

EDUKASI ADAPTASI KEBIASAAN BARU DALAM PENCEGAHAN COVID-19 DI PANTI ASUHAN MUHAMMADIYAH KOTA LHOKSEUMAWE

Rizka Sofia^{1*}, Juwita Sahputri²

^{1*,2}*Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh*

**Email: rizka.sofia@unimal.ac.id*

Abstrak

Penyakit ini ditularkan melalui droplet pada saat berbicara, batuk, dan bersin dari orang yang terinfeksi virus Corona. Selain itu penyakit ini juga dapat ditularkan melalui kontak fisik dengan penderita serta menyentuh wajah, mulut, dan hidung oleh tangan yang terpapar virus Corona. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk memberikan edukasi kepada anak-anak panti asuhan muhammadiyah lhokseumawe dalam rangka pencegahan penularan covid-19 di lingkungan panti asuhan. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan metode ceramah dan praktik cuci tangan pakai sabun yang benar. Mitra dalam kegiatan ini yaitu panti asuhan muhammadiyah lhokseumawe. Peserta dalam kegiatan ini yaitu seluruh anak-anak panti asuhan yang berjumlah 25 orang. Dengan adanya edukasi adaptasi kebiasaan baru, diharapkan anak-anak panti asuhan muhammadiyah lhokseumawe dapat menerapkan protocol kesehatan di lingkungan panti asuhan sehingga anak-anak dapat menghindari penularan covid-19.

Kata kunci: covid-19, adaptasi kebiasaan baru, protocol kesehatan

PENDAHULUAN

Corona Virus Disease 2019 atau COVID-19 adalah jenis penyakit baru yang disebabkan oleh infeksi *Virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARSCOV-2)* atau yang dikenal dengan *novel coronavirus (2019-nCoV)* [1]. Dari awal kemunculannya di akhir tahun 2019 hingga 25 Juli 2020, penyakit ini telah menginfeksi 15.581.009 orang dan menyebabkan kematian terhadap 635.173 orang di seluruh dunia. Jumlah kasus terkonfirmasi covid-19 di Indonesia hingga tanggal 25 Juli 2020 sebanyak 95.418 kasus dan kematian 4.665 kasus [2]. Jumlah kasus terkonfirmasi COVID-19 di Aceh sampai dengan 26 Juli 2020 sebanyak 168 kasus dengan kematian 10 kasus [3].

Penyakit ini ditularkan melalui droplet (percikan) pada saat berbicara, batuk, dan bersin dari orang yang terinfeksi virus Corona. Selain itu penyakit ini juga dapat ditularkan melalui kontak fisik (sentuhan atau jabat tangan) dengan penderita serta menyentuh wajah, mulut, dan hidung oleh tangan yang terpapar virus Corona [1].

Gejala klinis yang muncul akibat terinfeksi virus ini seperti gejala flu biasa (demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, nyeri otot, nyeri kepala) hingga komplikasi berat (diare dan pneumonia) hingga menyebabkan kematian [4,5]. Anak-anak termasuk ke dalam kelompok usia yang sangat rentan terhadap penularan COVID-19 dari lingkungan sekitarnya. Sebagian anak-anak yang terinfeksi COVID-19 seringkali tidak menunjukkan gejala infeksi [6].

Menurut UU Nomor 23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak, disebutkan bahwa anak merupakan amanah dan karunia Tuhan Yang Maha Esa yang dalam dirinya melekat harkat dan martabat sebagai manusia seutuhnya. Oleh karena itu setiap anak berhak atas keberlangsungan hidup, tumbuh dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Anak yatim piatu adalah mereka yang sudah tidak memiliki orang tua lagi dan keluarga yang memeliharanya. Mereka termasuk anak yang menderita, lemah dan menjadi korban kehilangan kasih sayang orangtua baik di bidang pendidikan ataupun di

bidang yang lain [7]. Termasuk dalam hal ini adalah anak yatim piatu yang tinggal di panti asuhan.

