

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 1 No. 2	Edition: Januari 2021 – Maret 2021
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPh	
Received: 29 Maret 2021	Revised: -----	Accepted: 31 Maret 2021

PENYULUHAN COVID-19 DAN PENERAPAN PROTOKOL KESEHATAN DI KALANGAN SEKOLAH

Counseling On Covid-19 And The Implementation Of Health Protocols In Schools

Herviani Sari¹, Firdaus Fahdi², Hengky Frengky Manulang³, Herawati Bukit⁴, Stefani Anastasia Sitepu⁵, Erlina Hayati⁶

¹Prodi Farmasi Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

² Prodi Farmasi Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

³Prodi Manajemen Informasi Kesehatan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

⁴Prodi Manajemen Informasi Kesehatan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

⁵Prodi Kebidanan Diploma Tiga Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

⁵Prodi Kebidanan Diploma Tiga Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail : sari.herviani21@gmail.com, daus2966@gmail.com, henkyheny@yahoo.co.id,
herawatihill02@gmail.com, anastasyastefani@gmail.com, erlinahayati41@gmail.com

Abstract

At the end of 2019, the world was shocked by the emergence of a new virus from Wuhan, China. The virus is known as nCoV (novel corona virus). This virus is a new variant of the corona virus that broke out in 2002 which is known by people as SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome). Then this new type of corona virus was known as SARS-CoV-2 and the name of the disease was known as COVID-19. According to reports until March 2020 the SARS-CoV-2 virus has infected 90,308 people in China and the death rate has reached 3,087 people. COVID-19 was detected in Indonesia for the first time in early March 2020. The rate of spread of COVID-19 was very fast within a few months, the number of positive patients with COVID-19 in August 2020 reached 172,053 cases. COVID-19 is very contagious and spreads quickly, so to avoid COVID-19 it is necessary to do 3M (wear a mask, keep your distance and wash your hands). Because it has been months but the plague has not ended, the whole world has begun to take a stand to initiate new policies in people's daily lives. This policy is known as the New Normal Era.

Keywords: COVID-19, SARS-CoV-2, New Normal

Abstrak

Pada akhir tahun 2019, dunia dihebohkan dengan kemunculan virus baru dari Wuhan, China. Virus tersebut dikenal dengan nama nCoV (novel corona virus). Virus ini merupakan varian baru dari virus corona yang pernah mewabah pada tahun 2002 yang dikenal orang dengan sebutan SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome). Kemudian virus corona jenis baru ini dikenal dengan nama SARS-CoV-2 dan nama penyakitnya dikenal dengan nama COVID-19. Menurut laporan sampai bulan Maret 2020 virus SARS-CoV-2 telah menginfeksi 90,308 orang di china dan tingkat kematian mencapai 3,087 jiwa. COVID-19 terdeteksi di Indonesia pertama sekali pada awal bulan Maret 2020. Tingkat penyebaran COVID-19 sangat cepat dalam waktu beberapa bulan jumlah pasien positif COVID-19 pada bulan Agustus 2020 mencapai 172,053 kasus. COVID-19 sangat mudah menular dan menyebar dengan cepat, sehingga untuk menghindari COVID-19 perlu dilakukan 3M (memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan). Karena sudah berbulan-bulan namun wabah ini belum berakhir, seluruh dunia mulai mengambil sikap untuk memulai kebijakan baru dalam keseharian masyarakat. Kebijakan tersebut dikenal dengan New Normal Era.

Kata Kunci : COVID-19, SARS-CoV-2, New Normal

1. PENDAHULUAN

Momen akhir tahun 2019 terjadi suatu keadian yang tidak terduga di Provinsi Hubei, China tepatnya di Kota Wuhan. Warga Wuhan menghadapi suatu penyakit baru yang sangat infeksius dan cepat menyebar. Setelah ditelusuri, diketahui bahwa penyakit ini berasal dari virus. Virus tersebut masih satu keluarga dengan virus yang menyebabkan penyakit SARS-CoV pada tahun 2002 di Guangdong, China.

