

## Edukasi Sosial Distancing dan Penggunaan Masker dalam Pencegahan Wabah Covid-19 di Kota Tanjungpinang

*Distancing Social Education and Mask Use in Preventing Covid-19 Outbreak in Tanjungpinang City*

Ernawati<sup>1</sup>, Yunita<sup>2</sup>, Cian Ibnu Sina<sup>3</sup>, Ikha Rahardiantini<sup>4</sup>.

<sup>1,2,3,4</sup> S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Tanjungpinang

Email: [ernarakasiwi17@gmail.com](mailto:ernarakasiwi17@gmail.com)

### Abstrak

Anjuran Pemerintah untuk menerapkan perilaku sehat berupa pemakaian masker, cuci tangan pakai sabun sesering mungkin dan dibilas dengan air mengalir setelah melakukan aktivitas di luar rumah merupakan salah satu cara untuk pencegahan COVID-19. Informasi tentang Covid-19. Tujuan kegiatan ini adalah sebagai bentuk antisipasi terhadap penyebaran Covid-19 yang merupakan ancaman kesehatan global pada saat ini. Waktu pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan selama 6 bulan dari November sampai dengan bulan April 2022. Sasaran dari kegiatan ini adalah masyarakat Kota Tanjungpinang. Kegiatan dilaksanakan secara simultan mulai dari pemberian materi edukasi social distancing dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan edukasi melalui media leaflet dilaksanakan mengingat kondisi saat ini yang tidak memungkinkan kegiatan pengabdian mengumpulkan orang dalam jumlah banyak. Secara umum, kegiatan pengabdian masyarakat di Kelurahan Air Raja berjalan dengan lancar dan mendapatkan sambutan yang baik dari masyarakat. Harapan masyarakat agar kegiatan pengabdian dapat dilaksanakan kembali di kelurahan ini. Kesimpulan pelaksanaan pengabdian ini adalah: Terjalinnnya Kerjasama antara institusi pendidikan dengan pemerintah dalam hal ini adalah kelurahan dalam upaya penanganan Covid-19. Terlaksananya kegiatan edukasi pencegahan penularan Covid-19 di Kelurahan Air Raja Kota Tanjungpinang dengan menyebarkan leaflet dan poster kepada masyarakat.

**Kata Kunci:** Covid-19, Edukasi., Penggunaan Masker

### Abstract

*The government's recommendation to implement healthy behaviors such as wearing masks, washing hands with soap frequently, and rinsing with running water after doing activities outside the home is one way to prevent COVID-19. Information about Covid-19. The purpose of this activity is to anticipate the spread of COVID-19 that is a global health threat at this time ... The time of implementation of this activity was carried out for 6 months from November to April 2022. The target of this activity is the people of Tanjungpinang City. Activities are carried out simultaneously, from providing social distancing education material, and its application in everyday life. Educational activities through leaflet media are carried out considering the current conditions that do not allow service activities to gather large numbers of people. In general, community service activities in Air Raja Village ran smoothly and received a good response from the community. The community hopes that community service activities can be carried out again in this village. The conclusions of the implementation of this pengambas was. Establishment of cooperation between educational institutions and the government, in this case, the village in an effort to deal with COVID-19. 2. Implementation of educational activities to prevent COVID-19 transmission in Air Raja Village, Tanjungpinang City by distributing leaflets and posters to the community.*

## **Kata Kunci: Covid-19, Edukasi., Penggunaan Masker**

### **Pendahuluan**

Pada awal tahun 2020 NCP (Novel Coronavirus Pneumonia) mulai menjadi pandemi global dan menjadi masalah kesehatan di beberapa negara di luar RRC (Safrizal et al., 2020). World Health Organization (WHO) pertama kali menyebut coronavirus disease ditemukan di Wuhan dengan novel coronavirus 2019 (2019-nCoV) yang disebabkan oleh virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2). Pradana et al (2020) mengatakan di Indonesia kasus positif Covid-19 dilaporkan pertama kali pada tanggal 2 Maret 2021. Indonesia menetapkan penyakit Covid-19 sebagai bencana nasional sejak 14 Maret 2020 (Syapitri et al., 2020). Gugus Tugas Penanganan Covid-19 RI 2020 mengatakan di Indonesia terjadi peningkatan kasus terkonfirmasi positif tercatat sebanyak 3003 menjadi 165.887, yang sembuh mengalami peningkatan sebanyak 2325 menjadi 120.900, dan yang meninggal mengalami peningkatan sebanyak 105 menjadi 7.169 kasus (Aritonang et al., 2020).

