

SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SERTA PEMAHAMAN DETEKSI DINI GEJALA CORONAVIRUS DISEASE 2019 (COVID-19)

Nurlan¹, Imam Fitriadi², Safnowandi³, Diah Lukitasari^{4*}, & Tajudin Suadi⁵

^{1,2,&5}Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Maritim Raja Ali Haji, Jalan Raya Dompok, Tanjung Pinang, Kepulauan Riau 29115, Indonesia

³Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Sains, Teknik, dan Terapan, Universitas Pendidikan Mandalika, Jalan Pemuda Nomor 59A, Mataram, Nusa Tenggara Barat 83125, Indonesia

⁴Program Studi Manajemen, Fakultas Budaya, Manajemen, dan Bisnis, Universitas Pendidikan Mandalika, Jalan Pemuda Nomor 59A, Mataram, Nusa Tenggara Barat 83125, Indonesia

*Email: diahlukitasari@undikma.ac.id

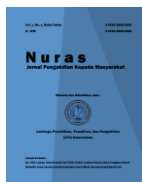
Submit: 09-04-2023; Revised: 23-04-2023; Accepted: 27-04-2023; Published: 30-04-2023

ABSTRAK: Tujuan dari kegiatan ini adalah agar masyarakat mengetahui pentingnya mencuci tangan dengan benar, dan bagaimana dampaknya jika tidak mencuci tangan dengan benar. Pandemi *Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)* menyebabkan semua kegiatan dilaksanakan secara individu di desa masing-masing dengan tetap mematuhi Standar Operasional Prosedur (SOP) Covid-19. Hal yang paling umum dilakukan di setiap kegiatan adalah memberikan edukasi dan demonstrasi seputar Covid-19 kepada masyarakat sekitar. Sesuai dengan aturan Covid-19 yaitu di rumah saja, maka tim pelaksana pengabdian melakukan penyuluhan dengan mengunjungi rumah-rumah warga. Covid-19 adalah penyakit baru yang muncul pada tahun 2019 dan menyebabkan infeksi pernapasan. Gejala Covid-19 yang paling umum adalah demam, batuk kering, dan sesak napas. Sebagian orang mungkin mengalami nyeri kepala atau badan, pilek, sakit tenggorokan, atau diare. Sebagian orang (sekitar 80%) akan pulih sendiri dari Covid-19 tanpa memerlukan perawatan khusus, sekitar 1 dari 6 orang akan mengalami gejala yang lebih serius dan mengalami kesulitan bernapas. Kita semua beresiko tertular Covid-19, tetapi lansia dan orang yang memiliki masalah kesehatan seperti tekanan darah tinggi, masalah jantung atau diabetes, lebih cenderung mengalami gejala berat dari Covid-19, dan lebih beresiko untuk meninggal karenanya. Orang mengalami demam, batuk, dan sesak napas harus segera memeriksakan diri untuk mendapat bantuan medis. Orang dapat tertular Covid-19 dari orang lain yang sudah terinfeksi, terlepas dari apakah orang ini bergejala ataupun tidak. Penyakit ini dapat menyebar dari manusia ke manusia lain melalui *droplet* (tetesan/cipratan cairan tubuh dari hidung atau mulut, seperti air liur). *Droplet* menyebar ketika seseorang yang telah memiliki virus ini dalam tubuhnya batuk atau bersin. Penelitian menunjukkan bahwa Covid-19 dapat bertahan hidup beberapa lama di berbagai permukaan benda mati, seperti meja atau gagang pintu.

Kata Kunci: Sosialisasi, Perilaku Hidup, Bersih, Sehat, Deteksi Dini, Covid-19.

ABSTRACT: The purpose of this activity is for people to know the importance of washing their hands properly, and what the impact will be if they don't wash their hands properly. The 2019 Coronavirus Disease (Covid-19) pandemic has caused all activities to be carried out individually in each village while adhering to the Covid-19 Standard Operating Procedure (SOP). The most common thing that is done in each activity is to provide education and demonstrations about Covid-19 to the surrounding community. In accordance with the Covid-19 rules, namely staying at home, the service implementing team conducted counseling by visiting residents' homes. Covid-19 is a new disease that emerged in 2019 and causes respiratory infections. The most common symptoms of Covid-19 are fever, dry cough and shortness of breath. Some people may experience head or body aches, runny nose, sore throat, or diarrhea. While some people (about 80%) will recover on their own from Covid-19 without needing special treatment, about 1 in 6 people will experience more serious symptoms and experience difficulty breathing. We are all at risk of

Uniform Resource Locator: <https://e-journal.lp3kamandanu.com/index.php/nuras>



contracting Covid-19, but older people and people with health problems such as high blood pressure, heart problems or diabetes, are more likely to experience severe symptoms from Covid-19, and are more at risk of dying from it. People with fever, cough and shortness of breath should seek immediate medical attention. People can catch Covid-19 from other people who are already infected, regardless of whether these people have symptoms or not. This disease can spread from human to other humans through droplets (droplets/splashes of body fluids from the nose or mouth, such as saliva). Droplets are spread when someone who already has this virus in their body coughs or sneezes. Research shows that Covid-19 can survive for some time on various inanimate surfaces, such as tables or doorknobs.

