



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

Oleh

Inherni Marti Abna¹⁾, Sri Teguh Rahayu²⁾, Maulina Rizkyana³⁾, Dea Fauziyah⁴⁾, Itsna Taufiqur Rohmah⁵⁾ & Safira Sholihat⁶⁾

^{1,2,3,4,5,6} Program Studi Farmasi Universitas Esa Unggul Jakarta

E-mail: ¹inherni.martiabna@esaunggul.ac.id

Article History:

Received: 04-04-2021

Revised: 07-05-2021

Accepted: 18-05-2021

Keywords:

Edukasi, Pencegahan, Covid-19
& Posing Koneng

Abstract: *Penyebaran Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) di Indonesia berlangsung sangat cepat sehingga perlu dilakukan tindakan dan penanganan khusus. Pemerintah mengeluarkan kebijakan sosial distancing dan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), serta penerapan protokol Kesehatan (5M) untuk memutus penyebaran Covid-19. Pemutusan penyebaran virus ini tidak cukup hanya dengan pencegahan penularannya saja tetapi juga harus dibantu agar masyarakat memiliki imunitas tubuh yang baik untuk memerangi risiko virus Covid-19 seperti konsumsi vitamin, berjemur di pagi hari dan olahraga ringan. Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Posing Koneng Kelurahan Kedoya Utara Jakarta Barat, dengan tujuan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang pencegahan virus Corona, pembagian masker dan vitamin. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah memberikan edukasi secara langsung dengan turun ke rumah-rumah warga berkoordinasi dengan Satgas Covid-19 dan metode edukasi tidak langsung dengan penyampaian informasi melalui media sosial. Hasil dari kegiatan pengabdian ini adalah bertambahnya pemahaman masyarakat tentang 5M dalam rangka pencegahan penyebaran Covid-19 dengan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari seperti menggunakan masker, mencuci tangan, menjaga jarak, menjauhi kerumunan, dan mengurangi mobilitas. Selain itu juga masyarakat rajin melakukan olahraga ringan dan berjemur di pagi hari serta mengonsumsi vitamin untuk menjaga imunitas tubuh*

PENDAHULUAN

Pada akhir tahun 2019 tepatnya bulan Desember mulai masuk sebuah kasus yang dikenal sebagai *Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)*. Virus ini pertama kali ditemukan di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China. Penyebaran COVID-19 berlangsung sangat cepat di berbagai negara sehingga wabah ini menimbulkan kekhawatiran bagi setiap negara di dunia



termasuk Indonesia. Dalam rangka memutuskan penyebaran virus Corona pemerintah kemudian mengeluarkan aturan *sosial distancing* dan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), seperti penerapan protokol kesehatan, pembelajaran dari rumah (daring), bekerja dari rumah (*work from home*), beribadah di rumah, menutup berbagai tempat yang mengandung keramaian (restraurant, mall, pasar, dan lainnya), menutup akses untuk keluar daerah, dan penerapan program di rumah aja.

Pandemi *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19) ini, sangat berdampak pada berbagai aktivitas pariwisata, perdagangan, pekerjaan, perekonomian, dan investasi. Dampak tersebut sangat terlihat pada penurunan jumlah penumpang sarana transportasi umum, seperti pesawat terbang, kapal laut, kereta antar wilayah maupun antar kota, bus, busway, angkot, taksi, bajaj, taksi online, dan ojek online. Selain itu, banyak pedagang yang tidak bisa berjualan membuat pedagang tidak mempunyai penghasilan sehingga sulit memenuhi kebutuhan hidupnya dan banyak para pekerja yang di PHK membuat jumlah pengangguran meningkat sehingga banyak orang yang sulit memenuhi kebutuhan hidupnya. Berdasarkan hasil survei Bank Indonesia pada 2020 mengindikasikan menurunnya perekonomian dari berbagai sektor dengan ditunjukkannya Nilai Saldo Bersih Tertimbang (SBT) pada 2020 mengalami penurunan senilai 7,79%. Penurunan perekonomian ini membuat masyarakat kaya mengalami penurunan dan masyarakat miskin menjadi lebih miskin. Untuk mencegah perekonomian lebih merosot lagi maka perlu dilakukan pemutusan penyebaran *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19).

