

Received: Juni 2023	Accepted: Juni 2023	Published: Juli 2023
Article DOI: http://dx.doi.org/10.24903/jam.v7i02.2275		

Upaya Promotif dan Preventif pada Masa Pandemi Covid-19 di Karawang

Aliya Azkia Zahra

Universitas Singaperbangsa Karawang

aliya.azkia@fikes.unsika.ac.id

Ahsanal Kasasiah

Universitas Singaperbangsa Karawang

ahsanal.kasasiah@fkes.unsika.ac.id

Jekmal Malau

Universitas Singaperbangsa Karawang

jekmal.malau@fikes.unsika.ac.id

Indah Laily Hilmi

Universitas Singaperbangsa Karawang

indah.laily@fkes.unsika.ac.id

Abstrak

Penyakit menular Coronavirus 2019 (Covid-19) diakibatkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2)*. Jumlah kasus positif terus meningkat, terutama di Indonesia yang termasuk dalam 30 negara dengan angka kasus Covid-19 yang tinggi di dunia. Pemerintah telah berusaha untuk mengatasi pandemi ini dengan mengedepankan sosialisasi mengenai 3M (memakai masker dengan benar, menjaga jarak, menghindari kerumunan, dan mencuci tangan dengan sabun). Namun, angka kasus Covid-19 di Indonesia masih tetap tinggi. Menurut data yang disampaikan oleh Satgas Covid-19, Karawang termasuk dalam daerah dengan risiko tinggi penyebaran Covid-19. Karawang berada di peringkat ke-6 sebagai daerah dengan risiko tinggi. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan penyuluhan kepada masyarakat mengenai Covid-19 dan strategi pencegahan untuk menghadapinya. Harapannya adalah kesadaran masyarakat terhadap bahaya Covid-19 serta pentingnya peran masyarakat dalam memutus rantai penyebaran dapat meningkat. Masyarakat perlu diingatkan untuk melaksanakan protokol kesehatan 3M dan menjaga kesehatan. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, terlihat adanya peningkatan pengetahuan masyarakat sebesar 10%.

Kata Kunci: Covid-19, 3M, Karawang.

Pendahuluan

Penyakit menular yang dikenal sebagai Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2). COVID-19 merupakan jenis virus varian baru yang ditemukan pada tahun 2019 dan sebelumnya belum pernah diketahui menginfeksi manusia (WHO, 2019). Pandemi COVID-19 telah berdampak luas pada sektor-sektor seperti ekonomi, kesehatan, dan sosial di Indonesia. Virus ini memiliki sifat yang mudah menular. "Contagious" merujuk pada kemampuan virus untuk menginfeksi dan menyebar dengan cepat dalam jaringan tertentu. COVID-19 dapat menyebar melalui kontak langsung maupun tidak langsung dengan individu yang terinfeksi. Untuk membatasi penyebaran COVID-19, telah dilakukan berbagai upaya seperti menjaga jarak social (*social distance*), diterapkannya Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), dan isolasi diri. Setiap individu dapat berperan dalam memutus rantai penyebaran COVID-19 dengan menjaga kebersihan tangan melalui mencuci tangan yang benar. Sedangkan secara kolektif, social distancing dapat dilakukan. Indonesia telah menerapkan PSBB sebagai langkah dalam menjalankan social distancing. Menurut data yang diungkapkan oleh Satgas Covid-19, Karawang termasuk dalam daerah yang memiliki risiko tinggi penyebaran COVID-19 dan berada di peringkat ke-6. Data ini didapatkan pada update COVID-19 per 6 Desember 2020.

