

EDUKASI PENCEGAHAN PENULARAN VIRUS CORONA KEPADA ANAK-ANAK DENGAN GERAKAN 3M

Rika Yuni Ambarsari¹, Luncana Faidhoh Sasmito²

Universitas Tunas Pembangunan

Rikaambarsari602@gmail.com

Abstract

The COVID-19 pandemic that has spread around the world has made many changes to occur in all organisms in the city, including children who are vulnerable to exposure to and contracting COVID-19. Health protocols were quickly implemented to break the chain of the spread of COVID-19 such as health campaigns, use of protective attributes, and sudden distance learning that must be applied to every school. The widespread spread of COVID-19 in Indonesia affects all children in Indonesia. The purpose of this activity is to resolve (change) problems immediately, increase understanding to children about the corona virus, increase the ability to prevent the spread of Covid 19, increase the ability not to transmit to families. With the 3M movement, it is an effort by the Government to prevent the transmission of the corona virus so that it does not easily spread, especially children who are very clear about the dangers of the corona virus.

Keyword : corona virus, children, 3M movement

Abstrak

Pandemi COVID-19 yang merebak di seluruh dunia telah membuat banyak perubahan terjadi pada seluruh organisme di dalam kota, termasuk anak-anak yang merupakan golongan rentan terpapar dan tertular COVID-19. Protokol kesehatan secara cepat diterapkan untuk memutus rantai penyebaran COVID-19 seperti kampanye kesehatan, penggunaan atribut pelindung, serta pembelajaran jarak jauh yang secara mendadak harus diterapkan pada setiap sekolah. Meluasnya penyebaran COVID-19 di Indonesia berdampak terhadap semua anak-anak di Indonesia. Tujuan dari kegiatan ini adalah resolusi (perubahan) permasalahan dengan segera, meningkatkan pemahaman kepada anak-anak tentang virus corona, meningkatkan kemampuan untuk pencegahan terjangkitnya covid 19, meningkatkan kemampuan agar tidak menularkan kepada keluarga. Dengan gerakan 3M merupakan upaya dari Pemerintah untuk mencegah penularan virus corona agar tidak mudah menyebar khususnya anak-anak yang jurang begitu paham tentang bahaya dari virus corona.

Kata Kunci: virus corona, anak-anak, gerakan 3M

Submitted: 2020-12-12

Revised: 2020-12-29

Accepted: 2021-01-20

PENDAHULUAN

Virus Corona merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Pada manusia biasanya menyebabkan penyakit infeksi saluran pernapasan, mulai flu biasa hingga penyakit yang serius seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Sindrom Pernafasan Akut Berat/ Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Corona virus jenis baru yang ditemukan pada manusia sejak kejadian luar biasa muncul di Wuhan Cina, pada Desember 2019, kemudian diberi nama Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-COV2); kemudian menjadi 2019-nCoV, dan menyebabkan penyakit yang oleh WHO diistilahkan Coronavirus Disease-2019 (COVID-19). Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) adalah dua contoh lain dari coronavirus yang berasal dari hewan dan kemudian menyebar ke manusia. Informasi lebih lanjut tentang sumber dan penyebaran COVID-19 tersedia di Ringkasan Situasi: Sumber dan Penyebaran Virus.

Orang dapat terdampak COVID-19 dari orang lain yang memiliki virus tersebut. Penyakit ini dapat menyebar dari orang ke orang melalui tetesan kecil (droplet) dari hidung atau mulut yang menyebar ketika seseorang dengan COVID-19 batuk atau buang napas. Tetesan (droplet) ini mendarat pada benda dan permukaan di sekitar orang

tersebut. Seseorang kemudian terdampak COVID-19 setelah menyentuh benda atau permukaan benda ini, kemudian menyentuh mata, hidung, atau mulut mereka. Seseorang juga dapat terdampak COVID-19 jika mereka menghirup tetesan (droplet) dari seseorang dengan COVID-19 yang batuk atau mengeluarkan tetesan (droplet). Inilah sebabnya mengapa penting untuk menjaga jarak lebih dari 1,8 meter dari orang yang sakit.

Penyebaran penyakit ini adalah melalui tetesan (droplet) pernapasan yang dikeluarkan oleh seseorang yang batuk. Risiko terkena COVID-19 dari seseorang yang tanpa memiliki gejala sama sekali sangat rendah. Namun demikian, banyak orang yang positif COVID-19 tetapi hanya mengalami gejala ringan. Hal ini terutama terjadi pada tahap awal penyakit. Karena itu sangat dimungkinkan untuk terdampak COVID-19 dari seseorang yang, misalnya, hanya batuk ringan dan tidak merasa sakit.

