

PENCEGAHAN PENYEBARAN COVID-19 DENGAN MENGIKUTI PROTOKOL KESEHATAN DAN GAYA HIDUP YANG SEHAT

Muhammad Albar Maulana¹, Nabila Choirunnisa², Nur Rahma. S³, Tiara Aini Basri⁴, Vadhah Islah Puspa Avifa⁵, Ayu Muhriyani Nai⁶, St. Salma Salsabila Yusuf⁷, Muh. Fadel Izzulhaq⁸,
Muhammad Nur

Sastra Inggris^{1,2,3,4,5}, Psikologi⁶, Pendidikan Luar Sekolah⁷, Ilmu Keolahragaan⁸

Universitas Negeri Makassar^{1,2,3,4,5,6,7,8}

albarmaulana16@gmail.com

nchoirunnisa1307@gmail.com

nurmuhammad618@yahoo.com

ABSTRAK

Salah satu permasalahan yang terjadi di masyarakat saat ini adalah kurangnya kesadaran masyarakat mengenai kesehatan, utamanya yang berhubungan dengan virus Covid-19 yang sedang melanda Negara Indonesia saat ini. Universitas Negeri Makassar mempunyai suatu kegiatan bagi mahasiswanya untuk membantu masyarakat dengan terjun langsung di lingkungan untuk mengabdikan kepada masyarakat melalui kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN). Periode Kuliah Kerja Nyata saat ini sangat berbeda dengan periode-periode sebelumnya, karena kita harus selalu menaati protokol kesehatan yang telah diterapkan pemerintah untuk menanggulangi mewabahnya virus Covid-19 di masyarakat. Untuk itu fokus kegiatan KKN yang dilakukan adalah memberikan pengertian tentang bahayanya virus Covid-19 dan cara penanggulangannya dengan selalu mencuci tangan, menggunakan masker saat bepergian dan selalu memperhatikan kebersihan diri serta membantu masyarakat untuk memperhatikan lingkungan sekitar agar senantiasa bersih dan asri dengan menanam tumbuhan pelindung.

One of the problems that occur in society today is the lack of public awareness about health, especially those related to the Covid-19 virus that is currently hitting Indonesia. Makassar State University has an activity for students to help the community by engaging directly in the environment to serve the community through Kuliah Kerja Nyata (KKN) activities. The current KKN period is very different from previous periods, because we must always comply with the health protocols that have been implemented by the government to cope with the outbreak of the Covid-19 virus in the community. For this reason, the focus of the KKN activities carried out is to provide an understanding of the dangers of the Covid-19 virus and how to deal with it by always washing hands, using masks when traveling and always paying attention to personal hygiene and helping the community to pay attention to

the surrounding environment so that it is always clean and beautiful by planting protective plants.

Kata kunci: Kesehatan, Covid-19, Penanggulangan, Kebersihan, Tumbuhan

PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh mahasiswa dengan pendekatan lintas keilmuan dan sektoral pada waktu dan daerah tertentu di Indonesia. Pelaksanaan kegiatan KKN biasanya berlangsung antara satu sampai dua bulan dan bertempat di daerah setingkat desa.

Pada tahun 2020, Universitas Negeri Makassar (UNM) mengadakan KKN sebagai bagian dari mata kuliah wajib yang wajib ditempuh oleh mahasiswa UNM. Walaupun dalam masa pandemi Covid-19 ini membuat banyak ruang gerak dibatasi, namun UNM tetap dapat melaksanakan KKN domisili dan dilaksanakan dengan prosedur protokol kesehatan Covid-19 yang tepat. Delapan mahasiswa yang tergabung dalam KKN regular Universitas Negeri Makassar angkatan XLIII tahun ajaran 2020/2021 ini ditempatkan di Kelurahan Buakana, Kecamatan Rappocini, Kota Makassar.

Seperti yang diketahui bersama, masalah kesehatan dunia yang paling disoroti dan dikhawatirkan oleh pakar kesehatan hingga masyarakat umum di dunia adalah penyakit virus corona. *Corona Virus Disease 2019* atau COVID19 adalah jenis penyakit baru yang disebabkan oleh infeksi *Virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-COV-2) atau yang dikenal dengan *novel coronavirus* (2019-nCoV). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pertama kali mengetahui virus baru ini pada 31 Desember 2019, menyusul laporan sekelompok kasus 'virus pneumonia' di Wuhan, Republik Rakyat China. Beberapa bulan semenjak kemunculan virus corona, WHO pada tanggal 11 maret resmi menyatakan virus corona sebagai pandemi global, merujuk lebih dari 118 ribu kasus infeksi di lebih dari 110 negara dan wilayah di seluruh dunia dengan risiko penyebaran global lebih luas. Akibatnya, banyak negara di dunia memberlakukan pembatasan sosial atau *social distancing* seperti *lockdown*.

