

EDUKASI INFORMASI TATA CARA ISOLASI MANDIRI DAN PENGUNAAN DOBEL MASKER DI LINGKUNGAN DUSUN PALALINGGAH DESA EKASARI

Ria Koesoemawati¹⁾, Daniel Manek²⁾, Pande Luh Gede Lenny Wulandari³⁾

Universitas Mahasaraswati Denpasar

Email: ria63kus@unmas.ac.id

ABSTRAK

Sejak ditetapkannya Indonesia sebagai darurat bencana corona berdasarkan rekomendasi WHO, maka pemerintah mengambil beberapa langkah yang ditetapkan sebagai kebijakan untuk pencegahan penularan COVID-19. salah satu upaya yang dilakukan adalah melakukan isolasi diri dengan tujuan mencegah supaya yang sakit tidak bertemu dengan orang yang sehat sehingga tidak terjadi penularan. Penggunaan masker merupakan strategi lain pencegahan yang direkomendasikan oleh Centre for Disease Control (CDC) untuk memperlambat penyebaran COVID-19. Permasalahan yang terjadi di lingkungan Banjar Palalinggah pada masa pandemi COVID-19, yaitu kurangnya pengetahuan mengenai tata laksana isolasi mandiri di rumah, kurangnya informasi mengenai penggunaan dobel masker untuk mencegah penyebaran virus Covid-19 terutama varian delta dan kurangnya sumber informasi yang tersedia di lingkungan desa dan dusun. Program pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan, yaitu edukasi oleh narasumber tenaga kesehatan mengenai tata laksana isolasi mandiri di rumah, demonstrasi mengenai penggunaan dobel masker sekaligus membagikan masker bedah dan masker kain serta pemasangan poster mengenai penggunaan dobel masker. Metode yang digunakan, yaitu metode penyuluhan dan praktik. Hasil kegiatan ini dapat menjadikan masyarakat dapat mengetahui dan memahami tata laksana isolasi mandiri serta pemakaian dobel masker yang benar sehingga dapat lebih tanggap apabila terkonfirmasi positif covid dan mampu mencegah penularan virus Covid-19 terlebih varian delta, selain itu sumber informasi mengenai pemakaian dobel masker di lingkungan Banjar Palalinggah juga bertambah.

Kata Kunci: COVID-19, Isolasi Mandiri, Dobel Masker

ANALISIS SITUASI

Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-Cov-2) merupakan coronavirus jenis baru yang baru diidentifikasi sejak akhir 2019. SARS-Cov-2 atau yang lebih umum dikenal sebagai Covid-19 menyebar dengan cepat, hingga pada tanggal 11 Maret 2020 WHO menetapkan Covid-19 sebagai pandemi. Indonesia melaporkan kasus pertama pada tanggal 2 Maret 2020. (Kemenkes RI, 2020).

Coronavirus ini dapat menyebabkan penyakit pada hewan atau manusia. Terdapat 4 genus yaitu alphacoronavirus, betacoronavirus, gammacoronavirus, dan deltacoronavirus. Varian Delta ini terbukti meningkat setelah adanya transmisi antarmanusia. Diketahui varian Delta ini bisa menginfeksi kembali pasien COVID-19 dan makin memperlemah kekebalan tubuh pasien. Padahal seharusnya apabila sudah terinfeksi COVID-19 pasien mendapatkan antibodi secara alami. Kemudian varian

