

EDUKASI PENTINGNYA MENERAPKAN PROTOCOL KESEHATAN PADA SISWA SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH PURBAYAN

Hodiri Adi Putra*¹, Nur Makkiyah²

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Stikes Surya Global Yogyakarta

²Program Studi Terapan Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta

*e-mail: hodryadiputra@gmail.com¹, nurmakkiyah@yahoo.com²

Telp/WA: 087750054632

Abstrak

Institusi pendidikan sekolah dasar mempunyai peranan yang strategis dalam upaya promosi kesehatan. Pada periode usia ini, didapatkan banyak permasalahan kesehatan yang sangat menentukan kualitas anak dikemudian hari. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa dengan memberikan edukasi tentang pentingnya menerapkan protocol kesehatan pada siswa sekolah dasar muhammadiyah purbayan. Metode kegiatan ini dilaksanakan dengan model ceramah didalam kelas dan media pendukung yaitu materi edukasi menggunakan laptop dan proyektor. Berdasarkan hasil kegiatan bahwa disampaikan lima metode protocol kesehatan, yaitu rajin mencuci tangan dengan benar, menggunakan hand sanitizer jika tidak ada air dan sabun, memakai masker secara benar, menjaga jarak, menghindari kerumunan, mengurangi bepergian jika tidak terlalu penting. Diharapkan melalui kegiatan ini, siswa mampu mempraktikkan kebiasaan hidup sehat dalam rangka untuk meningkatkan kualitas hidup sehat setiap saat di rumah, sekolah atau dimana saja mereka berkunjung. Serta mampu melakukan kebiasaan hidup sehat di mana saja mereka berada tanpa melalui paksaan dari siapapun, dan menumbuhkan karakter tentang pola hidup sehat dan tertib sejak sekolah dasar yang akan terus terbawa hingga usia dewasa.

Kata kunci : Edukasi, protocol kesehatan, siswa

Abstract

Elementary school education institutions have a strategic role in health promotion efforts. In this age period, there are many health problems that will determine the quality of children in the future. This service activity aims to increase students' knowledge and understanding by providing education about the importance of implementing health protocols for Muhammadiyah primary school students. The method of this activity is carried out with a lecture model in class and supporting media, namely educational materials using laptops and projectors. Based on the results of the activity, five health protocol methods were delivered, namely diligently washing hands properly, using hand sanitizer if there is no water and soap, wearing masks correctly, maintaining distance, avoiding crowds, reducing travel if it is not too important. It is hoped that through this activity, students are able to practice healthy living habits in order to improve the quality of healthy life at any time at home, school or wherever they visit. As well as being able to carry out healthy living habits wherever they are without being coerced by anyone, and fostering character about a healthy and orderly lifestyle since elementary school which will continue to carry over into adulthood.

Keywords : Education, health protocols, students

1. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan sangat rawan terhadap anak usia sekolah sehingga kesadaran akan pentingnya kesehatan perlu ditanamkan sejak usia dini pada anak usia sekolah. Kesehatan pada anak usia sekolah dapat mempengaruhi hasil belajar yang optimal sehingga anak akan berprestasi serta dapat melakukan kegiatan sosial. Masalah kesehatan umum yang terjadi pada anak usia sekolah biasanya berkaitan dengan kebersihan perorangan dan lingkungan meliputi diare, karies, dan DBD. (Kemendikbud, 2012).

Pendidikan kesehatan di sekolah merupakan hal penting yang terdiri dari kombinasi pengalaman belajar yang dirancang untuk membantu individu dan masyarakat meningkatkan kesehatan, dengan meningkatkan pengetahuan atau mempengaruhi sikap masing-masing individu dalam melaksanakan pola hidup sehat (WHO, 2018).