Pada tanggal 11 Februari 2020, *World Health Organization* memberi nama virus baru tersebut *Severe acute respiratory syndrome coronavirus-2* (SARS-CoV-2) dan nama penyakitnya sebagai *Coronavirus disease 2019* (COVID-19) (WHO, 2020). Pada awalnya transmisi virus ini belum bisa dipastikan apakah dapat melalui antara manusia ke manusia. Jumlah kasus positif terus bertambah seiring dengan berjalannya waktu. Selain itu, ada laporan bahwa 15 orang tenaga kesehatan terinfeksi virus tersebut dari satu orang pasien positif, kasus ini dikenal dengan kasus “*super spreader*” (Channel News Asia, 2020). Setelah itu akhirnya terkonfirmasi bahwa pneumonia ini dapat menular dari manusia ke manusia (Relman, 2020). Virus tersebut menyebar dengan cepat ke berbagai negara, karena pergerakan manusia sekarang juga cepat maka pergerakan virus juga menjadi sangat cepat. Menurut data dari WHO pada bulan Februari tahun 2020 sudah 65 negara yang melaporkan kasus COVID-19 di negaranya (PDPI, 2020).

Di Indonesia sendiri COVID-19 memasuki Indonesia pada pertengahan Februari, pertama sekali teridentifikasi di Jakarta yang terkena kontak langsung dengan seorang turis asal Malaysia. Pemerintah melalui dinas kesehatan setempat mengambil kebijakan untuk melakukan *tracing* dengan orang-orang yang kontak dekat dengan pasien positif COVID-19. Sejak masuk ke Indonesia sampai per 30 Agustus 2020 sudah tercatat 172,053 kasus terlapor dengan 40,525 kasus aktif, 124,185 kasus sembuh, 7,343 kasus meninggal (KPCPEN, 2020).

Sejak COVID-19 memasuki Indonesia pemerintah mulai mengambil langkah untuk membatasi mobilitas masyarakat dengan menerapkan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), hal ini dilakukan di kota-kota besar yang menjadi episentrum penyebaran wabah. Selain itu mulai digalakkan untuk menerapkan protokol kesehatan dengan 3M (mencuci tangan, memakai masker, dan menjaga jarak). Masyarakat dilarang berkerumun atau mengadakan acara yang mengundang kerumunan orang, selain itu sekolah-sekolah dan perkantoran menerapkan kebijakan untuk bersekolah dan bekerja dari rumah. Aktivitas diluar mulai dikurangi. Hal ini dilakukan untuk memutus mata rantai penyebaran COVID-19. Setelah segala upaya dilakukan kasus positif COVID-19 di Indonesia naik turun. Setelah hampir setahun menghadapi pandemi COVID-19 namun pandemi belum kunjung mereda, tidak mungkin semua orang dikurung terus-menerus didalam rumah, pemerintah dan dunia mulai mengambil langkah baru untuk menetapkan *New Normal*, dimana pada masa ini masyarakat harus mulai terbiasa dengan kebiasaan-kebiasaan baru dengan selalu memakai masker kemanapun, kemudian menjaga jarak, dan selalu membawa *hand sanitizer* atau mencuci tangan dengan sabun apabila ada air.

Karena ada beberapa sekolah khususnya sekolah swasta yang mulai sekolah tatap muka namun dengan jumlah siswa terbatas, karena itu kami melakukan kegiatan pengabdian untuk memberikan Sosialisasi Pengenalan Covid-19 Dan Kesiapan Menghadapi “Era New Normal”, di SMK Swasta Yapim Biru-Biru.

2. METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di SMK Swasta YAPIM Biru-Biru yang berlokasi di Desa Sidomulyo kecamatan Biru-Biru. Sebanyak 30 siswa/siswi hadir di sekolah dan mengikuti kegiatan sosialisasi ini. Sosialisasi dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat, siswa/siswi memakai masker dan duduk antar satu dan lainnya menjaga jarak, panitia pengabdian kepada masyarakat juga menyediakan *hand sanitizer*. Siswa/siswi didampingi oleh 1-2 orang guru kelas. Kegiatan dimulai dengan tanya jawab kemudian pemateri memberikan/menjelaskan materi yang akan disampaikan. Pemateri menyampaikan orasi selama 30-40 menit.

