

Pembiasaan Penerapan Protokol Kesehatan dalam Beraktivitas Sehari-Hari pada Masyarakat Dukuh Ketel Dusun Jetak

Aisadela Yoanisaputri¹, Desi Ambar Sari², Hakimah Khairunnisa³, Sigit Haryanto⁴,
Murfiah Dewi Wulandari⁵, Dewi Pertiwi Dyah Kusudaryati⁶, Dewi Marfuah⁷

^{1,2,3,4,5} *Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia*
^{6,7} *Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta*

INFORMASI ARTIKEL

Histori Artikel:

Submit: 17 Mei 2022
Revisi: 22 September 2022
Diterima: 26 September 2022
Publikasi: 30 September 2022
Periode Terbit: Juni 2022

Kata Kunci:

penerapan protokol kesehatan,
pola hidup sehat,
work from home

Correspondent Author:

Aisadela Yoanisaputri
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Surakarta,
Indonesia
Email:
a220180019@student.ums.ac.id

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 sekarang ini tidak hanya mengkhawatirkan di negara Indonesia tetapi seluruh dunia juga merasakannya. Banyak masyarakat yang merasa takut dan resah akan terjangkitnya virus covid-19 pada dirinya sendiri atau orang terdekatnya. Penelitian ini dilakukan untuk mencegah penularan dan mencegah terjangkitnya tubuh dari virus covid-19. Tujuan dari pengabdian ini yaitu untuk membiasakan menerapkan protokol kesehatan dalam beraktivitas sehari-hari pada masyarakat Dukuh Ketel Desa Jetak. Penelitian ini dilakukan karena kurang sadarnya masyarakat Dukuh Ketel tentang pentingnya membiasakan menerapkan protokol kesehatan dalam beraktivitas sehari-hari seperti 3M (memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak) pada masa pandemi covid-19. Metode yang dilakukan dalam pengabdian ini berupa pemberdayaan secara langsung kepada masyarakat dan data yang diambil berupa hasil observasi dan dokumentasi, kemudian dilakukan sosialisasi untuk memberikan himbauan kepada masyarakat agar selalu terbiasa menerapkan protokol kesehatan dalam beraktivitas sehari-hari. Hasil yang ditunjukkan setelah dilakukan sosialisasi yaitu masyarakat lebih patuh dan taat akan protokol kesehatan covid 19 dengan memakai masker, rajin mencuci tangan setelah beraktivitas diluar, dan saling menjaga jarak. Selalu menjaga protokol kesehatan saat masa pandemi sangatlah penting dilingkungan masyarakat karena dengan terbiasanya menerapkan protokol kesehatan saat beraktivitas sehari-hari dapat memperkecil kemungkinan penyebaran paparan virus covid-19 di lingkungan masyarakat Dukuh Ketel.

Pendahuluan

Pandemi Covid-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh sindrom pernapasan akut *corona virus 2 (SARS-CoV-2)*. Penyakit ini pertama kali diidentifikasi pada Desember 2019 di Wuhan, ibu kota provinsi *Hubei China*, dan sejak itu menyebar secara *global*, mengakibat-

kan *pandemikorona* virus 2019 yang sedang berlangsung. Gejala umum termasuk demam batuk, dan sesak napas. Virus ini menyerang Indonesia mulai awal tahun 2020 (Ali, 2020; Amini et al., 2020; Khamal, 2020). Gejala lain mungkin termasuk nyeri otot, diare, sakit tenggorokan, kehilangan bau, dan sakit perut.

Sementara sebagian besar kasus mengakibatkan gejala ringan, beberapa berkembang menjadi pneumonia virus dan kegagalan multiorgan. WHO memberikan peringatan untuk seluruh negara agar selalu waspada terhadap penyebaran Covid – 19. Maka, setiap negara dihimbau untuk selalu siap dalam menghadapi program berupa karantina, pengawasan, deteksi dini, isolasi, manajemen kasus, pelacakan kontak, dan pencegahan penularan Covid-19 (Paksi & Fajri, 2019). Covid-19 menyebar di Indonesia pada awal tahun 2020, sejak kedatangannya menjadikan masyarakat Indonesia selalu waswas untuk keluar rumah atau berkumpul.

Akibat dari penyebaran Covid-19 di Indonesia yang lama kelamaan semakin meluas, menjadikan pemerintah mengambil keputusan untuk melaksanakan PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) dan WFH (*Work from Home*), serta pembelajaran dilakukan secara daring. Pandemi COVID-19 berdampak luar biasa, melumpuhkan hampir semua aspek kehidupan. Semua orang diwajibkan menerapkan protokol kesehatan 3M, yaitu memakai masker, mencuci tangan dengan sabun, dan menjaga jarak fisik dengan orang lain. Penerapan aturan ini harus terus dilaksanakan dalam setiap kegiatan, baik di dalam maupun di luar rumah (Sari, 2021). kedisiplinan menerapkan protokol kesehatan 3M merupakan kontribusi masyarakat terhadap upaya penanganan COVID-19 yang dilakukannya pemerintah (KPC PEN, 2020). Ini merupakan strategi terbaik pemerintah dalam upaya pencegahan dan pengendalian COVID-19, menempatkan masyarakat sebagai garda terdepan dengan perubahan perilaku sebagai ujung tombak. Sedangkan dokter, perawat, dan tenaga medis yang jumlahnya terbatas merupakan ben-

teng terakhir pengendalian Covid-19.