Sekolah tidak hanya harus menjadi pusat pendidikan untuk pembelajaran akademik, tetapi juga sebagai tempat-tempat yang mendukung untuk penyediaan pendidikan dan layanan kesehatan yang penting (Unesco, 2001). Sekolah juga merupakan salah satu lembaga yang berperan dalam pembentukan perilaku siswa. Pembentukan perilaku siswa selain dibentuk di sekolah, yang paling utama menentukan adalah lingkungan keluarga, sebelum nantinya siswa akan berinteraksi dengan masyarakat (Indah, 2013).

Dalam lingkungan sekolah sangat diharapkan siswa dapat berperilaku hidup sehat. Beberapa indikatornya sebagai berikut (1) mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun (2) mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah (3) menggunakan jamban yang bersih dan sehat (4) olahraga yang teratur dan terukur (5) memberantas jentik nyamuk (6) tidak merokok di sekolah (7) menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan (8) membuang sampah pada tempatnya. (Mustar Y S, Susanto I H, Bakti A P. 2018).

Penyuluhan kesehatan adalah salah satu metode yang dapat diterapkan untuk tindakan preventif guna mengingatkan masyarakat pentingnya menjaga kesehatan. Melalui metode penyuluhan maka pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok dan masyarakat luas. Kegiatan penyuluhan langsung ke masyarakat terutama masyarakat yang masih jauh dari jangkauan media informasi maupun fasilitas kesehatan akan dapat membantu masyarakat mendapatkan informasi kesehatan, maka dengan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat mendukung hak literasi informasi kesehatan setiap individu. (Prasanti & Fuady, 2017).

Tingkat kepatuhan masyarakat terhadap protokol kesehatan 3M masih belum memuaskan. Data Satuan Tugas menunjukkan hingga bulan November 2020 terjadi tren penurunan penerapan protokol kesehatan. Dimana persentase kepatuhan untuk memakai masker ialah 58,32%. Sedangkan untuk menjaga jarak persentasenya ialah 43,46%. Peta zonasi kepatuhan memakai masker dan menjaga jarak, dari data 512 kabupaten/kota yang masuk, hanya kurang dari 9% kabupaten/kota yang patuh dalam memakai masker dan kurang dari 4% kabupaten/kota yang patuh dalam menjaga jarak (KPCPEN, 2021).

Menerapkan protokol kesehatan dalam memasuki tatanan normal baru bertujuan untuk terwujudnya tatanan normal baru (New Normal) masyarakat Indonesia yang cerdas, sehat, dan tangguh serta mandiri dalam menghadapi penyakit menular maupun tidak menular. Sebagai bagian dari warga negara Indonesia, tim pengusul peduli dan termotivasi untuk membantu pemerintah dalam upaya pencegahan penyakit pada anak. Salah satu langkah dasar pengendalian ialah dengan pembiasaan tatanan normal baru, yakni menggunakan masker, cuci tangan pakai sabun, dan physical distancing. Dengan pembiasaan tatanan normal baru merupakan bagian dari manajemen pencegahan terhadap terjadinya penyakit menular.

Adanya kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian edukasi kepada siswa/siswi di sekolah dasar (SD) Muhammadiyah Purbayan diharapkan dapat memahami, mematuhi dan menyadari akan pentingnya protokol kesehatan dalam mencegah resiko penyakit sehingga angka kesakitan dan kematian yang disebabkan oleh virus dapat menurun. layanan kesehatan lainnya merupakan upaya *preventif* yang dapat dilakukan dalam rangka pencegahan kejadian penyakit yang dapat dilakukan melalui sekolah, sehingga memotivasi siswa untuk meningkatkan dan menjaga kesehatannya, mencegah penyakit, dan mengurangi perilaku berisiko.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Selasa, 02 Agustus 2022 dari pukul 10.00 sampai selesai. Metode kegiatan yaitu dengan model ceramah dan diskusi didalam kelas serta media pendukung yang dipakai yaitu materi edukasi menggunakan laptop dan proyektor. Diantara materi pemberian edukasi seperti berikut :

