

Penggunaan Masker Dan Cuci Tangan Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19 Di Kota Tegal

Ulfatul latifah*¹, Umi Baroroh², Desy Fitrianiingsih³

^{1,2,3}Program Studi DIII Kebidanan, Politeknik Harapan Bersama

email:¹ulfatul.bidan@poltektegal.ac.id,²mid_umi@yahoo.co.id,

³desy.fitrianiingsih.df@gmail.com

Abstrak

Coronavirus Disease (COVID-19) adalah virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Manifestasi muncul dalam 2 sampai 14 hari setelah paparan. Tanda dan gejala antara lain gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Di Indonesia sampai dengan tanggal 12 April 2020 terdapat 4.241 terkonfirmasi kasus positif Covid-19 dan 337 (8,8%) meninggal sedangkan di Kota Tegal sampai tanggal 11 april 2020 terdapat 2 kasus terkonfirmasi positif, 1 dinyatakan sembuh dan 1 meninggal dunia sedangkan perkembangan kasus covid-19 sampai saat ini terus meningkat. Tujuan kegiatan pengabdian adalah Masyarakat dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan membiasakan melakukan cuci tangan dan menggunakan masker pada saat batuk dan keluar rumah. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian masker kain, hand sanitaizer, poster dan stiker cuci tangan untuk pencegahan covid 19 di Kota Tegal diberikan secara langsung pada masyarakat ditempat – tempat umum seperti pasar, serta diserahkan melalui kelurahan untuk dibagikan ke masyarakat. Kegiatan ini di laksanakan pada tanggal 13 – 14 Mei 2020 yaitu di pasar kejambon, kelurahan sumur panggung, dan masyarakat di lingkungan kampus. Diharapkan pemerintah kota Tegal lebih tegas lagi untuk memberikan sanksi pada masyarakat yang melanggar aturan seperti tidak menggunakan masker di tempat – tempat umum seperti pasar, mall, berkendaraan.

Kata kunci : pencegahan covid-19, memakai masker, cuci tangan

1. PENDAHULUAN

Coronavirus (CoV) 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 (COVID-19)* adalah virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. 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. Beberapa coronavirus yang dikenal beredar pada hewan namun belum terbukti menginfeksi manusia.¹

Manifestasi klinis biasanya muncul dalam 2 hari hingga 14 hari setelah paparan. Tanda dan gejala umum infeksi coronavirus antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Pada kasus yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian.¹

Pada 31 Desember 2019, WHO *China Country Office* melaporkan kasus pneumonia yang tidak diketahui etiologinya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina. Pada tanggal 7 Januari 2020, Cina mengidentifikasi pneumonia yang tidak diketahui etiologinya tersebut sebagai jenis baru coronavirus (*coronavirus disease, COVID-19*). Pada tanggal 30 Januari 2020 WHO telah

menetapkan sebagai *Public Health Emergency of International Concern* (PHEIC). Penambahan jumlah kasus COVID-19 berlangsung cukup cepat dan sudah terjadi penyebaran ke luar wilayah Wuhan dan negara lain. Sampai dengan 12 April 2020, secara global dilaporkan 1.610.909 kasus konfirmasi dengan 99.690 kematian (CFR 6,2%).²

Di Indonesia sampai dengan tanggal 12 April 2020 terdapat 4.241 terkonfirmasi kasus positif Covid 19 dan 337 (8,8%) meninggal, sedangkan 359 (8,5%) dinyatakan sembuh dan 3.509 (82,7%) dalam perawatan. Di Kota Tegal pada tanggal 11 april 2020 dilaporkan terdapat 2 kasus terkonfirmasi positif, 1 dinyatakan sembuh dan 1 meninggal dunia. Sedangkan untuk pasien dalam pemantauan (PDP) 2 orang dirawat, 10 pulang dan 3 meninggal dunia. Orang dalam pemantauan (ODP) terdapat 120 pemantauan dan 56 selesai pemantauan.²

WHO melaporkan bahwa penularan dari manusia ke manusia terbatas (pada kontak erat dan petugas kesehatan) telah dikonfirmasi di China maupun negara lain. Berdasarkan kejadian MERS dan SARS sebelumnya, penularan manusia ke manusia terjadi melalui droplet, kontak dan benda yang terkontaminasi, maka penularan COVID-19 diperkirakan sama. Rekomendasi standar untuk mencegah penyebaran infeksi adalah melalui cuci tangan secara teratur, menerapkan etika batuk dan bersin, menghindari kontak secara langsung dengan ternak dan hewan liar serta menghindari kontak dekat dengan siapa pun yang menunjukkan gejala penyakit pernapasan seperti batuk dan bersin. Selain itu, menerapkan Pencegahan dan Pengendalian Infeksi (PPI) saat berada di fasilitas kesehatan terutama unit gawat darurat.¹