Covid-19 menular dari manusia ke manusia melalui kontak dekat (Rahmatina & Erawati, 2020). Secara umum penularan virus ini terjadi melalui droplet atau cairan tubuh yang terpercik pada seseorang atau benda-benda disekitarnya yang berjarak 1-2 meter melalui batuk dan bersin (Karo, 2020). Covid-19 menimbulkan berbagai komplikasi penyakit terutama gangguan pada saluran pernapasan seperti gagal pernapasan akut, pneumonia, acute respiratory distress syndrome (ARDS) dan juga komplikasi dan masalah pada organ lain hingga menyebabkan kematian bagi penderitanya (Zendrato, 2020).

Risiko komplikasi dari Covid-19 lebih tinggi pada beberapa populasi rentan, terutama lanjut usia, individu yang menderita kelemahan, atau yang memiliki beberapa kondisi kronis (Pradana et al., 2020). Risiko kematian meningkat dengan bertambahnya usia, dan juga lebih tinggi pada mereka yang memiliki diabetes, penyakit jantung, masalah pembekuan darah, atau yang telah menunjukkan tanda-tanda sepsis dengan tingkat kematian rata-rata 1% menjadi 6% pada orang yang menderita kanker, hipertensi atau penyakit pernapasan kronis.

Aritonang et al (2020) mengatakan penyebaran Covid-19 berdampak terhadap meningkatnya jumlah korban jiwa, menurunnya ekonomi, dan luasnya wilayah yang terkena bencana ini. Selain itu wabah Covid-19 juga telah menciptakan krisis kesehatan global yang telah memiliki dampak yang mendalam pada cara kita memahami dunia dan kehidupan sehari-hari. Oleh sebab itu Indonesia melakukan pencegahan dan pengendalian infeksi Covid-19 melalui beberapa cara seperti menyosialisasikan Gerakan physical distancing, stay at home, memakai masker saat keluar rumah, sampai dengan larangan masyarakat untuk mudik (Zulfa & Kusuma, 2020).

Pemerintah Indonesia telah menetapkan beberapa peraturan baru dalam menangani pandemi Covid-19, antara lain Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), Work From Home (WFH), sekolah atau kuliah secara daring, larangan mudik, dan protocol kesehatan untuk mencegah penularan Covid-19 (Rahmatina & Erawati, 2020). Syapitri et al (2020) mengatakan pemerintah Indonesia telah menetapkan langkah-langkah dan upaya pencegahan pandemic Covid-19 salah satunya adalah dengan mensosialisasikan Gerakan Social Distancing, konsep ini menjelaskan bahwa dapat mengurangi atau memutus mata rantai penularan atau penyebaran infeksi Covid-19, dalam upaya ini seseorang harus menjaga jarak dengan orang lain minimal 1-2 meter, dan tidak melakukan kontak langsung dengan orang lain, menghindari kerumunan dan pertemuan massal. Selain itu, pemerintah juga menghimbau agar masyarakat selalu menjaga kesehatan, mencuci tangan dan menggunakan masker (Isdairi & Anwar, 2021).

Pradana et al (2020) mengatakan Social Distancing adalah praktik dengan cara memperlebar jarak antar orang sebagai upaya menurunkan peluang penularan penyakit. Pemerintah menghimbau agar masyarakat melakukan Social Distancing yang diartikan sebagai pembatasan diri untuk keluar rumah, menghindari kerumunan, dan menjaga jarak fisik. Beberapa kelompok telah mengedukasi Social Distancing melalui beberapa upaya seperti mengedukasi pentingnya Social Distancing dari segi medis dan lewat sejarah penanganan wabah-wabah di masa lalu (Novira et al., 2020).

