

Edukasi Kesehatan dan Upaya Peningkatkan Imunitas Tubuh dalam Rangka Pencegahan Covid-19 di Desa Kedinding Sidoarjo

Wahyu Ningsih¹, Dwi Nur Qoiriyah², Yusanti Ervina³, Yosi Nur Susilawati⁴, Allifa Hanna Rizki⁵, Khoirul Ngibad^{6*}

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Maarif Hasyim Latif

*Email: khoirul_ngibad@dosen.umaha.ac.id

ABSTRACT

The purpose of the community service program for the KKN (Kuliah Kerja Nyata) scheme is to organize health education during the Covid-19 pandemic and make efforts to increase body immunity in the context of preventing Covid-19 in RT 10 RW 03 Gebang Hamlet, Kedinding Village, Tarik District. There are 3 methods of community service activity program, namely: 1) making and distributing herbal herbs, 2) distributing masks, and 3) making videos about how to make hand sanitizers. This community service can have an impact in the form of increasing partner knowledge regarding Covid-19, how to make turmeric herbs, the importance of maintaining distance, and wearing masks.

Keywords: Education, Health, Body Immunity, Prevention Covid-19

ABSTRAK

Tujuan program pengabdian masyarakat skema KKN (Kuliah Kerja Nyata) ini adalah untuk menyelenggarakan edukasi kesehatan di masa pandemi Covid-19 dan melakukan upaya peningkatan imunitas tubuh dalam rangka pencegahan Covid-19 di RT. 10 RW 03 Dusun Gebang Malang Desa Kedinding Kecamatan Tarik. Metode program kegiatan pengabdian masyarakat ini ada 3, yaitu: 1) pembuatan dan pembagian jamu herbal, 2) pembagian masker, dan 3) pembuatan video tentang cara membuat hand sanitizer. Pengabdian masyarakat ini dapat memberikan dampak berupa peningkatan pengetahuan mitra terkait Covid-19, cara pembuatan jamu kunyit, pentingnya menjaga jarak, dan memakai masker.

Kata Kunci: Edukasi, Kesehatan, Imunitas Tubuh, Pencegahan Covid-19

PENDAHULUAN

Penyakit Virus Corona-19 (Covid-19) merupakan penyakit dengan waktu penularan yang cepat. Penyebaran Covid-19 dapat berdampak secara fisik, psikologis, dan sosial. Virus ini menyerang sistem kekebalan tubuh sehingga status kesehatan menjadi cepat menurun dan kondisi yang memburuk akan terjadi jika pasien mengidap penyakit penyerta (Windarwati, et al., 2020). Penyebaran virus ini diperkirakan dari orang ke orang melalui pernapasan dan percikan dari orang yang terinfeksi batuk atau bersin. Selanjutnya, percikan tersebut dapat mendarat di mulut atau hidung orang-orang yang berada di dekatnya atau mungkin terhirup ke dalam paru-paru (Ertiana, et al., 2020).

Di Indonesia, jumlah kasus Covid-19 juga terus meningkat setiap harinya. Hingga tanggal 27 Desember 2020, jumlah kasus positif Covid-19 sebanyak 713.365, kasus aktif sebanyak 108.452 (15,2% dari terkonfirmasi), sembuh sebanyak 583.676 (81,8% dari terkonfirmasi) dan meninggal sebanyak 21.237 (3,0% dari terkonfirmasi) (Satuan Tugas Penanganan Covid-19, 2020b)

Di era pandemi Covid-19 ini, banyak kegiatan atau aktivitas warga yang terhambat dikarenakan harus mematuhi protokol kesehatan dan menghindari terjadinya kerumunan. Keberhasilan suatu negara dalam menurunkan angka positif Covid-19 adalah dengan cara disiplin dalam mematuhi protokol kesehatan. Berdasarkan Pedoman Perubahan Perilaku Penanganan Covid-19, agar menang melawan Covid-19 harus melakukan 3 M, yaitu: memakai masker, mencuci tangan pakai sabun dan menjaga jarak menghindari kerumunan (Satuan Tugas Penanganan Covid-19, 2020a)

Perkampungan RT. 10 RW 03 Dusun Gebang Malang Desa Kedinding Kecamatan Tarik memiliki 1 Balai yang sering digunakan untuk kegiatan-kegiatan kemasyarakatan seperti POSYANDU, arisan ibu-ibu PKK dan pertemuan-pertemuan rutin. Balai tersebut terletak di wilayah RT 05 dan Wilayah RT 06.

