

“FACE SHIELD” WUJUD IBU DAN REMAJA KREATIF, SEHAT DAN BERKUALITAS DI ERA COVID-19

Maya Sari Dewi
Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Mahasaraswati Denpasar
Email: mayadewi0112@gmail.com

ABSTRAK

Indonesia tengah mengalami masa pandemik Covid-19, dimana merupakan “*world global pandemic*” yang tidak hanya kita jumpai dinegara kita. Adanya hal ini, melumpuhkan semua aspek baik dunia perekonomian, pendidikan, kesehatan dan bidang lainnya. Semua orang dituntut untuk bekerja dari rumah, atau belajar dari rumah. Hal ini menjadikan butuhnya aktivitas dirumah yang berkualitas. Anak-anak dan remaja khususnya membutuhkan banyak kegiatan yang bermanfaat dimasa ini, sehingga sangat dibutuhkan peran serta orangtua terutama ibu untuk memikirkan kegiatan yang bermanfaat bagi putra/putrinya. Banyak aktivitas yang bisa dilakukan, antara lain memasak atau membuat karya yang bisa digunakan dimasa pandemik ini, salah satunya yaitu pembuatan “face shield” yang bisa melengkapi protokoler kesehatan yaitu sebagai pelindung wajah dikombinasikan dengan penggunaan masker. *Face shield* merupakan alat proteksi untuk melindungi mata, hidung dan mulut dari infeksi droplet. Pembuatannya sangat sederhana dan tidak memerlukan biaya yang mahal.

Kata Kunci: pandemik Covid-19, Ibu, remaja, *face shield*

ABSTRACT

Indonesia is experiencing the Covid-19 pandemic, which is a "world global pandemic" that we do not only encounter in our country. The existence of this, paralyzes all aspects of the world economy, education, health and other fields. Everyone is required to work from home, or learn from home. This makes quality home activities necessary. Children and adolescents in particular need a lot of useful activities at this time, so the participation of parents, especially mothers, is needed to think about activities that are beneficial to their children. There are many activities that can be done, including cooking or making works that can be used during this pandemic, one of which is making a "face shield" which can complement health protocols, namely as a face shield combined with the use of a mask. Face shield is a protective device to protect the eyes, nose and mouth from droplet infections. The manufacture is very simple and does not require expensive costs.

Keywords: Covid-19 pandemic, mother, teenager, *face shield*

1. Pendahuluan

Seluruh dunia sedang mengalami masa-masa sulit, termasuk negara kita yang sedang mengalami pandemic Covid-19 sejak maret 2020. SARS-CoV-2 atau yang kita kenal dengan Covid-19, merupakan infeksi virus yang menyerang saluran pernapasan, yang awalnya disebabkan transmisi droplet pada mata, hidung dan mulut. Virus ini sangat cepat berkembang, terutama lewat aerosol atau melekat pada permukaan benda. Banyak alat proteksi yang bisa digunakan untuk mengurangi penyebaran virus ini, selain rajin mencuci tangan dan menghindari kontak dengan orang lain, yaitu wajib

penggunaan masker ataupun face shield. Masa pandemik ini mengajak kita semua untuk lebih peduli akan kebersihan dan kesehatan, karena aktivitas jadi semakin terbatas. WFH (*worked from home*), WFO (*worked from office*), sistem pembelajaran online, semua diberlakukan untuk mempercepat berakhirnya pandemik ini. Anak-anak dituntut tetap aktif dengan belajar online, oleh karena itu sangat dibutuhkan peran serta orangtua terutama Ibu untuk meningkatkan kreativitas buah hatinya.

2. Pembahasan

Transmisi yang ditimbulkan oleh virus covid-19 seperti lewat *respiratory droplets* sifatnya bisa pre simptomatis ataupun asimtomatis. Untuk mengurangi penyebaran virus maka ada 2 hal yang perlu dilakukan yaitu : 1) membatasi kontak antar individu via physical distancing dan melakukan beberapa pemeriksaan, 2) menurunkan kemungkinan terjadinya kontak transmisi. (Jeremy,austin 2020)

