

Pendampingan Masyarakat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Untuk Memutus Rantai Penyebaran Covid-19

Bambang Pujiasmanto¹ dan Rega Perdhana Abioga Yulianto²

¹Dosen Fakultas Pertanian, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Jl. Ir. Sutami 36 Ketingan, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia, 57126

²Mahasiswa Program Studi Agribisnis, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Jl. Ir. Sutami 36 Ketingan, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia, 57126

Corresponding author: bambang_p56@staff.uns.ac.id

Abstrak. Kuliah Kerja Nyata (KKN) menjadi penyaluran tekad mahasiswa dalam turut andil mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Kini pandemi Covid-19 menjadi permasalahan kemanusiaan yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan manusia. Mahasiswa berupaya menciptakan masyarakat yang aktif dan mandiri guna mewujudkan kehidupan masyarakat yang sejahtera. Program kegiatan dilaksanakan secara langsung dan daring sesuai dengan anjuran pemerintah untuk tetap *stay at home* dan *physical distancing*. Physical distancing merupakan salah satu langkah pembatasan fisik yang dapat disarankan untuk pencegahan penyebaran mata rantai virus Covid-19. Program kerja dilakukan antara lain membagikan informasi mengenai Covid-19, cara pencegahan Covid-19, membagikan informasi mengenai perkembangan jumlah kasus Covid-19 yang ada di Kabupaten Nganjuk melalui *WhatsApp Group* dan akun media sosial *Instagram*. Kegiatan selanjutnya adalah mengajarkan dalam penanaman sayur organik guna mengantisipasi kekurangan bahan makanan di masa pandemi ini. Program selanjutnya yakni membuat masker kain, *face shield*, dan *handsanitizer* secara mandiri. Dan program terakhir adalah membuat tempat cuci sederhana menggunakan ember dan kran.

1. Pendahuluan

Virus Corona adalah bagian dari keluarga virus yang menyebabkan penyakit pada hewan ataupun juga pada manusia. Jumlah kasus Virus Corona terus bertambah dengan beberapa melaporkan kesembuhan, tapi tidak sedikit yang meninggal [1]. Memiliki gejala yang sama-sama mirip Flu, Virus Corona berkembang cepat hingga mengakibatkan infeksi yang lebih parah dan gagal organ [2].

Upaya pencegahan terhadap peningkatan jumlah penderita COVID-19, seperti yang sudah ditetapkan oleh WHO pada bulan Maret 2020 bahwa seluruh negara didesak agar melakukan langkah-langkah efektif untuk mengurangi penularan [3]. Konsep ini menjelaskan bahwa untuk dapat mengurangi dan memutus mata rantai infeksi COVID-19, seseorang harus menjaga jarak aman dengan orang lain minimal 1 meter, tidak melakukan kontak langsung dengan orang lain, serta menghindari kerumunan orang [4].

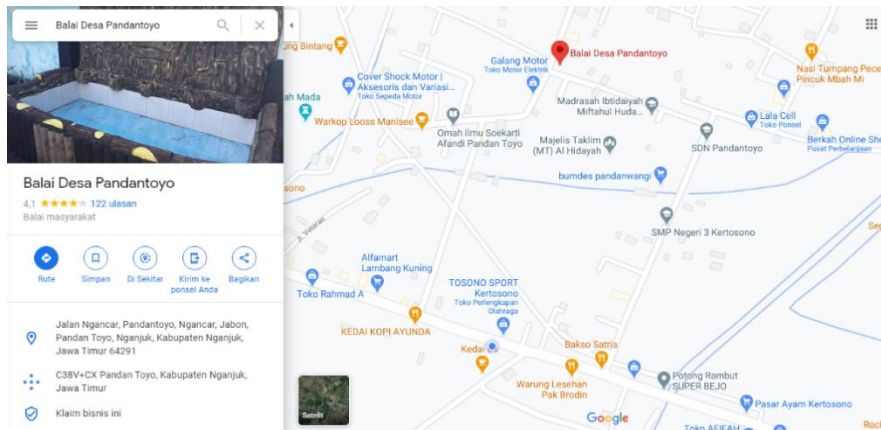
Program PHBS adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar bagi perorangan, kelompok dan masyarakat dengan cara membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi guna meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku melalui pendekatan advokasi, bina suasana dan melakukan gerakan pemberdayaan masyarakat sehingga dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, melindungi, dan meningkatkan kesehatannya [5].

