

Sosialisasi Protokol Kesehatan COVID-19 dan Pemberian Multivitamin di SD Inpres Lakat Kabupaten TTS

Barbara Azalya Sarifudin*¹, Nur Oktavia², Magi Melia Tanggu Rame³, Yohana Krisosotoma Anduk Mbulang⁴, Cahyani Purnasari⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Sarjana Farmasi, Universitas Citra Bangsa, Kupang, Indonesia

*e-mail: barbaraazalya34@gmail.com¹, oktavia.nur65@gmail.com², maggie13melialia@gmail.com³,
ayepa92@gmail.com⁴, cahyanimoonny@gmail.com⁵

Abstrak

Penyakit infeksi COVID-19 merupakan masalah kesehatan yang menimbulkan kekhawatiran di seluruh dunia termasuk Indonesia. COVID-19 menulari manusia saat orang yang positif COVID-19 bersin atau batuk akan mengeluarkan tetesan atau partikel mengandung virus, yang dapat menular baik secara kontak langsung atau tidak langsung. Penyebaran COVID-19 mengubah kehidupan sosial masyarakat, maka untuk memutus mata rantai penularan COVID-19 dibutuhkan peran aktif masyarakat. Pencegahan dan pengendalian COVID-19 di masyarakat dapat ditingkatkan dengan sosialisasi dan edukasi penggunaan masker yang baik dan benar, protokol kesehatan, yakni cara mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar, serta konsumsi vitamin tambahan. Karena itu dilakukanlah kegiatan sosialisasi ini untuk membantu masyarakat Desa Lakat, khususnya siswa SD Inpres Lakat, untuk mendapatkan pengetahuan untuk mencegah dan mengendalikan COVID-19 dengan mempraktikkan perilaku hidup bersih, konsumsi makanan bergizi selama masa pandemi, serta memberikan multivitamin tambahan kepada para siswa. Pelaksanaan dilakukan dalam bentuk ceramah, demonstrasi, pembagian leaflet, masker dan multivitamin. Kegiatan berjalan lancar dan berhasil, terukur dari empat komponen, yaitu target jumlah peserta, tujuan sosialisasi, target sosialisasi dan kemampuan penguasaan materi peserta. Hasilnya siswa SD Inpres Lakat mengetahui pentingnya protokol kesehatan di masa pandemi COVID-19 melalui praktik cara penggunaan masker, cara mencuci tangan dan etika batuk serta menjaga sistem imun dengan mengonsumsi multivitamin.

Kata kunci: Asupan Multivitamin, COVID-19, Protokol Kesehatan, Sosialisasi Proses

Abstract

The COVID-19 infection disease is a worldwide health problem, including in Indonesia. COVID-19 infects humans when an infected person sneezes or coughs, releasing droplets or particles containing the virus, transmitted by direct or indirect contact. COVID-19 has changed social lives. Communities need to play an active role in breaking the transmission. Improving the prevention and control of COVID-19 in public is performed through education on the correct use of masks, health protocols (such as proper handwashing and cough etiquette), also distribution of multivitamins and facemasks. Therefore, to help the Lakat village community, especially the Lakat Inpres Elementary School students, gain knowledge about the prevention and control of COVID-19, we conducted an educational activity about the importance of clean living and nutritious food during the pandemic. This activity performed through socialization, demonstrations, distribution of leaflets, masks, and multivitamins. This project is a success based on four components, the target number of participants, the goals and target of the socialization, and the ability of the participants to master the material. Result, Inpres Lakat Elementary School students know the importance of health protocols during the COVID-19 pandemic through using facemasks, washing hands, cough etiquette, and taking multivitamins to boost the immune system.