Delta ini bisa menurunkan kekebalan tubuh seseorang dengan usia yang lebih tua meskipun sudah divaksinasi dua dosis (Kemkes. 2021). Varian delta yang ditemukan ini merebak sangat cepat dan sampai di Indonesia serta sudah memakan banyak korban. Sejak ditetapkannya Indonesia sebagai darurat bencana corona berdasarkan rekomendasi WHO, maka pemerintah mengambil beberapa langkah yang ditetapkan sebagai kebijakan untuk pencegahan penularan COVID-19 ini. Untuk mengantisipasi dan mengurangi jumlah penderita virus corona di Indonesia dilakukan beberapa kebijakan di seluruh daerah, diantaranya dengan memberikan kebijakan membatasi aktifitas keluar rumah, kegiatan sekolah dirumahkan, bekerja dari rumah (work from home), bahkan kegiatan beribadah pun dirumahkan. Pemerintah akhirnya menetapkan kebijakan karantina wilayah dengan adanya penutupan beberapa akses jalan dalam waktu tertentu, pembatasan jumlah transportasi, pembatasan jam operasional transportasi, yang tentunya kebijakan itu dimaksudkan untuk dapat menahan laju aktifitas masyarakat keluar rumah. Kebijakan karantina wilayah ini dikenal dengan PSBB yaitu pembatasan sosial berskala besar (Satuan Tugas Pengamanan COVID-19 Indonesia, 2020).

Untuk mengurangi penyebaran penularan Covid 19 salah satu upaya yang dilakukan adalah melakukan isolasi diri dengan tujuan mencegah supaya yang sakit tidak bertemu dengan orang yang sehat sehingga tidak terjadi penularan. Namun masyarakat masih banyak yang tidak paham dengan isolasi mandiri terutama mengenai hal – hal yang harus dipersiapkan selama menjalani isolasi mandiri. Sehingga terjadi peningkatan angka kematian akibat Covid-19 dikarenakan saturasi penderita menurun ketika melaksanakan isolasi mandiri. Perhimpunan Dokter Spesialis Penyakit Dalam Indonesia (PAPDI) menghimbau untuk menyiapkan termometer dan oxymeter bagi masyarakat yang menjalankan isolasi mandiri serta membuat catatan harian untuk memantau gejala yang dialami, suhu penderita, saturasi oksigen, frekuensi nadi, laju nafas dan keluhan lain yang dialami penderita.

Penggunaan masker merupakan strategi lain pencegahan yang direkomendasikan oleh Centre for Disease Control (CDC) untuk memperlambat penyebaran COVID-19. Masker secara substansial mengurangi droplets dari pernapasan dan aerosol yang dihembuskan dari pemakai yang terinfeksi dan mengurangi paparan pemakai yang tidak terinfeksi terhadap partikel-partikel ini. Masker kain dan masker medis lebih longgar daripada respirator (misalnya, masker N95).

Efektivitas masker kain dan masker medis dapat ditingkatkan dengan memastikan bahwa masker tersebut dipasang dengan baik pada kontur wajah untuk mencegah kebocoran udara di sekitar tepi masker (Brooks dkk. 2021).

Hasil penelitian CDC menyebutkan bahwa penggunaan dobel masker dengan cara menggunakan masker medis dikombinasikan dengan masker kain di atasnya lebih efektif mencegah penularan virus Covid-19 dibanding dengan hanya menggunakan

masker medis saja. Tujuan dari pemakaian masker berlapis seperti ini juga mencegah dari meluasnya varian delta. Peneliti mengungkapkan bahwa menggunakan masker yang berlapis akan mengurangi angka penularan hingga 92,5% dari partikel yang berbahaya. Selain itu juga CDC menegaskan bahwa penggunaan masker berlapis sangat dianjurkan pada orang dengan usia 2 tahun keatas untuk mencegah terjadinya penularan.

Sampai kekebalan populasi yang diinduksi vaksin tercapai, penggunaan masker adalah cara yang sangat efektif untuk memperlambat penyebaran COVID-19 bila dikombinasikan dengan tindakan perlindungan lainnya, seperti menjaga jarak, menghindari keramaian dan ruangan yang berventilasi buruk, serta kebersihan tangan yang baik. Penggunaan masker berlapis tentunya efektif dan meningkatkan perlindungan diri dari virus COVID-19, tetapi harus juga memperhatikan dalam memodifikasi penggunaan masker, pastikan setiap pengguna bisa bernapas lega tanpa sesak saat menggunakan masker (Fitriasari. 2021).