Mahyuddin (2020) mengemukakan bahwa *social distancing* merupakan salah satu cara yang dapat menghadapi virus corona, dimana menurut para ahli kesehatan yang menganjurkan untuk menjaga jarak fisik dengan orang lain agar tidak terjadi penularan virus pandemi tersebut. Untuk memutuskan mata rantai penyebaran virus corona (Covid-19) setiap

individu dalam lingkungan masyarakat diminta untuk menghindari keramaian, tidak menjalin interaksi sosial yang intim, tidak berkumpul, serta dianjurkan untuk berdiam diri di rumah. Seiring berjalannya waktu WHO menganjurkan bahwa istilah *social distancing* diganti menjadi *physical distancing* untuk dapat mencegah penyebaran virus tersebut, bukan berarti kita memutuskan hubungan kontak dengan orang lain yang ada di lingkungan masyarakat, tetapi menjaga dan memastikan bahwa wabah ini tidak menyebar.

Kementerian Kesehatan mengeluarkan aturan turunan dari PP 21/2020, yakni Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2020 tentang Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Korona Virus Disease 2019 (Covid-19). Provinsi pertama di Indonesia yang melakukan PSBB adalah DKI Jakarta yang dimulai tanggal 7 April 2020 sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/239/2020. Di Makassar sendiri, PSBB diberlangsungkan mulai dari tanggal 16 April 2020 yang telah ditetapkan melalui Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/Menkes/257/2020.

Walaupun PSBB telah dilangsungkan, namun penyebaran virus corona tampaknya masih terus bertambah luas. Perluasan penyebaran virus corona yang masih tampak signifikan tidak lain disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya adalah kurangnya kesadaran masyarakat terhadap peraturan pemerintah terkait tata cara pencegahan virus corona. Bahkan setelah dilonggarkannya pembatasan sosial untuk memulai aktifitas dan rutinitas seperti biasanya dalam kehidupan *new normal*, masyarakat masih cenderung acuh pada kesehatan.

Adapun beberapa peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor HK.01.07/Menkes/382/2020 tentang perlindungan kesehatan individu bagi masyarakat di tempat fasilitas umum dalam rangka pencegahan dan pengendalian *corona virus disease 2019* (COVID-19), yakni :

- a) Menggunakan alat pelindung diri berupa masker yang menutupi hidung dan mulut hingga dagu, jika harus keluar rumah atau berinteraksi dengan orang lain yang tidak diketahui status kesehatannya (yang mungkin dapat menularkan COVID-19). Apabila menggunakan masker kain, sebaiknya gunakan masker kain 3 lapis.
- b) Mencuci tangan secara teratur dengan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan cairan antiseptik berbasis alkohol/handsanitizer. Selalu menghindari menyentuh mata, hidung, dan mulut dengan tangan yang tidak bersih (yang mungkin terkontaminasi droplet yang mengandung virus).
- c) Menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain untuk menghindari terkena droplet dari orang yang bicara, batuk, atau bersin, serta menghindari kerumunan, keramaian,

dan berdesakan. Jika tidak memungkinkan melakukan jaga jarak maka dapat dilakukan

- d)berbagai rekayasa administrasi dan teknis lainnya. Rekayasa administrasi dapat berupa pembatasan jumlah orang, pengaturan jadwal, dan sebagainya. Sedangkan rekayasa teknis antara lain dapat berupa pembuatan partisi, pengaturan jalur masuk dan keluar, dan lain sebagainya.
- e)Meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seperti mengkonsumsi gizi seimbang, aktivitas fisik minimal 30 menit sehari dan istirahat yang cukup (minimal 7 jam), serta menghindari faktor risiko penyakit. Orang yang memiliki komorbiditas/penyakit penyerta/kondisi rentan seperti diabetes, hipertensi, gangguan paru, gangguan jantung, gangguan ginjal, kondisi immunocompromised/penyakit autoimun, kehamilan, lanjut usia, anak-anak, dan lain lain, harus lebih berhati-hati dalam beraktifitas di tempat dan fasilitas umum.

Permasalahan di Kelurahan Buakana yang telah diamati oleh mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII lebih ditujukan pada masalah kesehatan dan pencegahan virus corona di Kelurahan Buakana. Oleh karena itu, kelompok KKN Reguler UNM angkatan XLIII Kelurahan Buakana sebelumnya telah berdiskusi dan menganalisa apa-apa saja yang diperlukan untuk mencegah penyebaran virus corona di Kelurahan Buakana.