Pemutusan penyebaran virus ini tidak cukup hanya dengan pencegahan penularannya saja tetapi juga harus dibantu agar masyarakat memiliki imunitas tubuh yang baik untuk memerangi risiko virus Covid-19. Peningkatan imunitas tubuh bisa dengan mengonsumsi vitamin, pemanfaatan energi matahari di pagi hari dan aktivitas ringan selama beberapa menit, serta melakukan vaksinasi. Vaksin banyak sekali manfaatnya, selain untuk melindungi diri dari paparan virus, juga dapat mengurangi penyebaran virus tersebut.

Desa Pesing Koneng RW 001 Kedoya Utara adalah kelurahan yang terletak di Kecamatan Kebon Jeruk, Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta, Indonesia. Kelurahan ini berbatasan dengan Kelurahan Kedaung Kali Angke (Cengkareng) di sebelah utara, Kelurahan Kembangan Utara (Kembangan) di sebelah barat, Kelurahan Duri Kepa (Kebon Jeruk) di sebelah timur, dan Kelurahan Kedoya Selatan di sebelah selatan.

Desa Pesing Koneng terdiri dari 1 RW dan 11 RT. Kehidupan perekonomian dan sosial masyarakat Desa Pesing Koneng bisa dinilai sudah agak maju, mata pencaharian warga setempat adalah berdagang. Mayoritas penduduk Desa Pesing Koneng beragama Islam, hal ini dibuktikan dengan banyaknya mushola dan masjid dan tidak adanya tempat ibadah agama lain. Dari segi tingkat pendidikan masyarakat Desa Pesing Koneng juga tergolong maju, hal ini dapat dilihat dari tingkat pendidikan masyarakat yang sebagian besar sudah memenuhi pendidikan Sekolah Menengah Atas. Dari segi kebersihan dan sanitasi nampak sudah cukup baik, banyak rumah warga yang sudah layak huni dengan memiliki MCK masing-masing di setiap rumah.

Demografi wilayah Desa Pesing Koneng sebagai berikut:

A.	Jumlah Kepala Keluarga	: 1376 KK
B.	Jumlah Penduduk	: 4454 Jiwa
-	Laki-laki	: 2255 Orang
-	Perempuan	: 2199 Orang



Adapun sarana dan prasarana yang terdapat di Desa Pesing Koneng antara lain :

Tabel 1. Sarana dan Prasarana

Pendidikan	2 Taman Kanak-kanak 2 Sekolah Dasar
Keagamaan	2 Masjid 3 Mushola
Olahraga	1 Lapangan Bulu Tangkis
Kesehatan	1 Puskesmas 2 Posyandu

Berdasarkan hasil dari pengamatan di lapangan telah ditemukan beberapa masalah dari masyarakat di wilayah tersebut yaitu:

1. Masih kurangnya kesadaran masyarakat untuk mematuhi protokol kesehatan (5M) dalam rangka pencegahan Covid-19.
2. Masih kurangnya kesadaran masyarakat untuk mengonsumsi vitamin sebagai upaya untuk menjaga imunitas tubuh terhadap Covid-19
3. Masih kurangnya pengetahuan masyarakat tentang vaksinasi sebagai bentuk pencegahan Covid-19

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan maka dapat dirumuskan tujuan dan manfaat kegiatan ini sebagai berikut:

1. Meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Desa Pesing Koneng Kelurahan Kedoya Utara.
2. Meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mematuhi protokol kesehatan dalam rangka pencegahan Covid-19.
3. Membantu program pemerintah dalam memutus rantai penyebaran Covid-19.
4. Meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga imunitas tubuh dan pola hidup sehat.

METODE KEGIATAN

Berdasarkan hasil observasi dan diskusi dengan Ketua RW/001 Desa Pesing Koneng Kelurahan Kedoya didapatkan bahwa warga sekitar masih kurang dalam kesadaran mematuhi protokol kesehatan dalam pencegahan Covid-19. Diharapkan dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan ini mampu mengajak masyarakat khususnya yang berada di kawasan RW/001 Desa Pesing Koneng Kelurahan Kedoya Utara lebih sadar akan pentingnya protokol kesehatan yaitu, 5M (menggunakan masker, mencuci tangan, menjaga jarak, menjauhi kerumunan, mengurangi mobilitas).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 2 minggu mengikuti jadwal KKN mahasiswa Prodi Farmasi Universitas Esa Unggul. Kelompok sasaran di sini adalah seluruh masyarakat RW 001 Desa Pesing Koneng Kelurahan Kedoya Utara baik RT 01 sampai dengan RT 011, baik laki-laki, perempuan, ibu-ibu dan bapak-bapak kisaran usia 17-50 tahun (usia produktif).