Upaya pencegahan dan penanganan COVID 19 di Kota Tegal diantaranya pemerintah mensosialisasikan dan mengedukasi pentingnya sosial distancing dan phisical distancing serta pola hidup bersih dan sehat, untuk itu pemerintah kota tegal menghimbau kepada semua masyarakat harus kompak menyampaikan pesan ini hingga ditingkat RT/RW dengan demikian pemerintah sangat membutuhkan partisipasi dari berbagai sektor baik dari pendidikan, Organisasi Masyarakat dsb dalam upaya mendukung pencegahan dan penanganan COVID 19 di Kota Tegal.³

Tujuan kegiatan pengabdian adalah Masyarakat dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat yaitu dengan membiasakan melakukan cuci tangan dan menggunakan masker pada saat batuk dan keluar rumah.

2. METODE

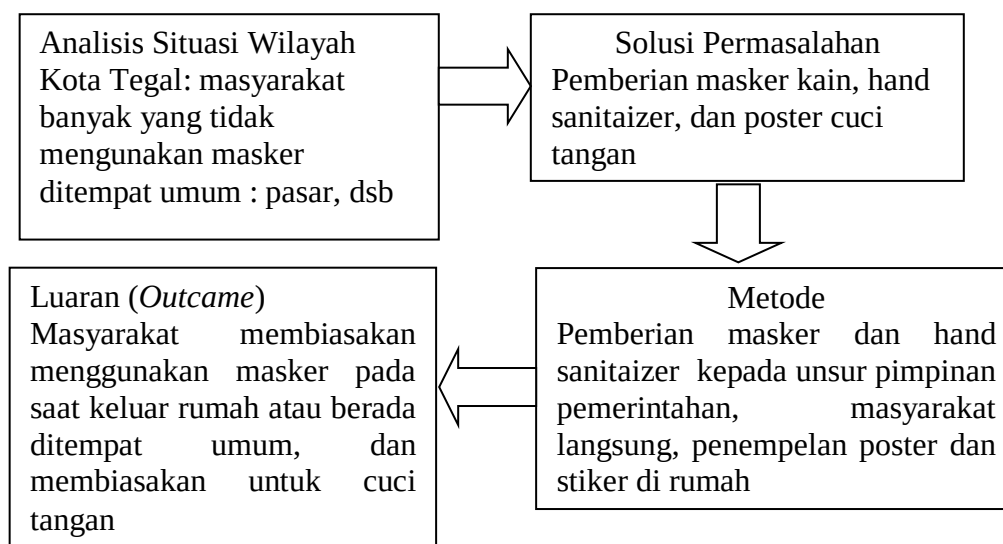
2.1 Sasaran Mitra

Kegiatan yang dilakukan berupa pemberian masker kain sebanyak kurang lebih 500, hand sanitaizer dan pemberian poster cuci tangan, yang bertujuan membantu masyarakat untuk melakukan pola hidup sehat di masa pandemi covid 19 sehingga diharapkan hal ini dapat membantu pemerintah Kota Tegal untuk memutuskan mata rantai penularan covid 19 dimasyarakat.

Kegiatan sosialisasi cuci tangan melalui pemberian poster cuci tangan dan pemberian masker kain serta hand sanitaizer diberikan kepada masyarakat khusus nya para pedagang di pasar, dan masyarakat sekitar yang tidak menggunakan masker pada saat keluar rumah atau ditempat umum di Kota Tegal

2.2 Tahapan Kegiatan

Pada pelaksanaan kegiatan PKM dilakukan beberapa tahapan dalam proses pelaksanaannya, tahapan tersebut diperlihatkan pada Gambar 1. sebagai berikut :



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan kegiatan PKM

2.3 Perencanaan Kegiatan

Berdasarkan jumlah kasus terkonfirmasi positif covid 19, PDP dan ODP yang cukup banyak di Kota Tegal dan Kota Tegal dinyatakan sebagai zona merah maka hal ini berpotensi terjadinya penularan covid 19 di masyarakat sangat besar, sedangkan masyarakat masih banyak yang tidak menggunakan masker pada saat keluar rumah atau di tempat umum. Berdasarkan hal tersebut maka pemberian masker kain, *hand sanitaizer* sangat dibutuhkan oleh masyarakat, selain itu juga pemberian poster atau stiker cuci tangan untuk ditempel di rumah atau ditempel di tempat umum sehingga diharapkan bisa diterapkan dalam kehidupan sehari – hari

