatnya sehingga sistem imun tubuh siap untuk menetralkannya sebelum memasuki sel, mengenali dan menghancurkan sel yang telah terinfeksi sebelum agen tersebut dapat berkembang dan jika tetap sakit, maka sakitnya akan jauh lebih ringan [15]. Apabila masyarakat sudah mendapatkan vaksinasi COVID-19 maka masyarakat dapat hidup produktif dan terhindar dari penyakit COVID-19 [5]. Pada tahap ini, interaksi masyarakat terjadi selama proses tanya

jawab berlangsung. Masyarakat berespon aktif selama proses penyuluhan kesehatan yang diberikan.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang adaptasi kebiasaan baru pada tahap ketiga yaitu penyuluhan dengan metode simulasi. Simulasi yang diberikan oleh tim meliputi 5 langkah memakai masker yang benar yakni sebelum memasang masker, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir (minimal 20 detik) atau bila tidak tersedia, gunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%), pasang masker untuk menutupi mulut dan hidung dan pastikan tidak ada sela antara wajah dan masker, hindari menyentuh masker saat digunakan; bila tersentuh, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir minimal 20 detik atau bila tidak ada, cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%), ganti masker yang basah atau lembab dengan masker baru. Masker medis hanya boleh digunakan satu kali saja. Masker kain dapat digunakan berulang kali, untuk membuka masker: lepaskan dari belakang. Jangan sentuh bagian depan masker; untuk masker 1x pakai, buang segera di tempat sampah tertutup atau kantong plastik; untuk masker kain, segera cuci dengan deterjen; untuk memasang masker baru, ikuti poin pertama [16].

Simulasi lain yang juga diberikan ke masyarakat yakni 11 langkah mencuci tangan yang baik dan benar yakni membasahi tangan dengan air bersih yang mengalir, menggunakan sabun pada tangan secukupnya, menggosok telapak tangan yang satu ke telapak tangan lainnya, menggosok punggung tangan dan sela jari, menggosok telapak tangan dan sela jari dengan posisi saling bertautan, menggosok punggung jari ke telapak tangan dengan posisi jari saling bertautan, menggenggam dan membasuh ibu jari dengan posisi memutar, menggosok bagian ujung jari ke telapak tangan agar bagian kuku terkena sabun, menggosok tangan yang bersabun dengan air bersih mengalir, mengeringkan tangan dengan lap bersih dan membersihkan pemutar keran air dengan lap sekali pakai atau tissue [17]. Pelaksanaan simulasi juga dibantu dengan media leaflet sehingga partisipasi masyarakat pun terjadi.

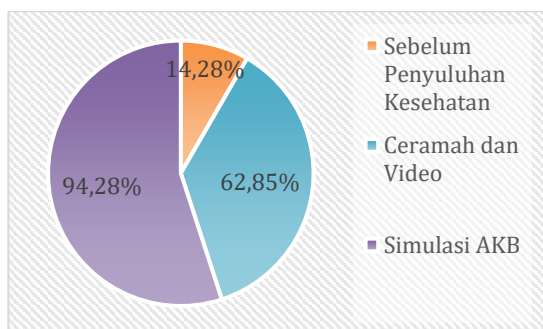
Evaluasi dilakukan pada akhir setiap tahapan penyuluhan. Evaluasi kegiatan pada tahap ketiga ini untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan dan keterampilan masyarakat setelah diberikan penyuluhan kesehatan melalui ceramah tentang adaptasi kebiasaan baru melalui 5M dengan media video, leaflet dan poster juga simulasi memakai

masker yang benar dan mencuci tangan yang baik dan benar. Kegiatan terakhir pada pelaksanaan penyuluhan kesehatan ini yakni pembagian masker, pemberian snack dan doorprize bagi peserta. Pembagian leaflet yang berisi informasi kesehatan dibagikan kepada peserta untuk dibagikan kepada anggota keluarga dan juga diberikan poster untuk di pasang/tempel di rumah.