Dilaporkan dari situs web covid19.karawangkab.go.id pada tanggal 14/12/2020, jumlah kasus positif Covid-19 di Karawang mencapai 4.067 orang, dengan 154 orang meninggal dan 2.862 orang sembuh. Berdasarkan data ini, pria cenderung lebih banyak yang terinfeksi Covid-19 dibandingkan wanita, yaitu sebesar 59,21% pria dan 40,79% wanita dari total kasus yang terkonfirmasi. Golongan usia 20-29 tahun merupakan kelompok dengan jumlah terbanyak yang terkonfirmasi Covid-19, mencapai 1.122 orang. Teluk Jambe Timur menjadi daerah dengan jumlah kasus terkonfirmasi Covid-19 yang paling tinggi, dengan 781 kasus positif, 659 kontak erat, dan 846 kasus suspek. Salah satu faktor peningkatan penyebaran Covid-19 di Karawang adalah rendahnya kesadaran masyarakat dalam mematuhi protokol kesehatan. Rantai penularan Covid-19 dapat diputus dengan peran serta dari masyarakat untuk mencegah terjadinya penularan baru. Karena penyebarannya melalui droplet infection dari individu ke individu. Penularan dapat terjadi pada berbagai tempat baik di rumah, perjalanan, tempat kerja, tempat ibadah, tempat wisata, dan tempat lain di mana ada interaksi sosial (Mona, 2020). Maka dari itu, agar mengurangi jumlah kasus Covid-19, perlu dilaksanakan edukasi mengenai pentingnya menerapkan 3M (memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak) selama pandemi. Tujuan dari upaya ini adalah agar masyarakat dapat memahami dan menerapkan 3M, meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan selama pandemi. Dengan demikian, diharapkan dapat mengurangi penyebaran Covid-19 di Karawang.

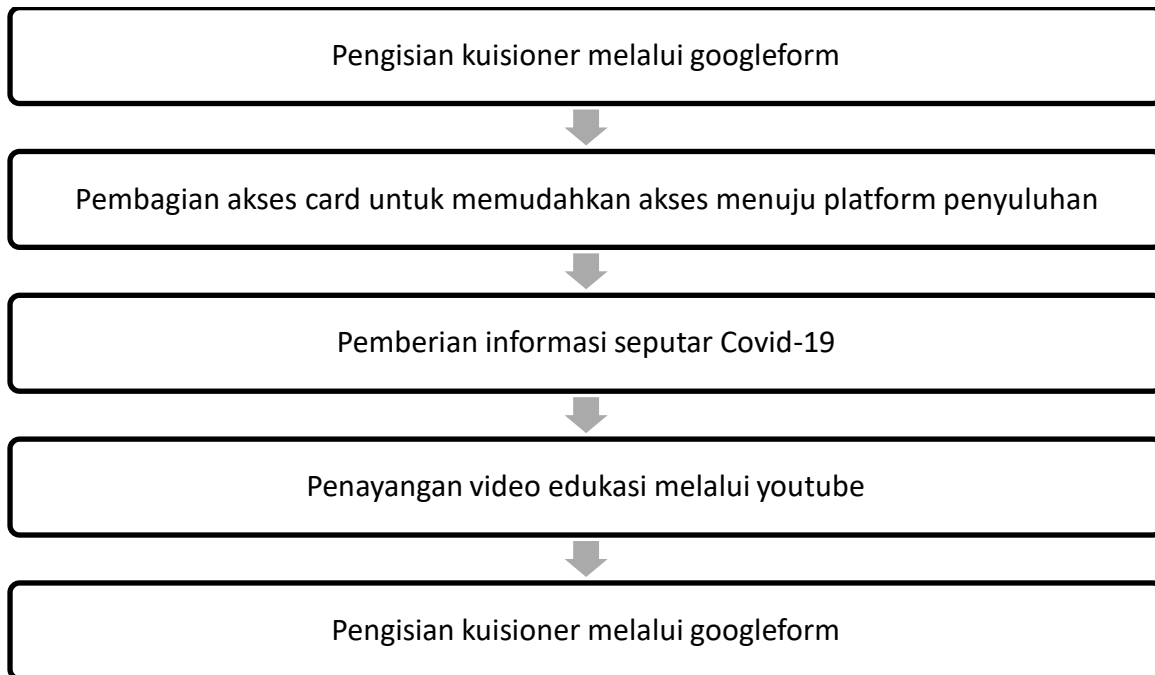
Pada penelitian yang dilakukan oleh Mathad dan Shetty (2021), pemberian edukasi Covid-19 mengakibatkan peningkatan pengetahuan, dan sikap masyarakat sehingga meningkatkan

kewaspadaan masyarakat terhadap penyebaran infeksi Covid-19. Berdasarkan beberapa pengabdian yang telah dilakukan di Indonesia, edukasi mengenai covid-19 masih memberikan hasil yang cukup baik dalam peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai bahaya dan penanganan Covid-19 (Pinarsih dkk., 2022; Pratama dkk.,2021). Oleh karena itu pemberian edukasi melalui webinar diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Covid-19 dan kedepannya dapat meningkatkan gaya hidup sehat masyarakat karawang secara keseluruhan.