### **Metode Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan melakukan analisis situasi atau studi pendahuluan di Kota Tanjungpinang. Kegiatan PKM dengan tema edukasi sosial distancing dan penggunaan masker merupakan upaya untuk pencegahan penyebaran wabah Covid-19. Sasaran dari kegiatan ini adalah masyarakat Kota Tanjungpinang khususnya masyarakat di daerah kelurahan Air Raja. Pemilihan ini didasarkan oleh keinginan tim pengusul untuk memberikan tambahan pengetahuan dan keterampilan mahasiswa dalam melakukan edukasi social distancing dan penggunaan masker dalam pencegahan wabah Covid-19. Pemahaman tentang social distancing dan penggunaan masker oleh mahasiswa dan masyarakat pada kegiatan ini diharapkan dapat membantu mengurangi penyebaran wabah Covid-19 di Kota Tanjungpinang. Kegiatan dilaksanakan secara simultan mulai dari pemberian materi edukasi social distancing dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Mahasiswa dan masyarakat selain mendapatkan pemahaman tentang edukasi social distancing dan penggunaan masker juga mengenali tanda dan gejala Covid-19.

### **Langkah-Langkah Kegiatan.**

#### 1. Perencanaan,

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah:

- a. Penulisan proposal
- b. Persiapan materi leaflet dan poster
- c. Persiapan percetakan leaflet dan poster

#### 2. Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian ini bertema edukasi sosial distancing dan penggunaan masker merupakan upaya untuk pencegahan penyebaran wabah Covid-19. Kegiatan ini diselenggarakan di Kelurahan Air Raja. Kegiatan pengabdian dilakukan berupa edukasi dengan media leaflet dan poster yang diserahkan kepada RT dan RW di Kelurahan Air Raja.

#### 3. Evaluasi

Tim pengabdian memantau proses distribusi leaflet, pemasangan poster di tempat-tempat umum dan distribusi masker kepada masyarakat di Kelurahan Air Raja dengan mengkonfirmasi kepada RT dan RW.

### **Hasil Dan Pembahasan**

#### **Gambaran Umum Kegiatan Pengabdian Masyarakat**

Lokasi kegiatan dilaksanakan di kelurahan Air Raja Jl. Kampung Banjar Air Ratu, RT .01/Rw.06 Kec. Tanjungpinang Timur. Narasumber dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan yaitu oleh seluruh Tim Dosen yang ada di Prodi S1 Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang. Kegiatan pengabdian berupa pemberian edukasi melalui media leaflet dan poster telah dilaksanakan

pada tanggal 20 Desember 2021 di kelurahan Air Raja. Tujuan kegiatan ini adalah sebagai bentuk antisipasi terhadap penyebaran Covid-19 yang merupakan ancaman kesehatan global pada saat ini. Kegiatan ini diterima dengan antusias oleh masyarakat.

Kegiatan edukasi melalui media leaflet dilaksanakan mengingat kondisi saat ini yang tidak memungkinkan kegiatan pengabdian mengumpulkan orang dalam jumlah banyak. Media leaflet adalah bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui lembaran-lembaran yang dilipat. Media leaflet yang disampaikan memuat informasi tentang apa itu virus Covid-19, gejala-gejala yang dialami dan resiko yang dialami dalam kondisi parah. Selain itu, media ini memuat informasi tentang upaya-upaya yang dapat dilakukan dalam pencegahan terinfeksi Covid-19. Perilaku sehat berupa memakai masker, cuci tangan pakai sabun sesering mungkin dan dibilas dengan air mengalir setelah melakukan aktivitas di luar rumah, memakan makanan yang bergizi dan sesuai kebutuhan terutama makanan yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh, istirahat yang cukup dan olahraga yang teratur merupakan perilaku yang dianjurkan dan disiplin diterapkan oleh masyarakat selama pandemic ini.

