

## PENERAPAN 3 M (MEMAKAI MASKER, MENCUCI TANGAN DAN MENJAGA JARAK) DALAM UPAYA PENCEGAHAN PENULARAN CORONA VIRUS DISEASE (COVID-19) DI DESA MOHIYOLO KEC. ASPARAGA KABUPATEN GORONTALO

Ririn Pakaya<sup>1</sup>, Firdausi Ramadhani<sup>2</sup>, Sunarti Hanapi<sup>3</sup>, Franning Deisi Badu<sup>4</sup>, Ismelda Iyou<sup>5</sup>

<sup>12345</sup>. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Gorontalo

e-mail: [ririn.pakaya@mail.ugm.ac.id](mailto:ririn.pakaya@mail.ugm.ac.id)

### ABSTRAK

Pandemi Corona virus 2019 (Covid-19) yang disebabkan oleh virus SARSCoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2) saat ini menjadiperhatian dunia dan merupakan peristiwa yang mengancam kesehatan masyarakat secara umum. COVID-19 pertama dilaporkan di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 sejumlah dua kasus. Jumlah kasus Covid-19 di Indonesia saat ini tanggal 13 Desember 2020 berjumlah 6.189 kasus sedangkan untuk Provinsi Gorontalo sendiri saat ini berjumlah 3321 kasus. Saat ini jumlah kasus covid-19 terkonfirmasi di Kecamatan Asparaga berjumlah 13 kasus. Penularan virus corona yang sangat cepat menyebabkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menetapkan virus corona sebagai pandemi pada 11 Maret 2020. Status pandemi atau epidemi global menandakan bahwa penyebaran COVID-19 berlangsung sangat cepat hingga hampir tak ada negara di dunia yang dapat memastikan diri terhindar dari virus corona. Penarapan 3 M (mencuci tangan, Memakai masker dan menjaga jaraka) pada masyarakat di Desa Mohiyolo Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo menggunakan metode pendekatan pelatihan, pendampingan dan penyediaan alat dan bahan seperti sabun untuk cuci tangan, Wadah air sebagai tempai air bersih yang digunakan untuk mencuci tangan, masker yang dibagikan kepada masyarakat, serta mengatur tempat duduk dengan jarak 1 meter setiap peserta dan tidak lebih dari 20 orang sesuai dengan anjuran protocol kesehatan.

**Kata kunci** : Pandemi Covid-19, Memakai Masker, mencuci tangan, menjaga jarak

### ABSTRACT

*The pandemic of Corona virus 2019 (Covid-19) caused by the SARSCoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2) virus is currently a global concern and is an event that threatens public health in general. The first COVID-19 was reported in Indonesia on March 2, 2020, totaling two cases. The number of Covid-19 cases in Indonesia currently on 13 December 2020 is 6,189 cases, while for Gorontalo Province itself currently there are 3321 cases. Currently, the number of confirmed covid-19 cases in Asparaga District is 13 cases. The very fast transmission of the corona virus caused the World Health Organization (WHO) to determine the corona virus as a pandemic on March 11, 2020. The status of a pandemic or global epidemic indicates that the spread of COVID-19 is taking place so fast that almost no country in the world can ensure that it is protected from corona virus. Cultivation of 3 M (washing hands, wearing masks and maintaining distancing) in the community in Mohiyolo Village, Asparaga District, Gorontalo District using a training approach, mentoring and providing tools and materials such as soap for washing hands, water containers as clean water containers used for washing hands, masks distributed to the public, as well as arranging*

*seats with a distance of 1 meter for each participant and not more than 20 people according to the recommended health protocol.*

