

SOSIALISASI PENCEGAHAN PENYEBARAN VIRUS COVID-19 DI PERUMAHAN DUTA KENCANA 1, BOGOR

Sarah Annisaa Nurwan, Andri
Prasetyo
Universitas Pancasila

Received : 27/8/2022
Revised : 30/4/2023
Accepted : 1/4/2023

*Corresponding author
Sarah Annisaa Nurwan
Email :
4118210046@univpancasila.ac.id

Abstraksi

Virus Corona atau *Savere Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2) atau yang biasa disebut COVID – 19, menyebar melalui tetesan /*droplet*, orang yang tertular virus ini tidak memiliki gejala yang spesifik sehingga mereka tidak menyadari bahwa mereka sudah terjangkit virus COVID-19. Penyebaran COVID – 19 di Indonesia semakin meningkat dan meluas hingga ke seluruh kota di Indonesia. Kota Bogor merupakan salah satu kota dengan jumlah pasien positif COVID – 19 yang cukup banyak di Indonesia. Untuk mengurangi penyebaran COVID – 19 di lingkungan rumah perlu sosialisasi ini dilakukan oleh relawan desa lawan COVID – 19. Permasalahan yang diambil adalah bagaimana cara mendeteksi gejala COVID – 19 dan cara melakukan karantina mandiri. Tujuannya adalah mengedukasi warga Perumahan Duta Kencana 1, Bogor. Metodenya dengan observasi dan dilaksanakan melalui media daring. Penelitian dilakukan dengan kualitatif dan deskriptif. Pencarian data melalui media daring lalu dijelaskan. Pasien yang dinyatakan positif ataupun Orang Tanpa Gejala (OTG) diharuskan melakukan karantina. Pasien yang sedang dalam masa karantina diharuskan tetap dirumah selama minimal 14 hari. Gejala – gejala yang paling umum pada pasien positif adalah demam, batuk kering, dan kelelahan.

Keywords: Bogor, COVID – 19, Gejala, Karantina.

Abstract – dalam bahasa inggris

Coronavirus or *Savere Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2) or commonly known as COVID-19, spreads through droplets, people who contract this virus do not have specific symptoms so they don't realize they have contracted the COVID virus -19. The spread of COVID-19 in Indonesia is increasing and extending to all cities in Indonesia. Bogor City is one of the cities with a large number of COVID-19 positive patients in Indonesia. To reduce the spread of COVID-19 in the home environment, this socialization is needed by village volunteers to fight COVID-19. The problems taken are how to detect symptoms of COVID-19 and how to carry out self-quarantine. The goal is to educate the residents of Duta Kencana 1 Housing, Bogor. The method is by observation and carried out through online media. The research was conducted qualitatively and descriptively. The search for data via online media is then explained. Patients who test positive or People Without Symptoms (OTG) are required to carry out quarantine. Patients who are currently in quarantine are required to remain at home for a minimum of 14 days. The most common symptoms in positive patients are fever, dry cough and fatigue.

Keywords: Bogor, COVID – 19, Symptoms, Quarantine.

© 2023 Penerbit LPPM UP. All rights reserved

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Virus Corona atau *Savere Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2) atau yang biasa disebut COVID – 19. (Pusat Analisis Determinan Kesehatan, 2020) Virus ini menyebar melalui tetesan/*droplet*. Gejalanya hampir sama seperti sakit flu batuk pada umumnya. Seseorang yang terjangkit virus ini akan menyebarkan virusnya ke manusia lain lewat percikan cairan, biasanya menyebar lewat batuk atau bersin, apabila penderita tidak menutup mulutnya percikan cairannya akan menyebar melalui udara dan mengenai orang dan benda yang ada di sekitarnya. Sehingga orang disekitarnya memiliki kemungkinan terpapar virus corona. Oleh karena itu