Metode

Kegiatan ini berupa penyuluhan untuk masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat Karawang mengenai COVID-19 dan tatalaksana pencegahannya. Kegiatan dilaksanakan secara online, dengan target masyarakat di wilayah Karawang, pada bulan April 2023. Metode yang akan digunakan adalah penyuluhan online kepada masyarakat. Langkah-langkah pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Pembagian akses card: Untuk memudahkan akses masyarakat, akan dilakukan pembagian akses carrd. Carrd ini akan memberikan akses langsung ke platform penyuluhan, seperti YouTube dan Google Forms.
2. Pengisian kuis: Masyarakat akan diminta untuk mengisi kuis melalui Google Forms. Kuis ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan masyarakat akan penyakit Covid-19.
3. Penayangan video edukasi: Melalui platform YouTube, akan disediakan video edukasi yang berisi informasi mengenai strategi preventif dalam menghadapi Covid-19, yaitu dengan menerapkan 3M (memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak). Anda dapat menonton video edukasi melalui tautan YouTube berikut: [Link YouTube: <https://youtu.be/T5Oz4whhJQ8>]
4. Informasi melalui platform blog: Selain video edukasi, informasi seputar Covid-19 juga akan disampaikan melalui platform blog.
5. Pengisian kuis kedua: Setelah penyuluhan dan penayangan video edukasi, masyarakat akan diminta untuk mengisi kuis kedua melalui Google Forms. Hal ini bertujuan untuk mengevaluasi pemahaman mereka setelah mengikuti kegiatan penyuluhan.
6. Kegiatan kuis: Kegiatan ini akan ditutup dengan kegiatan kuis yang akan melibatkan masyarakat. Tujuannya adalah untuk menguji pemahaman mereka terkait materi penyuluhan.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Penyuluhan

Hasil dan Pembahasan

Penyakit Covid-19 disebabkan oleh virus Corona varian baru. Penyakit ini memiliki tanda klinis seperti demam, batuk, pilek, letih, lesu, sakit tenggorokan, dan sesak napas. Cara mencegah penularan virus pebting diketahui masyarakat guna menghindari penyebaran yang lebih luas di Indonesia. Virus Corona menyebar melalui droplet atau tetesan cairan yang berasal dari batuk dan bersin seseorang yang terinfeksi. Selain itu, penularan juga dapat terjadi melalui kontak langsung, seperti berjabat tangan dengan seseorang yang terinfeksi, serta menyentuh benda atau permukaan yang terkontaminasi virus, yang kemudian setelahnya menyentuh mulut, hidung, atau mata tanpa mencuci tangan terlebih dahulu (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Penting bagi setiap individu untuk memahami pentingnya menjaga kebersihan dan menerapkan langkah-langkah pencegahan. Beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah penularan Covid-19 antara lain:

1. Memakai masker dengan benar: Saat berada di tempat publik atau berinteraksi dengan orang lain, gunakan masker yang menutupi hidung dan mulut.
2. Mencuci tangan secara rutin: Cucilah tangan dengan sabun dan air mengalir selama minimal 20 detik, terutama sebelum makan, setelah menggunakan toilet, atau setelah bersentuhan dengan benda yang banyak disentuh orang lain.
3. Menjaga jarak fisik: Usahakan menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain, terutama jika berada di kerumunan atau tempat umum.

4. Hindari menyentuh wajah: Usahakan untuk tidak menyentuh wajah, terutama mulut, hidung, dan mata sebelum mencuci tangan.
5. Hindari kerumunan dan aktivitas yang tidak perlu: Batasi kontak dengan orang lain dan hindari kerumunan, terutama di tempat-tempat yang rawan penularan.
6. Menjaga kebersihan lingkungan: Selalu membersihkan permukaan benda dan lingkungan sekitar dengan disinfektan yang sesuai.