Panti asuhan Muhammadiyah Kota Lhokseumawe merupakan satu-satunya panti asuhan yang ada di Kota Lhokseumawe. Dalam aktivitasnya sehari-hari, anak-anak di panti asuhan menghabiskan waktu mereka untuk sekolah, belajar, mengaji, dan berbagai kegiatan positif lainnya. Hampir sebagian besar dari mereka sudah terbiasa untuk melakukan aktivitas secara mandiri. Hal ini menjadi kesedihan tersendiri bagi mereka karena harus menjalani hari-hari tanpa orang tua kandung, hanya orang tua asuh (pengurus panti) yang mendampingi mereka.

Dari hasil observasi yang dilakukan terhadap anak-anak di Panti Asuha Muhammadiyah Kota Lhokseumawe, terdapat 25 orang anak-anak yang diasuh dan tinggal di panti ini, anak-anak tersebut berasal dari kelompok yatim/piatu/yatim piatu dan anak-anak dari keluarga tidak mampu. Hasil wawancara dengan pengasuh panti asuhan diperoleh informasi bahwa dalam masa pandemi COVID-19 saat ini, anak-anak sangat membutuhkan pendampingan dalam menerapkan adaptasi kebiasaan baru dalam menjalankan aktivitas sehari-hari selama masa pandemi COVID-19.

Anak-anak panti asuhan dalam kondisi saat ini seyogyanya mendapatkan perhatian khusus tentang cara penularan dan pencegahan COVID-19. Hanya saja keterbatasan sumber informasi baik dari orang tua, pengasuh, ataupun media lainnya membuat mereka masih perlu mendapatkan bimbingan untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat yang menjadi protokol dalam pencegahan COVID-19 yaitu dengan menerapkan adaptasi kebiasaan baru (AKB).

Adaptasi kebiasaan baru (AKB) merupakan kebiasaan dan perilaku yang baru berbasis pada adaptasi untuk membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk pencegahan virus COVID-19 dapat berupa cara mencuci tangan yang baik dan benar, cara menerapkan etika batuk, cara melakukan Physical Distancing (menjaga jarak fisik), dan cara menjaga kebersihan diri [8]. Pemberian edukasi mengenai PHBS ini dapat dilakukan dengan penyuluhan atau dengan menggunakan media berupa poster. Salah satu bentuk media pembelajaran cetak yang dapat dengan mudah digunakan untuk menyampaikan informasi kepada pembaca adalah poster [9]. Kegiatan edukasi Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) untuk pencegahan COVID-19 yang dilakukan di panti asuhan Muhammadiyah diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan pola perilaku hidup bersih secara mandiri agar mereka dapat terhindar dari penularan COVID-19.

Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat memberikan edukasi kepada anak-anak di Panti Asuhan Muhammadiyah Kota Lhokseumawe dalam melakukan aktivitas di panti asuhan selama masa pandemi COVID-19 ini. Anak-anak panti asuhan Muhammadiyah Kota Lhokseumawe diharapkan dapat memahami dan menerapkan adaptasi kebiasaan baru (AKB) di panti asuhan, yaitu dengan selalu menjaga kebersihan diri, pakaian, dan tempat, rajin mencuci tangan dengan sabun atau hand sanitizer, selalu menggunakan masker, dan senantiasa menjaga jarak di panti asuhan. Penerapan adaptasi kebiasaan baru di panti asuhan memungkinkan aktivitas di panti asuhan dapat berjalan sesuai dengan protokol kesehatan, sehingga semua warga panti asuhan Muhammadiyah Kota Lhokseumawe dapat mencegah penularan COVID-19.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Panti Asuhan Muhammadiyah Kota Lhokseumawe yang beralamat di Jalan Darussalam Desa Hagu Selatan Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada bulan November 2020.

Solusi yang ditawarkan kepada panti asuhan untuk mencegah penularan COVID-19 yaitu: 1) edukasi tentang penyakit COVID-19; 2) edukasi tentang pencegahan dan pengendalian Covid-19; 3) edukasi tentang protokol kesehatan di lingkungan panti asuhan.

Pengusul kegiatan ini adalah dosen Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh dalam rangka menerapkan tridharma perguruan tinggi. Sedangkan mitra dalam kegiatan ini yaitu Panti Asuhan Muhammadiyah Lhokseumawe.

Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari beberapa tahapan yaitu:

- 1) Tahapan persiapan; meliputi identifikasi masalah yang dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi ke panti asuhan, penyiapan materi oleh fasilitator, dan persiapan media edukasi berupa poster bergambar.
- 2) Tahapan pelaksanaan: memberikan penyuluhan, pendampingan, serta bimbingan mengenai adaptasi kehidupan baru dalam pencegahan COVID-19. Selanjutnya akan dilakukan penyerahan fasilitas pendukung penerapan adaptasi kebiasaan baru berupa fasilitas cuci tangan, sabun/hand sanitizer dan masker.
- 3) Tahapan evaluasi: meliputi penilaian pengetahuan peserta mengenai adaptasi kebiasaan baru dalam pencegahan COVID-19. Tahap evaluasi (penilaian) dilakukan sebelum dan sesudah peserta mendapatkan edukasi mengenai adaptasi kebiasaan baru. Metode evaluasi yang digunakan adalah menggunakan angket (kuisisioner) dan observasi. Angket berisi sejumlah pertanyaan tentang pengetahuan peserta mengenai adaptasi kebiasaan baru dalam pencegahan COVID-19.

Model yang digunakan dalam kegiatan ini adalah model *kaji tindak (Action Research)* dengan pendekatan program *tindak partisipatif (Participatory Action Program)* yang melibatkan kelompok masyarakat sasaranyaitu 25 orang anak panti asuhan. Bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan yaitu edukasi adaptasi kebiasaan baru atau penyuluhan protokol kesehatan di panti asuhan, praktik cuci tangan pakai sabun, pemberian perangkat atau tempat cuci tangan kepada panti asuhan, serta pemberian masker dan hand sanitizer kepada setiap anak-anak panti asuhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan berupa edukasi/ penyuluhan tentang adaptasi kebiasaan baru atau penerapan protokol kesehatan di lingkungan panti asuhan serta praktik cuci tangan pakai sabun (CTPS) sesuai dengan standar WHO. Peserta yang terlibat dalam kegiatan ini merupakan seluruh anak-anak yang ada di panti asuhan Muhammadiyah Kota Lhokseumawe yang terdiri dari perempuan sebanyak 6 orang dan laki-laki sebanyak 20 orang. Usia anak-anak di panti asuhan sangat bervariasi yaitu dari usia sekolah dasar sampai usia sekolah menengah atas.

Edukasi Adaptasi Kebiasaan Baru

Protokol kesehatan adalah aturan dan ketentuan yang perlu diikuti oleh segala pihak agar dapat beraktivitas secara aman pada saat pandemi COVID-19 ini. Protokol kesehatan dibentuk dengan tujuan agar masyarakat tetap dapat beraktivitas secara aman dan tidak membahayakan keamanan atau kesehatan orang lain. Jika masyarakat dapat mengikuti segala aturan yang tertera di dalam protokol kesehatan, maka penularan COVID-19 dapat diminimalisir.

Dalam masa adaptasi kebiasaan baru, Setiap warga panti asuhan dengan penuh tanggung jawab wajib melaksanakan protokol kesehatan diantaranya:

1. Membersihkan ruangan dan lingkungan panti asuhan dengan disinfektan secara berkala.

2. Panti asuhan harus menyediakan sarana cuci tangan pakai sabun (CTPS) dengan air mengalir.
3. Panti Asuhan harus memasang pesan kesehatan yang berkaitan dengan protocol kesehatan di tempat strategis.
4. Panti asuhan harus membudayakan penggunaan masker, jaga jarak, CTPS, dan menerapkan etika batuk/bersin yang benar.
5. Menghindari penggunaan peralatan mandi dan handuk secara bergantian bagi lembaga pesantren dan pendidikan keagamaan yang berasrama.
6. Melakukan aktivitas fisik secara berkala.



Gambar 1. Edukasi Covid-19

Edukasi Cara Cuci Tangan Pakai Sabun

Penyakit saluran pernapasan seperti COVID-19 yang disebabkan coronavirus menyebar ketika percikan dahak yang mengandung virus masuk ke dalam tubuh melalui mata, hidung, atau tenggorokan. Akan tetapi, yang paling sering terjadi adalah melalui tangan. Penyebaran virus dari satu orang ke orang lain paling sering terjadi melalui tangan. Selama pandemi global terjadi, salah satu cara paling mudah, penting, dan tanpa biaya untuk mencegah penyebaran virus adalah dengan rutin cuci tangan pakai sabun dan air.