2.4 Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian masker kain, hand sanitaizer, poster dan stiker cuci tangan untuk pencegahan covid 19 di Kota Tegal diberikan secara langsung pada masyarakat di tempat – tempat umum seperti pasar, serta diserahkan melalui kelurahan untuk dibagikan ke masyarakat. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 13 – 14 Mei 2020 yaitu di pasar kejambon, kelurahan sumur panggung, dan masyarakat di lingkungan kampus

2.5 Evaluasi Program

Masyarakat terlihat sangat senang menerima bantuan masker kain, *hand sanitaizer* dan poster serta stiker cuci tangan. Pemberian masker yang diberikan secara langsung pada pedagang dan pengunjung pasar bisa digunakan saat itu juga karena memang masih banyak masyarakat yang tidak menggunakan masker pada saat ke pasar. Diharapkan kegiatan dapat membantu masyarakat untuk membiasakan pola hidup bersih dan sehat selama masa pandemi covid 19 yaitu dengan membiasakan pakai masker pada saat keluar rumah, mencuci tangan dengan baik dan benar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang Penerapan PHBS melalui kegiatan penggunaan masker dan kebiasaan cuci tangan sebagai upaya pencegahan corona virus disease (covid 19) di Margadana Kota Tegal, kegiatan ini dalam bentuk pemberian masker kain sebanyak 500, *hand sanitaizer*, poster dan stiker cuci tangan di pasar kejambon, dan kelurahan sumurpangang Kota Tegal pada tanggal 14 Mei 2020

3.2 Kegiatan pemberian Masker, *hand sanitaizer* di Pasar Kejambon

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian masker kain, *hand sanitaizer* di Pasar Kejambon diserahkan melalui Dinas Koperasi UKM Perdagangan Kota Tegal yang diterima oleh kepala pasar Kejambon Bapak Imam Subekti kemudian dibagikan secara langsung pada para pedagang dan masyarakat yang sedang berbelanja di pasar kejambon khususnya yang tidak menggunakan masker. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan masyarakat terlihat senang menerima bantuan ini.



Gambar 2. Penyerahan masker, *hand sanitaizer*, stiker cuci tangan di Pasar Kejambon



Gambar 3. Pembagian masker pada pedagang di Pasar Kejambon

3.3 Kegiatan pemberian Masker, hand sanitaizer di Kelurahan Sumurpanggang

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian masker kain, hand sanitaizer di Masyarakat Kelurahan Sumurpanggang Kota Tegal diserahkan melalui Kantor Kelurahan Sumurpanggang Kota Tegal yang diterima oleh Bapak Henry Tri Susilo, S.IP yang akan dibagikan secara langsung pada masyarakat. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan masyarakat terlihat sangat senang menerima bantuan ini



Gambar 4. Penyerahan masker, *hand sanitaizer*, stiker cuci tangan di Kelurahan Sumurpanggang

Coronavirus adalah virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm. Virus ini utamanya menginfeksi hewan, termasuk di antaranya adalah kelelawar dan unta. (Riedel S, Morse S, et al, 2019).⁴ Coronavirus yang menjadi etiologi COVID-19 termasuk dalam genus betacoronavirus. Hasil analisis filogenetik menunjukkan bahwa virus ini masuk dalam subgenus yang sama dengan coronavirus yang menyebabkan wabah Severe Acute Respiratory Illness (SARS) pada 2002-2004 silam, yaitu Sarbecovirus.⁵

Manifestasi klinis pasien COVID-19 memiliki spektrum yang luas, mulai dari tanpa gejala (asimtomatik), gejala ringan, pneumonia, pneumonia berat, ARDS, sepsis, hingga syok sepsis. Pasien COVID-19 dengan pneumonia berat ditandai dengan demam, ditambah salah satu dari gejala: (1) frekuensi pernapasan $>30x$ /menit (2) distres pernapasan berat, atau (3) saturasi oksigen 93% tanpa bantuan oksigen.⁶

Penyakit COVID-19 sampai sekarang belum ditemukan obat nya maka dari itu upaya pencegahan sangat penting dilakukan untuk memutuskan mata rantai penyebaran penyakit tersebut yaitu dengan melakukan cuci tangan secara rutin dengan sabun dan air atau cairan pembersih tangan, selalu jaga jarak yang aman dengan orang yang batuk atau bersin, hindari menyentuh mata, hidung dan mulut anda, gunakan masker pada saat keluar rumah. Hal ini sesuai dengan rekomendasi WHO dalam menghadapi wabah COVID-19 adalah melakukan proteksi dasar, yang terdiri dari cuci tangan secara rutin dengan alkohol atau sabun dan air, menjaga jarak dengan seseorang yang memiliki gejala batuk atau bersin, melakukan etika batuk atau bersin, dan berobat ketika memiliki keluhan yang sesuai kategori suspek. Rekomendasi jarak yang harus dijaga adalah satu meter.⁷