WHO menyarankan agar menjaga jarak untuk memutus rantai penyebaran virus. Bahkan beberapa negara menerapkan system *lockdown* untuk memutus rantai penyebaran. Dengan adanya peraturan baru ini beberapa kegiatan terganggu bahkan ada yang terpaksa dihentikan. Kegiatan - kegiatan pertemuan yang bersifat mengumpulkan massa terpaksa dihentikan, kegiatan di pasar dan tempat – tempat umum menjadi terganggu karena kita diharuskan menjaga jarak. Jarak aman yang dianjurkan minimal satu meter. Selain menjaga jarak ada beberapa protokol yang harus dilakukan seperti memakai masker apabila keluar rumah, tidak melakukan perkumpulan yang dihadiri

lebih dari lima orang, menutup mulut bila batuk ataupun bersin.

Penyebaran COVID – 19 di Indonesia semakin meningkat dan meluas hingga ke seluruh kota di Indonesia, penyebaran ini diiringi dengan meningkatnya kasus kematian akibat COVID – 19. Peningkatan yang terjadi berdampak pada beberapa aspek yaitu politik, ekonomi, sosial, budaya serta pertahanan dan keamanan bahkan berdampak pada kesejahteraan masyarakat Indonesia. Tindakan Pembatasan Sosial Berskala Besar dilakukan guna menekan angka penyebaran COVID – 19. Tindakan yang dimaksud meliputi pembatasan pergerakan kegiatan penduduk serta membatasi pola pergerakan manusia dan barang pada suatu wilayah tertentu. Tindakan dilakukan dengan cara mendinginkan segala kegiatan yang memungkinkan adanya perkumpulan, seperti sekolah, tempat wisata, perkantoran, dan fasilitas umum. (Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020, 2020). Selain dilakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar, ada juga peraturan mengenai protokol kesehatan yang harus dilakukan apabila kita akan beraktifitas diluar rumah yaitu 3M, memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak aman. (Tim Komunikasi Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional, 2020).

Kota Bogor merupakan kota dengan mobilisasi yang padat, banyak penduduk yang bekerja sebagai karyawan dan juga mahasiswa yang melakukan perjalanan pulang pergi Jakarta – Bogor sedangkan transportasi umum merupakan tempat yang memungkinkan penyebaran virus terjadi dengan cepat karena di dalam transportasi umum kita bertemu banyak orang dan bersinggungan langsung dengan mereka, sehingga kemungkinan terpapar sangat besar. Karena hal ini Bogor merupakan salah satu kota dengan jumlah pasien positif COVID – 19 yang cukup banyak di Indonesia. Terdapat 14.335 kasus positif COVID – 19 di Kota Bogor dengan 13.315 sudah menyelesaikan masa Isolasi (sudah dinyatakan sembuh, 788 masih dalam perawatan dan 232 meninggal dunia. (Layanan Tanggap COVID - 19 Kota Bogor, 2021)

Penyebaran yang terjadi di transportasi umum tidak berhenti di satu orang saja, mereka berinteraksi dengan teman – teman dan juga keluarga, ketika orang yang terpapar virus tersebut mengalami penurunan kondisi tubuh virus ini akan reaktif. Dalam kondisi ini orang yang melakukan interaksi dengan pasien positif ataupun yang terdeteksi sebagai Orang Tanpa Gejala (OTG) harus melakukan karantina baik secara mandiri maupun di lembaga yang sudah disediakan pemerintah. Untuk mendeteksi adanya virus tersebut kita bisa melakukan *Rapid test*, *Swab test*, dan masih banyak tes yang dapat dilakukan untuk mendeteksi virus tersebut.