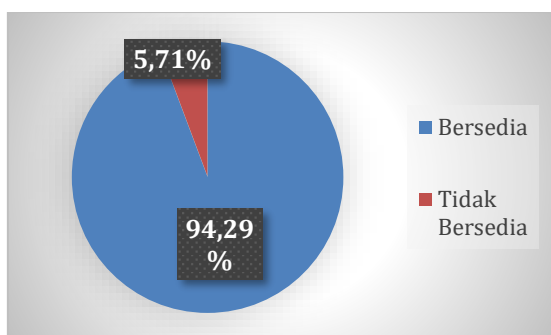
Kegiatan tahap akhir yakni pendampingan dan evaluasi secara keseluruhan. Berdasarkan hasil evaluasi, kegiatan penyuluhan kesehatan tentang adaptasi kebiasaan baru dan pentingnya vaksinasi COVID-19 sangat berhasil. Hal tersebut sesuai dengan indikator keberhasilan kegiatan dalam hal partisipasi peserta serta peningkatan pengetahuan dan ketrampilan. Evaluasi terhadap nilai rata-rata pengetahuan dan ketrampilan peserta yang meningkat secara signifikan pada akhir kegiatan. Pengetahuan dan ketrampilan peserta atas penyuluhan kesehatan tentang adaptasi kebiasaan baru yang awalnya 14,28% sebelum dilakukan penyuluhan, meningkat menjadi 62,85% setelah dilakukan penyuluhan dengan metode ceramah dan disertai dengan media video meningkat menjadi 94,28% setelah dilakukan penyuluhan dengan menerapkan metode interaktif melalui simulasi dan juga video serta leaflet dan poster maka semua peserta berpartisipasi aktif saat penyuluhan kesehatan berlangsung. Begitu juga dengan vaksinasi COVID-19 dimana peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan belum ada yang menerima vaksinasi COVID-19 oleh karena target vaksinasi belum menjangkau sampai desa Rumengkor Dua. Sehingga diberikan penyuluhan kepada peserta bahwa vaksinasi tersebut sangat penting dan ketika vaksinasi COVID-19 mulai didistribusikan sampai ke desa, peserta bersedia untuk divaksin COVID-19.

Hasil observasi menunjukkan bahwa metode ceramah dengan alat bantu media video dalam penyuluhan kesehatan belum berhasil secara maksimal (62,85%). Hal ini dikarenakan pada saat pemberian ceramah sifatnya satu arah/pasif sehingga peserta hanya mendengar ceramah dan menjawab saat ceramah berlangsung. Pada saat ceramah tidak semua peserta aktif, karena masih ada peserta yang malu untuk bertanya dan menjawab. Sehingga dilakukan pemutaran video juga tentang adaptasi kebiasaan baru dan peserta menjadi aktif dalam kegiatan yang berlangsung. Menurut Isra, Mulyadi, Warjiman (2018) pendidikan kesehatan dengan media video merupakan media yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan terhadap perilaku kesehatan [18].

Pemberian media video menghasilkan stimulus visual yang membuahkan hasil belajar yang lebih baik untuk mengingat, mengenali dan menghubungkan fakta dan konsep [13].



Gambar 1. Evaluasi rerata pengetahuan dan ketrampilan terkait Adaptasi Kebiasaan Baru (5M)



Gambar 2. Kesiapan Vaksinasi COVID-19

Pemanfaatan alat bantu media video pada penyuluhan kesehatan ini masih kurang efektif dalam meningkatkan pengetahuan juga ketrampilan dari peserta. Pelaksanaan kegiatan dengan pemutaran video terkait AKB walaupun dilakukan pengulangan berapa kali, namun tidak semua peserta mengingat informasi kesehatan yang disampaikan.

Pada saat evaluasi kegiatan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah disertai video menunjukkan bahwa sebagian peserta masih belum dapat melakukan tindakan memakai masker yang benar dan mencuci tangan yang baik dan benar oleh karena masih ada peserta yang kurang paham dan lupa terhadap video yang ditampilkan. Oleh karena itu maka perlu penerapan metode penyuluhan yang lebih efektif dan situasi pembelajaran yang interaktif sehingga semua peserta aktif. Alat bantu seperti leaflet dan poster sebagai media penyuluhan sehingga informasi dapat selalu diingat untuk jangka waktu yang lama.