Pemerintah telah mengeluarkan kebijakan protocol Kesehatan untuk masyarakat dalam menjalankan aktivitasnya agar dapat meminimalkan penularan Covid-19 (Niruri et al., 2021). Pemerintah mengajak seluruh masyarakat untuk mentaati dan mematuhi peraturan yang telah dikeluarkan pemerintah guna bekerja sama dalam memutus angka penyebaran Covid-19. Semua lapisan masyarakat memiliki potensi untuk terjangkit virus tersebut, tidak terkecuali tenaga medis dan kesehatan, tidak memandang status sosial, jenis pekerjaan, jenis kelamin, maupun usia (Soekiswati et al., 2021). Selain itu, masyarakat juga harus saling mengingatkan antara satu dengan yang lainnya (Frisma et al., 2020). Kepatuhan masyarakat dapat dilihat ketika mereka dapat menerima kemudian berusaha untuk memenuhi dan mengikuti arahan dan peraturan dari pemerintah. Kepatuhan diartikan sebagai sikap yang sesuai dengan peraturan yang telah diberikan (Baragi et al., 2021). Kepatuhan muncul bukan karena adanya keinginan dari pelaksana perintah untuk menyesuaikan diri, tetapi lebih karena didasarkan akan kebutuhan untuk menjadi apa yang lingkungan harapkan atau reaksi yang timbul untuk merespon tuntutan lingkungan sosial yang ada. (PerMenKes RI;2020).

Protokol kesehatan yang selalu digaungkan oleh pemerintah yakni jaga jarak, tidak berkerumun, memakai masker, mencuci tangan secara teratur, dan tak kalah penting harus menerapkan pola hidup sehat untuk menjaga imunitas tubuh dengan makan makanan bergizi yang tinggi serat seperti sayur dan buah-buahan, berolahraga secara teratur, menghindari stres, tidur cukup, dan berjemur di pagi hari (Prasetyo et al., 2021). Banyaknya

himbauan untuk menerapkan protokol kesehatan, nyatanya sering kali atau masih banyak dihiraukan oleh masyarakat. Sebagian dari mereka, tidak mempercayai adanya Covid-19, dan sebagian lagi dikarenakan terlalu menyepelekan dan malas untuk menerapkan protokol kesehatan. Pada tahun 2022 ini, sudah mulai pembelajaran luring, dan WFO (*Work from Office*), serta sudah diperbolehkan untuk mengadakan acara berkumpul-kumpul. Berdasarkan keputusan tersebut, menjadikan masyarakat lupa untuk menerapkan protokol kesehatan. Banyak masyarakat yang tidak menggunakan maskernya ketika keluar rumah, belanja, bekerja, maupun melakukan kerja rutin masyarakat (Timikasari et al., 2021). Sama halnya dengan masyarakat di Dukuh Ketel Dusun Jetak Desa Alastuwo, banyak ditemukan masyarakat yang tidak memakai masker ketika ada kegiatan bersama, dan lalai untuk menjaga jarak dan mencuci tangan. Masyarakat Dukuh Ketel Dusun Jetak Desa Alastuwo menganggap bahwa Covid-19 adalah penyakit biasa layaknya penyakit flu pada umumnya, sehingga mereka sering lalai dalam menerapkan protokol kesehatan.

Untuk mencegah penyebaran Covid-19 dan terhindar dari segala jenis penyakit, maka dapat dilakukan dengan berbagai cara diantaranya yaitu meningkatkan imunitas tubuh, menjaga kesehatan, dan menerapkan protokol kesehatan 3M (Mencuci tangan, Memakai Masker, dan Menjaga Jarak). Mencegah lebih baik daripada mengobati, oleh sebab itu sangat penting bagi kita untuk menerapkan protokol kesehatan dimanapun kita berada.

Selain himbauan dari pemerintah untuk menerapkan protokol kesehatan, kita membiasakan masyarakat Dukuh Ketel Dusun Jetak

Desa Alastuwo untuk selalu menjaga kesehatan dan menerapkan protokol kesehatan. Dilakukannya program tersebut di Dukuh Ketel Dusun Jetak Desa Alastuwo diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pembiasaan menerapkan protokol kesehatan ketika beraktivitas sehari-hari pada masa Pandemi Covid – 19.