- a. Pengertian protokol kesehatan
- b. Macam-macam protocol kesehatan
- c. Pentingnya menerapkan protocol kesehatan
- d. Cara mencuci tangan yang benar menurut WHO
- e. Akibat tidak menerapkan protocol bagi kesehatan
- f. Monitoring dan evaluasi setelah dilakukannya kegiatan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

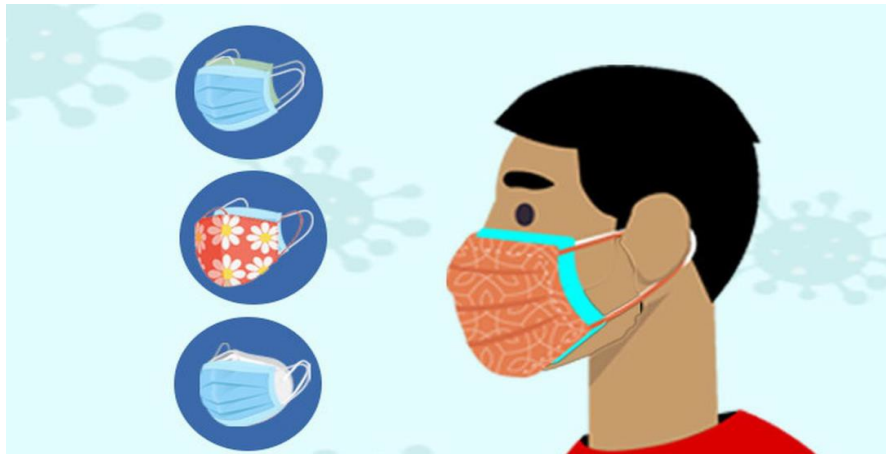
Setelah melakukan analisis situasi pada siswa sekolah dasar muhammadiyah purbayan langkah selanjutnya adalah membuat rencana sosialisasi dan edukasi pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Peserta sosialisasi adalah siswa sekolah dasar muhammadiyah purbayan. Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh 2 orang dari program studi kesehatan masyarakat dan kebidanan. Tahap awal pengabdian masyarakat ini tim pelaksana menjelaskan pengertian protocol kesehatan. Kemudian setelah itu tim pelaksana memaparkan tentang pentingnya menerapkan protocol kesehatan, diantaranya yaitu :



Gambar 1. Cara mencuci tangan

Perilaku mencuci tangan sebelum dan setelah beraktivitas merupakan salah satu dalam menerapkan protocol kesehatan. Mencuci tangan harus menggunakan air mengalir dan sabun selama minimal 20 detik. Pastikan mencuci tangan setelah kontak dengan benda, setelah batuk dan bersin, serta sebelum makan. Namun, jika kesulitan menemukan akses air mengalir, bisa mencuci tangan dengan cairan pembersih yang mengandung alkohol 60%. Mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun atau cairan pembersih yang mengandung alkohol dapat membantu menyingkirkan dan membunuh virus yang mungkin terdapat pada tangan dan pastikan mencuci tangan dengan cara yang tepat selama minimal 20 detik. (KMK NO. HK.01.07-MENKES-382-2020).

