

PENGENDALIAN PENYEBARAN COVID-19 DENGAN 5M DI DESA PACANGAN, KECAMATAN TRAGAH, KABUPATEN BANGKALAN

CONTROLLING THE SPREAD OF COVID-19 WITH 5M IN PACANGAN, TRAGAH, BANGKALAN REGENCY

Irma Maya Puspita

Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surabaya

email: irmamayapuspita@gmail.com

ABSTRAK

Corona Virus Disease 2019 atau biasa disebut COVID-19 telah menjangkit lebih dari 190 negara, salah satunya adalah Indonesia. Kabupaten Bangkalan merupakan salah satu kabupaten dengan angka kejadian terkonfirmasi dan angka kematian yang cukup tinggi. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan sosialisasi kepada masyarakat tentang penerapan protokol kesehatan 5M sebagai upaya pengendalian penyebaran COVID-19. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan sosialisasi pencegahan penyebaran COVID-19 kepada masyarakat dilanjutkan dengan praktik penerapan 5M dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada bulan Agustus 2021 di Desa Pacangan, Kecamatan Tragah, Kabupaten Bangkalan. Kegiatan ini dilakukan dengan beberapa tahapan, yaitu membagikan angket/ kuisisioner penerapan 5M, memberikan edukasi/ informasi terkait 5M dan manfaatnya, memberikan contoh penerapan 5M dalam kehidupan sehari-hari, membagikan angket/ kuisisioner setelah dilakukan sosialisasi, merekap hasil kuisisioner sebelum dan sesudah sosialisasi. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang 5M dan meningkatnya kemauan dan ketrampilan masyarakat untuk menerapkan 5M dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci : Covid-19, Pengetahuan, Protokol Kesehatan, 5M

ABSTRACT

Corona Virus Disease 2019 or commonly called COVID-19 has infected more than 190 countries, one of which is Indonesia. Bangkalan Regency is one of the districts with a high number of confirmed events and high mortality rates. Therefore, socialization activities are needed to the public regarding the implementation of the 5M health protocol as an effort to control the spread of COVID-19. This community service activity is carried out by socializing the prevention of the spread of COVID-19 to the community, followed by the practice of implementing 5M in daily life. This community service activity was carried out in August 2021 in Pacangan Village, Tragah District, Bangkalan Regency. This activity was carried out in several stages, namely distributing questionnaires/questionnaires on 5M implementation, providing education/information related to 5M and its benefits, providing examples of 5M implementation in daily life, distributing questionnaires/questionnaires after socialization, and recapitulating the results of questionnaires before and after socialization. The results of this activity indicate that there is an increase in community knowledge about 5M and an increase in the willingness and skills of the community to apply 5M in daily life.

Keywords: Covid-19, Knowledge, Health Protocol, 5M

PENDAHULUAN

Corona Virus Disease 2019 atau biasa disebut COVID-19 telah menjangkit berbagai negara di dunia, salah satunya adalah Indonesia. Di Indonesia, jumlah pasien terkonfirmasi COVID-19 tergolong tinggi, dengan angka

kematian yang tinggi juga. Wabah ini pertama kali muncul di Indonesia pada 2 Maret 2020 (Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat, Bappenas, dan FKM UI, 2021).

Kemkes RI (2020), menjelaskan bahwa virus ini dapat menyebabkan penyakit dengan

gejala ringan sampai berat pada manusia dan hewan, seperti batuk atau pilek dan penyakit serius seperti MERS (*Middle East Respiratory Syndrome*) dan SARS (*Severe Acute Respiratory Syndrome*) yang dapat menyerang sistem pernapasan pada manusia. Berbagai langkah cepat telah dilakukan oleh pemerintah sebagai upaya mencegah penyebaran dan penularan virus ini, seperti himbauan untuk menjaga jarak, mencuci tangan dengan sabun sesering mungkin, memakai masker, dan tinggal di rumah (Kemkes RI, 2020; Pratiwi, 2020).

Penularan COVID-19 dapat melalui kontak langsung dengan percikan dahak dari orang yang terinfeksi (melalui batuk dan bersin bahkan berbicara). Kontak erat dengan penderita yang menunjukkan gejala-gejala gangguan pernapasan memiliki risiko terpapar percikan. Selain itu percikan juga dapat jatuh pada permukaan benda dan virus dapat bertahan aktif, sehingga jika benda tersebut dipegang oleh orang lain dapat menjadi sumber penularan (WHO, 2021).

Pemerintah membuat kebijakan dari penerapan 3M, yaitu memakai masker, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, dan menjaga jarak kemudian menggantinya dengan 5M untuk mencegah penyebaran virus corona, yaitu menghindari kerumunan, dan mengurangi atau meminimalisir mobilitas (Kemkes RI, 2020).