Keywords: COVID-19, Health Protocol, Health Protocol Socialization, Multivitamins

1. PENDAHULUAN

Pada akhir tahun 2019 tepatnya bulan Desember mulai masuk sebuah kasus yang dikenal sebagai *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19). COVID 19 pertama kali terjadi di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China yang menyebar sangat cepat sehingga hampir 190 negara terserang (Alabsi, 2020). Penyakit infeksi COVID-19 menimbulkan kekhawatiran dan merupakan masalah kesehatan masyarakat di dunia termasuk Indonesia (Kemenkes, 2021). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tanggal 31 Januari hingga 6 Februari 2022, jumlah kematian

baru meningkat sebesar 7%. Di enam wilayah WHO, lebih dari 19 juta kasus baru dan sebanyak 68.000 kasus kematian baru dilaporkan. Pada tanggal 6 Februari 2022, lebih dari 392 juta kasus yang dikonfirmasi dan lebih dari 5,7 juta kematian telah dilaporkan secara global (WHO, 2022). Data satuan tugas penanganan (Satgas) COVID-19 di Indonesia tanggal 7 Februari 2022, jumlah kasus pasien COVID-19 4.542.601 terkonfirmasi positif dengan 144.636 kasus kematian. Nusa Tenggara Timur (NTT) merupakan provinsi dengan jumlah kasus pasien COVID-19 sebanyak 64.909 terkonfirmasi positif dan 1.353 kasus kematian (BNPB, 2022).

COVID-19 merupakan penyakit infeksi yang menyebar dengan cepat terutama dari orang ke orang melalui tetesan droplet secara kontak langsung atau tidak langsung. Gejala COVID-19 muncul bervariasi mulai dari demam, batuk, nyeri tenggorokan, malaise, sakit kepala, nyeri otot, mual, muntah dan hilang indra perasa (NIH, 2022). COVID-19 mempengaruhi kehidupan sosial individu karena banyak sekolah, perguruan tinggi, universitas, *pub, restaurant, cafe*, dan sebagainya telah ditutup. Banyak *festival*, upacara keagamaan dan acara sosial tiba-tiba dibatalkan atau ditunda (Zhong, 2020). Sehingga masyarakat memiliki peran penting dalam memutus mata rantai penularan COVID-19 agar tidak menimbulkan sumber penularan baru. Prinsip pencegahan dan pengendalian COVID-19 di masyarakat dilakukan dengan membersihkan tangan secara teratur dengan cuci tangan pakai sabun dan air mengalir atau menggunakan cairan antiseptik berbasis alkohol (*handsanitizer*), menggunakan alat pelindung diri berupa masker yang menutupi hidung dan mulut, menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain, membatasi diri terhadap interaksi atau kontak dengan orang lain, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan anggota keluarga di rumah serta menerapkan etika batuk dan bersin.

Upaya pencegahan lain yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan ketahanan masyarakat, melalui kesehatan tubuh perorangan. Daya tahan tubuh dapat dijaga dan ditingkatkan, utamanya melalui kebiasaan hidup sehat antara lain menjaga kebersihan, asupan nutrisi yang baik, ditambah dengan penggunaan suplemen kesehatan (Kemenkes, 2020). Mengonsumsi makanan kaya vitamin dan mineral dapat membantu kita untuk tetap sehat melawan virus dan bakteri pembawa penyakit (Butler, 2020). Suplemen kesehatan mengandung bahan-bahan mikronutrien berupa mineral dan vitamin yang diperlukan sebagai nutrisi esensial bagi tubuh. Kurang memadainya asupan mikronutrien dapat mengganggu respon imun nonspesifik dan spesifik saat tubuh menghadapi virus atau bakteri. Hal tersebut dapat menimbulkan kerentanan terhadap infeksi yang akan meningkatkan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (Kemenkes, 2020). Berdasarkan latar belakang di atas, kami tergerak untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat yakni Sosialisasi Protokol Kesehatan Pada Masa Pandemi COVID-19 dan Pemberian Multivitamin Di SD Inpres Lakat Kabupaten TTS karena kegiatan tersebut belum pernah dilaksanakan. Diharapkan agar kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat bermanfaat dalam bidang kesehatan dan masyarakat terutama bagi anak-anak sekolah dasar di Kecamatan Kuantana Kabupaten TTS.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat “Sosialisasi Protokol Kesehatan COVID-19 dan Pemberian Multivitamin di SD Inpres Lakat Kabupaten TTS” dilaksanakan pada tanggal 12 Februari 2021 di SD Inpres Lakat, Desa Lakat, Kecamatan Kuantana, Kabupaten Timor Tengah Selatan (TTS). Peralatan yang digunakan dalam kegiatan ini antara lain spanduk berisi tema kegiatan, *leaflet* atau selebaran, sabun cuci tangan, masker sebagai media sosialisasi protokol kesehatan di masa pandemi COVID-19 dan pembagian masker. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yakni pembagian masker dan demonstrasi cara menggunakan masker yang baik dan benar, sosialisasi protokol kesehatan terkait COVID-19 dengan bantuan *leaflet*, demonstrasi cara mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar serta pembagian multivitamin secara langsung kepada siswa SDI Lakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Siswa di sekolah dasar perlu mendapat perhatian dan kehati-hatian dalam pelaksanaan kondisi *new normal* di masa pandemi COVID-19 ini. Hal ini disebabkan usia siswa sekolah dasar masih dalam kategori kanak-kanak. Usia kanak-kanak rentan terhadap penyakit karena memiliki sistem imun tubuh yang masih belum kuat dibandingkan orang dewasa. Karena itu dibutuhkan bimbingan secara langsung dari guru, diberikan pemahaman dan pembiasaan terkait penerapan protokol kesehatan (Aswat, 2021).