Desa Ekasari merupakan salah satu desa dari 9 desa yang ada dalam wilayah Kecamatan Melaya, Desa Ekasari yang di jadikan salah satu desa untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat Universitas Mahasaraswati Denpasar. Berdasarkan observasi yang dilakukan pada tanggal 28 - 30 Juli 2021 dengan mewawancarai aparat desa, diketahui bahwa kondisi di Desa Ekasari mengalami peningkatan jumlah warga yang positive Covid-19 dalam kurun waku cepat di bulan Juli 2021 hingga berstatus zona hitam. Beberapa diantaranya harus menjalani isolasi mandiri di rumah masing – masing dikarenakan fasilitas karantina yang ditunjuk pemerintah dalam keadaan penuh. Kemenkes menyatakan bahwa isolasi adalah upaya memisahkan seseorang yang sakit yang membutuhkan perawatan COVID-19 atau seseorang terkonfirmasi COVID19, dari orang yang sehat yang bertujuan untuk mengurangi risiko penularan (Kemenkes. 2021).

Kurangnya edukasi secara langsung kepada masyarakat mengenai tata cara isolasi mandiri dapat dilihat dari kepanikan yang muncul pada warga yang terkonfirmasi positive Covid-19. Dusun Palalinggah sendiri yang memiliki jumlah penduduk sebanyak 511 jiwa, terdapat 3 warga yang terkonfirmasi positif dan sudah menjalani isolasi. Dari 10 Dusun yang ada di Desa Ekasari, Dusun Palalinggah menjadi salah satu dusun yang terkena dampak lebih ringan daripada dusun lainnya. Sebelumnya pihak desa sudah mensosialisasikan mengenai prokes yang harus dilakukan guna mencegah penyebaran Covid-19 serta membagikan masker ke setiap kepala keluarga untuk mendukung hal tersebut. Selain itu vaksinasi kepada masyarakat secara gebyar juga sudah terlaksana. Namun perlonjakan angka positive Covid-19 di lingkungan Dusun Palalinggah juga dipicu karena masih seringkali dijumpai warga yang tidak memakai masker atau hanya memakai masker scuba dikeseharian. Nyatanya jenis masker scuba sudah lama tidak dianjurkan untuk digunakan, dan pemerintah sedang gencar untuk mengajak menggunakan dobel masker demi

mencegah penularan Covid-19, terutama Covid-19 varian delta. Sebuah studi yang dilakukan oleh Center of Disease Control and Prevention (CDC) Amerika Serikat menyimpulkan bahwa pemakaian masker ganda (dengan masker kain diatas masker bedah) dapat menurunkan kemungkinan seseorang terpapar Covid-19 secara substansial (Kawal Covid-19. 2021). Sumber informasi yang kurang tersedia serta kurang terpaparnya masyarakat dengan teknologi menjadi salah satu faktor penyebab kurangnya pengetahuan warga Dusun Palalinggah. Hanya masyarakat golongan muda yang terpapar teknologi dengan baik, namun minat untuk mencari tahu informasi pada masyarakat golongan muda masi minim. Karena banyaknya hoax yang beredar pun, masyarakat jadi susah untuk mempercayai informasi yang di dapat sehingga diperlukan pemberian informasi oleh narasumber yang kompeten.

PERUMUSAN MASALAH

- 1) Kurangnya pengetahuan mengenai tata laksana isolasi mandiri di rumah.
- 2) Kurangnya informasi mengenai penggunaan dobel masker untuk mencegah penyebaran virus Covid-19 terutama varian delta.
- 3) Kurangnya sumber informasi yang tersedia di lingkungan desa dan dusun.

SOLUSI YANG DIBERIKAN

- 1) Mengadakan edukasi oleh narasumber tenaga kesehatan mengenai tata laksana isolasi mandiri di rumah .
- 2) Melakukan demonstrasi mengenai penggunaan dobel masker sekaligus membagikan masker bedah dan masker kain.
- 3) Pemasangan poster mengenai penggunaan dobel masker.

