

## SOSIALISASI KEPATUHAN PROTOKOL KESEHATAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PENULARAN COVID-19

Dewi Perwito Sari<sup>1</sup>, Asti Rahayu<sup>2</sup>, Asri Wido Mukti<sup>3</sup>, Laila M.I. Suwarso<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Farmasi, Universitas PGRI Adi Buana, Surabaya, Indonesia

[dewiperwito@unipasby.ac.id](mailto:dewiperwito@unipasby.ac.id)<sup>1</sup>, [astirahayu@unipasby.ac.id](mailto:astirahayu@unipasby.ac.id)<sup>2</sup>, [asriwidomukti@unipasby.ac.id](mailto:asriwidomukti@unipasby.ac.id)<sup>3</sup>,  
[lailavivilmis@gmail.com](mailto:lailavivilmis@gmail.com)<sup>4</sup>

---

### ABSTRAK

**Abstrak:** Pandemi covid 19 telah menjangkit di 222 negara di dunia termasuk Indonesia. Upaya terbaik yang dapat dilakukan guna mencegah penularan Covid-19 adalah dengan mendorong agar seluruh warga terlibat aktif dalam pencegahan dan penanganan Covid-19 melalui perubahan perilaku. Perubahan perilaku yang diharapkan terutama patuh terhadap protokol kesehatan pencegahan Covid-19, yang sering dikenal dengan istilah 3M, yaitu memakai masker, menjaga jarak, dan mencuci tangan dengan sabun. Melalui kegiatan pengabdian dengan metode ceramah dan tanya jawab, tim pengabdian memberi edukasi kepada 27 orang siswa di SMK Kesehatan Yannas Husada Bangkalan. Pengetahuan siswa sebagai peserta diukur menggunakan kuisioner yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan berlangsung. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa tentang protokol kesehatan 3M sebesar 44,1%.

**Kata Kunci:** Covid-19; 3M; Protokol kesehatan

**Abstract:** *The Covid 19 pandemic has infected 222 countries in the world, including Indonesia. The best effort must be provided to prevent the transmission of Covid-19 in order to encourage all citizens to be involved in the prevention and handling of Covid-19 through habits and life style. The expected habits and life style changes aim to increase the compliance of Covid-19 preventive health protocol, which was often known as 3M, (facemask, social distancing and hand hygiene). Through community service activities with the lecture and discussion method, the service team provided education to 27 students at the Yannas Husada Health Vocational School, Bangkalan. Students' knowledge as participants was measured using a questionnaire given before and after the activity took place. The results of this activity indicated an increase in students' knowledge of 3M's health protocols by 44.1%.*

**Keywords:** *Covid-19; 3M; Healthcare Protocol*



#### Article History:

Received: 11-03-2021

Revised : 27-04-2021

Accepted: 28-04-2021

Online : 14-06-2021



*This is an open access article under the  
CC-BY-SA license*

### A. LATAR BELAKANG

Pandemi covid-19 telah menjangkit di 222 negara di dunia termasuk Indonesia. Data pada tanggal 4 Januari 2021 menunjukkan terdapat 83.322.449 kasus terkonfirmasi dan 1.831.412 jiwa meninggal akibat virus ini (WHO, 2021). Upaya terbaik yang dapat dilakukan guna mencegah penularan covid-19 adalah dengan mendorong agar seluruh warga terlibat

aktif dalam pencegahan dan penanganan covid-19 melalui perubahan perilaku (BNPB, 2020)

Perilaku merupakan tindakan seseorang yang berkaitan dengan dirinya sendiri maupun orang lain. Perubahan perilaku masyarakat yang diharapkan adalah dalam hal iman, yaitu beribadah sesuai dengan agama dan kepercayaan; imun, yaitu cukup istirahat, konsisten berolahraga, tidak panik, bergembira, dan mengonsumsi makanan bergizi; dan aman, yaitu patuh pada protokol kesehatan pencegahan covid-19, yang sering dikenal dengan istilah 3M, yaitu memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan pakai sabun (BNPB, 2020)

Penelitian oleh Ma et al (2020) menunjukkan bahwa penggunaan masker mampu menghalangi aerosol virus sebesar 99,98% untuk masker N95 dan 97,14% pada masker medis. WHO menyarankan penggunaan masker dilakukan saat berada di sekitar orang lain. Penggunaan masker yang tepat, penyimpanan, dan pembersihan atau pembuangan masker juga sangat penting untuk meningkatkan efektifitasnya