Sampai saat ini belum diketahui dengan pasti berapa lama Virus COVID-19 mampu bertahan di permukaan suatu benda, meskipun studi awal menunjukkan bahwa Virus COVID-19 dapat bertahan hingga beberapa jam, tergantung jenis permukaan, suhu, atau kelembaban lingkungan. Namun disinfektan sederhana dapat membunuh virus tersebut sehingga tidak mungkin menginfeksi orang lagi. Dan membiasakan cuci tangan dengan air dan sabun, atau hand-rub berbasis alkohol, serta hindari menyentuh mata, mulut atau hidung (segitiga wajah) lebih efektif melindungi diri Anda.

Memberikan anak pemahaman tentang virus corona dan kondisi yang saat ini dialami oleh warga dunia bukanlah untuk menakut-nakuti anak. Melainkan membuat anak tetap terhubung dengan dunia sekitar sehingga ia bisa berkontribusi untuk dirinya maupun lingkungan sekitar. Untuk anak-anak usia lebih muda, yaitu jenjang PAUD hingga SD, memberikan edukasi yang tepat bagi anak akan membuat orangtua lebih mudah saat meminta anak melakukan langkah pencegahan. Misalnya, saat meminta anak untuk rutin mencuci tangan dengan sabun, menggunakan masker saat sakit, hingga anjuran "social distancing". Diharapkan, anjuran tersebut lebih mudah diikuti anak bila ia mengetahui manfaat dari kegiatan-kegiatan tersebut untuk dirinya. Dengan begitu, secara tak langsung orangtua sudah memberi bekal bagi anak untuk melindungi dirinya sendiri dari virus corona.

Anak-anak yang lebih dewasa, memberikan edukasi yang tepat dapat membuatnya terhindar dari risiko kecemasan akan tertular. "Sangat penting untuk diingat bahwa anak-anak mencari bimbingan dari orang dewasa tentang bagaimana bereaksi terhadap peristiwa yang membuat stres. Jika orang tua tampak terlalu khawatir, kecemasan anak-anak dapat meningkat. Orang tua harus meyakinkan anak-anak bahwa petugas kesehatan dan sekolah bekerja keras untuk memastikan bahwa orang-orang di seluruh negeri tetap sehat," tulis laman resmi National Association of School Psychologists, Bethesda, Amerika Serikat.

Pengetahuan tentang kebersihan diri dan lingkungan pada anak sejak usia dini dapat diartikan sebagai usaha untuk membentuk komitmen dasar dalam merawat diri dan lingkungan sekitar. Kurangnya pengetahuan tentang cara mencuci tangan pada anak dengan baik dan benar jelas menjadi permasalahan yang saat ini sedang dihadapi (Megawati, 2018). Sejak dini anak-anak harus mulai diperkenalkan pada rasa tanggungjawab dan rasa peduli terhadap lingkungan dan diri sendiri terlebih dalam masa darurat pandemi di mana anak-anak adalah kelompok usia yang rentan tertular.

Pada anak-anak, COVID-19 yang menginfeksi anak-anak hanya menunjukkan gejala infeksi virus musiman seperti flu, batuk, dan demam sehingga sering diabaikan oleh orangtua. Padahal, gejala tersebut merupakan ancaman dalam lingkup sosial yang paling kecil dalam penyebaran COVID-19 dalam lingkup sosial yang paling kecil (Yang, Liu, Li, & Zhao, 2020). Jika infeksi terhadap anak-anak sudah terjadi, maka akan menjadi pembuka jalan paparan virus bagi lingkup komunitas yang lebih luas.

Banyak negara telah melakukan dan memperkenalkan cara pencegahan penyebaran COVID-19 dengan mengikuti petunjuk WHO dan mencuci tangan menjadi hal yang paling banyak dilakukan sebagai wujud tindakan pencegahan dini. Karena selain

sederhana, mencuci tangan juga dinilai sangat efisien dalam pencegahan penyebaran COVID-19 jika dilakukan dengan benar (Alzyood, Jackson, Aveyard, & Brooke, 2020).