METODE PELAKSANAAN

- 1) Metode Pelaksanaan Program Edukasi Tata Laksana Isolasi Mandiri di Rumah
Pelaksanaan program edukasi tata laksana isolasi mandiri di rumah dilakukan secara daring melalui aplikasi zoom meeting. Pre-test dilakukan untuk mengawali pelaksanaan program melalui daring dengan menggunakan google form. Pemaparan materi edukasi dilakukan oleh dokter umum dinas kesehatan setempat yaitu Kepala Puskesmas 1 Melaya, dr Ni Komang Yulia Restu Ayu Ningsih, S.Ked. Pelaksanaan program diakhiri dengan post- test dan setelahnya dilakukan analisis mengenai hasil pre-test dan post-test guna mengetahui peningkatan pemahaman yang terjadi pada peserta edukasi. Program edukasi tata laksana isolasi mandiri di rumah dilaksanakan dengan metode praktik.
- 2) Metode Pelaksanaan Program Demonstrasi Penggunaan Dobel Masker
Pelaksanaan program demonstrasi penggunaan dobel masker dilakukan secara luring dengan mengambil tempat di rumah beberapa warga. Sebelum

pelaksanaan program, masker bedah dan masker kain yang akan digunakan untuk demonstrasi dan yang akan dibagikan disiapkan. Demonstrasi dilakukan pada beberapa perwakilan masyarakat dan setelahnya dilakukan pembagian masker kain dan masker bedah kepada masyarakat peserta demonstrasi. Adapun metode pendekatan yang digunakan pada program kerja demonstrasi penggunaan dobel masker ini adalah metode praktik yang dilakukan dengan berdiskusi dan turun langsung ke lapangan dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan yang ketat serta memberikan demonstrasi penggunaan dobel masker yang disarankan pemerintah.

3) Metode Pelaksanaan Program Pemasangan Poster Dobel Masker

Program pemasangan poster dobel masker dilaksanakan secara luring di Balai Banjar Palalinggah dan Balai Desa Ekasari. Pelaksanaan program diawali dengan melakukan pemilihan dan pencetakan poster yang akan dipasang. Setelah menentukan jadwal dengan aparat desa, poster dipasang di tempat tempat umum yaitu Balai Banjar Palalinggah dan Balai Desa Ekasari. Metode yang digunakan pada program pemasangan poster dobel masker ini adalah metode praktik yang dilakukan dengan berdiskusi dan turun langsung ke lapangan dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan.

HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini di dilaksanakan di lingkungan Banjar Palalinggah, Desa Ekasari pada tanggal 28 Juli 2021 sampai dengan tanggal 4 September 2021. Upaya pencegahan penyebaran virus COVID-19 pada masyarakat di lingkungan Banjar Palalinggah telah berhasil ditingkatkan dengan program kerja pengabdian masyarakat, yaitu edukasi oleh tenaga kesehatan mengenai tata laksana isolasi mandiri dirumah, demonstrasi mengenai penggunaan dobel masker sekaligus pembagian masker bedah dan masker kain, serta pemasangan poster mengenai penggunaan dobel masker.

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Banjar Palalinggah telah berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat sekaa teruna teruni mengenai tata laksana isolasi mandiri yang diberikan oleh tenaga kesehatan, yaitu dokter umum dari Puskesmas 1 Melaya. Adapun rekapitulasi hasil kuesioner sekaa teruna teruni di lingkungan Banjar Palalinggah adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Rekapitulasi Kuesioner Tata Laksana Isolasi Mandiri di Banjar Palalinggah

No	Soal Kuesioner	Jumlah responden (n)	Persentase Jawaban Benar Sebelum	Persentase Jawaban Benar Sesudah	Peningkatan
1.	Bagaimana gejala ringan Covid-19?	23	87%	100%	+13%
2.	Apa prasyarat sebelum melakukan isolasi mandiri?	23	87%	96%	+9%
3.	Apa strategi pengendalian pandemi Covid-19 yang dianjurkan dilakukan masyarakat?	23	91,3%	96%	+4,7%
4.	Berapa lama seseorang yang positif Covid-19 menjalani isolasi mandiri?	23	78,3%	100%	+21,7%
5.	Alat yang harus disiapkan dirumah ketika menjalani isolasi mandiri adalah?	23	91,3%	100%	+8,7%
6.	Alat untuk memeriksa kadar oksigen secara berkala adalah?	23	100%	100%	+0%
7.	Apa yang perlu dipantau setiap hari selama menjalani isolasi mandiri?	23	73,9%	100%	+26,1%
8.	Berjemur untuk mendapatkan asupan vitamin D disarankan sekitar pukul?	23	8,7%	60%	+51,3%
9.	Durasi berjemur dibawah sinar matahari disarankan selama?	23	43,5%	84%	+40,5%
10.	Isolasi mandiri mulai tidak dianjurkan oleh pemerintah dan diganti dengan isolasi terpusat karena?	23	34,8%	68%	+33,2%