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat di Desa Kedinding RT. 10 RW 03, ternyata didapatkan temuan-temuan sebagai berikut:

- Saat beraktivitas di luar ruangan/rumah, masyarakat banyak yang tidak menggunakan masker.
- Banyak masyarakat yang beraktivitas di luar ruangan dengan tidak mematuhi protokol kesehatan dengan menjaga jarak setidaknya 1 meter.
- Kelonggaran masyarakat yang sering melupakan pentingnya penggunaan *hand sanitizer*.
- Banyak masyarakat yang belum mengetahui cara mencuci tangan dengan baik dan benar menggunakan sabun dan air mengalir.
- Banyak masyarakat yang masih mengenakan/memakai masker yang tidak sesuai dengan protokol kesehatan yang dianjurkan oleh WHO. Contoh: masker skuba, masker satu lapis

Oleh karena itu, perlu adanya edukasi kesehatan di masa pandemi Covid-19 ini dan upaya meningkatkan imunitas tubuh untuk pencegahan Covid-19 di Desa Kedinding Sidoarjo. Di era pandemi Covid-19 ini, juga banyak pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk membantu pencegahan penyebaran Covid-19, di antaranya:

- Pembagian masker gratis upaya preventif Covid-19 (Rahmawati et al., 2020)
- Pencegahan Covid-19 di Desa Maduretno Kecamatan Papar Kabupaten Kediri (Ertiana et al., 2020)
- Pembagian sembako kepada masyarakat yang terdampak Covid-19 (Herlan et al., 2020)
- Sosialisasi dan pembagian masker di Pasar (Syapitri et al., 2020)

METODE

Berisi deskripsi tentang proses perencanaan aksi bersama komunitas (pengorganisasian komunitas). Dalam hal ini dijelaskan siapa subyek pengabdian, tempat dan lokasi pengabdian, keterlibatan subyek dampingan dalam proses perencanaan dan pengorganisasian komunitas, metode atau strategi riset yang digunakan dalam mencapai tujuan yang diharapkan dan tahapan-tahapan kegiatan pengabdian masyarakat. Isi Bab Metode diketik dengan menggunakan font Times New Roman ukuran 11, spasi tunggal.

Kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat skema KKN (Kuliah Kerja Nyata) dengan judul “Edukasi Kesehatan dan Upaya Peningkatkan Imunitas Tubuh dalam Rangka Pencegahan Covid-19 di Desa Kedinding Sidoarjo” ini dilaksanakan pada bulan Desember 2020. Mitra dalam pengabdian kepada Masyarakat ini adalah warga masyarakat RT. 10 RW 03 Dusun Gebang Malang Desa Kedinding Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo.

Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan dengan beberapa tahapan yang meliputi:

1. Tahap Persiapan

Persiapan KKN Tematik Kesehatan dan Pendidikan meliputi kegiatan sebagai berikut:

- Sosialisasi program KKN Tema Kesehatan dan Pendidikan oleh mahasiswa kepada warga masyarakat
- Koordinasi dengan kelompok masyarakat sasaran
- Penyiapan bahan-bahan yang dibutuhkan dalam mensukseskan pelaksanaan pengabdian masyarakat skema KKN

2. Tahap Pelaksanaan

Metode dalam tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat untuk mengatasi permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya antara lain:

- Pembuatan dan pembagian jamu herbal pencegah Covid-19 serta sosialisasi pentingnya jamu herbal kepada mitra KKN secara *door to door*.
- Pembagian masker kepada masyarakat yang berkerumun dan tidak memakai masker serta sosialisasi pentingnya penggunaan masker medis.
- Pembuatan video tata cara membuat *hand sanitizer* yang kemudian diupload di youtube.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi kesehatan dan upaya peningkatkan imunitas tubuh dalam rangka pencegahan covid-19 di Desa Kedinding Sidoarjo telah diselenggarakan sesuai dengan waktu yang telah dijadwalkan. Gambar 1

memperlihatkan bahwa tim pengabdian masyarakat sedang membuat jamu herbal pencegah Covid-19. Tutorial pembuatan jamu herbal telah diupload di youtube dengan link (<https://www.youtube.com/watch?v=sDVabtqgi24&feature=youtu.be>). Setelah jamu herbal selesai dibuat, tim pengabdian masyarakat membagikan jamu herbal tersebut kepada warga secara *door to door* disertai dengan melakukan sosialisasi pentingnya mengkonsumsi jamu herbal sebagai salah satu bentuk pencegahan Covid-19 di masa pandemi (Pertiwi, et al., 2020).