METODE

Kegiatan ini merupakan salah satu wujud dari tridarma perguruan tinggi Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini berupa edukasi terkait pencegahan penularan virus corona. berikut rincian metode yang dilaksanakan dalam kegiatan pengabdian ini antara lain:

- a. Ceramah dan Tanya Jawab
Metode ini dipilih untuk menjelaskan apa itu virus corona 19 yang terjadi di Indonesia dan seluruh dunia pada umumnya. Melalui metode ini diharapkan anak-anak memahami benar bahayanya virus corona di jika tidak adanya pencegahan dengan baik dan benar.
- b. Demonstrasi dan Distribusi Materi
Metode ini digunakan untuk menjelaskan suatu proses kerja secara bertahap sehingga dapat memberi kemudahan bagi peserta dapat mengamati dan mempraktikkan langsung secara cermat proses bagaimana cara pencegahan virus corona dengan 3M
- c. Monitoring dan Evaluasi
Evaluasi dan Monitoring dilakukan secara bertahap. Kegiatan Evaluasi dan Monitoring perlu dilakukan agar tujuan kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik dan diharapkan sesudah sosialisasi ini, kegiatan belajar serta penyebarluasan pengetahuan tentang menjaga kebersihan diri untuk mencegah penularan virus penyakit dapat terus berlangsung.

Sasaran pada kegiatan pengabdian ini adalah khususnya pada anak-anak di dusun sumber desa Nadi . Rencana jangka panjang kegiatan pengabdian ini adalah:

- a. Membantu anak memahami bahayanya penyebaran virus corona,
- b. Membantu pencegahan virus corona terhadap anak-anak di dusun sumber,
- c. Membantu memberi pemahaman kepada anak-anak untuk pentingnya menjaga kebersihan lingkungan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pelaksanaan pengabdian ini akan diawali oleh ketua pengabdian serta pembicara dalam kegiatan pengabdian ini dengan pemaparan materi tentang pencegahan virus corona yaitu Ibu Rika yuni Ambarsari, M.Pd. setelah pemaparan materi selesai akan dilakukan edukasi dari ketua pengabdian. Ketua pengabdian selain melakukan edukasi pada pemaparan materi dan pendampingan untuk praktek dalam menangani cara pencegahann virus corona. Edukasi ini dilakukan terkait dengan banyaknya kasus virus corona di Indonesia dan kurangnya pemahaman anak terhadap pencegahan virus corona. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan sebagai berikut :

1. Pra kegiatan

- a. Perijinan
Kegiatan perijinan dilakukan dengan memberi surat perijinan kepada kepala desa nadi untuk melakukan edukasi pencegahan penularan virus corona
- b. Melakukan persiapan waktu dan tempat untuk proses pelaksanaan kegiatan.
- c. Persiapan alat-alat dan kelengkapan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan edukasi pencegahan penulararan virus corona melalui gerakan 3M

2. Pelaksanaan Kegiatan

- a. Proses selanjutnya setelah mendapatkan ijin dari pihak kepala desa nadi yang akan mengikuti kegiatan pengabdian ini.
- b. Menyampaikan tujuan dari kegiatan pengabdian serta tahapan dalam kegiatan pengabdian ini. Adapaun tahapan yang akan dilakukan pada kegiatan pengabdian antara lain adalah sebagai berikut :

Tahap I: Pemberian materi tentang apa itu virus corona yang terjadi saat ini dan memberi materi tentang cara pencegahan virus corona melalui gerakan 3 M

Tahap II : Tahap tanya jawab dan diskusi terkait pencegahan virus corona dan memberi contoh langsung tentang penerapan 3M terhadap anak-anak di dusun sumber desa Nadi kecamatan Bulukerto

Tahap III : Tahap ini mempraktikkan cara pencegahan tentang virus corona melalui 3M apakah hasilnya anak-anak dapat menerapkan dengan baik dan benar.

3. Pasca Kegiatan

Pada tahap ini dengan dilakukannya analisis data dan tolak ukur keberhasilan. Artinya pada tahap ini semua data dianalisis untuk diketahui berhasil tidaknya program ini. Artinya pada tahap ini dilakukan evaluasi untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari program ini. Keberhasilan ditinjau dari perubahan perilaku hidup bersih dengan selalu menerapkan gerakan 3M.