Media edukasi yang disiapkan selain leaflet adalah poster. Media yang disampaikan ini memuat informasi tentang Covid-19 yang dipajang ditempat-tempat strategis sehingga dapat dibaca oleh masyarakat. Informasi tentang Covid-19 ini secara spesifik berisi apa yang dilakukan individu pada saat berada difasilitas umum. Kegiatan pengabdian masyarakat khususnya mengenai Covid-19 diharapkan dapat dijalankan di semua daerah. Kerjasama institusi pendidikan dan pemerintah daerah harus terus digalakkan dalam mengatasi permasalahan ini. Kontribusi institusi pendidikan dalam memberikan edukasi kepada masyarakat sangat besar sekali perannya melalui penggunaan media yang inovatif dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat saat ini.

#### Tabel dan Gambar

Tabel 1. Profil Peserta berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis kelamin	Frekuensi	persentase
1	Laki - Laki	16	25
2	Perempuan	48	75
	<b>Total</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

Tabel 2. Profil Peserta berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	persentase
1	19 - 30	8	13
2	30 - 35	11	17
3	35 - 40	17	26
4	➤ 40	28	44
	<b>Total</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

Tabel 3. Profil Peserta berdasarkan tingkat pendidikan

No	Jenjang Pendidikan	Frekuensi	persentase
1	SD	6	9
2	SMP	8	13
3	SMA	34	53
4	SARJANA	16	25
	<b>Total</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

Secara umum, kegiatan pengabdian masyarakat di Kelurahan Air Raja berjalan dengan lancar dan mendapatkan sambutan yang baik dari masyarakat. Harapan masyarakat agar kegiatan pengabdian dapat dilaksanakan Kembali di kelurahan ini. Berikut dokumentasi pelaksanaan kegiatan yang dapat dilihat pada gambar 1,2, 3 dan 4.



**Gambar 1. Masyarakat mengikuti kegiatan pengabmas**



**Gambar 2. Foto foto leaflet kegiatan pengabmas beserta ketua stikes dan narasumber**



### **Gambar 3. Foto leaflet kegiatan pengabmas**

Dalam rangka penyempurnaan kegiatan pengabmas, maka tim mengusulkan kegiatan di masa yang akan datang yaitu edukasi kesehatan lainnya terkait pencegahan Covid-19 ini seperti edukasi mengenai cara mencuci masker kain, aktivitas fisik yang dapat dilakukan di rumah selama wabah, pengolahan makanan bergizi selama wabah. Edukasi dapat dilaksanakan melalui media yang lebih inovatif. Hal ini bertujuan untuk menambah pengetahuan dan wawasan masyarakat terkait pencegahan penularan Covid-19.

### **Simpulan**

Kesimpulan yang dapat diperoleh dari pelaksanaan pengabmas adalah sebagai berikut:

1. Terjalannya Kerjasama antara institusi pendidikan dengan pemerintah dalam hal ini adalah kelurahan dalam upaya penanganan Covid-19.
2. Terlaksananya kegiatan edukasi pencegahan penularan Covid-19 di Kelurahan Air Raja Kota Tanjungpinang dengan menyebarkan leaflet dan poster kepada masyarakat.
3. Untuk durasi acara beberapa peserta mengiinginkan durasi yang diberikan untuk ditambah agar peserta dapat lebih memahami materi yang diberikan
4. Dan selanjutnya dari hasil dialog dengan masyarakat yang hadir, mereka menyampaikan akan hadir apabila mereka diundang Kembali untuk mengikuti kegiatan pelatihan lanjutan.