Luaran kegiatan ini yakni semua peserta penyuluhan mampu melakukan pemakaian masker yang benar dan mencuci tangan yang baik dan benar dan memahami tentang adaptasi kebiasaan baru dan pentingnya

vaksinasi COVID-19. Rata-rata pengetahuan dan ketrampilan peserta penyuluhan kesehatan meningkat secara signifikan setelah diterapkan metode penyuluhan interaktif berupa simulasi serta alat bantu media leaflet dan poster yang sebagian peserta mampu mempraktikkan kedua keterampilan tersebut. Selanjutnya terkait dengan pentingnya vaksinasi COVID-19 dari semua peserta dan yang bersedia untuk divaksin sebesar 94,29% hal ini dikarenakan bahwa peserta tersebut sangat memahami pentingnya untuk di vaksin terlebih pada masa pandemi COVID-19. Walaupun masih ada 5,71% peserta yang tidak bersedia alasannya karena mereka takut terhadap penyakit kronik yang diderita.

Luaran kegiatan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2020) bahwa dengan melakukan adaptasi kebiasaan baru yang diterapkan oleh setiap individu dalam keluarga sebagai bagian dari masyarakat berperan besar sekali untuk menekan dampak negatif dari pandemi COVID-19 dan dapat meningkatkan kesehatan, perlindungan terhadap setiap individu dengan cara selalu mencuci tangan, menggunakan masker ketika keluar rumah, tidak berkerumun dengan banyak orang dan tidak banyak keluar rumah [19].

Penelitian lain juga yang dilakukan oleh Putri, Putri, & Santi (2020) menunjukkan bahwa penggunaan media video mempunyai dampak yang lebih signifikan karena mengutamakan pendengaran dan penglihatan, pesan yang disampaikan mudah diingat, merangsang minat dan perhatian yang ditunjang dengan perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan secara rutin maka masyarakat dapat hidup sehat dan terjadi perubahan pada tatanan kesehatan masyarakat [20].

Pemberian leaflet sebagai alat bantu media bagi peserta sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kartini, Wijoyo, Istifada, Wibisana, Nuraini (2021) bahwa dengan penyebaran leaflet terjadi perubahan perilaku pencegahan penularan COVID-19 menjadi 78,8% setelah intervensi. Poster yang ditempel di rumah membantu peserta agar informasi kesehatan yang diberikan pada saat penyuluhan mudah dilihat dan dibaca oleh setiap anggota keluarga sehari-hari sehingga informasi yang diberikan selalu diingat dan memperkaya pengetahuan peserta tentang kesehatan [21].

Berdasarkan teori tersebut, penggunaan berbagai metode dan media perlu dimanfaatkan dalam kegiatan penyuluhan agar lebih menarik dan efektif, sehingga informasi kesehatan yang disampaikan dapat bermanfaat dan mudah

dipahami dengan berbagai variasi metode dan media penyuluhan. Metode lainnya yang dapat dikembangkan yaitu *telephone health coaching*. Melalui metode ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman setiap individu dalam melakukan adaptasi kebiasaan hidup baru dan dapat mengambil keputusan secara mandiri terkait perilaku hidup bersih dan sehat menuju masyarakat yang sehat dan produktif. Oleh karena itu agar tercapai indikator keberhasilan kegiatan, maka diperlukan inovasi dan kreativitas dalam pengembangan metode dan media penyuluhan.

Penyuluhan kesehatan yang diberikan dalam hal adaptasi kebiasaan baru perlu dilakukan secara terus menerus apalagi di era *new normal*. Dibutuhkan peran serta lintas sektoral baik dari pemerintah, bidang kesehatan, masyarakat, tersedianya fasilitas pendukung baik dalam hal sarana dan prasarana sehingga dapat menunjang dalam adaptasi kebiasaan baru melalui 5M [22].

Manfaat jangka panjang yang diperoleh bahwa masyarakat dapat hidup sehat dan produktif. Penerapan adaptasi kebiasaan yang baru melalui 5M (memakai masker yang benar, mencuci tangan pakai sabun, menjaga jarak (*physical distancing*), menghindari kerumunan dan mengurangi mobilitas) dan vaksinasi COVID-19 sesegera mungkin bagi para peserta dan untuk masyarakat pada umumnya dapat mewujudkan masyarakat Indonesia yang sehat [23].