Perlu dilakukan penyuluhan pada masyarakat Dukuh Ketel Dusun Jetak Desa Alastuwo untuk mencegah penularan dan menekan kasus Covid-19. Pemberikan edukasi bagi masyarakat ini dinilai penting karena dapat memberikan pemahaman bagi masyarakat betapa pentingnya mematuhi dan menerapkan protokol kesehatan selama masa pandemi Covid-19 (Agustin et al., 2021).

Metode Pelaksanaan

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Menurut Erickson sebagaimana dikutip (Albi, 2018) memaparkan bahwa penelitian kualitatif berupaya untuk mendapatkan dan mendeskripsikan kegiatan yang dilaksanakan dan akibat dari tindakan yang dilakukan terhadap kehidupan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk membiasakan masyarakat menerapkan protokol kesehatan. Teknik pengumpulan data yang dilakukan berupa hasil observasi dan dokumentasi kepada warga sekitar.

Penelitian ini dilakukan di Dukuh Ketel, Dusun Jetak, Desa Alastuwo, Kecamatan Kebakkramat, Kabupaten Karanganyar. Selain pengamatan dalam penelitian dilakukan secara observasi dan dokumentasi, ada pula teknik pengumpulan data lainnya yang dilakukan penulis yaitu studi literatur dengan memperbanyak bacaan dan wawasan tentang cara men-

erapkan protokol kesehatan demi mengurangi perkembangan Covid-19 dari berbagai media cetak, elektronik maupun media digital. Selain melakukan observasi dan dokumentasi, dilakukan pula penyuluhan tentang pentingnya pembiasaan menerapkan protokol kesehatan 3M (memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak), berolahraga, serta menjaga imunitas didalam tubuh dan ditambah lagi pada lingkungan dukuh Ketel banyak ditemui masyarakat yang lalai atau acuh terhadap pentingnya menggunakan masker dan mencuci tangan. Mereka beranggapan bahwa virus Covid-19 hanyalah penyakit biasa seperti flu dan batuk dan mungkin hanya dianggap hal yang sepele didalam lingkungan mereka. Sehingga penelitian ini dilakukan yang nantinya akan diuraikan dalam bentuk kata-kata atau kalimat tentang pembiasaan protokol kesehatan kepada masyarakat.

Hasil Pelaksanaan dan Pembahasan

Berdasarkan hasil yang kami dapatkan selama melaksanakan KKN-Dik UMS Tahun 2021/2022 terdapat berbagai macam pola hidup masyarakat ditengah pandemi saat ini. Masyarakat Dukuh Ketel Dusun Jetak Desa Alastuwo terdapat 3 RT dan 1 RW, jumlah tersebut terdiri dari anak-anak, orang tua, dan remaja. Dukuh Ketel sendiri memang berada pada lokasi yang kurang strategis, yakni terletak diantara Dukuh Bangsren dan Dukuh Brayutan. Meskipun tidak strategis, namun masyarakat Dukuh Ketel ini di dominasi oleh profesi sebagai pembuat batu bata, dimana batu bata hasil warga Dukuh Ketel sudah di ekspor ke beberapa daerah. Berkaitan dengan hal tersebut, penduduk sekitar sebenarnya meyakini adanya virus Covid – 19, namun mereka belum

sepenuhnya mematuhi protokol kesehatan. Hal tersebut dapat terlihat ketika mereka beraktivitas sehari-hari, dan juga ketika anak-anak Dukuh Ketel sedang melaksanakan kegiatan TPQ dimana banyak dari mereka yang tidak memakai masker.

Berdasarkan kegiatan yang kami lakukan, masyarakat Dukuh Ketel banyak yang beranggapan bahwa virus Covid-19 sama halnya dengan penyakit flu biasa. Selain itu masyarakat juga beranggapan jika meninggal karena virus Covid-19 itu karena sudah takdirnya, kalau bukan takdirnya maka tidak akan meninggal. Berkaitan dengan hal tersebut, masyarakat banyak yang tidak mencuci tangan, tidak menjaga jarak, dan tidak memakai masker ketika beraktivitas di luar rumah. Walaupun sebagian dari mereka ada yang memakai masker ketika beraktivitas di luar rumah dan menerapkan protokol kesehatan lainnya. Masyarakat Dukuh Ketel sendiri sudah mulai melaksanakan kegiatan sosial seperti arisan PKK dan arisan bapak – bapak, hajatan, dan kegiatan rutin posyandu, namun masyarakat lalai untuk melaksanakan *social distancing* atau menjaga jarak. Masyarakat duduk saling berdekatan satu dengan lainnya dan tidak memakai masker.