**Keywords :** *pandemic of Covid-19, mask, Wash hand, and social distancing*

## **1. PENDAHULUAN**

Pandemi Corona virus 2019 (Covid-19) yang disebabkan oleh virus SARSCoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2) saat ini menjadi perhatian dunia dan merupakan peristiwa yang mengancam kesehatan masyarakat secara umum (Yanti *et al.*, 2020). Penularan SARS-CoV-2 dapat terjadi melalui kontak langsung, tidak langsung, atau dekat dengan orang yang terinfeksi melalui sekresi yang terinfeksi seperti air liur dan sekresi pernapasan atau tetesan pernapasan mereka, yang dikeluarkan oleh orang yang terinfeksi saat batuk, bersin, berbicara atau bernyanyi. Transmisi droplet pernafasan dapat terjadi ketika seseorang berada dalam kontak dekat (dalam jarak 1 meter) dengan orang yang terinfeksi yang memiliki gejala gangguan pernapasan (misalnya batuk atau bersin) dalam keadaan ini, tetesan pernapasan/liur yang membawa virus dapat mencapai mulut, hidung, atau mata orang yang rentan serta dapat menyebabkan infeksi (World Health Organization, 2020). Saat ini, masyarakat di seluruh dunia telah terjangkit penyakit coronavirus 2019 (COVID-19), yang merupakan pandemi kelima setelah pandemi flu 1918. Sampai sekarang, kita bisa melacak laporan pertama dan wabah berikutnya dari cluster kasus pneumonia manusia baru di Kota Wuhan, Cina, sejak akhir Desember 2019 (Liu, Kuo and Shih, 2020). Peningkatan jumlah kasus corona di Indonesia terjadi dalam waktu singkat dan membutuhkan penanganan segera. Virus corona dapat dengan mudah menyebar dan menginfeksi siapapun tanpa pandang usia. Virus ini dapat menular secara mudah melalui kontak dengan penderita. Sayangnya hingga kini belum ada obat spesifik untuk menangani kasus infeksi virus corona atau COVID-19. Karena alasan inilah pemerintah di beberapa negara memutuskan untuk menerapkan lockdown atau isolasi total atau karantina (Mona, 2020).

COVID-19 pertama dilaporkan di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 sejumlah dua kasus (Susilo *et al.*, 2020). Jumlah kasus Covid-19 di Indonesia saat ini tanggal 13 Desember 2020 berjumlah 6.189 kasus sedangkan untuk Provinsi Gorontalo sendiri saat ini berjumlah 3321 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2020). Kecamatan Asparaga merupakan salah satu dari 19 Kecamatan yang ada di Kabupaten Gorontalo. Kecamatan ini terdiri atas 10 Desa. Luas wilayah Kecamatan Asparaga

adalah sebesar 285,52 km<sup>2</sup> atau sebesar 13,41 % dari luas wilayah Kabupaten Gorontalo. Desa terluas adalah desa Bululi, Dilihat dari morfologi permukaan bumi, yang terluas adalah daerah dataran tinggi. Batas Wilayah Kecamatan Asparaga, sebelah timur Kecamatan Asparaga, sebelah barat Kecamatan Kabupaten Boalemo, Sebelah Utara Kabupaten Gorontalo Utara dan sebelah selatan Kabupaten Boalemo (Badan Pusat Statistik Kabupaten Gorontalo, 2018). Saat ini jumlah kasus covid-19 terkonfirmasi di Kecamatan Asparaga berjumlah 13 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2020). Hal ini tidak menutup kemungkinan bertambahnya orang yang akan terpapar virus corona di Kecamatan Asparaga jika masyarakat tidak menegakkan secara tegas protokol Kesehatan yang telah di perintahkan oleh pemerintah Provinsi Gorontalo yakni dengan tidak berkerumun, mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak.

## **2. MASALAH**

Penularan virus corona yang sangat cepat menyebabkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menetapkan virus corona sebagai pandemi pada 11 Maret 2020. Status pandemi atau epidemi global menandakan bahwa penyebaran COVID-19 berlangsung sangat cepat hingga hampir tak ada negara di dunia yang dapat memastikan diri terhindar dari virus corona (Widiyani, 2020). Saat ini, penyebaran SARS-CoV-2 dari manusia ke manusia menjadi sumber transmisi utama sehingga penyebaran menjadi lebih agresif. Transmisi SARS-CoV-2 dari pasien simptomatik terjadi melalui droplet yang keluar saat batuk atau bersin (Susilo *et al.*, 2020). Banyaknya masyarakat yang kurang paham tentang cara pemutusan mata rantai penularan penyakit covid-19 ini dapat menyebabkan penularan terus berlangsung dan meningkat setiap saat. Kasus Covid-19 yang masih mewabah bisa dicegah dengan cara yang sederhana bahkan pemerintah telah menetapkan dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/413/2020 tentang pedoman pencegahan dan pengendalian *coronavirus disease* 2019 (covid-19) di Indonesia yakni dengan cara 3 M (Memakai masker, Menjaga Jarak dan Mencuci tangan (Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Kurangnya pemahaman masyarakat tentang *personal* Hygiene dan penerapan 3M dalam kehidupan sehari-hari sehingga kasus covid-19 terus meningkat di Gorontalo khususnya di Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo. Hal ini yang menjadi latarbelakang masalah sehingga diperlukan edukasi penerapan 3M dalam

mencegah penularan covid-19 di Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo.