Keywords: Socialization, Lifestyle, Clean, Healthy, Early Detection, Covid-19.

How to Cite: Nurlan., Fitriadi, I., Safnowandi., Lukitasari, D., & Suadi, T. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta Pemahaman Deteksi Dini Gejala *Coronavirus Disease 2019* (Covid-19). *Nuras : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 72-78. <https://doi.org/10.36312/nuras.v3i2.184>



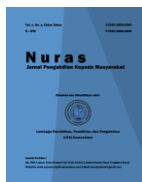
Nuras : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat is Licensed Under a CC BY-SA [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Kemanusiaan merupakan suatu sifat yang penting dalam menciptakan kehidupan yang harmonis antar sesama manusia (Irawan, 2020; Mukzizatin, 2019), seperti yang disebutkan Syaripudin (2016), bahwa hakekat manusia adalah majemuk tunggal (monopluralis). Sehingga manusia selain makhluk hidup lainnya dalam memenuhi kebutuhannya. Selain itu dalam berhubungan antar manusia perlu adanya interaksi yang positif, yaitu dihadirkan sifat kemanusiaan yang menjunjung tinggi harkat sesama manusia dan menghormati setiap manusia agar tujuan untuk menciptakan kehidupan bersama yang diharapkan dapat tercapai (Hidayah *et al.*, 2022).

Pesan yang berhubungan dengan kemanusiaan dapat disampaikan dalam sebuah media massa (Mawardah, 2020; Nur, 2021), seperti yang dicontohkan dalam pemberitaan media *online*, memberitakan ketika terjadi bencana alam banjir yang terjadi di Bojonegoro, mengakibatkan sebuah perahu terbalik karena tertabrak kayu yang terbawa banjir sehingga memakan korban sebanyak 31 orang tenggelam. Tim SAR gabungan secara tanggap segera menolong para korban dan mencari para korban yang hilang, dari sini dapat dilihat, selain tugas tim SAR adalah menolong para korban juga di sisi lain ada pesan yang bersifat kemanusiaan.

Sosial kemanusiaan adalah sebuah sikap keterhubungan dengan kemanusiaan pada umumnya, sebuah empati bagi setiap anggota komunitas manusia (Aisyah *et al.*, 2020; Lenniawati, 2020). Karya ini membuat penulis untuk mengambil pesan kemanusiaan yang muncul dan mencoba menunjukkan betapa pentingnya pesan kemanusiaan dalam masyarakat. Bukan hanya menarik dari diri sendiri, tetapi dari segi yang mengandung pesan kemanusiaannya. Berdasarkan uraian yang telah disampaikan, tim melakukan kegiatan dengan menggunakan analisis isi.



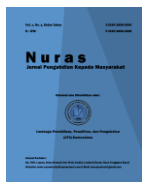
Tujuan dari kegiatan ini agar masyarakat mengetahui pentingnya mencuci tangan dengan benar dan bagaimana dampaknya jika tidak mencuci tangan dengan benar, pandemi Covid-19 menyebabkan kegiatan pengabdian ini dilaksanakan secara individu di desa masing-masing dengan tetap mematuhi SOP Covid-19. Hal yang paling umum dilakukan dalam kegiatan pengabdian adalah memberikan edukasi dan demonstrasi seputar Covid-19 kepada masyarakat sekitar. Sesuai dengan aturan Covid-19 yaitu di rumah saja, maka tim pelaksana kegiatan pengabdian melakukan penyuluhan dengan mengunjungi rumah-rumah warga. Sebelumnya, tim pelaksana telah melakukan penyuluhan pencegahan Covid-19 dengan cara menempelkan poster informasi Covid-19 di sekitar lingkungan. Tim pelaksana juga memberikan edukasi dan demonstrasi pencegahan Covid-19 secara *offline* untuk kalangan anak-anak dan lansia. Tidak hanya itu, edukasi dan demonstrasi secara *online* juga dilakukan melalui media sosial.

