

Upaya Menerapkan 5M melalui Peran Anak Sejak Dini dalam Masa Pandemi Covid-19

Qurratul A'yun¹, Kinanatul Qomariyah²

Program Studi D3 Kebidanaan, Universitas Islam Madura

e-mail: qurratulayun1709@gmail.com

Abstrak

Pengabdian Kepada Masyarakat mengungkapkan bahwa Penyuluhan Kesehatan Bagi Masyarakat dan penerapan 5M dalam kehidupan sehari-hari, menanamkan nilai kepedulian terhadap diri sendiri serta lingkungan sekitar dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dari dini, dengan cara memakai masker selalu diluar ruangan, mencuci tangan yang baik dan benar, menjaga jarak aman menjauhi kerumunan dan mengurangi mobilitas, penting diberikan kepada masyarakat, karena dengan adanya kegiatan ini dapat menumbuhkan kesadaran masyarakat dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini merupakan salah satu cara dalam mencegah dan menekan penyebaran virus COVID-19. Pengabdian masyarakat ini berupa pendidikan kesehatan kepada siswa SDN 1 Jarin Pademawu Pamekasan. Untuk pendidikan masyarakat melibatkan 80 siswa dilakukan dengan ceramah bervariasi dan diskusi, juga dilakukan demonstrasi tentang 5M Protokol Kesehatan. Hasil yang didapatkan dari pengabdian masyarakat adalah Kegiatan ini diharapkan dapat diterapkan dalam upaya meningkatkan kebiasaan pola hidup sehat dan bersih, sehingga dapat mengurangi angka penyebaran virus COVID-19.

Kata Kunci: *5M, Peran Anak, Pandemi Covid-19*

Abstract

Community Service revealed that Health Counseling for the Community and the application of 5M in daily life, instilling the value of caring for oneself and the surrounding environment and implementing clean and healthy living behavior from an early age, by always wearing masks outside the room, washing hands properly and It is true that maintaining a safe distance away from crowds and reducing mobility is important to the community, because this activity can raise public awareness in implementing clean and healthy living behaviors. This is one way to prevent and suppress the spread of the COVID-19 virus. This community service is in the form of health education for students of SDN 1 Jarin Pademawu Pamekasan. Community education involving 80 students was carried out with various lectures and discussions, as well as demonstrations on the 5M Health Protocol. The results obtained from community service are that this activity is expected to be implemented in an effort to improve healthy and clean lifestyle habits, so as to reduce the spread of the COVID-19 virus.

Keyword: *5M, Role of Children, Covid-19 Pandemic*

PENDAHULUAN

Pada Akhir Tahun 2019, masyarakat di seluruh dunia digemparkan dengan adanya virus yang dikenal dengan nama virus corona atau COVID-19. Kasusnya dimulai dengan pneumonia atau radang paru-paru misterius. Kasus positif Covid di Indonesia pertama kali ditemukan pada pertengahan Maret 2020 yang kemudian terus menyebar dengan cepat keseluruh Indonesia, Penyebaran Covid-19 yang sangat cepat dengan peningkatan kasus positif dan meninggal setiap hari terus mengalami peningkatan, sehingga pemerintah berupaya keras untuk mencegah penyebaran virus Covid-19 dengan melakukan pembatasan kegiatan masyarakat.

Selain pembatasan kegiatan masyarakat juga dengan memberlakukan protokol kesehatan untuk kegiatan-kegiatan yang bisa dilakukan dari rumah. Protokol kesehatan tersebut dikenal dengan 5M yaitu 1) selalu menggunakan masker, 2) mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir, 3) sosial distancing (menjaga jarak), 4) menjauhi kerumunan dan 5) membatasi mobilisasi dan interaksi. Dengan adanya pemberlakuan tersebut diharapkan bisa memutus rantai penyebaran Covid-19. Pentingnya penerapan 5M tersebut karena penyebaran covid -19 bisa melalui droplet orang yang positif covid dan jika tersentuh oleh orang lain maka orang yang menyentuh atau berinteraksi dengan orang yang positif Covid-19 juga akan tertular, maka dari itu dianggap sangat penting memahami dengan baik protokol kesehatan yang telah di sebarluaskan oleh pemerintah melalui berbagai media, akan tetapi masih banyak masyarakat yang mengabaikan protokol kesehatan tersebut.