Menjaga jarak sosial atau *soial distancing* ditekankan untuk dilakukan untuk mengendalikan pandemi Covid-19. Studi tentang jarak yang efektif telah dilakukan, dan diketahui bahwa 1,6-3,0 m adalah jarak sosial yang aman untuk mengendalikan transmisi aerosol virus yang dihembuskan saat seseorang berbicara. Meningkatkan jarak sosial juga dapat mengurangi tingkat infeksi 20-40% selama 30 menit pertama (Sun & Zhai, 2020)

Selanjutnya, cara sederhana dan efektif untuk mencegah penularan virus 2019-nCoV adalah mencuci tangan menggunakan air mengalir dan sabun selama 20 detik dan di pastikan seluruh bagian tangan tercuci hingga bersih, termasuk punggung tangan, pergelangan tangan, sela-sela jari, dan kuku. Penelitian juga telah menunjukkan bahwa membersihkan tangan dengan tangan dengan sabun dapat membunuh 98,36% virus dari tangan (Ma et al., 2020; Przekwas & Chen, 2020)

Tingkat kepatuhan masyarakat terhadap protokol kesehatan 3M masih belum memuaskan. Data Satuan Tugas menunjukkan hingga bulan November 2020 terjadi tren penurunan penerapan protokol kesehatan. Dimana persentase kepatuhan untuk memakai masker ialah 58,32%. Sedangkan untuk menjaga jarak persentasenya ialah 43,46%. Peta zonasi kepatuhan memakai masker dan menjaga jarak, dari data 512 kabupaten/kota yang masuk, hanya kurang dari 9% kabupaten/kota yang patuh dalam memakai masker dan kurang dari 4% kabupaten/kota yang patuh dalam menjaga jarak (KPCPEN, 2021)

Hasil identifikasi yang dilakukan tim pengabdian menemukan bahwa SMK Kesehatan Yannis Husada Bangkalan mulai melakukan kegiatan belajar mengajar secara luring di sekolah, sedangkan saat ini masih banyak ditemukan masyarakat yang enggan melaksanakan 3M secara konsisten.

Berdasarkan hal tersebut, perlu upaya pencegahan dengan cara melakukan sosialisasi dan edukasi secara masif kepada masyarakat.

Sebagai pusat pendidikan kesehatan, Prodi Farmasi Fakultas Sains dan Kesehatan UNIPA Surabaya memiliki tanggung jawab sosial untuk memberikan edukasi, yang bersifat promotif dan preventif kepada masyarakat. Melalui kegiatan penyuluhan ini diharapkan Prodi Farmasi Fakultas Sains dan Kesehatan UNIPA Surabaya dapat memberi edukasi kepada siswa di SMK Kesehatan Yannas Husada, Bangkalan untuk patuh menerapkan protokol kesehatan melalui 3M agar terhindar dari infeksi Covid-19.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan Bersama mitra yaitu SMK Yannas Husada Bangkalan, Madura, Jawa Timur. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui beberapa tahap yaitu:

### **1. Perencanaan**

Tahapan perencanaan dilakukan dengan mengidentifikasi masalah yang dimiliki oleh mitra yaitu SMK Kesehatan Yannas Husada Bangkalan mulai melakukan kegiatan belajar mengajar secara luring, sedangkan saat ini masih banyak ditemukan masyarakat yang enggan melaksanakan 3M secara konsisten.

### **2. Perizinan**

Perizinan kegiatan dilakukan dengan mengirimkan proposal dan surat permohonan kegiatan kepada mitra. Koordinasi langsung bersama pihak mitra juga dilakukan hingga diperoleh kesepakatan pelaksanaan kegiatan. Mengingat kondisi pandemik maka disepakati bahwa kegiatan sosialisasi diberikan secara daring menggunakan media *zoom meeting*.

### **3. Persiapan kegiatan**

Tahap ini digunakan tim pengabdian untuk mempersiapkan materi-materi yang relevan dan terbaru, pemeriksaan koneksi serta penyusunan susunan acara pada saat pelaksanaan.

### **4. Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian diikuti oleh 27 peserta (siswa dan guru pendamping). Kegiatan diawali dengan pembagian form kuisioner guna mengukur pengetahuan peserta terhadap protokol 3M. Pengukuran ini diberikan melalui pertanyaan pilihan benar dan salah terhadap suatu pernyataan.