Untuk mengurangi penyebaran COVID – 19 di lingkungan rumah, Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi mengeluarkan Surat Edaran Nomor 8 Tahun 2020 tentang Desa Tanggap COVID-19 sebagai salahsatu upaya meningkatkan kesiapan dan partisipasi dari masyarakat dalam menanggulangi COVID-19. Hal yang perlu disosialisasikan yaitu mengenai cara pencegahan penularan COVID – 19, sosialisasi ini dilakukan oleh relawan desa lawan

COVID – 19. Para relawan ini melaksanakan kegiatan dan aktifitas dengan melibatkan warga masyarakat setempat dengan prinsip gotong royong. Pencegahan disampaikan kepada warga setempat meliputi protokol pencegahan menurut WHO dengan menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), melakukan kegiatan belajar mengajar dan beribadah di rumah masing – masing, selalu menggunakan masker ketika keluar rumah, menghindari kegiatan yang memungkinkan adanya kerumunan massa dan saling menjaga jarak minimal dua meter. Selain itu imbauan untuk menjaga kebersihan dengan selalu mencuci tangan di air yang mengalir atau dengan *handsinitizer*. (PDTT, 2020)

Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diambil dari permasalahan tersebut adalah

1. Bagaimana mendeteksi Gejala COVID – 19?
2. Bagaimana cara menjalani karantina mandiri?

Tujuan

Tujuan dari pembuatan jurnal ini adalah untuk mengedukasi warga perumahan Duta Kencana 1 mengenai cara menanggulangi COVID – 19 yang terjadi di lingkungan RW 07. Warga akan diberi edukasi berupa cara mendeteksi gejala awal COVID – 19 agar dapat berjaga – jaga sebelum menularkan ke lingkungannya, lalu warga juga diberi edukasi mengenai karantina mandiri yang dapat dilakukan dirumah apabila sudah terdeteksi positif COVID – 19.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan pada kegiatan ini pada awalnya adalah observasi lokasi. Pada lokasi kegiatan KKN ini masih banyak warga yang tidak memakai masker dan tidak ada banner atau poster mengenai pentingnya menaati protokol Kesehatan. Warga masih sering melakukan kegiatan perkumpulan di lingkungan perumahan terutama untuk para remaja, padahal sudah banyak warga yang terkena COVID-19. Kemudian, kegiatan KKN diadakan dengan daring, dimana kegiatan dan proses pembuatan poster di desain di Rumah. Untuk membagikan poster pada warga dilakukan dengan cara daring yaitu dengan membagikannya melalui grup *whatsapp* pengurus RW dan RT. Rapat dengan kelompok menggunakan daring melalui media *zoom meeting*. Dalam lokasi yang terpilih terdapat ada 3 rumah yang anggotanya terpapar COVID-19.

PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan dengan cara kualitatif dan deskriptif yaitu dengan mencari data melalui media daring lalu di jelaskan berdasarkan permasalahan yang sedang dibahas. Data yang dicari merupakan data yang menyangkut Covid – 19 terutama yang terjadi di Perumahan Duta Kencana 1, Bogor. Di lingkungan ini sudah terdapat tiga orang yang terpapar positif COVID – 19 dan juga Orang Tanpa Gejala (OTG).

Pasien yang dinyatakan positif ataupun Orang Tanpa Gejala (OTG) diharuskan melakukan karantina. Jika gejala yang dialami merupakan gejala ringan maka pasien melakukan karantina mandiri di rumah mereka. Rata – rata gejala yang muncul berlangsung selama 5 – 6 hari setelah orang tersebut

terinfeksi virus. Bagi sebagian orang dapat berlangsung selama 14 hari.

Pada setiap orang gejala yang timbul akibat virus COVID – 19 sangatlah bervariasi tergantung respon tubuh orang tersebut. Gejala – gejala yang paling umum pada pasien positif adalah demam, batuk kering, dan kelelahan. Gejala tidak umumnya adalah merasa tidak nyaman dan nyeri pada tubuh, nyeri tenggorokan, diare, mata merah (konjungtivitas), sakit kepala, hilangnya kepekaan pada indra penciuman, terdapat ruam pada kulit atau adanya perubahan warna pada jari. Jika gejala mulai serius biasanya pasien mengalami kesulitan pernapasan, nyeri dada atau rasa tertekan pada dada, hilangnya kemampuan untuk berbicara ataupun bergerak. Jika mengalami gejala tersebut carilah bantuan medis dengan menghubungi dokter ataupun fasilitas kesehatan terdekat. (WHO, 2020)