Gambar 1. Pembuatan jamu herbal pencegah Covid-19



Gambar 2. Pembagian masker kepada warga

Tim pengabdian masyarakat juga membagikan masker medis kepada masyarakat yang berkerumun dan tidak memakai masker serta melakukan sosialisasi pentingnya penggunaan masker medis (Gambar 2). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tidak ada infeksi SARS-CoV-2 di antara peserta yang memakai masker. Selain itu, risiko tertular SARS-CoV-2 dilaporkan 36,9 kali lebih tinggi pada mereka yang tidak menggunakan masker (Ren et al., 2020).



Gambar 3. Pembuatan *hand sanitizer*

Selain kegiatan pembagian jamu herbal dan masker kepada warga sasaran, tim pengabdian masyarakat juga membuat *hand sanitizer* alami dari bahan daun sirih dan lidah buaya (Gambar 3). Video pembuatan *hand sanitizer* alami tersebut telah diupload di laman youtube (<https://www.youtube.com/watch?v=kMrGT8LWCW4&feature=youtu.be>) agar dapat dilihat oleh banyak orang dan berpotensi untuk dijadikan edukasi dan tutorial dalam pembuatan *hand sanitizer* alami. Berdasarkan penelitian diketahui bahwa ekstrak daun sirih dapat menghambat pertumbuhan bakteri *S.*

aureus secara efektif (Fathoni, et al., 2019). Beberapa kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pelatihan pembuatan *hand sanitizer* alami dari bahan daun sirih juga sudah banyak dilakukan (El-Sulukiyyah, et al., 2020), (Efendi, et al., 2020) (Kiswradono, 2020).

Adapun dampak hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat skema KKN antara lain:

- Peningkatan pengetahuan mitra terkait Covid-19.
- Peningkatan pengetahuan mitra tentang cara pembuatan jamu kunyit.
- Peningkatan pengetahuan mitra tentang cara pembuatan *hand sanitizer*.
- Peningkatan pengetahuan mitra mengenai pentingnya menjaga jarak sekitar satu meter.
- Peningkatan kesehatan mitra akibat mencuci tangan yang bersih, menjaga kebersihan, memakai *hand sanitizer* saat beraktivitas dan mencuci tangan dengan sabun setelah beraktivitas.
- Peningkatan pengetahuan mitra tentang pentingnya memakai masker yang sesuai dengan standar protokol kesehatan yang dianjurkan oleh WHO.

SIMPULAN

Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat skema KKN tentang edukasi kesehatan dan upaya peningkatan imunitas tubuh dalam rangka pencegahan Covid-19 di dusun Gebang Malang Desa Kedinding Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo dapat terlaksana dengan lancar. Hampir 85% telah memahami dan menerapkan sosialisasi dan edukasi yang diberikan melalui kunjungan ke rumah-rumah warga. Rata-rata warga memberikan respon yang sangat memuaskan dengan diadakannya KKN di Dusun Gebang Malang Kecamatan Tarik Sidoarjo.

Saran

Walaupun pelaksanaan sosialisasi dan edukasi telah selesai namun diharapkan warga tetap menerapkan ilmu dan pengetahuan yang telah diperoleh selama kegiatan ini berlangsung. Sebaiknya warga tetap mematuhi dan mengikuti anjuran protokol kesehatan yang telah diberikan oleh pemerintah guna mencegah penyebaran covid-19 dan juga upaya untuk memutuskan mata rantai covid 19.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada LPPM UMAHA Sidoarjo yang telah mensupport pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini secara totalitas.

