

AKSI PEDULI COVID-19 BERUPA SOSIALISASI HIDUP SEHAT DAN BERBAGI SESAMA INSAN

Anton¹, Ade Christian², Eva Rahmawati³, Titin Prihatin⁴, Eka Kurniatun Hazanah⁵, Fathurrahman Dwi Ramtomo⁶, Irwansah Lubis⁷, Nafira Octaviani Amri⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Program Studi Teknik Informatika
Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Komputer Nusa Mandiri
Jl. Jatiwaringin Raya No.02, Kecamatan Makasar Jakarta Timur
¹namaemail@email.com, ²namaemail @email.org, ⁿnamaemail@email.ac.id

Abstract

The current month of Ramadan must be extra in maintaining health related to the rampant Covid-19 outbreak. Apart from maintaining our diet and healthy living, we also have to routinely wash our hands, use masks and keep our distance (Social Distancing). However, there are still many people who do not understand how to deal with the situation when the Covid-19 virus is abundant. Many of the community still do not care about the regulations given by the government which recommend washing their hands frequently, using masks and maintaining a safe distance. To stop the spread of the Covid-19 virus, the government has begun to impose Large-Scale Social Restrictions (PSBB) which are considered capable of accelerating the prevention and at the same time preventing the spread of the Covid-19 virus which is increasingly widespread in Indonesia. However, there are several impacts that have occurred when the PSBB has been implemented, for example, small swords, offline and online motorcycle taxis and small and medium-sized communities, they are very difficult to make a living under such conditions. The Nusa Mandiri STMIK Academy community carries out Community Service in the form of Covid-19 Care Action, in the form of Socialization of Healthy Living and Sharing with People in the month of Ramadan by distributing masks, handsanitizers, boxed rice and takjil for breaking the fast.

Keywords: Covid-19 Care Action, Healthy Living Socialization, Sharing with People

Abstrak

Bulan ramadhan saat ini harus lebih ekstra dalam menjaga kesehatan terkait dengan maraknya wabah Covid-19. Selain dengan menjaga pola makan dan hidup sehat kita pun harus dengan rutin melakukan cuci tangan, menggunakan masker dan menjaga jaga jarak (*Sosial Distancing*). Namun masih banyak masyarakat yang belum mengerti bagaimana menghadapi situasi kondisi pada saat dilimpah virus covid-19. Banyak dari sebgaiian masyarakat yang masih belum peduli akan peraturan yang diberikan oleh pemerintah yang menganjurkan untuk sering mencuci tangan, menggunakan masker dan menjaga jarak aman. Untuk menghentikan penyebaran virus Covid-19 pemerintah mulai memberlakukan Pembatasan Sosial Berkala Besar (PSBB) yang dianggap dapat mampu mempercepat penanggulangan sekaligus mencegah penyebaran virus Covid-19 yang semakin meluas di Indonesia. Namun ada beberapa dampak yang terjadi ketika PSBB sudah diberlakukan, contohnya pedang kecil, ojek offline maupun online serta masyarakat kecil menengah kebawah, mereka sangat kesulitan untuk mencari nafkah disaat kondisi seperti itu. Civitas Akademi STMIK Nusa Mandiri melaksanakan Pengabdian Masyarakat berupa Aksi Peduli Covid-19, berupa Sosialisasi Hidup Sehat dan Berbagi Sesama Insan pada bulan Ramadhan dengan cara pembagian masker, handsanitizer, nasi kotak dan takjil untuk berbuka.

Kata kunci: Aksi Peduli Covid-19, Sosialisasi Hidup Sehat, Berbagi Sesama Insan

PENDAHULUAN

Bulan ramadhan adalah bulan yang penuh dengan barokah [1]. Dalam proses menjalankan ibadah tak selalu berjalan dengan mulus, sama halnya dengan berpuasa. Dalam menjalankan ibadah puasa kita harus memiliki badan sehat, oleh sebab itu kita harus mengatur pola makan serta

hidupnya dengan sebaik mungkin agar mempunyai badan yang sehat. Namun dalam bulan ramadhan saat ini harus lebih ekstra dalam menjaga kesehatan terkait dengan maraknya wabah Covid-19 [2]. Selain dengan menjaga pola makan dan hidup sehat kita pun harus dengan rutin melakukan cuci tangan, menggunakan masker dan menjaga jaga jarak (*Sosial Distancing*). Namun

masih banyak masyarakat yang belum mengerti bagaimana menghadapi situasi kondisi pada saat dilimpah virus covid-19 [3]. Banyak dari sebagian masyarakat yang masih belum peduli akan peraturan yang diberikan oleh pemerintah yang menganjurkan untuk sering mencuci tangan, menggunakan masker dan menjaga jarak aman.