Pasien yang sedang dalam masa karantina diharuskan tetap dirumah selama minimal 14 hari, menggunakan kamar tidur dan kamar mandi yang terpisah dengan keluarga lain, menjaga jarak setidaknya 1 meter dari anggota keluarga lain, menggunakan masker selama masa karantina mandiri, rutin melakukan pengukuran suhu tubuh setiap hari dan melakukan observasi gejala klinis, menghindari pemakaian peralatan bersama baik peralatan mandi maupun peralatan makan, menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PBHS) terutama mengenai makanan, makanlah makanan dengan gizi seimbang dan sering mencuci tangan menggunakan sabun, berada di ruang yang terbuka dan selalu berjemur di bawah sinar matahari pada pagi hari sekitar pukul 08.00 – 10.00, menjaga kebersihan rumah dengan cairan desinfektan, dan terakhir segeralah menghubungi fasyankes jika sudah merasakan gejala COVID – 19 untuk perawatan yang lebih lanjut. (Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan R, 2020).

Pasien yang disarankan menjalani karantina dapat memilih untuk karantina mandiri atau karantina di pusat karantina yang sudah disediakan oleh pemerintah. Untuk melakukan karantina mandiri terdapat beberapa persyaratan wajib yang harus terpenuhi yaitu terdapat kamar pribadi yang jauh dari anggota keluarga lain dan juga terdapat kamar mandi lebih dari satu.

Gambar



Gambar 1. Judul Gambar, pencarian materi untuk poster (dilakukan secara daring).



Gambar 2. Judul Gambar, Proses Pembuatan Poster melalui website desain Canva.



Gambar 4. Judul Gambar, Poster mengenai Gejala COVID – 19. (Canva)



Gambar 5. Judul Gambar, Poster mengenai Prosedur karantina Diri selama COVID -19. (Canva)

KESIMPULAN

Kesimpulan dari jurnal ini adalah warga Perumahan Duta Kencana 1 mendapat edukasi mengenai COVID – 19 guna menjaga diri dan lingkungan di sekitarnya.

PUSTAKA

Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan R. (2020, 12 10). *Yang Dilakukan Saat Karantina Mandiri*. Retrieved from <https://promkes.kemkes.go.id>: <https://promkes.kemkes.go.id/yang-dilakukan-saat-karantina-mandiri>

Layanan Tanggap COVID - 19 Kota Bogor. (2021, 04). *Informasi Covid-19* . Retrieved from www.covid19.kotabogor.go.id: <http://www.covid19.kotabogor.go.id/>

PDTT, F. (2020, 04 01). *PROTOKOL TANGGAP COVID-19, INI ARAHAN GUS MENTERI PADA RELAWAN DESA*. Retrieved from www.kemendes.go.id: <https://www.kemendes.go.id/berita/view/detil/3221/protokol-tanggap-covid-19-ini-arahan-gus-menteri-pada-relawan-desa>

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020. (2020, 04). www.hukumonline.com/pusatdata. Retrieved from www.hukumonline.com: <https://covid19.hukumonline.com>

Pusat Analisis Determinan Kesehatan. (2020, April 23). *HINDARI LANSIA DARI COVID 19*. Retrieved from <http://www.padk.kemkes.go.id/>:

<http://www.padk.kemkes.go.id/article/read/2020/04/23/21/hindari-lansia-dari-covid-19.html>

Tim Komunikasi Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional. (2020, 11 4). *memahami perilaku dan informasi tepat untuk mencegah penularan covid-19*. Retrieved from <https://covid19.go.id>: <https://covid19.go.id/p/berita/memahami-perilaku-dan-informasi-tepat-untuk-mencegah-penularan-covid-19>

WHO. (2020, 10 12). *Coronavirus disease (COVID-19)*. Retrieved from www.who.int: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19#:~:text=symptoms>