Banyak cara yang sudah dilaksanakan agar masyarakat tetap produktif meskipun di masa pandemi Covid-19. Pemerintah Indonesia berupaya untuk memperbaiki pendidikan di tengah pandemi dengan membuat beberapa kebijakan baru. Upaya yang dilakukan pemerintah di antaranya memberlakukan *Work From Home* (WFH) (Lestari, et al., 2021). Di mana sekarang sudah tidak diberlakukan *WFH* (*Work From Home*) oleh beberapa perusahaan, dan sekolah-sekolah juga sudah mulai masuk seperti biasanya. Satu hal penting yang harus diper-

hartikan yaitu ketika kita beraktivitas baik di dalam atau di luar rumah maka kita harus dengan kondisi fisik yang kuat dan mental yang sedang baik-baik saja. Kewarasan fisik dan mental sangat berkaitan dengan kondisi imun dari masing-masing orang. Ketika kita mempunyai daya imun yang kuat maka kita akan terhindar dari berbagai penyakit salah satunya terhindar dari paparan virus Covid-19. Salah satu cara untuk meningkatkan imunitas diri yaitu dengan menjaga pola makan, berolahraga dengan rutin, dan mematuhi protokol kesehatan dengan benar. Imunitas didefinisikan sebagai resistensi terhadap suatu penyakit, terutama penyakit menular (Fatmala et al., 2022).

Pada masa pandemi ini, setiap orang diwajibkan untuk selalu menggunakan masker ketika beraktivitas sehari-hari baik di dalam maupun di luar rumah. Penggunaan masker ini menjadi salah satu cara yang efisien untuk mencegah penularan virus Covid-19 ini menyebar lebih luas lagi. WHO (*World Health Organization*) memberikan saran dalam penggunaan masker yang benar mulai dari mencuci tangan terlebih dahulu, masker wajib menutupi hidung, mulut dan juga dagu, tidak bersentuhan dengan bagian depan dan belakang masker, serta membuang masker yang sudah tidak digunakan ke tempat sampah dilanjutkan dengan mencuci tangan menggunakan air dan sabun.

Pola hidup sehat memang sangat diperlukan di masa pandemi Covid-19, dimana manfaat kesehatan sangat penting bagi kehidupan manusia. Sosialisasi kesehatan ini dimaksudkan untuk memberikan pengetahuan seputar kesehatan kepada masyarakat (Nasucha, et al., 2021). Ketika kita mempunyai jiwa dan raga yang sehat maka virus pun enggan untuk hinggap di tubuh kita. Melalui tubuh yang sehat,

kita dapat bekerja dan beraktivitas dengan nyaman dalam kehidupan sehari-hari. Menjaga kesehatan sangatlah mudah asalkan dengan niat yang kuat, sejalan dengan himbauan dari pemerintah untuk mematuhi protokol kesehatan agar tubuh kita sehat dan mempunyai daya imun yang kuat. Sehingga, kita tidak akan mengalami gangguan kesehatan yang akan mengganggu aktivitas kita sehari-hari. Sangat penting bagi kita untuk memberikan edukasi pada masyarakat dalam memahami manfaat perilaku hidup bersih dan sehat dengan benar. Selain itu juga harus benar-benar diterapkan dalam kehidupan sehari-hari

Berkaitan dengan penerapan protokol kesehatan perlu kita ketahui bahwa penyebaran Covid-19 sangatlah mudah, dimana virus ini dapat menyebar antar manusia baik secara langsung maupun tidak langsung (melalui benda atau permukaan yang terkontaminasi), atau kontak erat dengan orang yang terinfeksi melalui sekresi mulut dan hidung. Sekresi ini meliputi air liur, sekresi pernafasan, atau droplet (percikan) sekresi. Seseorang yang menyentuh barang atau benda yang terkontaminasi oleh virus Covid-19, maka virus tersebut berpindah ke hidung, mulut, atau mata dari sentuhan barang yang terkontaminasi tadi. Inilah alasan pentingnya kita harus rajin mencuci tangan menggunakan sabun, dan air mengalir setelah melaksanakan aktivitas apapun. Apabila sedang perjalanan, maka dapat mempersiapkan *hand sanitizer* minimal 60% untuk membunuh kuman, bakteri, serta virus di tangan. Tak lupa selalu membawa disinfektan untuk membersihkan barang yang kita gunakan saat beraktivitas sehari-hari.

Ketika masa pandemi seperti yang terjadi sekarang ini, masih dijumpai masyarakat yang

mengabaikan himbauan untuk mematuhi protokol kesehatan yang telah dianjurkan oleh pemerintah. Hal ini dapat dilihat dari kedisiplinan masyarakat dalam menggunakan masker, pemahaman dalam aturan menjaga jarak, dan mencuci tangan. Kelalaian masyarakat Dukuh Ketel dalam menerapkan protokol kesehatan bukan dilakukan oleh seratus persen masyarakatnya, melainkan hanya sebagian saja yang belum paham mengenai manfaat dari penerapan protokol kesehatan. Sedangkan sebagian dari masyarakat Dukuh Ketel telah paham akan manfaat yang diperoleh jika menerapkan protokol kesehatan dalam kehidupan sehari-hari itu sangat penting. Dibutuhkan kesadaran dari masyarakat agar mau menerapkan protokol kesehatan ketika beraktivitas diluar rumah.