DAFTAR RUJUKAN

- Efendi, A. P. P., Sholikhah, N., & Ismawati, R. (2020). Pembuatan hand sanitizer alami dengan memanfaatkan tumbuhan daun sirih di rw 04 desa setia mekar. *ABDIPRAJA (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(1), 29–35.
- El-Sulukiyyah, A. A., Ulum, M. M., & Pusparini, D. A. (2020). Pelatihan Pembuatan Hand Sanitizer Daun Sirih Sebagai Upaya Pencegahan Penyebaran Covid-19. di Desa Jarangan Pasuruan. *JAMAICA: Jurnal Abdi Masyarakat*, 1(3), 133–139.
- Ertiana, D., Ulfa, M., Aspiyani, A., Silaturrokhmah, S., & Prastiwi, N. W. Y. (2020). Peningkatan Peran Serta Masyarakat Dalam Pencegahan Covid-19 di Desa Maduretno Kecamatan Papar Kabupaten Kediri. *Darmabakti: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 23–33.
- Faizatin, N. (2018). Peningkatan Motorik Halus Melalui Kegiatan Origami Pada Anak Kelompok A TK DWP Kedungrukem Benjeng Gresik Tahun Pelajaran 2015/2016. *Pedagogi: Jurnal Anak Usia Dini Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 80–88.
- Fathoni, D. S., Fadhillah, I., & Kaavessina, M. (2019). Efektivitas Ekstrak Daun Sirih Sebagai Bahan Aktif Antibakteri Dalam Gel Hand Sanitizer Non-Alkohol. *EQUILIBRIUM Journal of Chemical Engineering*, 3(1).
- Fitriani, F., & Ridhwan, M. (2019). Meningkatkan Keterampilan Motorik Halus Anak dengan Kegiatan Origami TK Pertiwi Kota Banda Aceh. *Serambi PTK*, 6(1), 29–35.
- Herlan, H., Efriani, E., Sikwan, A., Hasanah, H., Bayuardi, G., Listiani, E. I., & Yulianti, Y. (2020). Keterlibatan Akademisi Dalam Menanggulangi Dampak Covid-19 Terhadap Masyarakat Melalui Aksi Berbagi Sembako. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 3(2), 267–277.
- Kiswradono, A. A. (2020). Pelatihan Pembuatan Handsainitizer Berbasis Alkohol dan Daun Sirih pada Kelompok PKK Desa Fajar Baru Jati Agung Lampung Selatan. *Sakai Sambayan Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 224–229.

- Pertiwi, R., Notriawan, D., & Wibowo, R. H. (2020). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam Pembuatan Jamu untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Bagi Mahasiswa UNIB Dan Masyarakat sebagai Pencegahan COVID-19. *Dharma Raflesia: Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 18(2), 110–118.
- Rahmawati, R., Pannyiwi, R., Nurhaedah, N., Muhammadong, M., Amiruddin, A., & Sakriawati, M. (2020). Pembagian Masker Gratis Upaya Preventif Covid-19. *Jurnal Abmas Negeri*, 1(1), 1–5.
- Ren, X., Shao, X.-X., Li, X.-X., Jia, X.-H., Song, T., Zhou, W.-Y., ... Fu, X.-J. (2020). Identifying potential treatments of COVID-19 from Traditional Chinese Medicine (TCM) by using a data-driven approach. *Journal of Ethnopharmacology*, 258, 112932. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2020.112932>
- Satuan Tugas Penanganan Covid-19. (2020a). *Pedoman Perubahan Perilaku Penanganan Covid-19*. Jakarta.
- Satuan Tugas Penanganan Covid-19. (2020b). Peta Sebaran COVID-19. Retrieved from <https://covid19.go.id/peta-sebaran-covid19>
- Syapitri, H., Siregar, L. M., & Saragih, F. L. (2020). Pencegahan Penularan Covid-19 Melalui Sosialisasi Dan Pembagian Masker Di Pasar Pringgan Medan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 3(2), 422–429.
- Windarwati, H. D., Oktaviana, W., Mukarromah, I., Ati, N. A. L., & Sulaksono, A. D. (2020). In the middle of the COVID-19 outbreak: Early practical guidelines for psychosocial aspects of COVID-19 in East Java, Indonesia. *Psychiatry Research*, 113395.