Kelurahan Melayu Kota Piring merupakan salah satu kelurahan yang berada di wilayah Kecamatan Tanjung Pinang Timur, Kota Tanjung Pinang, Provinsi Kepulauan Riau. Sebagian besar penduduk di Kelurahan Melayu Kota Piring menjalankan usaha industri rumahan, yaitu usaha ayam potong, industri tahu tempe, dan sebagian besar menjadi petani dan nelayan. Usaha tersebut sudah dijalankan secara turun temurun sejak lama. Terdapat berbagai permasalahan pokok di Kelurahan Melayu Kota Piring, khususnya yang dihadapi para pengusaha ayam potong yang perlu mendapat perhatian agar masalah-masalah tersebut dapat diatasi (Rahmawati & Yusuf, 2020).

Berbagai upaya telah dilakukan pemerintah, baik pusat maupun di daerah untuk mengatasi wabah virus corona. Namun sejak pertama kali dilaporkan, kasus virus corona di Indonesia masih belum juga terkendali. Sebelumnya, pemerintah telah menetapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) sebagai strategi guna mencegah penyebaran virus corona penyebab Covid-19. Sejumlah kegiatan yang melibatkan publik dibatasi, seperti perkantoran atau instansi diliburkan, dan pembatasan kegiatan keagamaan dan pembatasan transportasi umum (Oktaryal *et al.*, 2022). Kini saat Indonesia tengah bersiap memasuki fase kenormalan baru, kasus virus corona justru semakin meningkat dan Indonesia justru berpotensi menjadi episentrum baru virus corona di dunia. Mengapa hal ini bisa terjadi? Apakah masyarakat masih kurang memahami bahaya Covid-19? Sudahkah masyarakat memahami pentingnya protokol kesehatan?

METODE

Jenis kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah mengadakan kegiatan sosialisasi yang dilaksanakan di Kelurahan Melayu Kota Piring. Kelurahan Melayu Kota Piring merupakan salah satu kelurahan yang berada di wilayah Kecamatan Tanjung Pinang Timur, Kota Tanjung Pinang, Provinsi Kepulauan Riau. Metode yang digunakan adalah ceramah yang dimulai dengan pemaparan teori.



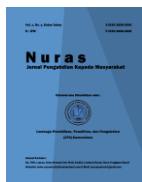
HASIL DAN DISKUSI

Bencana pandemi Covid-19 yang ada telah mengharuskan adanya *physical/ social distance* juga berdampak pada model kegiatan pengabdian yang dilaksanakan oleh perguruan tinggi. Salah satu konsep model kegiatan pengabdian ini yaitu dilakukan di lokasi domisili atau kampung halaman masing-masing tim pelaksana. Para tim pelaksana kegiatan pengabdian juga boleh memilih lokasi kegiatan pengabdian di luar domisili dengan alasan tertentu. Program dan kegiatan pengabdian tentang Covid-19 difokuskan pada upaya mendukung penanganan saat wabah virus corona melalui beberapa opsi yang telah ditentukan. Menjelaskan opsi yang ditawarkan kepada tim pelaksana pengabdian yakni program kemanusiaan untuk pencegahan Covid-19 yang meliputi aktivitas edukasi kesehatan, serta bakti sosial kepada masyarakat. Kegiatan dikoordinasikan dengan tim pusat Covid-19.

Kemudian, program pemberdayaan wirausaha masyarakat terdampak Covid-19 dapat berupa pendampingan pada individu atau kelompok masyarakat. Bisa juga pada Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) yang terdampak Covid-19, baik melalui pelatihan wirausaha maupun pemasaran rencana kerja sama dengan Kementerian Desa, USAID, KOMPAK, dan perusahaan rintisan *sophee.m*. Program berikutnya yaitu kegiatan inovasi teknologi atau informasi, dengan begitu tim pelaksana kegiatan pengabdian bisa memanfaatkan separuh waktu kegiatan pengabdian dengan menyiapkan aplikasi berupa teknologi informasi, pertanian, dan kesehatan yang dapat diterapkan di masyarakat terdampak Covid-19, dan separuh waktunya untuk penerapan kepada masyarakat dengan harapan bermanfaat bagi masyarakat pada saat pandemi Covid-19 ini.