### **3. METODE**

Penerapan 3 M (mencuci tangan, Memakai masker dan menjaga jarak) pada masyarakat di Desa Mohiyolo Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo menggunakan metode pendekatan pelatihan, pendampingan dan penyediaan alat dan bahan seperti sabun untuk cuci tangan, Wadah air sebagai tempai air bersih yang digunakan untuk mencuci tangan, masker yang dibagikan kepada masyarakat, serta mengatur tempat duduk dengan jarak 1 meter setiap peserta dan tidak lebih dari 20 orang sesuai dengan anjuran protokol kesehatan. Penerapan 3M ini dimulai dengan memberikan pengetahuan cara mencuci tangan dengan sabun yang baik dan benar serta praktik cuci tangan setelah kegiatan pelatihan dilakukan, kemudian kami mengadakan monitoring dan evaluasi untuk memastikan kegiatan berjalan dengan baik dan lancar.

Kegiatan Penerapan 3M (memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak) pada masyarakat Desa Mohiyolo Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo ini diadakan pada hari senin – selasa tanggal 26-27 Oktober tahun 2020 bertempat di Aula Kantor Desa Mohiyolo Kecamatan Asparaga. Kegiatan ini dimulai dari pukul 11.00 WITA – 14.00 WITA.

### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Tahap Observasi Lapangan**

Kegiatan ini dimulai dengan pemberitahuan terlebih dahulu kepada Kepala Desa Mohiyolo guna mendapatkan persetujuan dari Kepala Desa untuk melaksanakan kegiatan Penerapan 3M dalam Pencegahan Penularan Virus Corona kepada Masyarakat Desa Mohiyolo Kecamatan Asparaga serta dirangkaikan dengan pembagian masker dan *hand sanitaizer* juga melakukan penyemprotan ruang *public* (Mesjid, Kantor Desa, Kantor Kecamatan, dan Sekolah) di Desa Mohiyolo, hal ini dilakukan 3 hari sebelum kegiatan dilaksanakan.

#### **4.2 Tahap Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan ini dilaksanakan setelah mendapatkan ijin dari Kepala Desa Mohiyolo. Agenda pertama adalah penyemprotan ruang publik di Desa Mohiyolo dan Kecamatan

Asparaga diantaranya (Mesjid, Sekolah, Kantor Desa dan Kantor Kecamatan Asparaga). Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin tanggal 26 Oktober 2020 selama ±3jam penyemprotan diruang publik. Kegiatan ini dilaksanakan dengan pemberitahuan terlebih dahulu kepada Aparat Desa serta Karang Taruna di Desa Mohiyolo agar dapat membantu mahasiswa FKM Universitas Gorontalo untuk melaksanakan penyemprotan dengan penggunaan Desinfektan di Ruang Publik.

Setelah mendapatkan ijin dan dukungan masyarakat terutama karang taruna desa Mohiyolo kami diarahkan keruang publik yang akan kami lakukan penyemprotan dengan desinfektan.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyemprotan diruang publik di Desa Mohiyolo Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo

Pada hari Selasa tanggal 27 Oktober 2020 kami melanjutkan kegiatan Pengabdian ini dengan kegiatan Penyuluhan Kesehatan untuk Penerapan 3M (Memakai Masker, Menjaga Jarak dan Mencuci Tangan) kepada Masyarakat Desa Mohiyolo

untuk pencegahan Penularan Covid-19 di Desa Mohiyolo Kabupaten Gorontalo. Kegiatan ini kami awali dengan pemberitahuan kepada aparat desa dan mengundang beberapa masyarakat dan karang taruna di desa Mohiyolo. Peserta yang diundang wajib menaati protokol kesehatan yakni wajib menggunakan masker, mencuci tangan atau membawa *hand sanitizer* dan jaga jarak (tempat duduk kami atur  $\pm$  1 meter setiap peserta).

Pada kegiatan penyuluhan yang ditekankan oleh pemateri adalah cara mencuci tangan dengan sabun serta mempraktekannya. Hal ini dilakukan karena masih ada masyarakat yang belum memahami 6 langkah cara mencuci tangan dengan baik dan benar. Adapun 6 langkah dalam mencuci tangan yakni: 1) Tuang cairan *handrub* (antiseptik berbasis alkohol) pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar. 2) Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian, 3) Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih, 4). Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci, 5). Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian, 6). Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan. Enam Langkah ini adalah cara mencuci tangan yang baik dan benar dan wajib dipraktekkan oleh masyarakat di Desa Mohiyolo.



Gambar 2. Penyampaian Materi tentang Penerapan 3 M (Memakai Masker, Mencuci tangan dan Menjaga Jarak) di Desa Mohiyolo

Setelah itu acara dilanjutkan dengan melakukan kegiatan praktek langsung cara mencuci tangan yang baik dan benar oleh masyarakat atau peserta yang hadir pada kegiatan tersebut dengan menggunakan *hand sanitizer* yang didampingi langsung oleh mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Gorontalo, hal ini dilakukan agar masyarakat mendapatkan arahan yang benar mengenai cara mencuci tangan. Kemudian dilanjutkan dengan penyerahan *hand sanitizer* dan Masker untuk dibagikan

kepada masyarakat desa Mohiyolo.