Penerapan 3M yang Baik dan Benar:

Laman resmi Satuan Tugas Penanganan COVID-19 menginformasikan langkah-langkah yang baik dan benar dalam menerapkan perilaku 3M untuk mencegah penularan virus Corona, yakni sebagai berikut:

1. Panduan Memakai Masker

- Semua orang harus memakai masker, terutama jika di luar rumah.
- Sebelum memakai masker, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir (minimal 20 detik).
- Bila tidak tersedia air, gunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%).
- Pasang masker untuk menutupi mulut dan hidung.
- Pastikan tidak ada sela antara wajah dan masker.
- Hindari menyentuh masker saat digunakan.
- Bila menyentuh masker, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir minimal 20 detik, atau bila tidak ada, gunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%).
- Jangan sentuh atau buka-tutup masker saat digunakan.
- Ganti masker yang basah atau lembab dengan masker baru.
- Masker medis hanya boleh digunakan satu kali saja.
- Buang segera masker 1x pakai di tempat sampah tertutup atau kantong plastik usai dipakai.
- Masker kain 3 lapis dapat dipakai berulang, tapi harus dicuci dengan deterjen usai dipakai.
- Saat membuka masker: lepaskan dari tali belakang dan jangan sentuh bagian depan masker.
- Cuci tangan setelah menyentuh atau membuang masker.
- Perlu diingat, penggunaan masker yang keliru justru meningkatkan risiko penularan.

2. Panduan Mencuci Tangan

- Basahi tangan dengan air mengalir.
- Sabuni tangan.
- Gosok semua permukaan tangan, termasuk telapak dan punggung tangan, sela-sela jari dan kuku, selama minimal 20 detik.
- Bilas tangan sampai bersih dengan air mengalir.
- Keringkan tangan dengan kain bersih atau tisu pembersih tangan yang harus dibuang ke tempat sampah segera setelah digunakan.
- Sering cuci tangan pakai sabun, terutama sebelum makan, usai batuk atau bersin, sebelum menyiapkan makanan, dan setelah ke kamar mandi.
- Biasakan mencuci tangan pakai sabun setelah dari luar rumah atau sebelum masuk sekolah dan tempat lain.
- Bila sabun dan air mengalir tidak ada, gunakan cairan pembersih tangan berbahan alkohol (minimal 60%).

3. Panduan Menjaga Jarak

- Selalu menjaga jarak fisik lebih dari 1 meter dengan orang lain.
- Tetap berada di rumah sesuai panduan pemerintah, kecuali ada keperluan mendesak.
- Bekerja, belajar dan beribadah di rumah.
- Keluar hanya untuk belanja hal penting atau pengobatan, itu pun seminimal mungkin.
- Gunakan masker saat di luar rumah.
- Sebisa mungkin hindari penggunaan kendaraan umum.
- Tunda atau batalkan acara berkumpul bareng keluarga besar atau teman
- Komunikasi tatap muka bisa dilakukan via telepon, internet, media sosial, dan aplikasi
- Tunda atau batalkan acara pertemuan, konser musik, pertandingan olahraga, kegiatan keagamaan, dan kegiatan lain yang mengundang orang banyak.
- Gunakan telepon atau layanan online untuk menghubungi dokter dan fasilitas lain.
- Kalau mengalami demam, merasa lelah dan batuk kering, lakukan isolasi diri.
- Semua orang harus melakukan physical distancing untuk mencegah penularan COVID-19
- Jaga jarak harus lebih ketat jika untuk melindungi orang yang berisiko
- Orang yang berisiko, yaitu: berusia 60 tahun lebih; atau memiliki penyakit penyerta seperti sakit jantung, tekanan darah tinggi, diabetes, kanker, asma dan paru; ibu hamil.

KESIMPULAN

Berdasar hasil evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema Edukasi Pencegahan Penularan Covid-19 Pada Anak-anak di Dusun Sumber desa Nadi, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang penyebaran dan penularan COVID-19 pada anak usia dini masih kurang dengan edukasi terkait pencegahan penularan COVID-19 dengan membangun kebiasaan mencuci tangan yang disajikan. Juga melalui gerakan langsung tersebut, peserta juga mendapatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai cara mencuci tangan yang benar dan sesuai dengan standar kebersihan dunia, serta memiliki kesadaran dan keinginan untuk meneruskan kebiasaan mencuci tangan sebagai wujud tindakan preventif terhadap penularan virus-virus penyakit lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alzyood, M., Jackson, D., Aveyard, H., & Brooke, J. (2020). *COVID-19 reinforces the importance of hand washing*. Journal of Clinical Nursing, 1–2. <https://doi.org/10.1111/jocn.15313>
- Megawati, A. (2018). Peningkatan Kualitas Kesehatan Anak Dengan Penerapan Cara Mencuci Tangan Yang Benar Dan Pengenalan Tentang Obat Kepada Anak Usia Dini. Jurnal Pengabdian Kesehatan, 1(1).
- Yang, P., Liu, P., Li, D., & Zhao, D. (2020). *Corona Virus Disease 2019, a growing threat to children?* Journal of Infection, 80(6), 671–693. <https://doi.org/10.1016/j.jinf.2020.02.024>