Metode kegiatan yang dipakai adalah metode langsung dan metode tidak langsung. Metode langsung yaitu dengan langsung turun ke lapangan menghampiri tiap-tiap rumah warga berkoordinasi dengan SATGAS COVID-19. Metode tidak langsung yaitu dengan membagikan melalui grup Whatsapp dan media sosial lainnya. Program kegiatan yang dilaksanakan telah disesuaikan dengan masalah dan kondisi masyarakat di RW 001 Desa



Pesing Koneng Kelurahan Kedoya Utara. Kegiatan ini tidak melaksanakan ceramah atau penyuluhan dengan pengumpulan warga di suatu tempat atau lokasi keramaian untuk mencegah penyebaran Covid-19.

Adapun beberapa kegiatan yang dilaksanakan antara lain sebagai berikut:

1. Mengajak masyarakat untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan pola hidup sehat.
2. Meningkatkan pengetahuan masyarakat dengan pembagian leaflet tentang 5M agar masyarakat tahu akan pentingnya mematuhi protokol kesehatan.
3. Membagikan masker agar kesadaran masyarakat terhadap Covid-19 dan protokol kesehatan lebih meningkat.
4. Membagikan vitamin agar masyarakat dapat meningkatkan daya tahan tubuh.
5. Memberikan penjelasan kepada masyarakat tentang pentingnya vaksinasi sebagai bentuk pencegahan Covid-19.

Kegiatan pertama yang dilaksanakan adalah pembagian leaflet. Salah satu bentuk promosi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap Covid-19 adalah dengan pembagian leaflet dan menjelaskan isi leaflet. Kegiatan ini dimulai pada pagi hari pukul 08.00 WIB. Pertama-tama, Tim Pelaksana datang ke kantor RW untuk meminta izin kegiatan. Lalu dengan berkoordinasi dengan SATGAS Covid-19 di RW tersebut memulai pembagian leaflet dengan mendatangi rumah warga RW/001 Desa Pesing Koneng Kelurahan Kedoya satu persatu. Pada saat membagikan leaflet Tim Pelaksana menjelaskan apa itu virus Corona, bagaimana cara penularannya, bagaimana cara pencegahannya, apa itu vaksinasi dan manfaatnya, cara ganti pakaian yang benar agar terhindar dari virus Corona, dan cara keramas yang benar sesuai protokol kesehatan, dan yang paling penting mematuhi protokol kesehatan 5M.

Kegiatan kedua yang dilaksanakan adalah pembagian masker dan vitamin. Salah satu cara untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap Covid-19 adalah dengan membagikan masker kepada warga agar warga mematuhi protokol kesehatan. Kegiatan dimulai pada pagi hari pukul 08.00 WIB. Kami memulai dengan pembagian masker dan vitamin ke tiap-tiap rumah pada tiap-tiap RT dalam RW/001 Desa Pesing Koneng Kelurahan Kedoya. Pembagian vitamin kepada warga bertujuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh terhadap virus Covid-19.

Kegiatan ketiga adalah penyebaran leaflet ke media sosial, baik itu ke grup Whatsapp ibu-ibu PKK di RW/001 Desa Pesing Koneng Kelurahan Kedoya, maupun mengupload leaflet tersebut ke Instagram, aplikasi Tiktok, maupun Facebook masing-masing warga. Kegiatan ini bertujuan agar seluruh warga mendapatkan informasi yang jelas dan lengkap tentang cara-cara pencegahan Covid-19.

HASIL

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini secara garis besar berjalan dengan baik. Faktor yang sangat membantu dalam kelancaran seluruh kegiatan adalah dukungan serta partisipasi warga masyarakat Desa Pesing Koneng yang sangat antusias dan ramah terhadap Tim Pelaksana. Adanya dukungan penuh dan kerja sama dari mitra yaitu perangkat desa seperti, ketua RW, wakil ketua RW, tokoh masyarakat, dan perangkat desa lainnya juga sangat membantu terlaksananya kegiatan ini. Kegiatan ini mendapatkan tanggapan yang positif dari masyarakat yang ditunjukkan dengan ramahnya masyarakat terhadap Tim Pelaksana.