Program lain yang ditawarkan yakni kegiatan pemberdayaan Badan Usaha Milik Desa (BUMDES), pemerintahan desa dalam memperkuat jaring pengaman sosial desa saat terjadinya pandemi Covid-19. Kegiatan itu terkait upaya untuk mendukung pemerintahan desa dan BUMDES dalam upaya implementasi program pengaman sosial desa dampak dari pandemi Covid-19. Terutama membantu pemberdayaan BUMDES dalam peningkatan layanan maupun usaha untuk penanganan Covid-19 dengan menggandeng kementerian desa. Opsi pelaksanaan kegiatan pengabdian ini juga bisa dalam bentuk kegiatan inovasi pembelajaran. Terutama anak sekolah pendidikan dasar dan menengah yang terdampak Covid-19, kegiatan meliputi inovasi untuk membantu edukasi pada anak-anak sekolah dasar dan menengah sebagai dampak diberlakukannya kebijakan belajar mandiri di rumah. Semua program yang telah dikonsep tim pelaksana kegiatan pengabdian hendaknya mengikuti protokol dan aturan pemerintah dalam masa *physical/ social distance* yang meminimalisasi aktivitas pertemuan fisik, atau kegiatan dijalankan dengan mengikuti standar protokol kesehatan.

Persebaran virus Covid-19 meningkat semakin cepat melalui tetesan air liur atau keluar dari hidung ketika orang yang terinfeksi batuk atau bersin. Akan tetapi, masih sangat minim masyarakat di Kelurahan Melayu Kota Piring menggunakan masker (alat pelindung pernapasan secara sementara) saat beraktivitas di luar rumah. Lokasi tersebut merupakan padat penduduk yang



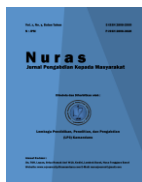
berada di keramaian kota. Oleh karena itu, perlunya pemahaman mengenai protokol kesehatan penanggulangan Covid-19. Melalui kegiatan pengabdian edisi Covid-19, kegiatan yang dilakukan dengan metode mendukung keselamatan masyarakat terhadap Covid-19. Kegiatan pengabdian dalam pembuatan masker yang selanjutnya disalurkan kepada warga Kelurahan Melayu Kota Piring dan edukasi protokol kesehatan pembuatan cairan disinfektan secara alami di balai desa. Virus corona merupakan suatu kelompok virus yang dapat menyebabkan penyakit pernapasan pada hewan atau manusia. Menurut Manullang (2022), virus corona diketahui menyebabkan infeksi saluran napas pada manusia, mulai dari batuk, pilek, hingga yang lebih serius seperti *Middle East Respirator Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS).

SIMPULAN

Covid-19 atau corona virus adalah penyakit baru yang muncul pada tahun 2019 dan menyebabkan infeksi pernapasan, gejala Covid-19 yang paling umum adalah demam, batuk kering, dan sesak napas. Sebagian orang mungkin mengalami nyeri kepala atau badan, pilek, sakit tenggorokan, atau diare. Sebagian orang (sekitar 80%) akan pulih sendiri dari Covid-19 tanpa memerlukan perawatan khusus, sekitar satu dari enam orang akan mengalami gejala yang lebih serius dan mengalami kesulitan bernapas. Kita semua beresiko tertular Covid-19, tetapi lansia dan orang yang memiliki masalah kesehatan seperti tekanan darah tinggi, masalah jantung atau diabetes, lebih cenderung mengalami gejala berat dari Covid-19, dan lebih berisiko untuk meninggal karenanya.

Orang mengalami demam, batuk, dan sesak napas harus segera memeriksakan diri untuk mendapat bantuan medis. Orang dapat tertular Covid-19 dari orang lain yang sudah terinfeksi, terlepas dari apakah orang ini bergejala ataupun tidak. Penyakit ini dapat menyebar dari manusia ke manusia lainnya melalui *droplet* (tetesan/ cipratan cairan tubuh dari hidung atau mulut, seperti air liur). *Droplet* menyebar ketika seseorang yang telah memiliki virus ini dalam tubuhnya batuk atau bersin. Penelitian menunjukkan bahwa Covid-19 dapat bertahan hidup beberapa lama diberbagai permukaan benda mati, seperti meja atau gagang pintu.

Gerakan masker untuk semua yang mengkampanyekan kewajiban memakai masker saat berada di ruang publik atau di luar rumah. Penelusuran kontak (*tracing*) dari kasus positif yang dirawat dengan menggunakan *rapid test* atau tes cepat di antaranya adalah pada orang terdekat, tenaga kesehatan yang merawat pasien Covid-19, serta pada masyarakat di daerah yang ditemukan kasus banyak. Edukasi dan penyiapan isolasi secara mandiri pada sebagian hasil *tracing* yang menunjukkan hasil tes positif *rapid test* atau negatif dengan gejala untuk melakukan isolasi mandiri. Isolasi Rumah Sakit yang dilakukan kala isolasi mandiri tidak mungkin dilakukan, seperti karena ada tanda klinis yang butuh layanan definitif di Rumah Sakit.