Strategi Menghadapi Pandemi Covid-19 yaitu Perlawanan Menggunakan senjata mematikan Covid-19 seperti Sabun dan Desinfektan, Pertahanan: Melindungi dengan cara Peningkatan Imunitas: Iman, Gizi, Vitamin, Olah raga, PHBS serta Penghindaran Menghindari risiko Tertular, Memutus rantai Transmisi yaitu dengan cara Jaga Hati, Jaga jarak aman (sosial dan Fisik), Hindari Kerumunan. Pemerintah gencar menyusun rencana untuk menghadapi virus pandemi global ini. Terdapat dua cara yang menjadi kunci pengendalian penularan COVID-19 yang dapat dilakukan masyarakat adalah menjaga jarak dan rajin mencuci tangan dengan sabun. Mencuci tangan dengan sabun mencegah penularan virus Covid-19. Kandungan sabun terbukti secara klinis mampu membunuh bakteri, virus, dan kuman penyakit. Mencuci tangan dengan sabun adalah langkah dasar yang paling mudah dan aman untuk melindungi diri dari virus dan merupakan anjuran dari WHO [4].

Pemerintah gencar menyusun planning buat menghadapi virus pandemi dunia ini. Terdapat 2 cara yang sebagai kunci pengendalian penularan COVID-19 yang bisa dilakukan warga merupakan menjaga jeda & rajin mencuci tangan menggunakan sabun. Mencuci tangan menggunakan sabun mencegah penularan virus Covid-19. Kandungan sabun terbukti secara klinis sanggup membunuh bakteri, virus, & kuman penyakit. Mencuci tangan menggunakan sabun merupakan langkah dasar yang paling gampang & kondusif buat melindungi diri berdasarkan virus & adalah anjuran berdasarkan WHO. Virus Covid-19 mampu berada pada mana saja, melekat pada benda-benda yang terdapat pada kurang lebih kita.

Cara yang paling efektif buat mencegah penularan virus tadi merupakan menggunakan tak jarang mencuci tangan gunakan sabun. Membiasakan diri mencuci tangan menggunakan sabun & air mengalir ini krusial dilakukan. Ini yang akan jadi kunci buat membunuh, merusak, & mematikan virus yang mencemari tangan kita [5]. Menurut Depkes RI [6], warga wajib mengetahui bagaimana mencuci tangan menggunakan air & sabun menggunakan benar.

Air yang tidak higienis mengandung kuman & bakteri penyebab penyakit, & bila dipakai maka kuman akan berpindah ke tangan. Pada waktu

makan, kuman menggunakan cepat masuk ke pada tubuh, yang mampu mengakibatkan penyakit. Sabun bisa membersihkan kotoran & membunuh kuman, lantaran tanpa sabun kotoran & kuman masih tertinggal pada tangan.

Manfaat mencuci tangan sendiri pada merupakan buat membersihkan tangan berdasarkan kuman penyakit; dan mencegah penularan penyakit [7]. misalnya diare, kolera, disentri, typhus, kecacingan, penyakit kulit, Infeksi Saluran Pemapasan Akut (ISPA), Tangan sebagai higienis & bebas berdasarkan kuman Penyuluhan adalah serangkaian aktivitas komunikasi menggunakan memakai media pada menaruh donasi terhadap pengembangan potensi, yaitu fisik, emosi, sosial, perilaku & pengetahuan semaksimal mungkin menjadi upaya buat menaikkan atau memelihara kesehatan.