Pemakaian masker diharapkan dapat mencegah terjadinya droplet atau percikan dari orang yang terkonfirmasi. Percikan yang mengandung virus dari orang yg terpapar juga dapat masuk ke tubuh manusia lain melalui tangan yang menyentuh muka, mulut, hidung ataupun mata. Oleh karena itu penting sering melakukan cuci tangan dengan sabun dan air mengalir (Ruspita, 2021).

Menjaga jarak \pm 2meter diharapkan dapat mencegah terjadinya penularan karena droplet dapat langsung terhirup oleh orang lain yang

berada dalam jarak kurang dari 1 meter (Wang, 2020).

Menghindari kerumunan atau keramaian dan meminimalisir mobilitas dapat mencegah terjadinya kontak langsung penderita dengan orang sehat, mengingat tidak sedikit orang yang tidak bergejala meskipun sedang terpapar COVID-19 dan tetap dapat menularkan ke orang lain (Kemkes RI, 2021).

Bangkalan merupakan salah satu kabupaten dengan angka terkonfirmasi COVID-19 yang cukup tinggi di Jawa Timur, terjadi lonjakan kasus pada bulan Juni - Juli 2021. Data *update* tanggal 06 Juni 2021, menyatakan bahwa dalam sepekan terakhir kasus Covid-19 di Bangkalan bertambah 56 orang dengan kematian lima orang. Sebanyak 25 kasus baru dengan dua kematian terjadi dalam sehari terakhir.

Kabupaten Bangkalan memiliki 18 kecamatan, Salah satunya adalah kecamatan Tragah, angka terkonfirmasi positif di Tragah tergolong sedang (118) kasus pada tanggal 6 September 2021. Angka terkonfirmasi di Kabupaten Bangkalan sebanyak 6102, *update* data 6 September 2021 (Pemkab Bangkalan, 2021).

Saat ini tidak banyak kasus baru di Kabupaten Bangkalan, untuk tetap menjaga supaya tidak terjadi lonjakan kasus maka perlu dilakukan pengendalian penyebaran COVID-19 dengan 5M.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan sosialisasi pencegahan penyebaran COVID-19 kepada masyarakat dilanjutkan dengan praktik penerapan 5M dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada bulan Agustus 2021 di Desa Pacangan, Kecamatan Tragah, Kabupaten Bangkalan. Kegiatan ini dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu perijinan kepada kepala

desa, perencanaan kegiatan, kontrak waktu dengan masyarakat, pelaksanaan kegiatan (secara berkala atau terjadwal pada beberapa kali pertemuan supaya tidak menimbulkan kerumunan), dan diakhiri dengan evaluasi.

Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat dilakukan dengan beberapa tahapan, sebagai berikut :

- 1) Membagikan angket/ kuisioner penerapan 5M dalam kehidupan sehari-hari.
- 2) Memberikan edukasi/ informasi terkait 5M dan manfaatnya.
- 3) Memberikan contoh penerapan 5M dalam kehidupan sehari-hari, yaitu pertama membagikan masker secara gratis dan mengajari cara pemakaian masker dengan benar, kedua mengajari cara mencuci tangan dengan sabun dan air sesuai standar WHO, ketiga memberi contoh untuk menjaga jarak dan menjelaskan tujuannya, keempat menginformasikan menghindari kerumunan dan tujuannya, kelima menganjurkan untuk mengurangi atau meminimalisir mobilitas untuk hal atau kegiatan yang tidak urgent.
- 4) Membagikan angket/ kuisioner setelah dilakukan sosialisasi.
- 5) Merekap hasil kuisioner sebelum dan sesudah sosialisasi.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diakhiri dengan evaluasi kegiatan untuk mengetahui kekurangan selama proses pelaksanaan, sehingga dapat dilakukan perbaikan pada kegiatan selanjutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Prosentase
Usia (tahun)		
12 – 20	7	18
21 – 30	8	21
31 – 40	8	21
41 – 50	9	23
>50	7	18
Tingkat Pendidikan		
Pendidikan Dasar	10	26

Pendidikan Menengah Pertama	16	41
Pendidikan Menengah Atas	10	26
Pendidikan Tinggi	3	8
Status Pekerjaan		
Belum Bekerja	8	21
Tidak Bekerja	13	33
Bekerja	18	46
Total	39	100

Usia responden dalam pengabdian masyarakat ini terdiri dari beberapa kelompok umur, responden paling banyak berasal dari kelompok umur 41 – 50 tahun yaitu 9 orang (23%).

Tingkat pendidikan paling banyak dalam responden ini adalah memiliki Pendidikan Menengah Pertama yaitu sebanyak 16 orang (41%).

Responden yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini paling banyak memiliki status pekerjaan “bekerja” yaitu sebanyak 18 orang (46%).