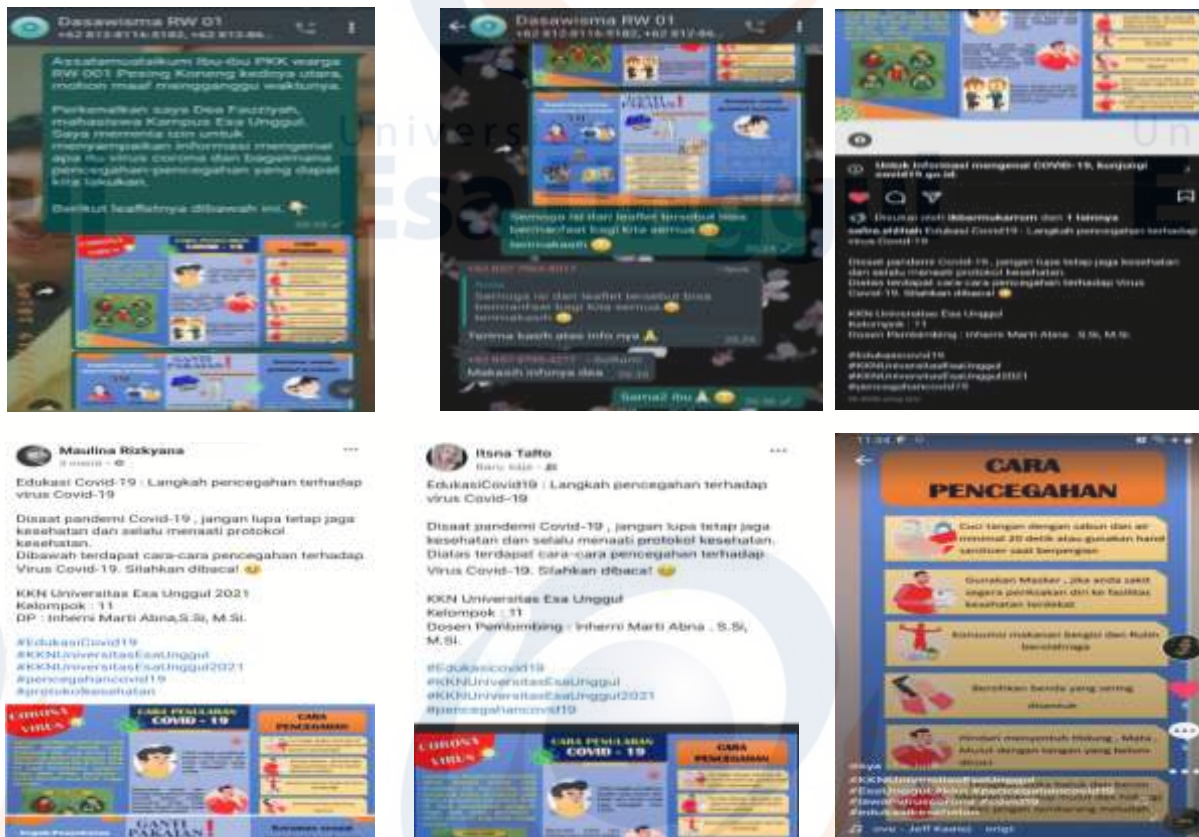


Hasil dari kegiatan pengabdian ini adalah bertambahnya pengetahuan masyarakat tentang pencegahan Covid-19 melalui pembagian leaflet, penjelasan melalui video dan penjelasan secara langsung kepada masyarakat. Pada awalnya masyarakat kurang memiliki kesadaran terhadap Covid-19, terlihat dengan masyarakat yang tidak menerapkan protokol kesehatan. Apalagi banyak dari masyarakat yang belum memahami tentang bahaya Covid-19. Oleh karena itu, kami membagikan leaflet, masker, vitamin dan menjelaskan kepada masyarakat cara penularan Covid-19 dan cara pencegahannya.

Indikator keberhasilan kegiatan ini adalah warga antusias saat mendengarkan penjelasan kemudian mengajukan pertanyaan. Warga juga senang menerima masker dan langsung memakai masker tersebut. Warga senang menerima vitamin dan mulai memahami manfaat vitamin untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Indikator lainnya adalah adanya like pada postingan di media sosial, adanya feedback yang baik pada grup whatsapp. Leaflet merupakan program utama kami. Diharapkan dengan adanya leaflet yang menonjolkan prosedur pencegahan Covid-19 dengan protokol kesehatan akan membantu meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan protokol kesehatan agar memutus rantai penularan Covid-19.