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Metode penyuluhan kesehatan tentang adaptasi kebiasaan baru (5M) melalui ceramah dan simulasi dengan memanfaatkan media baik berupa video, leaflet dan poster lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan masyarakat sebagai peserta penyuluhan yakni mencapai 94,28% dibandingkan dengan hanya melakukan penyuluhan dengan metode ceramah dan pemutaran video sebesar 62,85%. Kegiatan penyuluhan kesehatan ini berhasil dengan baik. Pada akhir kegiatan, peserta mengerti dan memahami adaptasi kebiasaan baru dalam hal memakai masker yang benar, mencuci tangan pakai sabun, menjaga jarak (*physical distancing*), menghindari kerumunan dan mengurangi mobilitas (5M), bahkan peserta mampu melakukan tindakan memakai masker dan mencuci tangan dengan baik dan benar. Demikian pula dengan penyuluhan kesehatan terkait pentingnya vaksinasi COVID-19 bahwa sebagian besar peserta bersedia untuk divaksin. Hal ini sangat penting apalagi di

masa pandemi COVID-19 sehingga masyarakat pada umumnya dapat berperilaku hidup sehat dan produktif. Masyarakat melalui kerjasama lintas sektoral mengimplementasikan program kesehatan melalui berbagai inovasi dan metode penyuluhan sehingga mendukung Program Indonesia Sehat.

Kreativitas dan mampu berinovasi sangat dibutuhkan dalam menggunakan dan mengembangkan metode maupun media untuk penyuluhan kesehatan sehingga dapat sesuai dengan kebutuhan peserta penyuluhan. Penerapan adaptasi kebiasaan baru didalam masyarakat merupakan upaya atas pencegahan primer terhadap penularan penyakit, sehingga perlu dilakukan penyuluhan kesehatan secara berkelanjutan oleh petugas kesehatan dengan melibatkan semua lapisan masyarakat mulai dari perangkat desa, kader kesehatan maupun masyarakat pada umumnya, ditunjang oleh sarana dan prasarana yang memadai.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kementerian Kesehatan RI. 2020. Menuju Adaptasi Kebiasaan Baru. <https://promkes.kemkes.go.id/menuju-adaptasi-kebiasaan-baru>. Accessed March 25, 2021.
- [2] Pragholapati, A. 2020. *New Normal "Indonesia" After Covid-19 Pandemic*. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=elaGzcoAAAJ&citation_for_view=elaGzcoAAAAJ:qUcmZB5y_30C.
- [3] El-Erian, MA. 2010. *Navigating the New Normal in Industrial Countries*. Washington, DC: Per Jacobsson Foundation.
- [4] Alexander, JC., Smith, P. 2020. COVID-19 and symbolic action: global pandemic as code, narrative, and cultural performance. *Am J Cult Sociol.* 8:263-269. doi:<https://doi.org/10.1057/s41290-020-00123-w>
- [5] Nareza, M. 2021. Alasan Pentingnya Vaksinasi dan Efektivitasnya dalam Memutus Penularan COVID-19. <https://www.alodokter.com/alasan-pentingnya-vaksinasi-dan-efektivitasnya-dalam-memutus-penularan-covid-19>. Accessed March 23, 2021.
- [6] Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Sosial. 2021. Paket Advokasi Vaksinasi COVID-19, Lindungi Diri, Lindungi Negeri. https://covid19.go.id/storage/app/media/Materi_Edukasi/2021/Januari/paket-advokasi-vaksinasi-covid-19-16f08012021small.pdf.