2. Metode

Lokasi KKN tertelak di RT 01/RW 04 Desa Pandantoyo, Kecamatan Kertosono, Kabupaten Nganjuk. Program ini dilakukan dengan metode daring, metode daring ini menggunakan media *Whatsapp* dan *Instagram* untuk menyampaikan informasi mengenai Covid-19. Setiap orang

hendaknya memiliki kesadaran pribadi, untuk melakukan isolasi mandiri di rumah apabila melakukan perjalanan ke luarkota atau keluar negeri [6].

Metode selanjutnya dengan bertemu langsung dengan warga sekitar dan tetap menaati protokol kesehatan yang sudah ditetapkan. Sasaran yang dituju adalah pemuda Karang Taruna di RT 01 RW 04 Desa Pandantoyo Kecamatan Kertosono Kabupaten Nganjuk. Program ini dilaksanakan secara mandiri dalam rentang waktu 45 hari. Dalam kurun waktu tersebut dilakukan kegiatan pendampingan masyarakat untuk membantu memutus rantai penyebaran Covid-19 di lingkungan masyarakat.



Gambar 1. Peta Desa Pandantoyo
Sumber : Google Maps



3. Hasil dan Pembahasan

Wabah Pandemi COVID-19 berpotensi menyebabkan perekonomian di Indonesia menjadi kacau terlebih lagi lapangan pekerjaan yang kini mulai berkurang dan juga beberapa kebutuhan pangan mulai sulit didapatkan dan harganya melambung tinggi. Kegiatan yang dilakukan meliputi (1) penanaman sayur organik ; (2) pembuatan *face shield* ; (3) pembuatan masker kain ; (4) Pembuatan *hand sanitizer* ; (5) Pembuatan tempat cuci tangan.

3.1. Penanaman Sayur Organik

Guna menjaga ketahanan pangan di Indonesia maka kita bisa dilakukan kegiatan seperti menanam sayuran dan buah-buahan segar di Rumah. Sayur adalah sumber makanan yang memiliki gizi lengkap dan sehat. Sayur yang memiliki warna hijau merupakan sumber karoten (provitamin A). [7]. Salah satu program kerja KKN UNS yang dilakukan di Desa Pandantoyo Kec. Kertosono yakni melakukan penanaman Sayur Organik di rumah masing- masing.



Gambar 2. Penaman sayur dengan media polybag
 Sumber : Foto kegiatan KKN Covid batch II UNS, 2020

Kegiatan ini dilakukan dengan mengajak pemuda Karang Taruna untuk ikut serta melakukan penanaman sayuran organik guna mengantisipasi kelangkaan pangan. Kegiatan ini dilaksanakan pada pagi hari. Pemuda karang Taruna ini sangat antusias mengikuti kegiatan ini. Sayur yang kami tanam adalah kangkung dan juga bayam dengan media tanam polybag. Saya mengajarkan kepada teman teman bagaimana proses budidaya nya dari mulai persiapan media sampai ke penanamannya.

3.2. Pembuatan Face Shield

Faceshield merupakan alat yang digunakan sebagai pelindung wajah (mata, hidung dan mulut) dari paparan percikan droplet atau tangan yang terkontaminasi bakteri atau virus.



Gambar 3. Proses pembuatan *face shield*
 Sumber : Foto kegiatan KKN Covid batch II UNS, 2020

Alat ini dilengkapi dengan mika bening, sehingga penglihatan tidak terganggu dan tetap nyaman digunakan oleh pengguna kaca mata. *Faceshield* dapat digunakan berulang setelah dibersihkan dengan menggunakan desinfektan.

3.3. Pembuatan Masker Kain

Kegiatan ini dilakukan karena pada awal masuk virus COVID-19 ke Indonesia masyarakat berbondong-bondong membeli masker untuk digunakan dan disimpan sebagai upaya pencegahan wabah COVID-19. Hal tersebut menjadi salah satu penyebab kelangkaan masker di Indonesia [8].



Gambar 4. Hasil pembuatan masker kain
 Sumber : Foto kegiatan KKN Covid batch II UNS, 2020

Memakai masker dianggap sebagai cara efektif untuk meminimalisir risiko penularan Covid-19, semua orang yang beraktivitas di luar ruangan disarankan untuk mengenyakannya. Masker kain juga dapat mencegah kita dari kebiasaan menyentuh wajah dan menjadi pengingat visual untuk mempraktikkan phisycal distancing.

3.4. Pembuatan Hand sanitizer

Hand sanitizer berbasis alkohol dengan minimal 60% dipercaya lebih efektif untuk membunuh kuman dan mikroorganisme berbahaya di tangan, termasuk pencegahan virus Corona. Cara pembuatannya sangat mudah yakni dengan mencampurkan alkohol, cairan lidah buaya dan pewangi. Fungsi dari cairan lidah buaya ini adalah untuk sedikit menggumpalkan cairan, jadi handsanitizer tidak terlalu encer, pewangi disini untuk memberikan aroma segar pada *hand sanitizer*.