Cuci tangan secara teratur dan menyeluruh dengan sabun dibawah air mengalir dengan 6 langkah yang dianjurkan oleh WHO karena dapat membunuh virus yang mungkin ada di tangan seperti virus corona (Covid-19) yang bisa menempel di berbagai permukaan secara tak langsung dipegang dan mencuci tangan dibawah air mengalir menjaga kita tetap sehat dan mencegah penyebaran infeksi pernapasan dan diare dari satu orang ke orang lain. salah satu tugas dari Penyuluh Kesehatan yaitu petugas kesehatan adalah untuk dapat memberikan edukasi mengenai "Ayo biasakan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir ditengah wabah pandemicorona virus (covid-19)" baik secara langsung atau tidak langsung [4].

Penyuluhan mengenai mencuci tangan memakai sabun & air mengalir diberikan pada warga khususnya orang lanjut usia (lansia) menjadi upaya menaruh pemahaman mengenai pentingnya konduite mencuci tangan gunakan sabun pada kehidupan sehari-hari, terlebih dalam waktu tengah mewabahnya penyebaran virus Covid-19 misalnya syarat waktu ini. Penyuluhan yang dilakukan mengikuti protokol kesehatan yang dianjurkan sang Pemerintah. Para penyuluh menaruh penyuluhan Perilaku Hidup Bersih & Sehat (PHBS) pada warga khususnya grup lansia, galat satunya yaitu bagaimana cara mencuci tangan yang baik & benar.

Setelah menaruh model cara mencuci tangan yang baik & benar, para warga pun mengikuti instruksi secara perlahan, tahapan-tahapan cara mencuci tangan sinkron menggunakan anjuran WHO (World Health Organization) [8]. Perilaku hayati higienis & sehat (PHBS) mampu dimulai semenjak dini menggunakan cara sederhana yakni membiasakan diri mencuci tangan memakai sabun.

Tangan merupakan anggota tubuh yang paling tak jarang berafiliasi eksklusif menggunakan ekspresi & hidung. Kemudian, setiap kali tangan kita kotor, sesudah menceboki bayi & anak, sesudah buang air besar (BAB), sebelum menyusui bayi, sebelum makan & meyuapi anak, sebelum memegang kuliner & sesudah makan. Lantaran itu wajib mulai buat membiasakan cuci tangan supaya kita terhindar berdasarkan kuman. Membersihkan tangan berdasarkan kuman penyakit; dan mencegah penularan penyakit misalnya diare, kolera, disentri, typhus, kecacingan, penyakit kulit, Infeksi Saluran Pemapasan Akut (ISPA), Tangan sebagai higienis & bebas berdasarkan kuman Penyuluhan adalah serangkaian aktivitas komunikasi menggunakan memakai media pada menaruh donasi terhadap pengembangan potensi, yaitu fisik, emosi, sosial, perilaku & pengetahuan semaksimal mungkin menjadi upaya buat menaikkan atau memelihara kesehatan [9].

Untuk menghentikan penyebaran virus Covid-19 pemerintah mulai memberlakukan Pembatasan Sosial Berkala Besar (PSBB) yang dianggap dapat mampu mempercepat penanggulangan sekaligus mencegah penyebaran virus Covid-19 yang semakin meluas di Indonesia [10][11]. Namun ada beberapa dampak yang terjadi ketika PSBB sudah diberlakukan, contohnya pedang kecil, ojek konvensional maupun ojek *online* serta masyarakat kecil menengah kebawah, mereka sangat kesulitan untuk mencari nafkah disaat kondisi seperti itu [12].

Maka dari itu STMIK Nusa Mandiri Jakarta melaksanakan Pengabdian Masyarakat berupa Aksi Peduli Covid-19 Berupa Sosialisasi Hidup Sehat dan Berbagi Sesama Insan pada bulan Ramadhan dengan cara pembagian masker, handsanitizer, nasi kotak dan takjil untuk berbuka di jalan Margonda Raya No. 545, Pondok Cina Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat bersama dengan karang taruna RW 07.

METODE PENGABDIAN MASYARAKAT

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa:

1. Melakukan kegiatan aksi bantuan sosial
2. Memberikan edukasi kepada masyarakat sekitar

Metode untuk mewujudkan Aksi Peduli Covid-19, berupa Sosialisasi Hidup Sehat dan Berbagi Sesama Insan pada bulan Ramadhan dengan cara pembagian masker, *hand sanitizer*, nasi kotak dan takjil untuk berbuka.