Proses vaksinasi digalakkan tetapi masih juga ada virus varian baru yang ditakuti masyarakat sehingga diperlukan sosialisasi kesehatan (Muzaqi, et al., 2021). Menumbuhkan kesadaran dari masyarakat dapat dimulai diri sendiri, lingkungan sekitar, dan pemangku kepentingan setempat. Kita sebagai mahasiswa KKN-Dik UMS Tahun 2021/2022 yang berlokasi di Dukuh Ketel, berusaha untuk menyadarkan masyarakat Dukuh Ketel untuk membiasakan penerapan protokol kesehatan dalam beraktivitas sehari-hari. Kegiatan yang berhubungan selagi pandemi Covid-19 seperti pembelajaran pembuatan masker, pembagian masker, dan sosialisasi cuci tangan. Serta program kerja pendukung lainnya seperti posyandu dan kerja bakti (Mandasari, et al, 2021). Pembiasaan penerapan protokol kesehatan kami lakukan setiap saat ketika kami melaksanakan program kerja KKN-Dik UMS Tahun 2021/2022, adapun pembiasaan yang kami lakukan kepada masyarakat adalah sebagai

berikut:

1. Memberikan Masker kepada Masyarakat Dukuh Ketel

Penerapan new normal kepada masyarakat dengan mematuhi protokol kesehatan, seperti memakai masker, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau menggunakan hand sanitizer dan menjaga jarak, hingga Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) tidak lain sebagai langkah antisipatif pemerintah dalam mencegah laju penyebaran virus Covid-19 (Nuroniyah dan Khuriyah, 2021). Kegiatan pembiasaan protokol kesehatan yang pertama kami lakukan yaitu ketika kami mengajar di TPQ Masjid Al-Ikhlas Dukuh Ketel, di mana kami juga memberikan masker kepada anak-anak di TPQ tersebut. Peserta didik juga diwajibkan menaati proses seperti mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan kegiatan serta memakai masker (Ratih, et al., 2021). Alasan kami memberikan masker kepada anak-anak di TPQ Masjid Al-Ikhlas ialah karena ketika mereka TPQ tidak menggunakan masker dan belum menerapkan protokol kesehatan. Meskipun masih anak – anak, namun sangatlah penting dibiasakan untuk menerapkan protokol kesehatan agar terhindar dari paparan virus Covid-19 serta paparan virus lainnya. Selain itu, kami juga memberikan masker kepada warga Dukuh Ketel yang sedang beraktivitas di luar rumah. Banyak dari masyarakat Dukuh Ketel ketika berbelanja sayur, atau berkumpul dengan masyarakat lainnya tanpa menggunakan masker. Sehingga kami memberikan kepada masyarakat tersebut, agar terbiasa menggunakan masker. Pemberian masker kepada masyarakat Dukuh Ketel kami harapkan bisa memberikan kesadaran

masyarakat setempat untuk menerapkan protokol kesehatan, selain itu kami juga berharap tindakan yang kami lakukan dapat dijadikan contoh untuk masyarakat lainnya agar senang berbagi.

Penggunaan masker di masa pandemi Covid-19 sangat penting untuk melindungi diri dan orang lain dari risiko penularan virus Covid 19. Dikarenakan sebagian besar penularan Covid-19 adalah melalui droplets, maka masyarakat perlu untuk melindungi diri. Masker dapat melindungi dari tetesan droplets baik yang datang dari dalam diri maupun dari orang lain (Pratiwi, 2020).



Gambar 1. Memberikan Masker kepada Masyarakat



Gambar 2. Pemberian Masker Kepada Santri TPQ

2. Mencuci Tangan setelah Beraktivitas di Luar Rumah

Kegiatan pembiasaan protokol kesehatan kedua yang kami lakukan yaitu ketika kami mengajar di TPQ masjid Al-Ikhlas Dukuh Ketel, dimana kita juga mengajarkan anak-anak cara mencuci tangan yang baik dan benar sesuai dengan yang disarankan oleh WHO (*World Health Organization*). Alasan kami mengajarkan anak-anak mencuci tangan agar mereka terbiasa ketika selesai beraktivitas di luar rumah segera mencuci tangan supaya virus atau kuman yang ada ditangan hilang dan anak-anak terhindar dari paparan virus Covid-19.

Cuci tangan juga merupakan salah satu cara pencegahan infeksi yang paling sederhana dan konsisten. Mencuci tangan adalah proses yang secara mekanis melepaskan kotoran dan debris dari kulit tangan dengan menggunakan sabun biasa dan air yang mengalir (Depkes, 2008). Cuci tangan pakai sabun terbukti efektif mencegah penularan virus corona karena tangan yang bersih setelah dicuci pakai sabun dapat mengurangi risiko masuknya virus ke dalam tubuh (Kemenkes RI, 2020)

Tentunya pelaksanaan pembiasaan ini dilakukan dengan memperhatikan protokol kesehatan agar siswa dapat kembali belajar al qur'an namun tetap menerapkan kebijakan kebijakan social distancing seperti memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak (Sholihah, et al, 2021). Banyak dari masyarakat Dukuh Ketel khususnya anak-anak TPQ lalai akan mencuci tangan setelah beraktivitas.