Kegiatan diawali dengan pembagian masker dan mengajarkan cara penggunaan masker yang baik dan benar (Gambar 1). Kegiatan selanjutnya adalah sosialisasi protokol kesehatan tentang tanda, gejala dan penyebab COVID-19 sehingga dapat menambah wawasan anak sekolah di SD Inpres Lakat (Gambar 2). Seluruh siswa juga diajarkan cara mencuci tangan (Gambar 3) dan etika batuk yang baik dan benar (Gambar 4). Kegiatan selanjutnya adalah memberikan multivitamin secara langsung kepada siswa SDI Lakat sebagai upaya untuk menjaga daya tahan tubuh dalam masa pandemi COVID-19 (Gambar 5).

Kegiatan PKM bertujuan memberikan informasi tentang COVID-19 dan cara mencegah penularannya. Informasi tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesadaran para siswa dan juga guru SDI Lakat terkait pentingnya protokol kesehatan di masa pandemi COVID-19. Dari kegiatan ini diharapkan agar para siswa dan guru dapat menjadi agen penyebar informasi tentang protokol Kesehatan selama pandemi kepada keluarga dan masyarakat sekitar. Informasi yang disebarakan dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat terkait pentingnya protokol kesehatan di masa pandemi COVID-19. Keberhasilan dari pelaksanaan kegiatan PKM secara garis besar dapat dilihat berdasarkan komponen keberhasilan target jumlah peserta sosialisasi dapat dikatakan sangat baik, seluruh siswa yang diundang hampir seluruhnya datang sekitar 95%.

Komponen ketercapaian tujuan sosialisasi dapat dikatakan baik (95%), ada peningkatan pengetahuan dari siswa tentang sosialisasi dan edukasi protokol kesehatan yakni penggunaan masker yang baik dan benar, cara mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar. Sehingga siswa sudah paham dan mengetahui bagaimana cara menggunakan masker, mencuci tangan yang benar dan etika batuk di tempat umum serta memahami pentingnya pemberian multivitamin dalam masa pandemi COVID-19 untuk menjaga daya tahan tubuh. Komponen Ketercapaian target materi sosialisasi dan pemberian multivitamin yang telah direncanakan dapat dikatakan baik (95%). Semua materi sosialisasi dapat disampaikan oleh tim dosen dengan waktu yang terbatas (15-30 menit).