Bakti sosial dan penyuluhan yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa STMIK Nusa Mandiri

dan yang menjadi peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat yaitu warga sekitar RW 07 serta pengendara sepeda motor yang tidak memenuhi aturan PSBB serta tidak menggunakan masker.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk Kegiatan

Cakupan Kegiatan yang dilakukan, yaitu:

1. Melakukan berbagi kepada sesama kepada pedagang kecil, ojek konvensional maupun ojek online serta masyarakat kecil menengah kebawah.
2. Melakukan sosialisasi hidup sehat, seperti memberikan arahan untuk menggunakan masker ketika keluar rumah, menggunakan handsanitizer serta mematuhi peraturan PSBB.

Instrumen Pelaksanaan

Pelaksanaan dilakukan di kampus Jl. Margonda Raya No. 545, Pondok Cina Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat dengan Peserta terdiri dari ±100 warga sekitar RW 07 serta pengendara sepeda motor yang tidak memenuhi aturan PSBB serta tidak menggunakan masker.

Luaran Pelaksanaan

Hasil dan luaran yang dicapai dari kegiatan Pengabdian Masyarakat yaitu:

1. Memberikan pemahaman tentang cara hidup sehat guna pencegahan Covid-19 sehingga peserta dapat memberikan ilmu yang didapat kepada keluarganya sehingga dapat membantu meminimalkan tertularnya masyarakat dengan virus Corona
2. Luaran yang dihasilkan adalah *press release* yang dipublikasikan di media massa elektronik dengan link :
<http://news.nusamandiri.ac.id/index.php/artikel/baca/79/Wujud-Berbagi-Berkah--Ramadhan-%E2%80%9CDosen-STMIK-NUSA-MANDIRI-Bagikan-Takjil-Gratis%E2%80%9D> yang harapan akan menginspirasi masyarakat untuk dapat memanfaatkan teknologi informasi secara positif dan maksimal.

Dilihat dari antusias warga di kegiatan ini, maka terlihat respon masyarakat sangat tinggi.

Berikut merupakan dokumentasi mengenai pelaksanaan aksi peduli covid-19:



Gambar 1. Panitia membagikan pada sopir angkot

Pada gambar 1 terlihat panitia membagikan masker dan *hand sanitizer* dan nasi kotak dan takjil kepada sopir angkot. Panitia yang terdiri dari mahasiswa dan dosen serta staff Nusa Mandiri lainnya membagikan kepada masyarakat,

Pada gambar 2 dimana panitia melakukan aksi social kepada ojek bagik konvensional maupun ojek online.



Gambar 2. Panitia membagikan pada ojek online

Pada gambar 3 terlihat bahwa dalam aksi sosialisasi juga didukung oleh masyarakat dan keamanan disana, serta turut membagikan dan menjaga keamanan demi ketertiban bersama.



Gambar 3. Ada tentara dan satpol PP yang juga mendukung pelaksanaan

Pada gambar 4 terlihat bahwa panitia juga bersosialisasi kepada kendaraan bermotor dengan tidak perlu turun dari kendaraan sehingga tidak terjadi penumpukkan masyarakat dan tetap memenuhi standar protokoler.



Gambar 4. Panitia sosialisasi kepada kendaraan bermotor



Gambar 5. Panitia membagikan takjil saat sudah mendekati buka puasa

Pada gambar 5 panitia membagikan takjil saat waktu telah mendekati buka puasa. Aksi sosialisasi dan gerakan masyarakat ini berjalan dengan baik dan mendapat antusiasme dari masyarakat dalam hal ini berarti berstatus peserta, kegiatan ini juga didukung penuh oleh masyarakat, mereka terlihat untuk tertib dan semua berjalan dengan lancar.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat di warga Rukun Tetangga Rt. 008/013 Kelurahan Cipinang Melayu, Kecamatan Makassar, Jakarta Timur diselenggarakan dengan baik dan berjalan lancar dengan memperhatikan aturan-aturan seperti menggunakan masker, hand sanitizer dan jaga jarak. Kendala yang dihadapi dari kegiatan pengabdian masyarakat yaitu masih ada beberapa warga yang belum paham mengenai virus Covid-19 ini. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat membantu warga sekitar dan dapat memberikan edukasi tentang Covid-19. Namun secara keseluruhan aksi sosialisasi dan gerakan masyarakat ini berjalan dengan baik dan mendapat antusiasme dari masyarakat dalam hal ini berarti berstatus peserta, kegiatan ini juga didukung penuh oleh masyarakat, mereka terlihat untuk tertib dan semua berjalan dengan baik.