Dalam menghadapi pandemi Covid-19, penting untuk menjalankan etika batuk yang benar guna mencegah penularan virus kepada orang lain. Beberapa etika batuk yang dapat dilakukan antara lain: (a) Menggunakan masker, jika seseorang sedang sakit atau mengalami gejala pernapasan, sangat penting untuk menggunakan masker agar tetesan cairan saat batuk atau bersin tidak menyebar ke udara dan menulari orang lain; (b) Menutup mulut dan hidung dengan lengan atas bagian dalam, jika tidak ada masker yang tersedia, pastikan untuk menutup mulut dan hidung menggunakan bagian dalam lengan atas saat batuk atau bersin. Hal ini membantu menahan tetesan cairan agar tidak langsung terlempar ke udara; (c) Menggunakan tisu, tisu dapat digunakan untuk menutup mulut dan hidung saat batuk atau bersin. Setelahnya, tisu dibuang ke tempat sampah tertutup dan diharuskan segera cuci tangan dengan sabun dan air mengalir.

Selain itu, masyarakat juga perlu melaksanakan langkah-langkah pencegahan Covid-19 di area publik, seperti dalam transportasi publik, institusi pendidikan, kegiatan keagamaan, dan pusat perbelanjaan. Dalam kegiatan yang dilaksanakan di Karawang, sebanyak 30 orang berpartisipasi. Berikut adalah hasil dari kegiatan Upaya Promotif dan Preventif yang dilakukan di masa pandemi Covid-19 di masyarakat Karawang:

Tabel 1. Hasil Kuisisioner Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Pernyataan	Sebelum		Sesudah		Hasil
	Jawaban Benar		Jawaban Benar		
	Benar	%	Benar	%	
Virus korona merupakan virus yang sama seperti virus flu biasa	17	56,7	25	83,3	Peningkatan
Flu, batuk, dan sakit tenggorokan merupakan gejala Covid-19	29	96,7	27	90	Penurunan
Orang yang dapat menularkan Covid-19 hanya orang yang memiliki gejala	17	56,7	27	93,1	Peningkatan
Mencuci tangan cukup dengan menggunakan air mengalir	21	70	28	93,3	Peningkatan

Kita dapat tertular Covid-19 apabila kita menjaga jarak ketika berada di luar rumah	26	86,7	26	86,7	Tetap
Memakai masker hanya untuk orang yang terinfeksi virus korona	26	86,7	29	96,7	Peningkatan
Saat memakai masker, baik itu masker medis maupun masker kain dapat dipakai berkali-kali	28	93,3	29	96,7	Peningkatan
Masker kain dapat dipakai selama 12 jam	14	46,7	9	30	Penurunan
Masker scuba dapat digunakan untuk mencegah diri dari virus korona	19	63,3	24	80	Peningkatan
Melepas masker apabila hendak berbicara	22	73,3	25	83,3	Peningkatan
Saat melepas masker, dilakukan dengan memegang bagian depan masker	22	73,3	28	93,3	Peningkatan
Ketika batuk atau bersin harus ditutup dengan tisu atau siku bagian dalam	30	100	29	96,7	Penurunan
Membersihkan diri setelah bepergian dapat dilakukan sebagai upaya preventif menghadapi Covid-19	30	100	30	100	Tetap
Stres dapat menurunkan sistem imun tubuh dan dapat meningkatkan resiko terinfeksi Covid-19	24	80	29	96,7	Peningkatan
Berjemur dapat membunuh virus korona	5	16,7	10	33,3	Peningkatan

Berdasarkan hasil yang diperoleh, terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat sebesar 10% setelah dilaksanakan penyuluhan. Dalam analisis data, terlihat bahwa terjadi penurunan presentase pada 3 pertanyaan, tetapi hasil presentase tetap pada 2 pertanyaan, dan terjadi peningkatan presentase pada 10 pertanyaan. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Covid-19 setelah mengikuti penyuluhan. Pelaksanaan seminar online, terutama dalam bentuk webinar yang diselenggarakan secara synchronous (Gambar 2), terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan terutama pada pelajar. Namun, perlu diakui bahwa terdapat kendala seperti jaringan internet dan geografi yang dapat menjadi hambatan dalam mengikuti webinar bagi masyarakat umum (Ebner & Gegenfurtner, 2019; Mohalik & Poddar, 2020). Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih lanjut dalam memberikan materi kepada masyarakat



Gambar 2. Video Penyuluhan

Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah dengan melibatkan pendekatan tatap muka langsung. Dengan cara ini, materi penyuluhan dapat disampaikan secara langsung kepada masyarakat, memungkinkan interaksi langsung antara fasilitator dan peserta, serta memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya langsung. Pendekatan tatap muka juga dapat membantu mengatasi kendala jaringan internet yang mungkin dialami oleh sebagian masyarakat. Selain itu, pendampingan juga dapat menjadi alternatif dalam memberikan materi kepada masyarakat. Dalam pendekatan ini, seorang pendamping dapat bekerja sama dengan masyarakat untuk memberikan informasi dan pengetahuan tentang Covid-19 secara personal. Pendampingan dapat dilakukan melalui kunjungan rumah, pertemuan kelompok kecil, atau melalui media komunikasi seperti telepon atau pesan teks.