Materi yang telah disampaikan antara lain sosialisasi cara penggunaan masker yang baik dan benar, sosialisasi tentang bahaya COVID-19 dan cara memutus mata rantai pandemi tersebut, cara mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar serta pemberian multivitamin untuk siswa di SD Inpres Lakat. Semua materi tersebut dapat disampaikan oleh tim PKM dengan waktu yang sudah ditentukan. Komponen kemampuan peserta dalam penguasaan materi dapat dikatakan baik (95%). Hal ini diketahui dari hasil tanya jawab secara lisan kepada siswa SD Inpres Lakat dan kemampuan siswa untuk mempraktekkan kembali materi yang telah dipaparkan (Gambar. 2). Penyampaian materi dengan metode ceramah, demonstrasi dan pembagian *leaflet* mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan oleh tim pengabdian (Kemdikbud, 2022). Secara keseluruhan kegiatan Sosialisasi Protokol Kesehatan COVID-19 dan Pemberian Multivitamin di SD Inpres Lakat, Kecamatan Kuantana, Kabupaten TTS, dapat dikatakan baik dan berhasil, yang dapat diukur dari keempat komponen di atas.



Gambar 1. Pembagian masker dan sosialisasi cara penggunaan masker yang baik dan benar



Gambar 2. Sosialisasi dan edukasi



Gambar 3. Demonstrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar oleh dosen UCB kepada siswa SD Inpres Lakat



Gambar 4. Demonstrasi etika batuk yang baik dan benar oleh dosen UCB



Gambar 5. Pemberian dan pembagian multivitamin kepada siswa SD Inpres Lakat

4. KESIMPULAN

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa siswa SD Inpres Lakat telah mengetahui pentingnya protokol Kesehatan di masa pandemi COVID-19. Hal ini berdasarkan kemampuan siswa dalam mempraktekkan cara penggunaan masker yang baik dan benar, cara mencuci tangan dan etika batuk yang baik dan benar. Siswa SD Inpres Lakat juga mengetahui cara menjaga sistem imun dengan mengkonsumsi multivitamin. Diharapkan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang bertema Sosialisasi Protokol Kesehatan COVID-19 dan Pemberian Multivitamin di SD Inpres Lakat Kabupaten TTS dapat dilakukan secara rutin atau berkala agar pemahaman siswa semakin bertambah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Kepala Sekolah dan guru-guru SDI Lakat Kabupaten TTS yang telah bersedia membantu dan mendukung berjalannya kegiatan PKM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alabsi M. 2020. Epidemiology, Clinical Manifestation, and Characteristic of Coronavirus Covid-19 in Palestine and Regional Areas. *Journal of Infectious Diseases & Case Reports*. Volume 2(2): 1-6
- Aswat H, Sari E. R, Onde. M. L. O, *et al.* 2021. Sosialisasi dan Penguatan Edukasi pada Siswa Terkait Penerapan Protokol Kesehatan di SDN 1 Masiri, demi Terciptanya Situasi Kondusif di Era New Normal. *Jurnal Abdidas*. Vol: 2. No. 3: Hal. 521-529.
- BNPB. *Info Grafis Updated Penanganan Bencana COVID-19 di Indonesia 2022*. Dipublikasikan online tanggal 7 Februari 2022.
- Butler L, Nakanishi T, Mooser V, *et al.* 2020. Vitamin D and Covid-19 Susceptibility and Severity: a Mendelian Randomization Study. *MedRxiv*. Dipublikasikan online 2020:1-18.
- National Institute of Health*. 2022. *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Treatment Guidelines. published 4 February 2022*
- Republik Indonesia. 2021. *Panduan Pelaksanaan Pemeriksaan, Pelacakan, Karantina, dan Isolasi Dalam Rangka Percepatan Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease (COVID-19)*. Kementerian Kesehatan RI: hal. 1-31.
- Republik Indonesia. 2021. *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian COVID-19*. Kementerian Kesehatan. Hal:1-214.
- Republik Indonesia. 2022. *Program Kreativitas Mahasiswa Petunjuk Teknis Pengabdian Kepada Masyarakat*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Hal: 1-36
- World Health Organization*. 2022. *COVID-19 Weekly Epidemiological Update. Edition 78, published 8 February 2022*.
- Zhong B, Luo W, Li H, *et al.* 2020. Knowledge , attitudes , and practices towards COVID-19 among Chinese residents during the rapid rise period of the COVID-19 outbreak : a quick online cross-sectional survey. *Int J Biol Sci*. Vol :16

Halaman Ini Dikосongkan