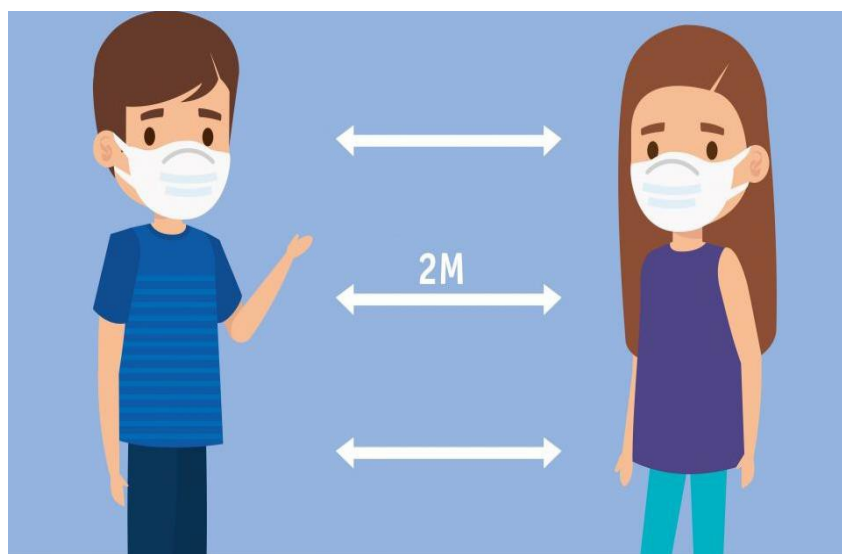
Salah satu perilaku hidup bersih dan sehat yang selalu digaungkan sejak lama untuk menjaga kesehatan dan kebersihan pribadi adalah mencuci tangan. Perilaku ini seharusnya menjadi kebiasaan yang sangat baik, karena selain untuk menjaga kesehatan dan kebersihan, agama juga mengajarkannya. Tangan merupakan media yang sangat ampuh untuk berpindahnya penyakit, karena tangan digunakan untuk memegang benda-benda yang seringkali tidak kita ketahui dengan pasti kebersihannya.



Gambar 2. Cara menggunakan masker yang tepat

Cara menggunakan masker yang tepat merupakan bagian dari menerapkan protocol kesehatan. Gunakan masker bedah/*surgical mask* atau masker kain dengan sisi yang berwarna di sisi luar. Pastikan bagian sisi masker yang terdapat kawat berada di sebelah atas. Posisikan masker menutupi seluruh bagian hidung, tarik hingga menutupi dagu. Tekuk kawat di bagian atas masker hingga mengikuti lekuk tulang hidung. Pastikan tidak ada celah antara masker dan wajah. Hindari menyentuh masker, terutama bagian luar, selama pemakaian. Jika tidak sengaja menyentuh masker, cuci tangan menggunakan sabun atau handrub. Lepas dengan menarik tali belakang masker. Hindari menyentuh bagian luar masker. Ganti masker setiap terkontaminasi atau terasa lembab. Segera buang masker ke tempat sampah yang tertutup setelah masker dilepas. Jangan gunakan masker berulang kali dan terakhir kembali lakukan *handhygiene* / cuci tangan menggunakan sabun atau handrub setelah melepas masker. (KMK NO. HK.01.07-MENKES-382-2020).

Kepatuhan mengenakan masker merupakan hasil kebiasaan baru. Jadi berikan contoh perilaku yang baik dan konsisten. Carilah kesempatan untuk mengingatkan pentingnya mengenakan masker dengan benar. Minta keluarga, sahabat maupun teman untuk saling mengingatkan jika ada yang lalai. Kita semua akan tahu dengan cepat jika ada suatu aturan yang tidak dijalankan dengan konsisten, jadi pastikan memberikan contoh yang benar. Ingatkan juga keluarga, sahabat dan teman untuk mengikuti rekomendasi pemakaian masker.



Gambar 3. Menjaga jarak

Protokol kesehatan lainnya yang perlu dipatuhi adalah menjaga jarak. Protokol kesehatan ini dimuat dalam Keputusan Menteri Kesehatan RI dalam “Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan dan Pengendalian Penularan Penyakit.

Disebutkan bahwa menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain untuk menghindari terkena droplets dari orang yang bicara, batuk, atau bersin, serta menghindari kerumunan, keramaian, dan berdesakan. Bila tidak memungkinkan melakukan jaga jarak, maka dapat dilakukan berbagai rekayasa administrasi dan teknis lainnya. Rekayasa administrasi dapat berupa pembatasan jumlah orang, pengaturan jadwal, dan sebagainya. Sedangkan rekayasa teknis, antara lain dapat berupa pembuatan partisi, pengaturan jalur masuk dan keluar, dan sebagainya.(KMK NO. HK.01.07-MENKES-382-2020).