Perilaku hidup bersih sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai pola hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur-jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat (Departemen Kesehatan RI, 2005).

Personal hygiene merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis (Ambarwati dkk, 2009). Salah satu cara personal hygiene yaitu dengan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir (Siswanto, 2010).

Budaya cuci tangan belum diterapkan sepenuhnya oleh masyarakat Indonesia. Kebiasaan yang terlihat bahwa mencuci tangan dengan sabun justru dilakukan setelah makan. Idealnya perilaku tersebut dilakukan sebelum makan agar mengurangi bakteri pada tangan (Pauzan & Fatih, 2017). Di Indonesia telah digelar kembali hari cuci tangan pakai sabun pada tanggal 15 Oktober 2008 sebagai implementasi dari paradigma baru dari program kesehatan. Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan kurang memperhatikan perilaku mencuci tangan terutama anak-anak yang masih menginjak sekolah dasar. Kebiasaan Cuci

Tangan Pakai Sabun (CTPS) masih menjadi perhatian dunia karena masih ditemukan masyarakat yang melupakan perilaku mencuci tangan.

Usia 4-6 tahun merupakan usia yang rentan terhadap penyakit karena pada usia inilah motorik anak mulai aktif. Tanpa disadari, apa yang anak-anak lakukan sering kali dekat dengan kuman-kuman yang dapat menyebabkan penyakit seperti flu, batuk, diare. Penyakit-penyakit tersebut kadang dianggap sepele oleh para orang tua, padahal menurut WHO diare sudah membunuh dua ribu anak per-tahun. Salah satu cara masuknya bakteri dari udara maupun debu ke dalam tubuh anak yakni melalui tangan. Kotoran manusia, hewan atau cairan tubuh (contoh:ingus) yang bersentuhan langsung dengan tangan dapat menjadi media berpindahannya parasit seperti bakteri dan virus ke dalam tubuh manusia. Akibatnya, banyak penyakit yang bersarang di dalam tubuh dan untuk mencegahnya melalui tindakan cuci tangan menggunakan sabun.

Mencuci tangan dengan sabun merupakan upaya pencegahan sebagai perlindungan tubuh dari berbagai penyakit yang sifatnya menular. Mencuci tangan dengan sabun dapat dilakukan ketika selesai BAB dan BAK, sebelum makanan disiapkan, sebelum dan sesudah mengkonsumsi makanan, sehabis bermain pada anak, setelah batuk atau bersin serta setelah membuang ingus (Desiyanto & Djannah, 2013). Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan bertempat di SDN 1 Jarin Pademawu Pamekasan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat akan dilaksanakan melalui beberapa tahapan pelaksanaan kegiatan yang dapat dijelaskan sebagai berikut : Kegiatan yang dilakukan pada tahap perencanaan adalah : Melakukan koordinasi dengan LP2M Universitas Islam Madura dan Kepala Sekolah SDN Jarin 1 Pademawu Pamekasan , Sosialisasi kegiatan pengabdian kepada siswa mengundang Kepala Desa dan Guru SDN 1 Jarin Pademawu Pamekasan, Penyusunan program pengabdian berdasarkan hasil analisis situasi, analisis masyarakat. analisis materi dan analisis media.

Pelaksanaan Kegiatan akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan akan dilakukan di SDN 1 Jarin Pademawu Pamekasan. Dalam pelaksanaannya sasaran atau siswa tersebut akan dibagi menjadi 10 kelompok sesuai jumlah siswa SDN Jarin 1 dari Kelas 1 sampai dengan Kelas 6. Beberapa siswa dari anggota kelompok akan ditunjuk sebagai koordinator untuk memimpin dan mencatat apa yang disampaikan. Pada saat kegiatan di lakukan Tanya jawab untuk mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan mereka terhadap materi yang akan diberikan.