Mencuci tangan diusahakan harus dilakukan dengan benar, terutama menggunakan sabun dan air mengalir minimal selama 20 detik. Selain itu, bisa juga dengan memakai hand sanitizer dengan kandungan alkohol minimal 60 persen. Namun, meskipun bisa membantu mengurangi jumlah kuman di tangan dengan cepat, hand sanitizer tidak dapat menghilangkan semua jenis kuman dan tidak seefektif saat mencuci tangan. Hand sanitizer juga tidak dapat menghilangkan kotoran dan minyak di tangan. Cara menggunakan hand sanitizer cukup mudah. Setelah mengoleskan gel pada tangan, gosok permukaan tangan, jari, dan sela-sela jari hingga tangan mengering. Berdasarkan informasi dari Satgas Penanganan Covid-19, virus corona merupakan material kecil yang dibungkus oleh protein dan lemak, sehingga bisa larut oleh sabun dan virus bisa hancur.

Untuk menghilangkan semua jejak virus di tangan, gosokan dan bilasan singkat saja tidak cukup. Berikut enam langkah mencuci tangan pakai sabun yang benar menurut Organisasi Kesehatan Dunia:

1. Ratakan sabun dengan kedua tangan
2. Gosok punggung tangan dan sela-sela jari secara bergantian
3. Gosok jari-jari bagian dalam
4. Gosok telapak tangan dengan posisi jari saling mengait/mengunci
5. Gosok ibu jari secara berputar dalam genggaman tangan dan lakukan pada kedua tangan
6. Gosokkan ujung jari pada telapak tangan secara berputar dan lakukan pada kedua tangan.

Dalam upaya pencegahan COVID-19, pastikan cuci tangan di waktu-waktu berikut:

1. Setelah membuang ingus, setelah batuk, atau setelah bersin
2. Setelah berkunjung dari tempat umum, seperti kendaraan umum, pasar, atau tempat ibadah
3. Setelah menyentuh barang di luar rumah, termasuk uang
4. Sebelum, saat, dan sesudah merawat orang sakit
5. Sebelum dan sesudah makan



Gambar 2. Edukasi CTPS

KESIMPULAN

Dengan adanya edukasi adaptasi kebiasaan baru, anak-anak panti mengetahui bagaimana harus bersikap dan bertindak di masa pandemi ini. Anak-anak panti sudah dapat mempraktekkan protocol kesehatan dalam adaptasi kebiasaan baru ini di panti asuhan. Anak-anak panti sudah dapat mencuci tangan pakai sabun dengan benar. Dengan adanya penyerahan perangkat cuci tangan pakai sabun, memudahkan anak-anak panti untuk selalu menjaga kebersihan tangan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Singhal T. A Review of Coronavirus Disease-2019(COVID-19). *Indian journal of pediatrics*, (2020), 87(4), 281–286.
- [2] WHO. Coronavirus disease (COVID - 19) *Situation Report –187*, (2020)
- [3] Pemerintah Provinsi Aceh. *Info COVID-19*. <https://covid19.acehprov.go.id/>.
- [4] Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., et al, Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet* (2020), 395(10223), 497–506.
- [5] Chen, Z. M., Fu, J. F., Shu, Q., et al. Diagnosis and treatment recommendations for pediatric respiratory infection caused by the 2019 novel coronavirus. *World journal of pediatrics : WJP* (2020), 16(3), 240–246.
- [6] Zimmermann, P., & Curtis, N. Coronavirus Infections in Children Including COVID-19: An Overview of the Epidemiology, Clinical Features, Diagnosis, Treatment and Prevention Options in Children. *The Pediatric infectious disease journal*, (2020), 39(5), 355–368.
- [7] Syaitut, S. M. *Metodologi Al -Qur'an*. CV. Ramadhani: Solo. 1991.
- [8] Razi F., Yulianty V., Amani, S A., Fauzia J H. *Bunga Rampai COVID-19: Buku Kesehatan Mandiri untuk Sahabat*. PD Prokami: Depok. 2020
- [9] Arsyad, A. *Media Pembelajaran*, edisi revisi. PT Raja Grafindo Persada: Jakarta. 2013