Gambar 5. Hasil pembuatan hansanitizer mandiri
 Sumber : Foto kegiatan KKN Covid batch II UNS, 2020

3.5. Pembuatan Tempat Cuci Tangan

Tangan adalah salah satu anggota tubuh yang harus di jaga kebersihannya, karena tangan sering terkontaminasi kotoran maupun mikroba sehingga dengan melalui perantara tangan mikroba dan virus akan masuk kedalam tubuh [9]. Untuk mengurangi resiko terjadinya infeksi dan penyebaran virus, bisa melakukan beberapa hal diantaranya dengan cara rajin mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir [10].



Gambar 6. Proses pembuatan tempat cuci tangan
 Sumber : Foto kegiatan KKN Covid batch II UNS, 2020

Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) membuat sebuah kampanye global untuk menyatakan setiap tanggal 15 Oktober adalah Hari Cuci Tangan Pakai Sabun Sedunia (HCTPS). Begitu banyak penyakit yang dapat ditularkan seperti penyakit saluran pernapasan, diare, infeksi cacing dan penyakit kulit. Dengan hanya mencuci tangan, tingkat infeksi saluran pernapasan dapat menurun hingga 16-25%.

4. Kesimpulan

Kegiatan KKN yang dilakukan di Desa Pandantoyo RT 01 RW 04 berjalan lancar dan dapat diterima oleh masyarakat, dari mulai kegiatan sosialisasi lewat whatsapp group, menanam sayur organik, pembuatan face shield, pembuatan masker kain mandiri, pembuatan hand sanitizer dan pembuatan tempat cuci. Masyarakat sangat antusias mengikuti kegiatan ini terutama kegiatan menanam sayur organik.

5. Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada seluruh pihak yang membantu dalam proses kegiatan dan penulisan artikel. Pihak UPT KKN UNS, Ketua RT 01 RW 04 Desa Pandantoyo Kertosono, pemuda karang taruna RT 01 RW 04, orang tua, dan masyarakat sekitar. Dengan demikian kegiatan dan penulisan artikel ini dapat diselesaikan dan semoga dapat berkontribusi dalam menyebarkan wawasan dan pengetahuan untuk pembaca.

6. Referensi

- [1] Jonathan. (2015). Virus Mers Berasal Dari Unta Muda. Diakses dari http://www.bbc.com/indonesia/majalah/2015/06/150612_majalah_mers_untapada tanggal 6 April 2016, pukul 14.00
- [2] Lelisari, Imawanto, & Rukimin. (2020). Pengawasan Berbasis Rukun Tetangga (RT) Untuk Mengurangi Penyebaran Covid 19. *JPMB: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 3(1), 80–89.
- [3] Meri, M., Khusnul, K., Suhartati, R., Mardiana, U., & Nurpalah, R. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Penggunaan Hand Sanitizer Dan Masker Sebagai Upaya Preventif Terhadap Covid-19. *BANTENESE - Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2, 26–33.
- [4] Ayu Kurniawati, K. R., Santosa, F. H., & Bahri, S. (2020). Sosialisasi Hidup Sehat di Tengah Wabah Virus Corona. *JPMB: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 3(1), 58–65.
- [5] Maharani. (2016). Evaluasi Data Pelaksanaan Rumah Tangga Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Banjarnegara. *JKD*, 5(4), 359-374.

- [6] Jarnawi. (2020). Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 60.
- [7] Syamsi, F., Anggraini, D., & Ramses. (2019). Pemanfaatan Pekarangan Rumah Untuk Bertanam Sayuran Organik Dalam Rangka Mewujudkan Kemandirian Pangan Keluarga. *Minda Baharu*, 3(1), 9.
- [8] Sunaryo, D. (2020). Community Development Service on Educational and Health Sciences. *Abdidas*, 1(3), 88–94.
- [9] Nakoe, M. R., Ayini, N., Lalu, S., & Mohamad, Y. A. (2020). Perbedaan Efektivitas *Hand-Sanitizer* dengan Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Bentuk Pencegahan COVID-19 Difference in the effectiveness of hand-sanitizer by washing hands using soap as a covid-19 preventive measure. *Ejurnal.Ung.Ac.Id*, 2(2).
- [10] Prayitno, S. A., Pribadi, H. P., Ifadah, R. A., Studi, P., Pangan, T., Pertanian, F., Fisioterapi, P. S., & Kesehatan, F. (2020). Peran Serta Dalam Melaksanakan Protokol Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19) Pada masyarakat. *DedikasiMU (Journal of Community Service)*, 2(3), 504–510.