Oleh karena itu, terdapat kemungkinan anak-anak bisa terinfeksi kuman, bakteri, atau virus ketika menyentuh mata, hidung, dan mulut dengan tangan yang kotor. Sehingga kami memberikan himbauan kepada masyarakat ter-

sebut mengenai cara mencuci tangan yang benar agar mereka terbiasa melakukan budaya hidup sehat. Pada masyarakat sendiri masih banyak yang belum mencuci tangan ketika akan dan sesudah beraktivitas atau berkegiatan berkumpul, salah satu contohnya ketika kegiatan Posyandu dimana ibu-ibu belum mempunyai kesadaran dari diri sendiri untuk mencuci tangan atau menggunakan hand sanitizer. Penerapan cara mencuci tangan dengan benar kepada masyarakat Dukuh Ketel kami harapkan bisa memberikan pengetahuan masyarakat setempat untuk menaati protokol kesehatan.



Gambar 3. Memberikan Sabun Terlebih Dahulu sebelum Mencuci Tangan.



Gambar 4. Praktik Mengajarkan Cara Mencuci Tangan dengan Benar.

3. Menjaga Jarak ketika Beraktivitas Sehari-Hari

Kegiatan pembiasaan protokol kesehatan ketiga yang kami lakukan yaitu ketika berkegiatan di lingkungan masyarakat yang mayoritas dari mereka masih banyak yang tidak menjaga jarak antara satu dengan yang lainnya. Pembiasaan yang ketiga ini kami mengajarkan masyarakat dalam berkegiatan dengan sejumlah orang harus diberikan jarak untuk mencegah penularan virus Covid-19 ini.

Adapun beberapa kegiatan yang melibatkan banyak orang yaitu arisan PKK, posyandu, dan juga TPQ anak-anak. Dalam kegiatan tersebut, masyarakat dihimbau untuk menjaga jarak antara satu orang dengan yang lainnya. Himbauan untuk menjaga jarak yang kami berikan kepada masyarakat Dukuh Ketel ini diharapkan dapat mengurangi penyebaran paparan virus Covid-19 yang masih berlangsung hingga saat ini. Selain itu, dengan tidak berkumpul – kumpul juga menghindari kemungkinan tertular paparan Covid – 19, sering kali kita tidak sadar bahwa kita sedang berdekatan dengan orang menunjukkan tanpa gejala tetapi telah terpapar Covid – 19. Melalui pembiasaan jaga jarak ini, kami harapkan dapat memutus rantai penularan Covid – 19, sehingga pandemi Covid-19 dapat segera selesai.



Gambar 5. Penerapan Menjaga Jarak Ketika Beraktivitas di TPQ Masjid Al-Ikhlas



Gambar 6. Membiasakan Anak-anak Duduk Berjarak dengan Temannya saat Beraktivitas.

Poster ini juga merupakan salah satu media yang kami manfaatkan untuk menyuarakan pembiasaan penerapan protokol kesehatan pada Masyarakat Dukuh Ketel. Pemasangan poster tersebut kami harapkan dapat selalu mengingatkan masyarakat Dukuh Ketel untuk membiasakan penerapan protokol kesehatan ketika berkegiatan sehari-hari diluar rumah.



Gambar 7. Menempelkan Poster Protokol Kesehatan di Rumah Warga

4. Pemasangan Poster Protokol Kesehatan

Pemasangan poster tentang protokol kesehatan ini kita tujukan pada beberapa tempat yang sekiranya sering dijadikan tempat berkumpul oleh masyarakat Dukuh Ketel dan sering dilalui oleh masyarakat. Pemasangan poster ini bertujuan untuk mengingatkan masyarakat Dukuh Ketel agar terbiasa penerapan protokol kesehatan. Pemasangan poster ini kami rancang secara menarik dan kreatif agar masyarakat Dusun Ketel merasa tertarik dan membaca poster tersebut. poster yang kami pasang berisikan penerapan 3M (memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak).