Virus menyebar terutama di antara orang-orang yang melakukan kontak dekat atau sekitar dua meter dalam waktu yang lama. Dengan menjaga jarak, kemungkinan menghirup tetesan dan bersentuhan dengan permukaan yang terkontaminasi dan orang yang terinfeksi di luar rumah pun turut berkurang. Menjaga jarak juga sangat penting bagi orang-orang yang berisiko lebih tinggi terkena penyakit. Meskipun bertemu dengan teman sendiri dan berkegiatan di dalam rumah.



Gambar 4. Menjauhi kerumunan

Selain tiga hal di atas, menjauhi kerumunan merupakan protokol kesehatan yang juga harus dilakukan. Menurut Kementerian Kesehatan RI (Kemenkes), masyarakat diminta untuk menjauhi kerumunan saat berada di luar rumah. Ingat, semakin banyak dan sering kamu bertemu orang, maka kemungkinan terinfeksi virus pun semakin tinggi. Oleh sebab itu, hindari tempat keramaian terutama bila sedang sakit atau berusia di atas 60 tahun (lansia). Menurut riset lansia dan pengidap penyakit kronis memiliki risiko yang lebih tinggi terserang virus. (KMK NO. HK.01.07-MENKES-382-2020).

Perlu disadari bahwa di tengah kerumunan, ada banyak orang yang tidak menerapkan protokol kesehatan dengan benar. Mungkin masker digunakan, tapi masker yang digunakan tidak sesuai standar sehingga bisa menularkan maupun mudah tertular virus dari orang lain. Banyak juga orang yang melepas masker saat makan di kerumunan, menurunkan masker saat bicara, memakai masker tidak menutupi hidung.

Selain itu, di kerumunan tentu banyak orang bicara dengan suara keras agar terdengar lawan bicara, tertawa, atau bahkan teriak. Menurut sebuah studi dari Institut Kesehatan Nasional Amerika Serikat, orang yang berbicara dengan keras cenderung mengeluarkan lebih banyak tetesan atau droplet dibanding yang berbicara dengan pelan. Apalagi jika orang tersebut hanya mengenakan masker yang tipis. Hal ini tentu meningkatkan potensi penyebaran virus. Inilah pentingnya penggunaan masker yang benar.



Gambar 5. Mengurangi mobilitas

Mengurangi mobilitas merupakan salah satu dari protokol kesehatan yang perlu dilakukan yaitu untuk tidak keluar rumah kecuali terdapat keadaan yang mendesak, semakin banyak menghabiskan waktu di luar rumah, maka semakin tinggi pula terpapar virus. Oleh karena itu, bila tidak ada keperluan yang mendesak, tetaplah berada di rumah. Penerapan aturan kerja secara WFH merupakan salah contoh penerapan untuk mengurangi mobilitas di luar rumah karena bekerja juga dapat dilakukan di rumah secara daring. (KMK NO. HK.01.07-MENKES-382-2020).

Mengurangi mobilitas artinya mengurangi perpindahan dari satu tempat ke tempat lainnya. Pada saat masa pandemi, ada kemungkinan orang yang berpindah dari satu tempat ke tempat lain sudah terinfeksi virus, sehingga ketika berpindah tempat justru menularkan ke penduduk lain. Hal ini terutama berisiko bagi orang yang rentan, seperti orang berusia lanjut atau orang dengan kondisi kesehatan tertentu. Anjuran untuk beraktivitas di rumah saja adalah bentuk dari upaya mengurangi mobilitas. Virus bisa berada di mana saja, jadi semakin banyak diri kita menghabiskan waktu di luar rumah, maka semakin tinggi pula terpapar virus. Oleh karena itu, bila tidak ada keperluan yang mendesak, tetaplah berada di rumah.