Gambar 1: Foto-foto Pengabdian langsung ke rumah-rumah warga



Gambar 2: Foto-foto kegiatan pengabdian melalui media sosial



Gambar 3: Foto Bersama dengan mitra (aparat RW setempat)

DISKUSI

Sampai dengan saat ini belum ditemukan obat yang benar-benar mampu menyembuhkan COVID-19 sehingga diperlukan upaya pencegahan dari setiap individu



dalam menghadapi pandemi ini. Upaya yang dapat dilakukan seperti deteksi dini dan melakukan isolasi, menerapkan protokol Kesehatan (5M), menerapkan higiene, sering mencuci tangan, melakukan desinfeksi, menggunakan alat pelindung diri, dan mempersiapkan daya tahan tubuh yang baik dengan mengonsumsi vitamin, berolahraga ringan dan melaksanakan vaksinasi (Sari, 2020)

Pemerintah dalam mengatasi Covid-19 ini melakukan berbagai upaya demi menyelamatkan masyarakat Indonesia. Upaya yang dilakukan antara lain memberikan edukasi tentang bahaya virus Corona, selalu merekomendasikan protokol kesehatan, meningkatkan kualitas hidup pasien menjadi lebih baik, bahkan memberikan bantuan kepada masyarakat yang terdampak supaya selalu menjaga kesehatannya dengan memakan makanan yang bergizi (Kemenkes RI, 2021).

Diperlukan koordinasi sinergis dari para akademisi, tenaga kesehatan, dan pemerintah yang memiliki peran penting untuk pencegahan penyebaran Covid-19. Hal ini dikarenakan masih banyak masyarakat yang tidak peduli akan hadirnya Covid-19 itu sendiri sehingga kita harus memberikan edukasi dan mengubah pola pikir masyarakat guna untuk saling menjaga kesehatannya masing-masing. Jika pengetahuan masyarakat tentang Covid-19 sudah terpenuhi, maka dengan sendirinya masyarakat akan mengikuti protokol kesehatan dengan baik, selalu menjaga imunitas tubuh dengan mengonsumsi vitamin dan melaksanakan vaksinasi (Kemenkes RI, 2021).

KESIMPULAN

Dari pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini mempunyai tiga sasaran utama yaitu: mahasiswa, masyarakat bersama pemerintah, dan perguruan tinggi yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia terutama dalam peningkatan kesadaran masyarakat terhadap Covid-19. Desa Pesing Koneng memiliki permasalahan kurangnya kesadaran masyarakat terhadap penyakit Covid-19 yang sedang melanda dunia. Permasalahan tersebut adalah hasil dari observasi dan diskusi dengan Ketua RW 001 Desa Pesing Koneng Kelurahan Kedoya Utara. Diharapkan dengan adanya kegiatan pengabdian ini dapat menumbuhkan kesadaran masyarakat terhadap Covid-19. Kegiatan berupa pembagian masker, vitamin, dan leaflet agar seluruh masyarakat khususnya warga RW001 Desa Pesing Koneng dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan tidak terpapar Covid-19. Kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan cukup berhasil berkat dukungan dari semua pihak baik rekan-rekan tim pelaksana, mahasiswa, masyarakat dan perangkat RW 001 Desa Pesing Koneng Kelurahan Kedoya Utara.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, yaitu :

1. Bapak Dr. Ir. Arief Kusuma AP., MBA, selaku Rektor Universitas Esa Unggul.
2. Ibu Prof. Dr. apt. Aprilita Rina Yanti Eff, M.Biomed, selaku Dekan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.
3. Ibu Dr. apt. Sri Teguh Rahayu, M.Farm., selaku Ketua Prodi Farmasi Universitas Esa Unggul.
4. Ketua Rukun Warga, Wakil Ketua Rukun Warga dan masyarakat Desa Pesing Koneng dan semua pihak yang mendukung lancarnya kegiatan Pengabdian Masyarakat ini.



5. Seluruh anggota tim pelaksana dosen dan mahasiswa Program Studi Farmasi Universitas Esa Unggul.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Yuliana Y. *Corona Virus Diseases* (Covid-19): Sebuah tinjauan literatur. Well Heal Magz. 2020. Mar 6;2(1):187–92.
- [2] Nasruddin R, Haq I. Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dan Masyarakat Berpenghasilan Rendah. SJSBS [Internet]. 2020. May 25 [cited 2021 Mar 9];7(7). Available from: <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/salam/article/view/15569>
- [3] Mustofa A, Suhartatik. N. Meningkatkan Imunitas Tubuh Dalam Menghadapi Pandemi COVID-19 Di Karangtaruna Kedunggupit, Sidoharjo, Wonogiri, Jawa Tengah. Selaparang. 2020. Nov 1;4(1):317.