Simpulan

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan yang telah dipaparkan diatas, maka dapat diambil beberapa kesimpulan bahwa dengan melalui beberapa kegiatan program kerja yang kami lakukan di masyarakat Dukuh Ketel mulai dari orang tua sampai anak-anak kini menjadi lebih patuh dan terbiasa menaati protokol kesehatan setelah kami berikan himbauan, tindakan disetiap program kerja yang kami lakukan. Penerapan pembiasaan protokol kesehatan ini membuat masyarakat dimana yang biasanya beraktivitas diluar rumah tanpa mengenakan masker, kini sudah terbiasa me-

makai masker saat berada diluar rumah setelah mendengarkan sosialisasi dari kami tentang pentingnya memakai masker untuk mencegah penularan paparan virus covid-19. Selain terbiasa memakai masker, masyarakat Dukuh Ketel juga sudah terbiasa rajin mencuci tangan dengan benar sesuai yang diisarankan oleh WHO (*World Health Organization*) setelah melakukan aktivitas diluar rumah agar virus atau kuman ditangan hilang. Dalam melaksanakan aktivitas diluar rumah pun seperti arisan PKK, Posyandu, Pengajian yang biasanya masyarakat duduk saling berdekatan, kini sudah bisa menjaga jarak antara satu orang dengan orang yang lain +- 1 Meter.

Daftar Pustaka

- Adliyani, Nur. (2015). *Pengaruh Perilaku Terhadap Hidup Sehat*. Lampung: University Lampung.
- Agustin, Feri, Fidia Rara Restuni, Ade Utia Detty, Arti Febriyani Hutasuhut, Ika Artini, and Dalfian Dalfian. "Penyuluhan Tentang Pentingnya Mematuhi Protokol Kesehatan di Era Pandemi COVID-19 di UPT Puskesmas Kampung Sawah Bandar Lampung." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 4, no. 1 (January 31, 2021): 207–12. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i1.3673>.
- Albi,A. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jejak.
- Ali, F. A. (2020). Sistem Homeschooling sebagai Penunjang Efektivitas Pembelajaran Selama Pandemi Covid 19. *Buletin Pengembangan Perangkat Pembelajaran*, 2(2), 38-47.
- Amini, A. D., Subekti, E., Reni, D., Pertiwi, K., Keguruan, F., Pendidikan, I., Muhammadiyah Surakarta, U., & Info Abstrak, A. (2020). Implementasi Model Pendidikan Alternatif dalam Pembelajaran dengan Homeschooling. *Buletin Pengembangan Perangkat Pembelajaran*,
- Auwsia, Yolanda, Anggi Dwi, Joses Felik. (2021). Faktor Ketidakpatuhan Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan Di Masa Pandemi Covid-19: Literature Review. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Depok: Universitas Indonesia.
- Baragi, D. I., Boro, V. I. A., & Tokan, F. B. (2021). *Dalam Menggunakan Masker Di Tengah Pandemi Covid-19 Di Pasar Penfui Kelurahan Penfui*. 2(1).
- Chandra, Budiman. (2017). *Pengantar Kesehatan Lingkungan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Depkes RI. (2006). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Rumah Tangga*. Jakarta: Promosi Kesehatan Depkes RI.
- Depkes RI. (2008). *Pedoman Umum Pengelolaan Kegiatan Peningkatan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)*. Ditjen PPM & PL, Jakarta.
- Fatmala, W., Sulkhayah, N., Alwafa, F., & Putri, J. F. (2022). Pengaruh Senam Aerobik Intensitas Moderate Terhadap Peningkatan Imun Di Era Normal Baru: Systematic Review. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 3(2), 120–123.
- Fredy, Dewi Puji Rahayu, dkk. (2021). Edukasi Protokol Kesehatan dalam Masa Pandemi Covid-19 Pada Anak Sekolah Dasar di Pesisir Pantai Payum Merauke. *Prima Abdika : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1 (2), 73-80.
- Frisma, Framesti, Resa Fitria Andeani, Nadia Rosita, Fitri Ardian, and Anisa Tiara Septiani. "Pemberdayaan serta Penerapan Protokol Kesehatan di Posyandu Puskesmas Leuwigoong Kabupaten Garut, Jawa Barat Sebagai Upaya Mencegah Penularan COVID-19." *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)* 1, no. 1 (September 5, 2020): 1–12. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v1i1.270>.
- Halimatuzzahro, Fitria, Fariha Naharul, Regita