3. HASIL dan PEMBAHASAN

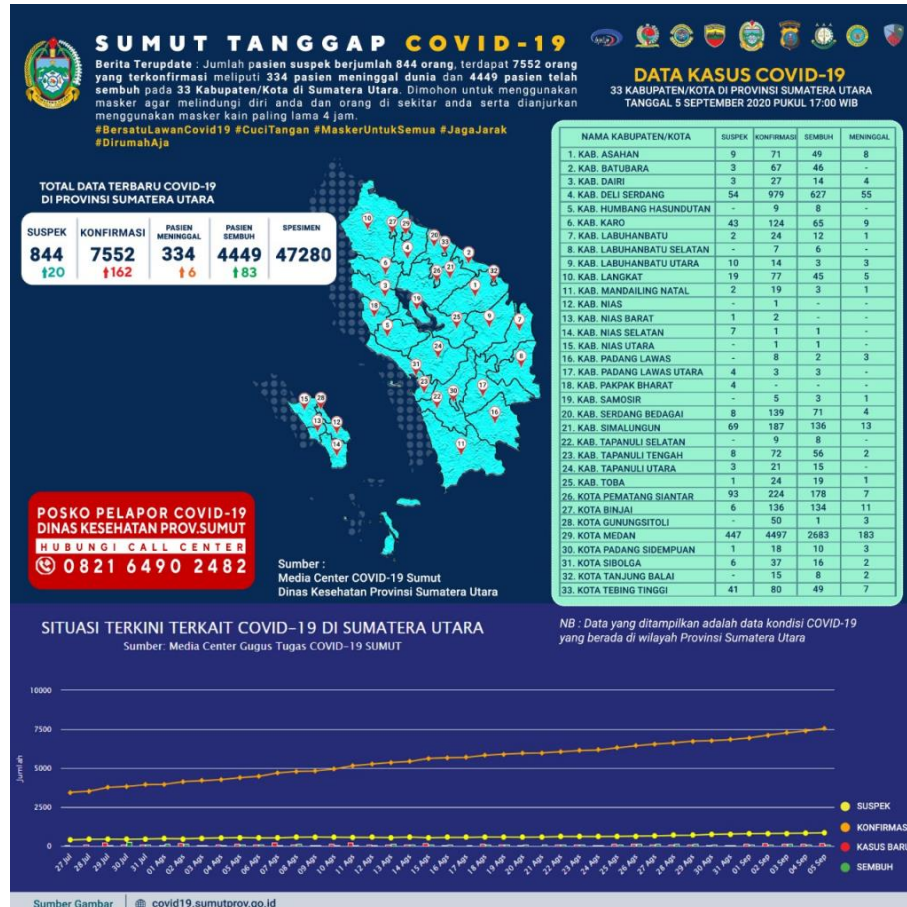
Coronavirus merupakan virus RNA strain tunggal (virus ini hanya terdiri dari RNA saja), berkapsul dan tidak bersegmen. Coronavirus termasuk kedalam ordo Nidovirales, keluarga Coronaviridae. Struktur coronavirus membentuk struktur seperti kubus dengan protein S berlokasi dipermukaan virus. Protein S atau spike protein merupakan salah satu protein antigen utama virus dan merupakan struktur utama untuk mencetak gen. Protein S ini berperan dalam penempelan dan masuknya virus kedalam sel inang (interaksi protein S dengan reseptornya di sel inang) (Wang, 2020). Coronavirus bersifat sensitif terhadap panas dan secara efektif dapat dinaktifkan oleh desinfektan mengandung klorin, pelarut lipid dengan suhu 56°C selama 30 menit, eter, alkohol asam perioksiasetat, detergen non-ionik, formalin, oxidizing agent dan kloroform. Klorheksidin tidak efektif dalam menonaktifkan virus (Wang, 2020; Korsman, 2012). Karena itu kita harus rajin mencuci tangan dengan sabun atau *hand sanitizer* berbasis alkohol untuk menghindari Coronavirus.

Coronavirus hanya dapat memperbanyak diri didalam sel inangnya. Virus tidak dapat hidup tanpa menempel pada inangna. Berikut ini merupakan siklus hidup coronavirus setelah memasuki inangnya. Pertama, virus menempel dan masuk ke sel host diperantarai oleh Protein S yang ada dipermukaan virus. Protein S merupakan penentu utama dalam menginfeksi spesies inang-nya serta penentu tropisnya (Wang, 2020). Pada studi SARS-CoV protein S berikatan dengan reseptor di sel inang yaitu enzim ACE-2 (*angiotensin-converting enzyme 2*). ACE-2 dapat ditemukan pada mukosa oral dan nasal, nasofaring, paru, lambung, usus halus, usus besar, kulit, timus, sumsum tulang, limpa, hati, ginjal, otak, sel epitel alveolar paru, sel enterosit usus halus, sel endotel arteri vena, dan sel otot polos. Setelah virus berhasil masuk, selanjutnya virus akan melakukan translasi replikasi gen dari RNA genom virus. Selanjutnya replikasi dan transkripsi dimana sintesis virus RNA melalui translasi dan perakitan dari kompleks replikasi virus. Tahap selanjutnya adalah perakitan dan rilis virus/pelepasan virus (Fehr, 2015). Setelah terjadi transmisi, virus masuk ke saluran napas atas kemudian bereplikasi di sel epitel saluran napas atas (melakukan siklus hidupnya). Setelah itu menyebar ke saluran napas bawah. Pada infeksi akut terjadi peluruhan virus dari saluran napas dan virus dapat berlanjut meluruh beberapa waktu di sel gastrointestinal setelah penyembuhan. Masa inkubasi virus sampai muncul penyakit sekitar 3-7 hari (PDPI, 2020).