- Accessed March 24, 2021.
- [7] World Health Organization. 2020. Health Education. https://www.who.int/topics/health_education/en/. Accessed September 4, 2020.
- [8] Falvo, DR. 2011. *Effective Patient Education: A Guide to Increased Adherence*. 4th ed. Massachusetts: Jones & Bartlett.
- [9] Pakpahan, M., Hutapea, AD., Siregar, D, et al. 2020. *Keperawatan Komunitas*. 1st ed. Jakarta: Yayasan Kita Menulis.
- [10] Kementerian Kesehatan RI. 2020. Adaptasi Kebiasaan Baru. <https://promkes.kemkes.go.id/materi-adaptasi-kebiasaan-baru>. Accessed March 18, 2021.
- [11] Notoatmodjo, S. 2011. *Ilmu Kesehatan Masyarakat: Prinsip-Prinsip Dasar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- [12] Farina, G., Fikri, H. 2021. Pelaksanaan Vaksinasi COVID-19 di Indonesia: Hak atau Kewajiban Warga Negara (the Vaccination of COVID-19 in Indonesia: Citizen Right or Citizen Duty). *J Rechtsvinding Media Pembina Hukum Nasional*. 10(1):23-41. <https://rechtsvinding.bphn.go.id/ejournal/index.php/jrv/article/view/622/259>.
- [13] Hinga, IAT., Adu, AA. 2021. Edukasi Kebiasaan Cuci Tangan dengan Penerapan Metode Bernyanyi sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Menular pada Murid SD Negeri Tuadale Kabupaten Kupang. *GEMASSIKA J Pengabdian Kepada Masyarakat* 5(1):31-46. doi:10.30787/gemassika.v5i1.565
- [14] Abna, IM., Rahayu, ST., Rizkyana, M., Fauziah, D., Rohmah, IT., Sholihat, S. 2021. Edukasi Masyarakat tentang Pentingnya Penerapan Protokol Kesehatan dan Menjaga Imunitas Tubuh dalam rangka Pencegahan Corona Virus Disease (COVID-19) di Desa Pesing Koneng Kedoya Utara Jakarta Barat. *E-Amal J Pengabdian Kpd Masy*. 1(2):165-172. <https://stp-mataram.e-journal.id/Amal/article/view/582>.
- [15] WHO South-East Asia Indonesia. 2021. Tanya Jawab: Bagaimana Cara Kerja Vaksin. <https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa/qa-cara-kerja-vaksin>. Accessed March 22, 2021.
- [16] Kementerian Kesehatan RI. 2020. Cara Memakai Masker yang Benar. <https://promkes.kemkes.go.id/cara-memakai-masker-yang-benar>. Accessed April 2, 2021.
- [17] World Health Organization. 2009. Hand hygiene technical reference manual: to be used by health-care workers, trainers and observers of hand hygiene practices. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44196/9789241598606_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Accessed April 2, 2021.
- [18] Mulyadi, MI., Warjiman, W., Chrisnawati, C. 2018. Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan Media Video terhadap Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *J Keperawatan STIKES Suaka Insan* 3(2):1-9. doi:10.51143/jksi.v3i2.111
- [19] Azizah N. 2020. Struktur dan Kultur Budaya dalam Keluarga di Era Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) di Lingkungan Keluarga Kota Bandung. *Az-Zahra Journal Gend Fam Stud*. 1(1):1-11. doi:10.15575/azzahra.v1i1.9474
- [20] Putri, SF., Putri, DASR., Santi, IN. 2020. Vidio Animasi Prilaku Hidup Bersih Sehat sebagai Media Pendidikan Masyarakat di Masa New Normal. *KARINOV* 3(3):201-207. doi:10.17977/um045v3i3p201-207
- [21] Kartini, K., Wijoyo, EB., Istifada, R., Wibisana, E., Nuraini, N., Nainar, AAA. 2021. Penyuluhan Kesehatan dalam Upaya Perubahan Perilaku Pencegahan Penularan COVID-19 di Kota Tangerang, Banten. *JAM J Abdi Masy* 2(1):36-43. <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/JAM/article/view/123>.
- [22] Prayitno, SA., Pribadi, HP., Ifadah, RA. 2020. Peran Serta dalam Melaksanakan Protokol Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19) pada Masyarakat. *DedikasiMU (Journal Community Serv*. 2(3):504-510. doi:10.30587/dedikasimu.v2i3.1657
- [23] Lestari, V., Wicaksono, A.P. 2021. Edukasi Protokol Kesehatan di Masa Pandemi COVID-19 pada Warga DK. Berdug Kulon RT 01 RW 11, Sidomulyo, Ampel, Boyolali. *INTELEKTIVA J Ekon Sos Hum*. 2(09):96-100. <https://jurnalintelektiva.com/index.php/jurnal/article/view/458>.