SARAN

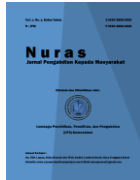
Saran yang dapat diberikan yaitu cuci tangan pakai sabun pada air mengalir, hindari kerumunan, jaga kesehatan diri sendiri, jangan lakukan perjalanan kemanapun, keluar rumah hanya diperlukan, dan selebihnya di rumah. Kita bisa lindungi diri, keluarga, tetangga, dan bangsa kita. Hanya kita dan kita saja yang bisa lindungi bangsa ini dari Covid-19.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana mengucapkan terima kasih kepada pihak Kelurahan Melayu Kota Piring, Kecamatan Tanjung Pinang Timur, Kota Tanjung Pinang, Provinsi Kepulauan Riau yang telah memberikan izin melakukan kegiatan dan pendampingan selama kegiatan berlangsung.

REFERENSI

- Aisyah, R. N., Rusmana, A., & Hakim, M. Z. (2020). Kepedulian Sosial Tokoh Masyarakat terhadap Lanjut Usia Terlantar di Desa Pasanggrahan Kecamatan Bojong Kabupaten Purwakarta. *Peksos : Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial*, 19(2), 240-254. <https://doi.org/10.31595/peksos.v19i2.330>
- Hidayah, S., Fadillah, R., Basith, S. A., Fadillah, Y. S., Komarudin., & Suharyat, Y. (2022). Etika Berinteraksi Menurut Pandangan Islam. *Jurrafi : Jurnal Riset Rumpun Agama dan Filsafat*, 1(2), 83-94. <https://doi.org/10.55606/jurrafi.v1i2.492>
- Irawan, I. K. A. (2020). Merajut Nilai-nilai Kemanusiaan Melalui Moderasi Beragama. In *Prosiding Seminar Nasional Moderasi Beragama STHD* (pp. 82-89). Klaten, Indonesia: Sekolah Tinggi Hindu Dharma Klaten.
- Lenniawati, M. (2020). Meningkatkan Kepedulian Sosial Mahasiswa Melalui Pengabdian Masyarakat pada Para Siswa Taman Kanak-kanak. *Empowerment in the Community Journal*, 1(1), 11-20. <http://dx.doi.org/10.31543/ecj.v1i1.358>
- Manullang, T. M. S. M. (2022). Pengetahuan Lanjut Usia tentang Covid-19 di Desa Simangulampe Kecamatan Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021. *Humantech : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(2), 269-282. <https://doi.org/10.32670/ht.v2i2.1331>
- Mawardah, R. D. P. (2020). Nilai Kemanusiaan dalam Akun Instagram Komunitas Manusaya @manusaya.project sebagai Dukungan kepada Anak-anak LPKA Salemba Jakarta (Analisis Isi Kualitatif). *Komunika : Jurnal Ilmu Komunikasi*, 7(1), 32-44. <https://doi.org/10.22236/komunika.v7i1.5564>
- Mukzizatin, S. (2019). Relasi Harmonis Antar Umat Beragama dalam Al-Qur'an. *Andragogi : Jurnal Diklat Teknis Pendidikan dan Keagamaan*, 7(1), 161-179. <https://doi.org/10.36052/andragogi.v7i1.75>
- Nur, E. (2021). Peran Media Massa dalam Menghadapi Serbuan Media Online. *Majalah Semi Ilmiah Populer Komunikasi Massa*, 2(1), 51-64.



- Oktaryal, A., Arif, A., Yudhistira, B., Albajili, C., Hasan, M., & Ayuni, Q. (2022). *Catatan Kritis Dua Tahun Penanganan Pandemi Covid-19: Kumpulan Pendapat Keahlian*. Jakarta: Indonesia Corruption Watch.
- Rahmawati, L. N., & Yusuf, S. M. (2020). Pramuka sebagai Wadah Meningkatkan Nilai Karakter Peduli Sosial Siswa MTs. Plus Al-Hadi Padang Bojonegoro. *Asanka : Journal of Social Science and Education*, 1(2), 92-101. <https://doi.org/10.21154/asanka.v1i2.2208>
- Syaripudin, T. (2016). Filsafat Pendidikan Ki Hadjar Dewantara sebagai Landasan Pendidikan dalam Konteks Pendidikan Nasional. In *Proceeding of the International Seminar on Philosophy of Education* (pp. 17-27). Bandung, Indonesia: Universitas Pendidikan Indonesia.