SARAN

Saran yang dapat diberikan untuk kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini yaitu diharapkan mengadakan sosialisasi dan gerakan kepedulian covid-19 berupa webinar / seminar dengan mengutamakan protokol kesehatan guna memberi edukasi kepada masyarakat agar memahami virus covid-19 ini lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] P. SASTRA, "ANALISIS MAKNA ASOSIASI PANTUN PADA ACARA SERUMPUN MELAYU DI RADIO REPUBLIK INDONESIA TANJUNGPINANG," *jurnal.umrah.ac.id*, Accessed: Nov. 24, 2020. [Online]. Available: http://jurnal.umrah.ac.id/wp-content/uploads/gravity_forms/1-ec61c9cb232a03a96d0947c6478e525e/2017/08/EJOURNAL-RATNA-SARI-130388201089-FKIP-2017-PDF.pdf.
- [2] F. Aziz, D. Riana, J. Dwi Mulyanto, D. Nurrahman, and M. Tabrani, "Usability Evaluation of the Website Services Using the WEBUSE Method (A Case Study: covid19.go.id)," *J. Phys. Conf. Ser.*, p. 12103, 2020, doi: 10.1088/1742-6596/1641/1/012103.
- [3] S. Munthe, J. Manurung, and L. S. Mutiara, "MASKER DI DESA SIFAHANDRO KECAMATAN SAWO SEBAGAI BENTUK KEPEDULIAN TERHADAP MASYARAKAT DITENGAH MEWABAHNYA VIRUS COVID 19 ...," *114.7.97.221*, Accessed: Nov. 24, 2020. [Online]. Available: <http://114.7.97.221/index.php/JAM/article/view/1322>.
- [4] L. R. V. Sinaga, S. A. Munthe, and H. A. Bangun, "Sosialisasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Di Desa Sawo Sebagai - Bentuk Kepedulian Terhadap Masyarakat Ditengah Mewabahnya Virus Covid-19," *J. Abdimas Mutiara*, vol. 1, no. 2, pp. 19-28, 2020.
- [5] M. Ripki, "Pentingnya Kepedulian Sosial di Setiap Musibah dan Bencana Serta Meringankan Ekonomi di Tengah Maraknya Wabah Virus Covid19," *osf.io*, 2020, Accessed: Dec. 16, 2020. [Online]. Available: <https://osf.io/preprints/gn8xk/>.
- [6] Kemenkes RI, "Tanganku Bersih, hidupku sehat," in *Hari Cuci Tangan Pakai Sabun Sedunia (HCTPS)*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013, pp. 20-21.
- [7] S. Notoadmodjo, *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2007.
- [8] Kemenkes, "Penyakit Jantung Penyebab Kematian Tertinggi, Kemenkes Ingatkan CERDIK," *Kemenkes*, 2017. www.depkes.go.id/article/view/17073100005/penyakit-jantung-penyebab-kematian-tertinggi-kemenkes-ingatkan-cerdik.html.
- [9] S. Notoadmodjo, *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010.
- [10] J. Moudy and R. A. Syakurah, "Pengetahuan terkait Usaha Pencegahan Coronavirus Disease (COVID-19) di Indonesia Info Artikel," *journal.unnes.ac.id*, 2020, doi: 10.15294/higeia/v4i3/37844.
- [11] D. Telaumbanua Sekolah Tinggi Ilmu Hukum Nias Selatan, "Urgensi Pembentukan Aturan Terkait Pencegahan Covid-19 di Indonesia," 2020. Accessed: Nov. 24, 2020. [Online]. Available: <https://ejournal.insuriponorogo.ac.id/index.php/qalamuna/article/view/290>.
- [12] P. Itsnaini, "ANALISIS DAMPAK PENERAPAN PSBB (PEMBATASAN SOSIAL BERSKALA BESAR) TERHADAP PASAR MODAL Oleh: M. Ja'far shiddiq Sunariya," *pa-martapuraokut.go.id*, 2020, Accessed:

Nov. 24, 2020. [Online]. Available:
http://www.pamartapuraokut.go.id/images/ARTIKEL_Jakfar.pdf.