Selanjutnya penyampaian materi sosialisasi dilakukan oleh tim pengabdian secara virtual dengan metode ceramah kemudian dilanjutkan sesi diskusi dan tanya jawab. Materi yang diberikan meliputi data kasus covid terbaru, perbedaan hand sanitizer dan disinfektan, gambaran mikroorganisme di tangan ketika diamati dibawah sinar UV, cara mencuci tangan termasuk bagian yang sering tertinggal, jarak yang aman ketika berinteraksi dengan orang lain, penggunaan *face*

*shield*, jenis masker dan fungsinya, pemilihan masker serta lama penggunaannya.

#### 5. Monitoring dan evaluasi hasil

Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan menggunakan kuisioner yang sama seperti awal kegiatan kemudian dihitung persentase peningkatannya.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian dilakukan selama bulan Januari 2021 dengan tujuan meningkatkan wawasan dan pengetahuan mitra/peserta tentang 3M yang baik dan benar hingga menghasilkan perubahan perilaku dan meningkatkan kepatuhan terhadap protokol 3M sehingga penyebaran covid-19 dapat dicegah. Dokumentasi pelaksanaan pengabdian secara virtual terdapat pada Gambar 1 berikut.



**Gambar 1.** Penyampaian Materi dan Diskusi Tanya Jawab

Salah satu materi yang disampaikan dalam penyuluhan adalah perbedaan hand sanitizer sebagai antiseptik dan disinfektan yang selama ini sering digunakan. Hand sanitizer merupakan produk yang diaplikasikan pada tangan untuk mencegah penyebaran mikroorganisme virus, bakteri, dan jamur seperti coronavirus, rhinovirus, virus influenza, bakteri *E. coli* dan lainnya. Penggunaan hand sanitizer dapat dilakukan ketika sedang dalam perjalanan, terutama ketika akses air terbatas. Selanjutnya, disinfektan adalah bahan kimia yang dimanfaatkan untuk mencegah adanya infeksi mikroorganisme pada permukaan benda mati. Sehingga dapat disimpulkan bahwa antiseptik dan disinfektan, keduanya dapat digunakan untuk mencegah penyebaran mikroorganisme dengan sasaran yang berbeda yaitu benda hidup dan mati (Atolani et al., 2020)

Penggunaan hand sanitizer dan hand soap efektif dalam pencegahan virus COVID-19. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan potensi desinfeksi tangan antara hand sanitizer, sabun cair, maupun kombinasinya

(Khairnar et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Singh *et al* (2020), menyatakan bahwa mencuci tangan dengan sabun dan air lebih praktis dan efektif dibandingkan menggunakan sanitiser pada tangan yang berminyak dan kotor. (Singh et al., 2020) Hasil penelitian menunjukkan hand sanitizer berbahan dasar alkohol dan hand sanitizer berbahan dasar triclosan yang digunakan dalam percobaan ini secara signifikan mengurangi jumlah bakteri di tangan, tetapi tidak semua sampel efektif dalam mengurangi jumlah jamur di tangan, sehingga masyarakat harus kritis dalam memilih hand sanitizer yang sudah memiliki izin edar dari kementerian kesehatan RI (Radji et al., 2012)

Selanjutnya tentang penggunaan masker. Penggunaan masker efektif dalam mengurangi jumlah penularan virus COVID-19 (Eikenberry et al., 2020). Masker mempunyai standard dan jenis yang berbeda-beda untuk tenaga medis dan masyarakat (Howard et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa masker kain masih dapat menyaring sampai batas tertentu, namun kalah dibandingkan dengan masker bedah. Efektivitas masker kain bergantung pada jenis kain dan jumlah lapisannya. Poliester memberikan efisiensi penyaringan terbaik (Worby & Chang, 2020)

Menjaga jarak (*Social distancing*) merupakan salah satu intervensi yang efektif dalam pencegahan penularan virus COVID-19 (Lewnard & Lo, 2020). Peraturan dan intervensi dari pemerintah dalam menetapkan kebijakan pembatasan mobilitas efektif dalam mencegah semakin masifnya penularan dan persebaran COVID-19 (Abouk & Heydari, 2021) Melalui disiplin 3M (memakai masker dengan benar, cuci tangan pakai sabun dan menjaga jarak) ini diharapkan masyarakat dapat menyadari bahwa pencegahan Covid-19 sangat penting, salah satunya dengan membiasakan diri menggunakan masker dengan benar, mencuci tangan pakai sabun dan menjaga jarak (Herwati, 2020). Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan yang signifikan pada pengetahuan dan kemampuan peserta dalam memahami materi yang disampaikan.

Setelah sesi tanya jawab berakhir, peserta diberikan kembali form pengukuran pengetahuan yang berisikan pertanyaan yang sama dengan form sebelumnya sehingga diperoleh hasil pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian materi. Hasil pengukuran pengetahuan yang diperoleh dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan

| Inisial | Skor    |         | Perubahan skor |
|---------|---------|---------|----------------|
|         | Sebelum | Sesudah |                |
| S       | 70      | 100     | 30             |
| SEC     | 60      | 100     | 40             |
| NKP     | 70      | 70      | 0              |
| FA      | 70      | 90      | 20             |
| IM      | 60      | 100     | 40             |

|                          |                   |                   |                   |
|--------------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| WTW                      | 50                | 60                | 10                |
| MF                       | 60                | 100               | 40                |
| IM                       | 60                | 70                | 10                |
| BM                       | 70                | 100               | 30                |
| IP                       | 30                | 100               | 70                |
| PAS                      | 90                | 100               | 10                |
| NH                       | 70                | 100               | 30                |
| LF                       | 90                | 100               | 10                |
| BY                       | 80                | 100               | 20                |
| M                        | 70                | 80                | 10                |
| RM                       | 100               | 100               | 0                 |
| NR                       | 50                | 80                | 30                |
| SNF                      | 50                | 90                | 40                |
| SS                       | 60                | 100               | 40                |
| MS                       | 50                | 80                | 30                |
| A                        | 50                | 100               | 50                |
| L                        | 60                | 90                | 30                |
| W                        | 60                | 90                | 30                |
| CZH                      | 60                | 80                | 20                |
| AM                       | 60                | 90                | 30                |
| TCO                      | 50                | 80                | 30                |
| AZ                       | 50                | 100               | 50                |
| <b>Total (mean ± SD)</b> | <b>62.96±14,8</b> | <b>90.74±11,7</b> | <b>27.78±16,2</b> |

Berdasarkan Tabel 1 diketahui rentang skor pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan adalah 30-100 dengan rata-rata nilai 62,96, sedangkan rentang skor pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan adalah 70-100 dengan nilai rata-rata 90,74. Perubahan skor individual sebelum dan sesudah juga bervariasi antara 0-50. Hasil ini menunjukkan bahwa pengetahuan peserta tentang 3M setelah pemberian materi dan tanya jawab lebih tinggi dibandingkan sebelum diberi penyuluhan. Berdasarkan perhitungan perubahan skor diperoleh peningkatan pengetahuan peserta adalah sebesar 44,1%.

Terdapat kendala saat pelaksanaan pemaparan materi secara presentasi, yaitu masih belum optimalnya pemahaman peserta saat dilakukan umpan balik terkait materi yang disampaikan. Solusi yang dilakukan oleh pengabdian adalah menyajikan materi disertai dengan demonstrasi, melakukan interaksi secara aktif dengan peserta, serta memberikan *doorprize* bagi peserta yang berhasil menjawab pertanyaan dari penyaji.

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan/ pemberian materi mampu meningkatkan wawasan dan pengetahuan peserta tentang protokol 3M yang baik dan

benar dengan persentase peningkatan sebesar 44,1%, sehingga diharapkan mampu mencegah penularan Covid-19 khususnya di lingkungan SMK Kesehatan Yannas Husada.

Adapun saran yang dapat tim pengabdian sampaikan adalah perlu adanya tindak lanjut atas kegiatan penyuluhan ini yaitu penyediaan fasilitas pendukung 3M seperti sarana mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun dengan jumlah yang memadai.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian ini dapat terlaksanakan sesuai rancana atas kerjasama dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, tim pengabdian menyampaikan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas PGRI Adi Buana Surabaya atas fasilitas yang telah disediakan dan SMK Kesehatan Yannas Husada Bangkalan atas keterlibatannya sebagai mitra pada kegiatan pengabdian ini.

### DAFTAR RUJUKAN

- Abouk, R., & Heydari, B. (2021). The Immediate Effect of COVID-19 Policies on Social-Distancing Behavior in the United States. *Public Health Reports*, *136*(2), 245–252. <https://doi.org/10.1177/0033354920976575>
- Atolani, O., Baker, M. T., Adeyemi, O. S., Olanrewaju, I. R., Hamid, A. A., Ameen, O. M., Oguntoye, S. O., & Usman, L. A. (2020). COVID-19: Critical discussion on the applications and implications of chemicals in sanitizers and disinfectants. *EXCLI Journal*, *19*, 785–799. <https://doi.org/10.17179/excli2020-1386>
- BNPB. (2020). *Pedoman Perubahan Perilaku Penanganan Covid-19*. Satuan Tugas Penanganan Covid.
- Eikenberry, S. E., Mancuso, M., Iboi, E., Phan, T., Eikenberry, K., Kuang, Y., Kostelich, E., & Gumel, A. B. (2020). To mask or not to mask: Modeling the potential for face mask use by the general public to curtail the COVID-19 pandemic. *Infectious Disease Modelling*, *5*, 293–308. <https://doi.org/10.1016/j.idm.2020.04.001>
- Herwati, I. (2020). 3m Discipline Counseling (Using Masks Correctly, Washing Hands With Soap, Keeping Distance) In The New Normal Era COVID-19. *Indonesian Journal of Health Care Management*, *1*(1), Article 1. <https://ehealth.stikeskepanjen-pemkabmalang.ac.id/index.php/path/article/view/8>
- Howard, J., Huang, A., Li, Z., Tufekci, Z., Ždímal, V., Westhuizen, H.-M., Delft, A., Price, A., Tang, L.-H., Tang, V., Watson, G., Bax, C., Shaikh, R., Questier, F., Hernandez, D., Chu, L., Ramirez, C., & Rimoin, A. (2020). *Face Masks Against COVID-19: An Evidence Review*. <https://doi.org/10.20944/preprints202004.0203.v1>
- Khairnar, M. R., G, A., Dalvi, T. M., Kalghatgi, S., Datar, U. V., Wadgave, U., Shah, S., & Preet, L. (2020). Comparative Efficacy of Hand Disinfection Potential of Hand Sanitizer and Liquid Soap among Dental Students: A Randomized Controlled Trial. *Indian Journal of Critical Care Medicine : Peer-Reviewed, Official Publication of Indian Society of Critical Care Medicine*, *24*(5), 336–339. <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10071-23420>

- KPCPEN. (2021, January 31). *Kepatuhan Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan Harus Ditingkatkan—Berita Terkini | Satgas Penanganan COVID-19*. Covid19.go.id. <https://covid19.go.id/p/berita/kepatuhan-masyarakat-terhadap-protokol-kesehatan-harus-ditingkatkan>
- Lewnard, J. A., & Lo, N. C. (2020). Scientific and ethical basis for social-distancing interventions against COVID-19. *The Lancet Infectious Diseases*, *20*(6), 631–633. [https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(20\)30190-0](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(20)30190-0)
- Ma, Q., Shan, H., Zhang, H., Li, G., Yang, R., & Chen, J. (2020). Potential utilities of mask-wearing and instant hand hygiene for fighting SARS-CoV-2. *Journal of Medical Virology*. <https://doi.org/10.1002/jmv.25805>
- Przekwas, A., & Chen, Z. (2020). Washing hands and the face may reduce COVID-19 infection. *Medical Hypotheses*, *144*, 110261. <https://doi.org/10.1016/j.mehy.2020.110261>
- Radji, M., Suryadi, H., & Ariyanti, D. (2012). Uji Efektivitas Antimikroba Beberapa Merek Dagang Pembersih Tangan Antiseptik. *Pharmaceutical Sciences and Research (PSR)*, *4*(1), 1–6. <https://doi.org/10.7454/psr.v4i1.3408>
- Singh, P., Potlia, I., Malhotra, S., Dubey, H., & Chauhan, H. (2020). Hand Sanitizer an Alternative to Hand Washing—A Review of Literature. *Journal of Advanced Oral Research*, *11*(2), 137–142. <https://doi.org/10.1177/2320206820939403>
- Sun, C., & Zhai, Z. (2020). The efficacy of social distance and ventilation effectiveness in preventing COVID-19 transmission. *Sustainable Cities and Society*, *62*, 102390. <https://doi.org/10.1016/j.scs.2020.102390>
- WHO. (2021, January 4). *Coronavirus disease (COVID-19) pandemic*. World Health Organization. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Worby, C. J., & Chang, H.-H. (2020). Face mask use in the general population and optimal resource allocation during the COVID-19 pandemic. *Nature Communications*, *11*(1), 4049. <https://doi.org/10.1038/s41467-020-17922-x>