Alat pelindung diri (APD) merupakan salah satu metode efektif pencegahan penularan selama penggunaannya rasional. Komponen APD terdiri atas sarung tangan, masker wajah, kacamata pelindung atau *face shield*, dan gaun nonsteril lengan panjang.⁸ Rekomendasi WHO menginstruksikan agar seluruh warga negara Indonesia menggunakan masker saat melakukan kegiatan di luar rumah. Penggunaan masker ini bertujuan untuk melindungi diri dan mencegah dari penularan virus corona covid 19. (WHO 2020).⁹ Di Kota Tegal yang dinyatakan sebagai zona merah ternyata masih banyak masyarakat yang belum menggunakan masker pada saat keluar rumah atau di tempat – tempat umum dengan demikian kegiatan pengabdian masyarakat ini difokuskan dengan pemberian masker pada masyarakat sehingga di harapkan masyarakat

akan terbiasa menggunakan masker pada saat keluar rumah.

Selain masker kami juga memberikan hand sanitaizer dan stiker cuci tangan sehingga di harapkan masyarakat terbiasa untuk melakukan cuci tangan dengan benar. Hal ini sesuai dengan Rekomendasi WHO, selain menggunakan air dan sabun, etanol 62-71% dapat mengurangi infektivitas virus. Oleh karena itu, membersihkan tangan dapat dilakukan dengan hand rub berbasis alkohol atau sabun dan air. Berbasis alkohol lebih dipilih ketika secara kasat mata tangan tidak kotor sedangkan sabun dipilih ketika tangan tampak kotor.¹⁰

4 KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dalam bentuk pemberian masker kain, *hand sanitaizer*, poster dan stiker cuci tangan yang diberikan secara langsung pada masyarakat ditempat – tempat umum seperti pasar, serta diserahkan melalui kelurahan untuk dibagikan ke masyarakat, hal ini bertujuan untuk memutuskan mata ratani penyebaran covid 19 di kota Tegal.

Kegiatan ini di laksanakan pada tanggal 13 – 14 Mei 2020 yaitu di pasar kejambon, kelurahan sumur panggung dan masyarakat di lingkungan kampus. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini masyarakat terlihat sangat senang menerima bantuan masker kain, hand sanitaizer dan poster serta stiker cuci tangan.

5 SARAN

- a. Diharapkan pemerintah Kota Tegal lebih tegas lagi untuk memberikan sanksi pada masyarakat yang melanggar aturan seperti tidak menggunakan masker di tempat – tempat umum seperti pasar, mall, berkendara, dsb.
- b. Meningkatkan kerjasama dengan mitra untuk mendukung program pemerintah sehingga dosen dapat *update* informasi dan melaksanakan salah satu dari kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Politeknik Harapan Bersama yang telah mendukung berjalannya kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dalam penyediaan dana dan fasilitasi perizinan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Dinas Koperasi UKM Perdagangan Kota Tegal dan Kelurahan Margadana yang telah memberikan ijin untuk melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Fathiah Isbaniah, Dimas D Saputro, Pompini A et all. 2020. Pedoman Kesiapsiagaan menghadapi Corona Virus Disease (Covid 19). Kemenkes RI Direktorat Jendral P2P.
- [2]. Update Covid 19. Kemenkes RI Tanggal 12 April 2020. <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/>
- [3]. Pemkot Kota Tegal lawan covid 19. [Online]. Available: https://www.tegalkota.go.id/v2/index.php?option=com_content&view=article&id=4873:pemkot-tegal-bersama-forkopimda-lawan-covid-19&catid=20:berita&lang=id&Itemid=252 [Accessed: 08-April-2020].
- [4]. Riedel S, Morse S, Mietzner T, Miller S. Jawetz, Melnick, & Adelberg's Medical Microbiology. 28th ed. New York: McGrawHill Education/Medical; 2019. p.617-22. 15.

- [5]. Zhu N, Zhang D, Wang W, Li X, Yang B, Song J, et al. 2019. A Novel Coronavirus from Patients with Pneumonia in China. *N Engl J Med*. 2020;382(8):727-33. 16.
- [6]. World Health Organization. 2020. Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Geneva: World Health Organization
- [7]. World Health Organization. 2020. Clinical management of severe acute respiratory infection when novel coronavirus (nCoV) infection is suspected. Geneva: World Health Organization
- [8]. Istituto Superiore di Sanità. Epidemia COVID-19 aggiornamento nazionale 19 marzo 2020 – ore 16:00. Roma: Istituto Superiore di Sanità; 2020.
- [9]. World Health Organization. 2020. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public [Internet]. 2020 [cited 2020 March 15]. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>.
- [10]. World Health Organization. 2020. Infection prevention and control during health care when novel coronavirus (nCoV) infection is suspected. Geneva: World Health Organization