Setelah diamati, Mahasiswa KKN menemukan beberapa permasalahan yaitu, tidak tersedianya tempat cuci tangan di kantor kelurahan Buakana, taman lorong yang kurang diperhatikan, dan banyaknya masyarakat yang tidak menggunakan masker. Maka dari itu, kelompok KKN Kelurahan Buakana memutuskan untuk membuat beberapa program kerja, diantaranya: 1. Membuatkan tempat cuci tangan beserta sabunya yang kemudian ditempatkan di depan kantor lurah Buakana dan menyosialisasikan pentingnya mencuci tangan serta bagaimana cara mencuci tangan yang bersih kepada masyarakat; 2. Membersihkan dan menata taman lorong Delapan di RW 002/RT 002 Kelurahan Buakana yang dibantu oleh warga sekitar agar menghasilkan lingkungan yang sehat serta melakukan kegiatan penanaman pohon yang diharapkan dapat bermanfaat untuk warga kedepannya; 3. Pembagian masker dan sosialisasi Covid-19 kepada masyarakat Kelurahan Buakana.

METODE KEGIATAN

1. Pengadaan tempat cuci tangan beserta sabun
 - a. Tujuan : Membatasi penyebaran virus/kuman karena 98% penyebaran virus/kuman di tubuh bersumber dari tangan

- b. Sasaran : Masyarakat Kelurahan Buakana.
 - c. Lokasi : Kantor Kelurahan Buakana
 - d. Waktu :
2. Membersihkan dan Penataan Taman Lorong Delapan di RW 002/RT 002 Kelurahan Buakana
 - a. Tujuan : Menjalin sikap gotong royong mahasiswa dengan masyarakat yang berada di lorong tersebut dan melakukan penghijauan dengan menanam beberapa bibit pohon dan pengecatan taman sebagai bentuk penataan.
 - b. Sasaran : Masyarakat RW 002/RT 002 Kelurahan Buakana
 - c. Waktu :
 3. Pembagian Masker dan Sosialisasi Bahaya Covid-19 Kepada Masyarakat Kelurahan Buakana.
 - a. Tujuan : a) Mengurangi penyebaran virus corona melalui udara
b) Mendukung masyarakat Kelurahan Buakana terkait bahaya Covid-19 bagi kesehatan
 - b. Sasaran : Masyarakat Kelurahan Buakana
 - c. Waktu :

HASIL & PEMBAHASAN

Setelah melakukan observasi, permasalahan yang terjadi di Kelurahan Buakana ialah kurangnya kesadaran dan pemahaman masyarakat akan bahaya Covid-19 yang dapat tersebar melalui udara maupun sentuhan langsung. Hal ini mengakibatkan banyaknya masyarakat yang tidak mematuhi imbauan pemerintah terkait protokol kesehatan, seperti kurang menjaga kebersihan, tidak memakai masker, dan tidak mencuci tangan saat keluar rumah. Dengan demikian, mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII melakukan Pencegahan Penyebaran Covid-19 Dengan Mengikuti Protokol Kesehatan dan Gaya Hidup yang sehat di Kelurahan Buakana, Kecamatan Rappocini, Kota Makassar.

1. Pengadaan Tempat Cuci Tangan dan Sabun

Sebelum memulai KKN di Kelurahan Buakana, mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII melakukan observasi di kantor Kelurahan Buakana dimana mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII mendapati tidak adanya tempat cuci tangan yang dapat digunakan masyarakat dan staff kantor kelurahan untuk melakukan aktivitas sesuai protokol kesehatan. Oleh karena itu, mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII berinisiatif untuk mengadakan tempat cuci tangan yang dapat digunakan oleh masyarakat untuk mencegah penyebaran Covid-19. Pembuatan tempat cuci tangan tersebut dilakukan di kediaman salah

seorang mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII. Adapun tempat cuci tangan tersebut dibuat oleh para mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII dari kayu yang kemudian dipercantik dengan warna cat agar terlihat indah dan sebotol galon besar yang digunakan sebagai tempat mengalirnya air untuk mencuci tangan. Lalu, tempat cuci tangan yang telah jadi dibawa ke kantor kelurahan agar dapat digunakan oleh masyarakat dan Staff yang ingin melakukan pelayanan di Kantor Kelurahan Buakana.