Untuk rumus perhitungan jawaban sebelum dan sesudah dilaksanakannya penyuluhan adalah sebagai berikut :

$$\text{Persentase jawaban benar} = \frac{\text{Total Jawaban Benar}}{\text{Total Skor Maks.}} \times 100\%$$

Secara umum, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan sasaran dengan rata-rata 20,82%.

Hal ini membuktikan bahwa kegiatan edukasi berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai tata laksana isolasi mandiri di rumah seperti harus menyiapkan thermometer dan oxymeter ketika menjalani isolasi mandiri, tetap menggunakan masker, memisahkan alat makan dan lain lain.



Gambar 1 Pelaksanaan Edukasi Mengenai Tata Laksana Isolasi Mandiri di Rumah secara daring oleh dr. Yulia Restu kepada Sekaa Teruna Teruni Banjar Palalinggah

Setelah diberikan edukasi mengenai tata laksana isolasi mandiri, dilakukan demonstrasi mengenai penggunaan double masker sekaligus membagikan masker bedah dan masker kain ke masyarakat sekitar Banjar Palinggah. Selain itu juga dilakukan pemasangan poster yang dicetak menurut Center of Disease Control and Prevention (CDC) Amerika Serikat mengenai penggunaan double masker yang baik dan penggunaan double masker yang tidak dianjurkan. Poster tersebut dipasang di Balai Desa Ekasari dan Balai Banjar Palinggah.



Gambar 2 Pelaksanaan Pemasangan Poster Double Masker oleh pelaksana pengabdian masyarakat di Balai Banjar Palinggah dan Balai Desa Ekasari

Kegiatan edukasi mengenai tata laksana isolasi mandiri di rumah memberikan hasil bahwa masyarakat khususnya sekaa teruna teruni dapat mengetahui dan juga memahami lebih lanjut lagi mengenai tata laksana isolasi mandiri, seperti harus tetap memakai masker jika terdapat salah satu anggota keluarga yang terkonfirmasi positif Covid-19, isolasi dilakukan di kamar terpisah dengan sirkulasi dan pencahayaan yang baik, dan bahwa saat ini pemerintah mengeluarkan kebijakan untuk isolasi terpusat (isoter) mulai dari tingkat desa, kecamatan hingga kabupaten/kota. Kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dikarenakan adanya partisipasi dari masyarakat dalam kegiatan ini.

Kegiatan demonstrasi penggunaan dobel masker sekaligus membagikan masker kain dan masker bedah kepada masyarakat dilaksanakan di rumah beberapa warga. Masyarakat mendukung pelaksanaan kegiatan ini, dapat dilihat dari masyarakat yang telah menyempatkan waktunya untuk menyimak kegiatan ini. Pelaksanaan kegiatan ini memberikan hasil menjadikan masyarakat memahami penggunaan dobel masker yaitu masker bedah di dalam dengan masker kain di luar, masker bedah tidak dianjurkan untuk dilakukan penggunaan ganda dengan sesama masker bedah serta masker N95 sekali pakai tidak dianjurkan digunakan secara ganda dengan masker apapun. Serta masyarakat dapat langsung mengaplikasikannya karena sudah dibagikan masker bedah dan masker kain ketika demonstrasi.