Infeksi COVID-19 dapat menimbulkan gejala ringan, sedang atau berat. Gejala klinis utama yang muncul yaitu demam (suhu >38°C), batuk dan kesulitan bernapas. Selain itu dapat disertai dengan sesak memberat, fatigue, mialgia, gejala gastrointestinal seperti diare dan gejala saluran napas lain. Setengah dari pasien timbul sesak dalam satu minggu. Pada kasus berat perburukan secara cepat dan progresif, seperti ARDS, syok septik, asidosis metabolik yang sulit dikoreksi dan perdarahan atau disfungsi sistem koagulasi dalam beberapa hari. Pada beberapa pasien, gejala yang muncul ringan, bahkan tidak disertai dengan demam. Kebanyakan pasien memiliki prognosis baik, dengan sebagian kecil dalam kondisi kritis bahkan meninggal. Berikut sindrom klinis yang dapat

muncul jika terinfeksi (PDPI, 2020). Penyebaran COVID-19 semakin cepat dan luas, termasuk di Sumatera Utara. Berikut ini merupakan peta persebaran COVID-19 di Sumatera Utara per September 2020.

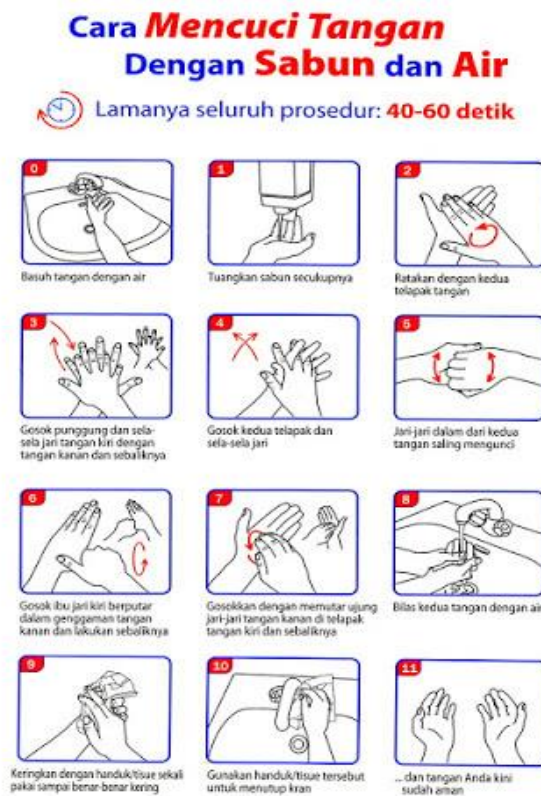
Gambar 1. Peta persebaran COVID-19 di Sumatera Utara per September 2020



Pemerintah menerapkan kebijakan baru yaitu “new normal” dalam menjalani kehidupan sehari-hari di masyarakat. Penerapan protokol kesehatan harus selalu dilakukan, masyarakat harus mulai beradaptasi dengan kebiasaan-kebiasaan baru, namun kebijakan new normal ini bukan berarti masyarakat sudah bebas untuk berkerumun kembali, dalam kebijakan ini membuat kerumunan banyak orang tetap dibatasi dan harus tetap menjalankan protokol kesehatan. Menteri Kesehatan mengeluarkan kebijakan protokol kesehatan dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/328/2020. Isi dalam keputusan tersebut antara lain : 1. Mencuci tangan dengan baik dan benar, 2. Menghindari penggunaan alat pribadi (alat makan, alat solat, dll), 3. Menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Tiga poin utama tersebutlah yang kami tekankan dalam memberikan sosialisasi kepada siswa/siswi di SMK Yapim Biru-Biru. Kami memberikan penjelasan mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar, merujuk dari standar WHO. Ketika mencuci tangan individu disarankan untuk menggunakan sabun dan air yang mengalir, terutama untuk pencegahan Covid-19. Dengan mencuci tangan dengan baik dan efektif, maka segala virus yang mungkin menempel di tangan akan hilang dan mengurangi kemungkinan seseorang terpapar oleh virus Covid-19. Tahapan – tahapan mencuci tangan tersebut yaitu : 1. Membasahi tangan dengan air, 2. Menggunakan sabun, 3. Mengusap kedua telapak tangan bagian dalam, 4. Tangan kanan