Gambar 3. Pembagian Masker dan Hand Sanitizer kepada perwakilan Masyarakat Desa Mohiyolo Kecamatan Asparaga kabupaten Gorontalo

#### 4.3 Tahap Penutupan kegiatan

Pukul 14.30 WITA acara penutupan kegiatan dengan melakukan dokumentasi bersama aparat Desa serta memberikan cendramata kepada pihak sekolah yakni sertifikat dari pihak kampus FKM Universitas Gorontalo dan juga cendramata lainnya berupa tempat cuci tangan dan sabun cuci tangan, *hand sanitizer* dan masker serta berterimakasih kepada masyarakat yang telah antusias mengikuti acara penyuluhan tersebut.



Gambar 4. Penyerahan Sertifikat kepada Kepala Desa Mohiyolo dalam Penerapan 3 M di Desa Mohiyolo Kecamatan Asparaga

Hasil yang diperoleh dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan informasi pada masyarakat Desa Mohiyolo tentang pentingnya penerapan 3M (memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan) untuk pencegahan penularan virus corona di Kabupaten Gorontalo khususnya di Desa Mohiyolo Kecamatan Asparaga. Dengan memberikan informasi tersebut diharapkan penerapan 3M sedini mungkin diterapkan di Desa Mohiyolo serta sedikit banyaknya pengetahuan masyarakat menjadi bertambah

tentang *personal hygiene*, mencuci tangan, memakai masker, dan menjaga jarak.

Memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir adalah hal wajib yang harus kita lakukan untuk menjaga kesehatan tubuh terutama di masa pandemi covid-19 saat ini guna untuk memutuskan mata rantai penularan covid-19 di Gorontalo.

## **5. SIMPULAN**

Perhatian dunia saat ini tertuju pada pandemi COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) yang disebabkan oleh virus SARSCoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2) karena menjadi peristiwa yang mengancam kesehatan masyarakat secara umum. Kegiatan penyuluhan dan penerapan 3M untuk pencegahan penularan virus corona di Desa Mohiyolo adalah salah satu cara peningkatan pengetahuan masyarakat dalam hal pemutusan mata rantai penularan covid-19. Kegiatan ini berjalan lancar dan mendapatkan dukungan penuh dari aparat desa Mohiyolo khususnya Bapak Kepala Desa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Pusat Statistik Kabupaten Gorontalo (2018) *ASPARAGA dalam Angka 2018*. Edited by BPS Kabupaten Gorontalo. Gorontalo: BPS Kabupaten Gorontalo. doi: <https://gorontalokab.bps.go.id/publication/download.html?>
- Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo (2020) *Jumlah Kasus Covid-19 Di Provinsi Gorontalo, Dinkes Gorontalo*.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (2020) ‘Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MenKes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)’, *MenKes/413/2020*, 2019.
- Liu, Y. C., Kuo, R. L. and Shih, S. R. (2020) ‘COVID-19: The first documented coronavirus pandemic in history’, *Biomedical Journal*, 43(4), pp. 328–333. doi: 10.1016/j.bj.2020.04.007.
- Mona, N. (2020) ‘Konsep Isolasi Dalam Jaringan Sosial Untuk Meminimalisasi Efek Contagious (Kasus Penyebaran Virus Corona Di Indonesia)’, *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 2(2), pp. 117–125. doi: 10.7454/jsht.v2i2.86.
- Susilo, A. *et al.* (2020) ‘Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini’, *Jurnal*

*Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), p. 45. doi: 10.7454/jpdi.v7i1.415.

Widiyani, R. (2020) 'Latar Belakang Virus Corona, Perkembangan hingga Isu Terkini', *detikNews*. doi: <https://news.detik.com/berita/d-4943950/latar-belakang-virus-corona-perkembangan-hingga-isu-terkini>.

World Health Organization (2020) 'Transmission of SARS-CoV-2 : implications for infection prevention precautions', *Scientific brief*, (July), pp. 1–10. doi: <https://www.who.int/publications/i/item/modes-of-transmission-of-virus-causing-covid-19-implications-for-ipc-precaution-recommendations>.

Yanti, N. P. E. D. *et al.* (2020) 'Gambaran Pengetahuan Masyarakat tentang Covid-19 dan Perilaku Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol. 8 No.(3), pp. 485–490.