Gambar 3 Pelaksanaan Demonstrasi Penggunaan Dobel Masker oleh pelaksana pengabdian masyarakat di Banjar Palalinggah

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di Banjar Palalinggah, masyarakat dapat mengetahui dan memahami tata laksana isolasi mandiri serta pemakaian dobel masker yang benar sehingga dapat lebih tanggap apabila terkonfirmasi positif covid dan mampu mencegah penularan virus Covid-19 terlebih varian delta, selain itu sumber informasi mengenai pemakaian dobel masker di lingkungan Banjar Palalinggah juga bertambah. Peningkatan pemahaman mengenai tata laksana isolasi mandiri di Banjar Palalinggah dapat dilihat dari rekapitulasi hasil pre-test dan post-test yang dilaksanakan yaitu terjadi peningkatan tingkat pengetahuan sasaran dengan rata-rata 20,82%.

Pelaksanaan kegiatan program pengabdian masyarakat ini sudah terealisasi 100%, diharapkan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan oleh setiap masyarakat di Banjar Palalinggah serta sumber informasi yang ada dapat dijaga serta dijaga dan diperbaharui. Masyarakat diharapkan untuk tetap menaati protokol kesehatan serta menggunakan masker dengan dobel masker yang benar untuk meminimalisir penyebaran virus Covid-19 khususnya varian delta. Puskesmas 1 Melaya selaku Dinas Kesehatan setempat diharapkan melaksanakan edukasi kepada masyarakat di wilayah kerjanya mengenai tata laksana

isolasi mandiri secara berkelanjutan. Serta Satgas Covid-19 Desa Ekasari diharapkan dapat menyebarkan informasi mengenai dobel masker secara berkelanjutan, serta diharapkan dapat menambah sumber informasi mengenai pencegahan Covid-19 di lingkungan Banjar Palalinggah maupun di lingkungan Desa Ekasari.

DAFTAR PUSTAKA

- Brooks JT, Beezhold DH, Noti JD, et al. ‘Maximizing Fit for Cloth and Medical Procedure Masks to Improve Performance and Reduce SARS-CoV-2 Transmission and Exposure’, 2021. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep* 2021;70:254–257.
DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm7007e1>
- Fitriasari, E. (2021) ‘Sosialisasi Penggunaan Masker Sebagai Upaya Penerapan Protokol Kesehatan Di Masyarakat Desa Kairatu’, *Journal of Human and Education*, 1(2), pp. 9–11.
- Kawal Covid-19 2021, Double Mask. Kawal Covid 19, dilihat 31 Juli 2021, <<https://kawalcovid19.id/content/2018/double-mask>>
- Kawal Covid-19 2021, ‘Cara Isolasi Mandiri yang Benar’, Kawal Covid 19, dilihat 31 Juli 2021, < <https://kawalcovid19.id/content/1931/cara-isolasi-mandiri-yang-benar>>.
- Kementerian Kesehatan RI (2020) ‘Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus deases (Covid-19)’, *Kemntrian Kesehatan*, 5, p. 178. Available at: https://covid19.go.id/storage/app/media/Protokol/REV-05_Pedoman_P2_COVID-19_13_Juli_2020.pdf.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) ‘Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/4641/2021 Tentang Panduan Pelaksanaan Pemeriksaan, Pelacakan, Karantina, Dan Isolasi Dalam Rangka Percepatan Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) Dengan’, *KMK/ Nomor HK,01,07/MENKES/4641/2021*, 169(4), pp. 308–311.
- Kemkes 2021, ‘Interaksi Sosial yang Tinggi Penyebab Lonjakan Kasus Covid-19’, *Kesiapsiagaan Menghadapi Infeksi Covid-19*, *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, dilihat 31 Juli 2021, < <https://www.kemkes.go.id/article/view/21061500001/interaksi-sosial-yang-tinggi-penyebab-lonjakan-kasus-covid-19.html>>.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Penyakit Dalam Indonesia (2021) ‘Buku Panduan Isolasi Mandiri’, pp. 1–18.
- Satuan Tugas Pengamanan COVID-19 Indonesia. (2020). *Data Sebaran Virus Corona Indonesia*. <https://www.covid19.go.id/>