Saran yang dapat diperoleh dari pelaksanaan pengabmas adalah sebagai berikut:

1. Bagi kelurahan Air Raja, untuk dapat memasang leaflet dan poster yang telah dibagikan di tempat-tempat umum agar pesan yang diberikan sampai kepada masyarakat.
2. Bagi masyarakat, agar dapat membaca leaflet dan poster sebagai media informasi mengenai Covid-19 dan pencegahannya, serta menggunakan masker ketika beraktivitas ke luar rumah

### **Ucapan Terima Kasih**

Pada kesempatan ini Penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Tanjungpinang yang telah memberikan kesempatan bagi Penulis untuk mengaplikasikan ilmu yang dimiliki, serta melakukan pengabdian Masyarakat

## REFERENSI

- Aritonang J., L. Nugraeny, Sumiatik, and R. N. Siregar, "Peningkatan Pemahaman Kesehatan pada Ibu hamil dalam Upaya Pencegahan COVID-19," *J. SOLMA*, vol. 9, no. 2, pp. 261–269, 2020, doi: 10.22236/solma.v9i2.5522.
- Herdiana D., "Konstruksi Konsep Social Distancing Dan Lockdown Dalam Perspektif Kebijakan Publik," *Inov. Pembang. J. Kelitbangan*, vol. 8, no. 02, p. 107, 2020, doi: 10.35450/jip.v8i02.181.
- Isdairi and H. Anwar, "Community Compliance in Applying Social Distancing To Prevent the Spreading of Covid-19 in Sambas District Kepatuhan Masyarakat Dalam Menerapkan Social Distancing Untuk Mencegah Penyebaran Virus Covid-19 Di Kabupaten Sambas," *J. Ilmu Sos. dan Hum.*, vol. 26, no. 1, pp. 46–57, 2021, [Online]. Available: <https://jurmafis.untan.ac.id/index.php/Proyeksi/index>.
- Karo M. B., "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ( PHBS ) Strategi Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19," *Pros. Semin. Nas. Hardiknas*, pp. 1–4, 2020.
- Novira N, R. Iskandar, and R. Bahraen, "Persepsi Masyarakat Akan Pentingnya Social Distancing Dalam Penanganan Wabah Covid-19 Di Indonesia," *J. Kependud. Indones.*, vol. 2902, p. 27, 2020, doi: 10.14203/jki.v0i0.573.
- Pradana A. A, Casman, and Nur'aini, "Pengaruh Kebijakan Social Distancing pada Wabah COVID-19 terhadap Kelompok Rentan di Indonesia," *J. Kebijak. Kesehat. Indones. JKKI*, vol. 9, no. 2, pp. 61–67, 2020, [Online]. Available: <https://jurnal.ugm.ac.id/jkki/article/view/55575>.
- Rahmatina L. A. and M. Erawati, "Evaluasi Program Edukasi dengan Video dan Poster Terhadap Perilaku Masyarakat dalam Menghadapi COVID-19 (Preliminary Study)," *Holist. Nurs. Heal. Sci.*, vol. 3, no. 1, pp. 9–16, 2020, doi: 10.14710/hnhs.3.1.2020.9-16.
- Safrizal, D. I. Putra, S. Sofyan, and Bimo, *Pedoman Umum Menghadapi Pandemi Covid-19 Bagi Pemerintah Daerah : Pencegahan, Pengendalian, Diagnosis dan Manajemen*. 2020.
- Syapitri H., L. M. Siregar, and F. L. Saragih, "Pencegahan Penularan Covid-19 Melalui Sosialisasi dan Pembagian Masker di Pasar Pringgatan Medan," *J. Kreat. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 3, no. 2, pp. 422–429, 2020.
- World Health Organization, "Anjuran mengenai penggunaan masker dalam konteks COVID-19," *World Heal. Organ.*, no. April, pp. 1–17, 2020, [Online]. Available: [https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/anjuran-mengenai-penggunaan-masker-dalam-konteks-covid-19-june-20.pdf?sfvrsn=d1327a85\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/anjuran-mengenai-penggunaan-masker-dalam-konteks-covid-19-june-20.pdf?sfvrsn=d1327a85_2).
- Zendrato W , "Gerakan Mencegah Daripada Mengobati Terhadap Pandemi Covid-19," *J. Educ. Dev.*, vol. 8, no. 2, pp. 242–248, 2020.
- Zulfa F. and H. Kusuma, "Upaya Program Balai Edukasi Corona Berbasis Media Komunikasi dalam Pencegahan Penyebaran Covid-19," *Jakp J. Abdimas Kesehat. Perintis*, vol. 2, no. 1, pp. 21–23, 2020.