- Sania. (2021). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan Covid – 19. *Barekeng : Jurnal Ilmu Matematika dan terapan* Vol 15 No 4, 629-638.
- Heni, Anastasia. (2020). Analisis : Penyebab masyarakat tidak patuh protocol Covid-19. *The Conversation*.
- Kemendes RI. (2020). *Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Khamal, S. Y. B. (2020). Tantangan Pembelajaran Olahraga dalam Pembelajaran Jarak Jauh. *Buletin Pengembangan Perangkat Pembelajaran*, 2(2), 28–35.
- Mandasari, Y., Ahmad, A., Yulianti, N., Sufanti, M., & Rahmawati, L. E. (2021). Penguatan Pendidikan Karakter Profetik melalui Optimalisasi Peran Taman Pendidikan Al-Quran di Sumberjatipohon, Grobogan. *Buletin KKN Pendidikan*, 3(1), 100-106.
- Mulyana, Deddy. (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Muzaqi, A., Ratih, K., & Sutopo, A. (2021). Peningkatan Motivasi Belajar Peserta Didik melalui Bimbel pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar*, 1(2), 70-77.
- Nasucha, Y., Sutopo, A., Ahmad, A., Fatmawati, F., Astuti, T. I., & Mrihatini, A. (2021). Penguatan Generasi Cerdas dan Berkarakter bagi Masyarakat Tangen, Sragen. *Buletin KKN Pendidikan*, 3(1), 63-73.
- Ningsih, Eni Lutfia, and Eny Suryowati. “Sosialisasi Pembiasaan Perilaku Hidup Sehat di Era New Normal pada Masyarakat Desa Keras.” *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* 5, no. 1 (December 5, 2021): 526. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v5i1.6503>.
- Niruri, R., Farida, Y., Prihapsara, F., Yugutama, A., & Ma’rufah, S. (2021). Perilaku Masyarakat dalam Pelaksanaan Protokol Kesehatan sebagai Upaya Pencegahan Covid-19 di Punggawan, Banjarsari Sura-karta. *Pharmakon: Jurnal Farmasi Indonesia*, 18(1), 75–81.
- Nuroniyah, A. (2021). Home Teaching Era Pandemi Covid-19 pada Siswa SD sebagai Upaya Mengatasi Problematika Pembelajaran Daring. *Warta LPM*, 24(3), 466-475.
- Paksi, Novendra Ronggo, and Ibrahim Fajri. “Penerapan Protokol Kesehatan Covid-19 Di Kantor Ppat Roy Indarto, Se, Sh, Mkn Berdasarkan Peraturan Bupati Nomor 60 Tahun 2020,” February 2019, 7.
- Pratiwi, A. D. (2020). Gambaran Penggunaan Masker di Masa Pandemi Covid-19 Pada Masyarakat di Kabupaten Muna. *Prosiding Nasional Covid-19*, 52–57.
- Prasetyo, W. H., Wijaya, G. P. A., Rachman, R. F., Amini, M. Z., Wijaya, E. J., Ati, D. L., & Prabowo, A. (2021). Peningkatan Kesadaran Protokol Kesehatan Covid-19 pada Masyarakat Desa Baleharjo, Sragen. *Buletin KKN Pendidikan*, 3(1), 91–99.
- Prihastuti, L., Fitriyani, S., Romadhon, F. H., Pratiwi, D. R., & Prayitno, H. J. (2021). Pembelajaran Kreatif Guna Meningkatkan Minat Belajar Siswa pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar*, 1 (1)21-30.
- Ratih, K., Prayitno, H. J., Prasetyo, W. H., Irmawati, I., & Safitri, A. D. (2021). Penerapan Model Pembelajaran Blended Di MII Subah Pada Masa Pandemi Covid-19. *Berdikari: Jurnal Inovasi Dan Penerapan Ipteks*, 9(2), 151-160.
- Sahputri, J., & Sofia, R. (2020). *Penyuluhan Protokol Kesehatan Era Pandemi Coronavirus Disease (Covid-19) Di Sdn 14 Muara Dua Kota Lhokseumawe*. 4(4), 5.
- Saputro, Anggoro Arnaz, Yudi Dwi Saputra, Guntum Budi. (2022). Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Kesadarab Masyarakat

- kat Dalam Penerapan Protokol Kesehatan. *Porkes : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi* Vol 3 No 2, 81-92.
- Sari, R. K. (2021). *Identifikasi Penyebab Ketid-akpatuhan Warga Terhadap Penerapan Protokol Kesehatan 3M Di Masa Pandemi Covid-19. Jurnal AKRAB JUARA*, 6(1), 84–94.
- Sholihah, A. Q. A., Octaviani, F. R., Anif, S., & Sutopo, A. (2021). Perbandingan Penggunaan Media Pembelajaran pada Hafalan Doaharian Anak di Masa Pandemi. *Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar*. 1(1), 41-50.
- Siahaan, M., Akuntansi, P., Ekonomi, F., Bha-yangkara, U., Raya, J., Raya Perjuangan, J., Mulya, M., & Utara, B. (2020). Hala-man: 1-3 Terakreditasi Peringkat 5 (SIN-TA 5) sesuai SK RISTEKDIKTI Nomor. *Edisi Khusus*, 1(1), 1410–9794.
- Soekiswati, S., Rahayu, U. B., Pristianto, A., & Maulida, S. R. (2021). Perlindungan hukum bagi tenaga medis dan kesehatan di masa pandemi covid-19. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 2(3), 109–219.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta CV.
- Timikasari, A. D., Antiasari, N., Wibowo, Y. A., & Fitriyya, M. (2021). Pemberdayaan Pola Hidup Sehat Masa Pandemi Covid 19 di Desa Banjarsari, Tawangmangu, Karanganyar. *Buletin KKN Pendidikan*, 3(2), 127–134.