Gambar 1. Foto masyarakat Kelurahan Buakana mencuci tangan sebelum melakukan pelayanan di Kantor Kelurahan Buakana



Gambar 2&3. Foto pembuatan tempat cuci tangan oleh Mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII

2. Membersihkan dan Penataan Taman Lorong Delapan di RW 002/RT 002 Kelurahan Buakana

Pembersihan dan penataan lorong yang berlokasi di taman lorong Delapan RW 002/RT 002 Kelurahan Buakana. Sebelumnya, ketika mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII ingin mendatangi kantor Kelurahan Buakana dan melewati lorong Delapan tersebut, mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII mendapati taman lorong tersebut tidak begitu terawat sehingga beberapa warga membuang sampah di lokasi tersebut dan membuat taman lorong Delapan mengeluarkan bau yang kurang enak. Maka dari itu, mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII ingin mengubah taman yang tidak terawat itu

menjadi taman yang dapat dinikmati warga dan mengembalikan fungsi dari taman itu sendiri. Mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII juga menambahkan beberapa bibit tanaman pohon dan sayur yang bertujuan agar hasil dari tanaman tersebut dapat dinikmati bersama oleh warga RW 002/RT 002 Kelurahan Buakana dan membuat taman tersebut menjadi Rindang. Pembersihan dan penataan taman juga dilakukan guna menjaga kebersihan lingkungan taman tersebut agar terhindar dari kuman/penyakit dan pengecatan dilakukan agar mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII dapat mengembalikan fungsi taman menjadi indah dan enak dipandang. Adapun kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII dan beberapa masyarakat RW 002/RT 002 Kelurahan Buakana. Pembersihan dan penataan lorong ini dilakukan selama 2 minggu lamanya dan dimulai dari pengambilan bibit tanaman di Pusat Pembibitan, Bantimurung, Kabupaten Maros. Kemudian diikuti pembelian bahan material yang digunakan untuk melakukan pembersihan, penghijauan, dan penataan lorong Delapan RW 002/RT 002 Kelurahan Buakana, Kecamatan Rappocini, Kota Makassar.



Gambar 4&5. Foto penanam bibit dan pengecatan pot di taman lorong Delapan RW002/RT 002 Kelurahan Buakana.



Gambar 6&7. Foto bersama Ketua RT002 Lorong Delapan dan masyarakat yang turut membantu dalam pembersihan dan penataan taman lorong cinta RW002/RT 002 Kelurahan Buakana



Gambar 8. Foto taman yang telah dibersihkan, ditata dan ditanami beberapa tanaman

3. Pembagian Masker dan Sosialisasi Bahaya Covid-19 Kepada Masyarakat Kelurahan Buakana.

Salah satu masalah utama yang didapat oleh mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII yaitu kurangnya kesadaran dan pemahaman masyarakat Kelurahan Buakana terkait bahaya Covid-19 sehingga sebagian besar dari mereka tidak mematuhi imbauan pemerintah untuk memakai masker saat keluar rumah. Dengan demikian, mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII melakukan sosialisasi ke masyarakat dan membagikan masker gratis kepada masyarakat yang keluar rumah tanpa menggunakan masker. Pembagian masker dan sosialisasi ini dilakukan oleh mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII di sekitaran Kelurahan Buakan, lebih tepatnya di Jl. Cilallang dan Rappocini, Kelurahan Buakan, Kecamatan Rappocini, Kota Makassar.



Gambar 9&10. Foto Sosialisasi terkait bahaya Covid-19 dan pembagian masker kepada masyarakat di Jl. Cilallang (gambar no. 9) dan Jl. Rappocini (gambar no. 10)

KESIMPULAN & SARAN

Berdasarkan pokok permasalahan yang telah dijelaskan diatas, kesimpulan yang dapat didapat dari Pengabdian kepada Masyarakat oleh mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII, yaitu: (1) Masyarakat Kelurahan Buakana sudah lebih memperhatikan protokol kesehatan dengan mencuci tangan dan memakai masker saat keluar rumah. (2) Masyarakat Kelurahan Buakan sudah lebih memperhatikan kebersihan lingkungan, khususnya taman

lorong delapan yang dapat memberikan banyak manfaat dari hasil tanaman yang dapat dibagi kepada warga sekitar.

Adapun saran yang dapat diberikan, yaitu: (1) Agar masyarakat tetap mengikuti imbauan pemerintah terkait protokol kesehatan demi mencegah penyebaran Covid-19. (2) Tetap menjaga kebersihan lingkungan walaupun tidak diarahkan oleh siapapun. (3) Masyarakat dapat merawat dan menjaga fasilitas yang telah diberikan oleh mahasiswa KKN Reguler UNM angkatan XLIII

DAFTAR PUSTAKA

- Mahyuddin. (2020). *Masyarakat dan gejala problematika social: Persilangan dinamika politik budaya agama dan teknologi*. Sulawesi Selatan: IAIN Parepare Nusantara Press.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/239/2020 Tentang Penetapan Pembatasan Sosial Berskala Besar Di Wilayah Provinsi DKI Jakarta Dalam Rangka Percepatan Penanganan corona Virus Disease 2019 (COVID-19).
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/257/2020 Tentang Penetapan Pembatasan Sosial Berskala Besar Di Wilayah Kota Makassar Provinsi Sulawesi Selatan Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19).
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/382/2020 Tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease.