

PENYULUHAN KESEHATAN LINGKUNGAN POLITEKNIK KELAPA SAWIT CITRA WIDYA EDUKASI-BEKASI

Deni Nasir Ahmad^{1*}, Luluk Setyowati²

¹Pendidikan Matematika, Universitas Indraprasta PGRI

²Pendidikan Fisika, Universitas Indraprasta PGRI

*Email: deninasirahmad@gmail.com

Abstrak - Kegiatan pembelajaran pada tempat mitra mengalami tutup sementara menyebabkan kemungkinan para anggota tempat mitra yakni mahasiswa dan mahasiswi di wilayah tempat tinggal mahasiswa dan mahasiswi tersebut mengalami kondisi yang tidak terjaga kesehatan lingkungan. Oleh karenanya diperlukan adanya penyuluhan untuk mengingatkan kembali bahwa pentingnya kesehatan bersama khususnya pada tempat tinggal mitra yakni mahasiswa dan mahasiswi. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat yaitu: a. observasi permasalahan, b. Pemberian materi dengan sistem daring dan pertemuan langsung dengan menerapkan protokol covid-19, c. evaluasi hasil dengan melakukan diskusi interaktif. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan tanggal 23 November 2020 di Politeknik Kelapa Sawit Citra Widya Edukasi-Bekasi secara online dengan menggunakan zoommeeting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan menjalankan aturan sesuai dengan protokol kesehatan yang telah dianjurkan oleh Satgas covid-19, kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan pada masa new normal dengan mengikuti aturan yang dianjurkan oleh pemerintah. Simpulan dari pengabdian masyarakat adalah a) dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat kepada mitra pengabdian, tim pengabdian memperoleh banyak informasi mengenai permasalahan pada beberapa wilayah disekitar rumah pada wilayah Kalimantan, Sumatra dan Sulawesi tempat tinggal mahasiswa berupa kasus covid-19 dan penanganan pada wilayah masing-masing mahasiswa. b) Para peserta sangat berantusias dan proaktif dalam seluruh kegiatan dari awal sampai akhir kegiatan terbukti bahwa banyaknya pertanyaan yang saling membangun guna mendukung kesehatan diri dan lingkungan dalam mencegah meluasnya covid-19 dan tetap dalam menjalankan protokol kesehatan.

Kata kunci: kesehatan lingkungan, covid-19, mahasiswa

LATAR BELAKANG

Menurut Menurut World Health Organization (Istianah, 2020) menyatakan virus Corona adalah kumpulan besar berbagai virus, beberapa menyebabkan penyakit pada manusia dan lainnya hanya hidup pada hewan termasuk unta, kucing dan kelelawar. Selanjutnya berdasarkan penyebaran kasus pertama infeksi virus Corona baru ditemukan di Wuhan, Propinsi Hubei, China. WHO mencatat data terbaru terdapat sekitar 1.524.161 kasus di dunia yang positif telah terinfeksi virus Corona. Sementara 92.941 jiwa yang mengalami kematian dan 213 negara telah terinfeksi. Di negara Indonesia update 10 April 2020 tercatat ada 3.512 kasus yang dinyatakan positif, 282 orang sembuh, sedangkan 306 orang meninggal. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh

Mujiburrahman (2020) dengan menggunakan metode wawancara dengan jumlah sampel 12 orang warga di Desa Potorono Kecamatan Banguntapan Kabupaten Bantul dimana menunjukkan ada 9 orang warga yang tidak mengetahui bahwa seseorang yang tidak bergejala memiliki risiko tertular COVID-19, sedangkan 3 warga lainnya mengetahui tentang hal tersebut, warga menunjukkan bahwa sebagian warga belum sepenuhnya mematuhi protokol kesehatan dan dari mereka tidak menggunakan masker, tidak mencuci tangan dengan sabun, tidak menjaga jarak dan seringkali menyentuh area wajah dengan tangan yang belum dicuci. Cara penularan Virus Corona menurut Centers for Diseases Control and Prevention (Doda, *et al.*, 2021) yaitu: 1. Menghirup droplet atau percikan ludah oleh penderita Covid 19 pada saat

penderita bersin atau batuk; 2. Menyentuh benda yang terkena droplet penderita Covid-19, dan tangan kita menyentuh mulut, hidung dan mata sebelum sempat mencuci tangan. 3. Kontak dekat (6 feet) dengan penderita yang terinfeksi covid-19.

Penderita yang terinfeksi COVID 19 dapat timbul manifestasi dari ringan, sedang maupun berat, umumnya manifestasi klinis muncul adalah batuk disertai nyeri di tenggorokan, flu, demam (suhu > 38°C), dan dispneu, selain itu dapat disertai dengan gejala penyerta antara lain gejala gastrointestinal (diare), myalgia, fatigue, flu, dan sesak memberat penyebaran virus ini melalui percikan batuk atau bersin, baik melalui udara ataupun yang menempel pada permukaan benda, sampai saat ini belum ditemukan vaksin yang dapat mencegah penularan virus ini, namun dapat dilakukan beberapa pencegahan antara lain pola hidup sehat, dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi, istirahat yang cukup, dan tidak merokok dapat mengurangi potensi tertular virus Corona ini. (Sari, *et al.*, 2021). Selain gangguan secara fisik juga ada gangguan mental yang diakibatkan pada kondisi pandemi, berdasarkan hasil survei. Survei Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia ditahun 2020 (Ridlo, 2020) dikarenakan pada bulan april di Indonesia mengalami PSBB seluruh daerah atau Social Distancing dan Physical Distancing mengakibatkan terjadinya penurunan perekonomian, sosial, politik dan budaya sehingga kesehatan mental melalui swaperiksa yang dilakukan secara daring menjelaskan bahwa sebanyak 63 persen responden mengalami cemas dan 66 persen responden mengalami depresi akibat pandemi COVID-19 dimana gejala cemas utama adalah merasa khawatir sesuatu yang buruk akan terjadi, khawatir berlebihan, mudah marah, dan sulit rileks. Sementara gejala depresi utama yang muncul adalah gangguan tidur,

kurang percaya diri, lelah, tidak bertenaga, dan kehilangan minat, sebanyak 80 persen responden memiliki gejala stres pasca trauma psikologis karena mengalami atau menyaksikan peristiwa tidak menyenangkan terkait COVID-19 dimana gejala stres pasca trauma psikologis berat dialami 46 persen responden, gejala stres pasca trauma psikologis sedang dialami 33 persen responden, gejala stres pasca trauma psikologis ringan dialami 2 persen responden, sementara 19 persen tidak ada gejala, adapun gejala stres pascatrauma yang menonjol yaitu merasa berjarak dan terpisah dari orang lain serta merasa terus waspada, berhati-hati, dan berjaga-jaga.

Dari penjelasan penyebaran virus dan dampak psikologis (mental) jelas bahwa dampak virus ini berdampak pada kesehatan tubuh. Dalam menyelesaikan solusi kesehatan yakni: Berdasarkan hasil penelitian Hardy (2020) bahwa Herd Immunity bisa tercipta dengan menggunakan dua cara: 1. Dengan cara menyuntikkan vaksinasi atau obat untuk penangkalan penyebaran virus tersebut, kekebalan tersebut akan muncul dari vaksin yang disuntikkan dan tidak membuat virus dari orang yang terjangkit menular pada orang lain. 2. Herd Immunity bisa tercipta tidak dengan suntik vaksin, yaitu dengan cara alami dimaksudkan akan tercipta apabila dalam satu kelompok sudah banyak yang terpapar virus, maka orang lain dalam masyarakat tersebut akan memiliki tingkat kekebalan yang baik dengan sendirinya dan bisa menangkal penyebaran virus. Selain hal tersebut pemerintah melakukan usaha yakni karantina kesehatan berdasarkan Undang-undang Nomor 6 Tahun 2018, yaitu karantina adalah pembatasan kegiatan atau pemisahan seseorang yang terpapar penyakit menular sebagaimana ditetapkan dalam peraturan perundang-undangan, meskipun belum menunjukkan gejala apapun atau sedang

berada dalam masa inkubasi, atau pemisahan peti kemas, alat angkut, atau barang apapun yang diduga terkontaminasi dari orang atau barang yang mengandung penyebab penyakit atau sumber bahan kontaminasi lain untuk mencegah kemungkinan penyebaran ke orang atau Barang di sekitarnya (Yunus, 2020).

Selanjutnya Cara untuk pencegahan buat diri sendiri dan orang lain menurut Centers for Diseases Control and Prevention (Doda, *et al.*, 2021) yaitu a. Pencegahan virus ini, sebaiknya menghindari terekpose dengan virus, b. Gunakan masker menutupi hidung dan mulut saat berada dengan orang lain atau ditempat publik, seperti pasar, sekolah, mall dan lainlain. c. Sebanyak mungkin tinggal dirumah dan jauhi kontak dengan orang lain. d. Sesering mungkin membersihkan dengan desinfektant permukaan yang sering tersentuh. e. Sesering mungkin mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau menggunakan handsanitizer alkohol yang mengandung 60% alkohol. f. menerapkan sosial distancing. Misalnya pergi berbelanja sebaiknya menggunakan masker dan menjaga jarak dengan orang lain, namun disarankan apabila dilakukan secara online akan lebih aman. g. Bila bepergian sebaiknya menghindari angkutan umum. h. Apabila sakit, harus tinggal dirumah, kecuali membutuhkan pelayanan medis. i. Tidak ada obat khusus buat Covid-19, pengobatan hanya berdasarkan symptom yang ada. j. Orang tua atau lansia dan orang yang mempunyai comorbid merupakan risiko tinggi untuk mendapatkan sakit yang parah. Adanya kondisi pandemi Covid-19 dan saat ini di indonesia sedang dan sudah memasuki masa new normal dari masa pandemi ke transisi akhirnya new normal dimana memasuki masa mengakhiri masa Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) mengakibatkan kegiatan dan kebiasaan dalam menjaga kesehatan dan lingkungan diperlukan kebiasaan baru yakni menjaga kesehatan

bersama dari kebiasaan selama terjadi pandemi yakni Social Distancing dan Physical Distancing.

Selanjutnya pada masa memasuki *new normal* (kehidupan baru) (Karyono, *et al.*, 2020) selalu mentaati aturan dan anjuran pemerintah yaitu dengan melaksanakan pola *new normal* sesuai protokol kesehatan “Social Distancing / Physical Distancing” Jaga Jarak, selalu memakai masker apabila beraktivitas di luar rumah, hindari keramaian atau kerumunan masa, selalu rajin mencuci tangan, waspada dan berhati-hati apabila kedatangan warga asing atau pendatang dari luar daerah, dan biasakanlah dengan pola hidup sehat dengan jaga kebersihan lingkungan dan rajin berolahraga, begitupun dalam perihal Keamanan warga masyarakat dihimbau jangan sampai terlena di masa pandemi ini Virus Corona ini, tingkat kriminalitas meningkat karena banyaknya pemutusan kerja ataupun lapangan kerja yang di tutup di masa pandemi, untuk itu kewaspadaan lebih di tingkatkan lagi, dengan bergotongroyong, bahu-membahu, untuk mengalikan kembali “Siskamling” dengan melaksanakan ronda-ronda keliling dengan melibatkan unsur masyarakat seperti, ketua RT, perangkat desa, dan tokoh masyarakat lainnya, tentunya dengan selalu berkoordinasi dengan pihak baik personil dari Kamtibmas (Kepolisian/Polsek) ataupun Babinmas (Koramil/TNI), untuk terciptanya lingkungan yang aman tentram dan kondusif. Adapun kebiasaan baru di masa new normal khususnya pada pendidikan atau sekolah yang mulai diterapkan pada awal bulan ajaran baru 2020/2021 yakni pada bulan juli berupa (Lusiana, 2020): 1. Wajib menggunakan masker dimaksudkan saat berada di sekolah, peserta didik dan tenaga pengajar diwajibkan menggunakan masker dan sekolah wajib mempersiapkan sarana cuci tangan dengan air mengalir atau cairan pembersih tangan serta desinfektan serta

peserta didik disabilitas rungu harus disediakan masker tembus pandang. 2. Cek suhu dimaksudkan setiap orang yang memasuki sekolah akan dicek suhunya dengan menggunakan thermogun, orang dengan penyakit komorbid tidak diperkenankan masuk sekolah dan tidak memiliki gejala Covid-19 termasuk pada orang yang serumah dengan warga satuan pendidikan.

Dari penjelasan tersebut dan dimasa pandemik sekarang ini kegiatan pembelajaran atau perkuliahan pada tempat mitra mengalami tutup sementara menyebabkan kemungkinan para anggota tempat mitra yakni mahasiswa dan mahasiswi di wilayah tempat tinggal mahasiswa dan mahasiswi tersebut mengalami kondisi yang tidak terjaga kesehatan lingkungan. Oleh karenanya diperlukan adanya penyuluhan untuk mengingatkan kembali bahwa pentingnya kesehatan bersama khususnya pada tempat tinggal mitra yakni mahasiswa dan mahasiswi. Dimana mitra meminta agar pada saat ini anggota mitra agar tetap pada kondisi baik, sehingga apabila kondisi wabah covid-19 sudah berakhir mengalami penurunan maka anggota mitra dapat berkumpul kembali untuk melanjutkan perkuliahan tatap muka seperti biasanya. Oleh sebab itu kami tim pengabdian di minta mitra untuk melakukan penyuluhan pada kesehatan diri, keluarga, tempat belajar dan masyarakat pada lingkungan tempat tinggal pada masing-masing anggota mitra yakni mahasiswa dan mahasiswi mitra. Kegiatan yang dilakukan oleh tim pengabdian yakni hanya melakukan penyuluhan melalui media elektronik komunikasi dalam melakukan kegiatan. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan informasi interaktif dalam menjaga kesehatan lingkungan dan diri guna bersama-sama melakukan kesehatan diri dan lingkungan pada masa pandemi sehingga mitra dapat kembali mengingat bahwa

pentingnya menjaga kesehatan diri dan lingkungan dimasa peralihan *new normal*.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut:

1. Observasi permasalahan, sebelum diadakan kegiatan pengabdian tim pengabdian masyarakat melakukan observasi permasalahan guna memperoleh informasi yang berkaitan tentang permasalahan dan sumberdaya yang dapat dimanfaatkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat.
2. Melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan pemberian materi melalui sistem daring dan pertemuan secara langsung dengan mendatangi tempat mitra menggunakan protokol covid-19.
3. Melakukan evaluasi hasil dengan melakukan diskusi interaktif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 23 November 2020 pada pukul 10.00 s/d 13.30 WIB Politeknik Kelapa Sawit Citra Widya Edukasi-Bekasi secara online dengan menggunakan zoommeeting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan menjalankan aturan sesuai dengan protokol kesehatan yang telah dianjurkan oleh satgas covid-19, kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan pada masa new normal dengan mengikuti aturan yang dianjurkan oleh pemerintah. Jauh sebelum kegiatan pengabdian dilaksanakan, tim pengabdian telah merancang perencanaan kegiatan ini dengan matang agar kegiatannya bisa berjalan dengan lancar dan dapat berhasil dengan baik. Hal itu dilakukan agar apa yang diharapkan atau yang menjadi tujuan dari kegiatan pengabdian ini dapat tercapai. Rancangan perencanaan diawali dengan melakukan

pengkajian berdasarkan analisis kebutuhan dan berdasarkan permasalahan pada mitra.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh 20 peserta yang berasal dari mahasiswa Politeknik Kelapa Sawit Citra Widya Edukasi-Bekasi. Dalam melakukan kegiatan pengabdian masyarakat tim pengabdian melakukan beberapa kegiatan berupa kegiatan pemberian informasi yakni pemaparan atau presentasi materi mengenai pentingnya tetap menjaga kesehatan pada masa new normal serta mengingatkan kepada peserta bahwa new normal merupakan pembelajaran kita akan perlunya menjaga kesehatan dan jangan lengah terhadap dampak yang akan terjadi atau yang ditimbulkan. Kegiatan pengabdian yang telah dilakukan diharapkan memberikan suatu manfaat bagi peserta agar tetap menjaga kesehatan dan lingkungan pada masa new normal dimana setiap kegiatan yang akan dilakukan tetap menjalankan 3 M (menggunakan masker, menjaga jarak dan mencuci tangan) sesuai yang telah dianjurkan oleh pemerintah.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah tim pengabdian laksanakan pada 23

November 2020 pada pukul 10.00 s/d 13.30 WIB bertempat Politeknik Kelapa Sawit Citra Widya Edukasi-Bekasi secara online, diperoleh hasil sebagai berikut :

1. Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat kami tim pengabdian membagi beberapa kegiatan dan tugas. Adapun kegiatan pengabdian masyarakat dan para pembicara atau pelaksana kegiatan adalah sebagai berikut :
 - a. Pembukaan dan sambutan dari ketua pengabdian masyarakat atau ketua tim kegiatan pengabdian masyarakat, pembicara atau pelaksana kegiatan yaitu **Luluk Setyowati, M.Pd.**
 - b. Presentasi kesehatan lingkungan dan pentingnya menjaga kesehatan pada masa new normal, pembicara atau pelaksana kegiatan yaitu **Deni Nasir Ahmad, M.Pd.** Kegiatan presentasi berisikan mengenai perlunya menjaga kesehatan diri dan kesehatan lingkungan dengan menerapkan 3 M pada masa new normal dalam mengurangi dampak yang ditimbulkan dari virus covid-19.



Gambar 1. Slide Materi Pada Mitra Pengabdian

2. Para peserta yang berasal dari mahasiswa Politeknik Kelapa Sawit Citra Widya Edukasi-Bekasi. Secara proaktif melaksanakan seluruh kegiatan dari awal sampai akhir. Rasa keingintahuan dan antusias dari para peserta membuat pemateri atau pembicara dalam

melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat memperoleh banyak informasi dan pengalaman serta saran dalam melaksanakan tugas guna mengurangi dampak yang ditimbulkan oleh virus covid 19.

KESIMPULAN DAN SARAN

Adapun hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat kepada mitra pengabdian, tim pengabdian memperoleh banyak informasi mengenai permasalahan pada beberapa wilayah disekitar rumah pada wilayah Kalimantan, Sumatera dan Sulawesi tempat tinggal mahasiswa berupa kasus covid-19 dan penanganan pada wilayah masing-masing mahasiswa.
2. Para peserta sangat berantusias dan proaktif dalam seluruh kegiatan dari awal sampai akhir kegiatan terbukti bahwa banyaknya pertanyaan yang saling membangun guna mendukung kesehatan diri dan lingkungan dalam mencegah meluasnya covid-19 dan tetap dalam menjalankan protokol kesehatan.

Saran kami tim pengabdian tetap jalani protokol kesehatan dan tetap menjaga kesehatan dengan berolah raga ringan dan makan sehat pada masa era baru di covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Doda, D.V., Assa, Y.A., & Kaseke, M.M. (2021). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Pencegahan Covid-19 Melalui Program Kemitraan Masyarakat. *VIVABIO: Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 3(2), 1-5.
- Hardy, F.R. (2020). Herd Immunity Tantangan New Normal Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(2).
- Istianah. (2020). *Penyuluh Sosial Garda Depan Masyarakat Melawan Rantai Virus Corona*. Diakses pada 12 Juni 2021, dari <https://puspensos.kemensos.go.id>.
- Karyono, Rohadin, & Devia I. (2020). Penanganan Dan Pencegahan Pandemi Wabah Virus Corona (Covid-19)

Kabupaten Indramayu. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 164-173.

- Mujiburrahman, Riyadi, E.R., & Ningsih, M.U. (2020). Pengetahuan Berhubungan dengan Peningkatan Perilaku Pencegahan COVID-19 di Masyarakat. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2(2), 130-140.
- Mustinda, L. (2020). *Protokol Kesehatan di Sekolah saat New Normal yang Harus Dipatuhi*. Diakses 12 Juni 2021, dari <https://Health.detik.com>.
- Sari, N.A., Setiadi, Priyantini, D., Irawandi, D., Astuti, N.M., Yuliasuti, C., & Farida, I. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Bijak Menyikapi Covid 19 Dalam Upaya Pencegahan Penyebaran Virus Corona Pada Siswa SMK Roudlotul Hikmah Gresik. *Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus*, 4(1), 78-84
- Ridlo, I.A. (2020). Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia. *INSAN, Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 5(2), 162-171
- Yunus, NR, & Rezki, A. (2020). Kebijakan Pemberlakuan Lockdown Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Virus Covid-19. *SALAM; Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*, 7(3), 227-238