Tabel 2. Penerapan 5M sebelum sosialisasi

Keterangan	Ya		Tidak	
	Σ	%	Σ	%
Memakai masker	9	23	30	77
Mencuci tangan	10	26	29	74
Menjaga jarak	5	13	34	87
Menghindari kerumunan	5	13	34	87
Mengurangi mobilitas	6	15	33	85

Tabel 3. Penerapan 5M setelah sosialisasi

Keterangan	Ya		Tidak	
	Σ	%	Σ	%
Memakai masker	31	79	8	21

Mencuci tangan	32	82	7	18
Menjaga jarak	28	72	11	28
Menghindari kerumunan	26	67	13	33
Mengurangi mobilitas	20	51	19	49

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa terdapat perubahan kebiasaan atau penerapan 5M sebelum dan sesudah sosialisasi.

Kegiatan pengendalian penyebaran COVID-19 dengan 5M di Desa Pacangan, memberikan hasil sebagai berikut :

- 1) Meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang 5M.
- 2) Meningkatnya kemauan dan ketrampilan masyarakat untuk menerapkan 5M dalam kehidupan sehari-hari.

Sosialisasi pencegahan penyebaran virus corona dapat dilakukan oleh semua pihak, baik dari pemerintah maupun warga dalam suatu wilayah, dari segala jenis usia, baik tua maupun muda. Sosialisasi penting dilakukan dengan tujuan memberikan informasi kepada masyarakat, dari yang tidak tahu menjadi tahu.

Pengetahuan adalah prasyarat untuk membentuk sikap positif, yang mempengaruhi keefektifan strategi dan perilaku masyarakat. Pengetahuan secara langsung mempengaruhi sikap. Persepsi masyarakat yang baik dalam menghadapi pandemi Covid-19, memberikan pola pikir yang baik pada masyarakat, yang akhirnya dapat membentuk sikap positif. WHO menyarankan untuk menghindari tempat ramai, kecuali jika sangat terpaksa. Menghindari tempat ramai dapat melindungi diri sendiri dan orang lain dari ancaman penularan virus Covid-19 (Fasya, 2021).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam upaya pengendalian penyebaran

COVID-19 dengan sosialisasi dan praktik penerapan 5M dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan masyarakat dalam menerapkan protokol kesehatan di Desa Pacangan, Kecamatan Tragah, Kabupaten Bangkalan.

DAFTAR PUSTAKA

- Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat, Kedepatian pembangunan Manusia, Masyarakat dan Kebudayaan, Kementrian PPN/ Bappenas, *Proyeksi COVID-19 di Indonesia*, Jakarta
- Fasya, AHZ, 2020, *Perilaku Masyarakat dalam Menghadapi COVID-19*. Tersedia: [Perilaku Masyarakat dalam Menghadapi Covid-19 \(duta.co\)](https://duta.co). [Diakses: 10 September 2021].
- Kemkes RI, 2020, *Pertanyaan dan Jawaban terkait COVID-19 Kementerian Kesehatan*, 04 Maret 2020. Tersedia: <https://www.kemkes.go.id/article/view/20030400008/FAQ-Coronavirus.html> [Diakses : 05 September 2021].
- Kemkes RI, 2021, *5 M di Masa Pandemi Covid-19 di Indonesia*. Tersedia: <http://www.padk.kemkes.go.id/article/read/2021/02/01/46/5-m-dimasa-pandemi-covid-19-di-indonesia.html> [Diakses: 6 September 2021]
- Pemkab Bangkalan, 2021, *Update Kasus Covid-19 di Kabupaten Bangkalan*, [Diakses: 6 September 2021]. Tersedia: [Website Resmi Pemerintah Kabupaten Bangkalan \(bangkalankab.go.id\)](http://bangkalankab.go.id)
- Pratiwi, AD, 2020, 'Gambaran Penggunaan Masker di Masa Pandemi COVID-19 pada Masyarakat di Kabupaten Muna', *Prosiding Seminar Nasional Problematika Sosial Pandemi COVID-19*, pp. 52-57. Available from: <https://www.ojs.literacyinstitute.org/inde>

[x.php/prosiding-covid19/article/view/33](https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JP_MK/article/view/33).

[10 September 2021]

Ruspita, M, Rosiana, H, 2021, 'Upaya Pengendalian dan Pencegahan COVID-19 dengan Pemberdayaan Kader Posyandu Balita melalui Edukasi Protokol Kesehatan di Kelurahan Ngilir Kabupaten Kendal', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, Vol. 3, No. 2, pp. 18-24. Available from: https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JP_MK/article/view/7856. [09 September 2021]

Wang, et al, 2020, 'A novel coronavirus outbreak of global health concern', *The Lancet*, 6736(20), pp.1-4. Available from:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7135038/>. [12 September 2021]

WHO, 2021, *Pertanyaan dan jawaban: Bagaimana COVID-19 ditularkan?* Tersedia:

<https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa/qa-how-is-covid-19-transmitted> [Diakses: 10 Setember 2021].

DOKUMENTASI



Gambar 1. Mengajari Cara Cuci Tangan Dengan Benar.



Gambar 2. Mengajak Warga Untuk Tetap Memakai Masker Saat Beraktivitas Dan Bertemu Dengan Orang Lain.