Hal- hal yang dapat dilakukan untuk membantu menurunkan penyebaran virus tersebut selain hal diatas yaitu penyediaan alat proteksi seperti *Face mask, Face shield, Surgical mask, Filtering Facepiece Respirator* . Perbedaan diantara alat tersebut yaitu pada batas proteksi nya. *Face Mask*, proteksi pada hidung dan mulut pengguna, *Face shields* proteksi pada mata dan area wajah terhadap kontak atau cipratan cairan dari orang lain. *Surgical mask* ,proteksi mulut dan hidung pengguna dari physical barrier dan partikel2 nya. (Fda 2020)

Sekarang banyak beredar dipasaran produk-produk proteksi yang beragam jenisnya terutama masker dan face shield. Ada beberapa hal yang perlu dipertimbangkan dalam pembuatan Face shield antara lain : harus nyaman dan fit disekeliling kepala dan tidak ada space antara dahi dan *shield, Disposable/ reuse*, Kualitas dari bahan *Face shield* yang terbaik jika ketebalannya adalah 150-200 micron , Cara pemasangannya, dan metode sterilisasinya. . Adapun beberapa keuntungan dari pemakaian Face shield antara lain :

- Nyaman digunakan
- Proteksi lebih luas pada bagian wajah
- Lebih sedikit berembun dibandingkan dengan google
- Tidak mengganggu pernafasan
- Murah
- Tidak mengganggu saat bicara
- Mudah disterilkan

Masa pandemic menjadikan banyak kegiatan dilakukan dirumah, lebih banyak waktu yang bisa dimanfaatkan bersama anggota keluarga. Hal ini terkait dengan himbauan pemerintah untuk dirumah saja, kebijakan

work from home serta penerapan belajar dirumah. Untuk itu sangat diperlukan kegiatan-kegiatan yang kreatif, inovatif dan produktif yang bisa dilakukan untuk mencegah kebosanan. Ibu memegang peranan penting di masa pandemic ini, selain menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga juga menciptakan kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan kreatifitas anak-anak dan remaja. Ada beberapa kegiatan yang dapat dilakukan dengan anak, salah satunya yaitu mengajarkan ketrampilan-ketrampilan baru kepada anak, contohnya yaitu mengajak anak membuat face shield. Face shield dapat dibuat dengan bahan yang sederhana. Hanya dengan menyediakan mika tebal, scotlite, spons, aluminium, karet, kain perlak dan lem kayu saja, anak-anak sudah mampu berkreasi untuk mengembangkan imajinasi mereka masing-masing.

3. Kesimpulan dan Saran

Dunia tengah mengalami pandemic Covid-19, dimana hal ini mempengaruhi semua aspek kehidupan. Semua orang dituntut untuk selalu memperhatikan protokol kesehatan dan kebanyakan aktifitas dilakukan dirumah. Peran Ibu dimasa pandemic sangat besar, terutama untuk buah hatinya, berbagai cara selalu dikembangkan agar anak tetap kreatif dan tidak bosan. Beberapa hal yang bisa dilakukan untuk mengurangi penyebaran virus ini yaitu: social dan physical distancing, penggunaan masker, face shield , dll. Penggunaan masker dan face shield lebih baik jika digunakan secara bersamaan. Face shield bisa dibuat sendiri dengan bahan yang sederhana, maka hal ini dapat menjadi alternatif kegiatan ibu dan remaja atau buah hatinya untuk berkeaktivitas bersama.

Saran

Tetap menjaga kesehatan dan selalu mentaati protokol kesehatan.

Daftar Acuan

Jeremy, Austin, dkk (2020), Face Mask Against COVID-19: An Evidence Review; Preprint posted 13 May 2020

- Mubarak and Sapna (2020). Safety Guideline for Sterility of Face Shields during Covid-19 Pandemic; Indian Journal Otolaryngo head neck surgery. published 30 april 2020.
- U.S Department of health and human service (2020); Enforcement Policy For Face Masks and Respirators During the COVID-19 Public Health Emergency (revised); May 2020.
- Artikel jatengprov.go.id ; Peran penting Perempuan Menjaga Keluarga di Tengah Pandemi ; 25 juni 2020.
- Euis, Dina, Fitri (2020), Analisis Peran Orang tua dalam mendampingi anak di masa Pandemi Covid-19; Jurnal Obsesi V.5 , 31 May 2020.