Kegiatan Observasi dilakukan secara langsung oleh tim pelaksana. Obsevasi berupa hasil Tanya jawab tentang pentingnya penerapan 5M. . Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan

dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Evaluasi dari dampak kegiatan terhadap peserta akan dilihat melalui pengamatan dan observasi di lapangan untuk menentukan apakah siswa mampu berfikir kritis, masalah-masalah yang terjadi di desa jarin. Refleksi dilakukan bersama tim dan peserta (siswa). Hal ini dilakukan untuk mengetahui seluruh proses pelaksanaan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Pelaksanaan Kegiatan Sumber daya mahasiswa, dosen, kader yang mendukung terlaksananya program pengabdian masyarakat.

No	Jenis Tenaga	Peran dan Fungsi
1	Mahasiswa	a. Menyediakan tempat berkoordinasi dengan Kepala Sekolah b. Menyediakan konsumsi c. Mendampingi siswa saat penyuluhan dan Simulasi
2	Dosen	a. Memberikan penyuluhan b. Melakukan pedokumentasian hasil c. Mengkoordinir acara

Implementasi Kegiatan Kampanye adalah suatu tindakan serentak. Sedangkan sosial adalah semua hal yang berkenaan dengan masyarakat. Jadi kampanye sosial. Jadi kampanye sosial adalah suatu gerakan yang dilakukan untuk mengubah perilaku sesuatu yang berkenaan dengan kelompok masyarakat agar menuju kearah tertentu sesuai dengan gerakan yang dilaksanakan oleh pembuat kampanye. Masyarakat kurang menyadari akan pentingnya penerapan 5M yang akan menimbulkan permasalahan kesehatan.

Banyak masyarakat yang menganggap penerapan 5M hanya sekedar cuci tangan biasa dan memakai masker yang hanya membuat tidak bisa bernafas, padahal cuci tangan saja terdapat langkah-langkah yang benar yaitu tehnik 6 Langkah, Masker juga untuk melindungi diri kita sendiri dari virus yang menyerang saluran pernapasan.. Hasil dari kampanye menunjukkan ada siswa yang kurang memahami tentang penerapan 5M dalam masa pandemic Covid-19.

SIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh dari Penyuluhan Upaya menerapkan 5M Melalui Peran Anak-anak Sejak Dini Dalam Masa Pandemi Covid-19 adalah : Siswa mengetahui pentingnya penerapan 5M dan siswa akan memberikan informasi kepada keluarga/orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

Buana, D. (2020). Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa. *Jurnal sosial dan budaya syari*, 7(3),1-14.

- Chen, N., et al., (2020) Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel corona virus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study, Lancet. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30211-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30211-7).
- Frontiers. (2020). Coronavirus Disease (COVID-19): The Impact and Role of Mass Media During the Pandemic. URL: Gina Aulia, *et al* JAM: Jurnal Abdi Masyarakat Vol. 2, No.1, Mei 2021, Hal. 133-139 140 [https://www.frontiersin.org/research-topics/13638/coronavirusdisease-covid-19-the-impactand-role-of-mass-media duringthe-pandemic#authors](https://www.frontiersin.org/research-topics/13638/coronavirusdisease-covid-19-the-impactand-role-of-mass-media-duringthe-pandemic#authors). Diakses pada tanggal 10 April 2021.
- Kemkes RI. (2020) Pedoman dan Pencegahan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID- 19). Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kemkes RI. (2021) . 5M Dimasa Pandemi COVID-19 di Indonesia. URL: <http://www.padk.kemkes.go.id/article/read/2021/02/01/46/5-mdimasa-pandemi-covid-19-diindonesia.html>. Diakses tanggal 8 April 2021.
- KPCPEN. (2021). Situasi COVID-19 di Indonesia. URL: <https://covid19.go.id>. Diakses tanggal 10 April 2021. Lu, H., et al., Outbreak of pneumonia of unknown etiology in wuhan China: the mystery and the miracle, J. Med. Virol. (2020) 25678.