Dengan melakukan pendekatan lebih lanjut seperti pendekatan tatap muka langsung atau pendampingan, diharapkan pengetahuan masyarakat tentang Covid-19 dapat terus ditingkatkan. Hal ini akan membantu dalam melawan pandemi dan memastikan bahwa masyarakat dapat mengambil langkah-langkah pencegahan yang tepat untuk melindungi diri mereka sendiri dan orang lain dari penyebaran virus.

Simpulan dan rekomendasi

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat Karawang mengenai Covid-19. Sebelum penyuluhan dilakukan, hasil kuisisioner menunjukkan pengetahuan masyarakat sebesar 73,3%. Namun, setelah penyuluhan dilakukan, hasil kuisisioner

menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat menjadi 83,3%. Dengan demikian, terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 10%, menunjukkan bahwa penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat Karawang. Hal ini penting untuk mendorong masyarakat agar semakin meningkatkan kesadaran dalam menerapkan protokol kesehatan dan membantu memutus rantai penularan Covid-19. Dalam hal pelaksanaan, disarankan agar kegiatan penyuluhan dapat dilakukan secara langsung melalui forum tatap muka untuk memastikan penyampaian materi yang lebih efektif kepada masyarakat

Daftar Pustaka

- Ebner, C., & Gegenfurtner, A. 2019. Learning and Satisfaction in Webinar, Online, and Face-to-Face Instruction: A Meta-Analysis. *Frontiers in Education*, 4(September), 1–11. <https://doi.org/10.3389/educ.2019.00092>
- Kemendes RI. 2020. KMK Nomor Hk.01.07/Mendes/328/2020 Tentang Panduan Pencegahan Dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) Di Tempat Kerja. *Menteri Kesehatan Republik Indonesia*, 2019, 1–39.
- Kemendes . 2021. Cara cegah penularan Covid-19 di masyarakat. Tersedia Online <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20200331/5133667/cara-cegah-penularan-covid-19-masyarakat/>
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MenKes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19). *MenKes/413/2020*, 2019, 207.
- Mathad, V., & Shetty, A. (2022). Impact of COVID 19 webinar on knowledge, attitude and practices among Indian population- A community based study. *Clinical epidemiology and global health*, 13, 100919. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2021.100919>
- Mohalik, R., & Poddar, S. 2020. Effectiveness of Webinars and Online Workshops during the COVID-19 Pandemic. *SSRN Electronic Journal*, April. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3691590>
- Mona, N. 2020. Konsep Isolasi Dalam Jaringan Sosial Untuk Meminimalisasi Efek Contagious (Kasus Penyebaran Virus Corona Di Indonesia). *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 2(2). <https://doi.org/10.7454/jsht.v2i2.86>
- Pinasrsih, R., Rusmini, H., Rahmah, A., Manulang, C., Febrianti, F., Febriyantara, R., Yuniar, T., & Anisa, Z. (2022). Webinar Mengenai Pentingnya Vaksinasi Covid-19 di Masyarakat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(5), 1436-1442. doi:<https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i5.5800>.
- Pratama, Y. Y., Putri, T. E., Mohamad, S.W., Hartanti, R. W., Sunarti, S., & Solikhah, S. (2022). Increasing Knowledge about Covid-19 Vaccination in the Community through the Prodomat Webinar. *J. Pengabdian Masyarakat dalam Kesehatan*.4(1).9-16. Doi: 10.20473/jpmk.v4i1.29937
- Satgas Covid-19 Karawang . 2023. Covid-19 Kab. Karawang. Dashboard kasus Covid-19 Kabupaten Karawang. [internet]. Situs Covid-19 Kab. Karawang. Tersedia Online : <https://covid19.karawangkab.go.id/data/>