mengusap punggung dan sela jari tangan kiri, 5. Tangan kiri mengusap punggung dan sela jari kanan, 6. Mengusap sela jari dengan telapak tangan berhadapan, 7. Membersihkan punggung jari kedua tangan dengan telapak saling mengunci, 8. Membersihkan ibu jari kedua tangan, 9. Memutar ujung jari pada telapak tangan, 10. Bilas hingga bersih dan keringkan.

Gambar 2. Panduan Mencuci Tangan dengan Air dan Sabun



Menjalani era “*new normal*” juga harus senantiasa memakai masker dalam keseharian, selain itu menjaga jarak satu sama lain juga perlu untuk menghindari penyebaran COVID-19. Dalam memakai masker juga ada aturan dantata cara yang benar, sehingga penggunaan masker efektif untuk menghindari COVID-19.

Gambar 3. Pemakaian Masker yang Baik dan Benar



Gambar dan tabel dituliskan menggunakan format rata tengah. Setiap gambar dan tabel haruslah diberi nomor dan judul serta diacu pada tulisan. Nomor dan judul gambar diletakkan di atas gambar setelah menerapkan semua kebijakan yang diperlukan untuk menjalani "new normal" seperti mencuci tangan, menjaga jarak, dan memakai masker, selanjutnya yang harus kita lakukan adalah meningkatkan imunitas dengan konsumsi makanan bergizi dan seimbang, istirahat cukup dan olahraga teratur. Semoga semua ikhtiar dan usaha kita dapat melindungi kita dari COVID-19.

4. KESIMPULAN

COVID-19 merupakan singkatan dari *Corona Virus Disease 2019*. Suatu penyakit yang menyebar mulai akhir tahun 2019 pertama sekali ditemukan di Wuhan, Provinsi Hubei, China. Penyakit ini disebabkan oleh virus SARS-CoV-2, virus ini merupakan varian baru dari corona virus yang menyebabkan SARS (*Severe acute Respiratory Syndrome*) pada tahun 2002. Dalam menjalani kehidupan selama pandemi, pemerintah mencanangkan kebijakan era "new normal." Masyarakat harus beradaptasi dengan kebiasaan-kebiasaan baru dalam menjalani aktivitasnya, seperti rajin mencuci tangan, menjaga jarak, dan memakai masker saat keluar rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Channel News Asia. (2020). Wuhan virus outbreak: 15 medical workers infected, 1 in critical condition. [Homepage on The Internet]. Cited Jan 28th 2020. Available on: <https://www.channelnewsasia.com/news/asia/wuhanpneumonia-outbreak-health-workers-coronavirus-12294212>.
- Fehr, A.R., Perlman, S. (2015). Coronavirus: An Overview of Their Replication and Pathogenesis. *Methods Mol Biol.* 2015 ; 1282: 1–5.
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. (2020). Panduan Praktik Klinis: Pneumonia 2019-nCoV. PDPI: Jakarta.
- Relman, E. (2020). Business insider Singapore. Cited Jan 28th 2020. Available on: <https://www.businessinsider.sg/deadly-china-wuhan-virusspreading-human-to-human-officials-confirm-2020-1/?r=US&IR=T>.
- Wang, Z., Qiang, W., Ke, H. (2020). A Handbook of 2019-nCoV Pneumonia Control and Prevention. Hubei Science and Technologi Press. China.
- WHO. (2020). WHO Director-General's remarks at the media briefing on 2019-nCov on 11 February 2020. Cited Feb 13rd 2020. Available on: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-generals-remarks-at-the-media-briefing-on-2019-ncov-on-11-february-2020>. (September 12th 2020)