Cara pencegahan virus adalah dengan menghindari sentuh mata, hidung, dan mulut, sampai tangan sudah dalam kondisi bersih. Pasalnya, sehari-hari mungkin menyentuh benda apa pun yang berada di sekitar kita. Disadari atau tidak, benda-benda tersebut dapat berisiko meningkatkan penyebaran virus di tangan kita. Saat tangan menyentuh mata, hidung, dan mulut maka virus dapat masuk ke dalam tubuh sehingga membuat kita jatuh sakit. Tutup hidung dan mulut menggunakan tisu saat bersin dan batuk. Ketika bersin dan batuk, pastikan menutup hidung dan mulut dengan siku bagian dalam atau tisu. Dengan ini, kita dapat melindungi orang lain di sekitar kita dari berbagai macam virus, seperti flu, pilek, yang mungkin keluar melalui percikan cairan dari mulut dan hidung.

Saat pembelajaran didalam kelas seperti saat ini guru harus lebih maksimal dalam memberikan sosialisasi tentang bahaya penularan penyakit, hal ini menjadi masalah yang urgent sekali untuk dipecahkan, yaitu dalam mencegah penularan seperti penyakit flu, pilek, bersin dll. Siswa sekolah dasar harus mendapatkan informasi khususnya terkait penularan penyakit untuk lebih dipahami agar dapat turut serta melaksanakan beragam upaya pencegahan penyakit yang telah dicanangkan baik oleh pemerintah maupun kebijakan setempat dengan menerapkan protokol kesehatan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi memegang peranan utama untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa dalam upaya

menerapkan protocol kesehatan. Diharapkan melalui kegiatan ini, siswa mampu mempraktikkan kebiasaan hidup sehat dalam rangka pencegahan penularan penyakit atau virus setiap hari di rumah, sekolah atau dimana saja mereka berkunjung. Serta mampu melakukan kebiasaan hidup sehat di mana saja mereka berada tanpa melalui paksaan dari siapapun. Melalui kegiatan ini dapat menumbuhkan karakter tentang pola hidup sehat dan tertib sejak sekolah dasar yang akan terus terbawa hingga usia dewasa.

SARAN

1. Bagi instansi

Agar lebih lagi memperdalam pengetahuan peserta didik melakukan edukasi secara terus menerus agar siswa diingatkan kembali untuk pentingnya melakukan protokol kesehatan.

2. Bagi siswa

Untuk lebih lagi menaati peraturan yang telah dibuat terkait protokol kesehatan agar derajat kesehatan semakin meningkat dan secepatnya negara kita kembali normal.

3. Bagi peneliti

Agar lebih lagi terampil dan semangat mempelajari nilai-nilai promosi kesehatan agar dapat mengajak masyarakat untuk boleh hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari. (2013). Pendidikan Kesehatan Sekolah Sebagai ~~Re~~ Perubahan Perilaku Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 9, Nomor 2
- [2] Kemendikbud. (2012). Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan ~~Siswa~~ Kemendikbud. Jakarta: KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN DIREKTORAT JENDERAL PENDIDIKAN DASAR
- [3] KMK NO. HK.01.07-MENKES-382-2020 Tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat Di Tempat Dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan Covid-19
- [4] KPCPEN. (2021). Kepatuhan Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan Harus Ditingkatkan- Berita Terkini | Satgas Penanganan COVID-19. Covid19.go.id. <https://covid19.go.id/p/berita/kepatuhanmasyarakat-terhadap-protokol-kesehatan-harus-ditingkatkan>
- [5] Mustar Y S, Susanto I H, Bakti A P. (2018) Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup ~~Re~~ dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. Universitas Negeri Surabaya. JISIP, Vol. 2 No. 2. ISSN 2598-9944. Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan
- [6] Prasanti, D., & Fuady, I. (2017). Penyuluhan Program Literasi Informasi ~~Kesehatan~~ Dalam Meningkatkan Kualitas Sanitasi Bagi Masyarakat Di Kaki Gunung Burangrang Kab. Bandung Barat. JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat), 1(2), 129– 138
- [7] Unesco, (2001). *Improving Learning Outcomes by Improving Health and ~~Nutrition~~*
Incorporating the FRESH Approach in National Action Plans for Achieving Education for All
- [8] WHO. (2018). School health and youth health promotion: ~~facts~~
http://www.who.int/school_youth_health/facts/en/