

**PENGABDIAN INTERNAL UNISSULA**



**PEMBERDAYAAN SATGAS COVID19 DAN KADER PKK DALAM MENGEDUKASI  
PROSES KARANTINA MANDIRI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PERCEPATAN  
PENULARAN COVID19 DI WILAYAH KELURAHAN BANJARDOWO.**

**TIM PENGUSUL**

Ketua: dr. Anita Soraya, M.Sc/0610108505

Anggota I: Dina Fatmawati., M.Si.Med/0612067301

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM  
SULTAN AGUNG  
AGUSTUS 2020**

## HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN MASYARAKAT

1. a. Judul Pengabdian Masyarakat : **PEMBERDAYAAN SATGAS COVID19 DAN KADER PKK DALAM MENGEDUKASI PROSES KARANTINA MANDIRI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PERCEPATAN PENULARAN COVID19 DI WILAYAH KELURAHAN BANJARDOWO.**
- b. Bidang Ilmu : Ilmu Kedokteran Umum
- c. Kategori Pengabdian Masyarakat :
2. Ketua Peneliti
- a. Nama Lengkap dan Gelar : dr. Anita Soraya Soetoko, M.Sc
- b. Jenis Kelamin : Laki - Laki
- c. Golongan / Pangkat / NIK : / 210111135
- d. Jabatan Fungsional : Tenaga Pengajar
- e. Jabatan Struktural :
- f. Fakultas / Jurusan : Fakultas Kedokteran
- g. Pusat Pengabdian Masyarakat : LPPM Unissula
3. Alamat Ketua
- a. Alamat Kantor / Telepon / Fax / Email : Jl Kaligawe KM 04 Semarang / 024-6583584
- b. Alamat Rumah / Telepon / Fax / Email : Jl. Taman Srinindito V/12 Rt. 03 / 04 Semarang / 024-70418950 /
4. Jumlah Anggota : 1
- a. Nama Anggota : - Dina Fatmawati, S.Si., M.Sc
5. Mahasiswa yang terlibat :
6. Karyawan yang terlibat :
7. Lokasi Pengabdian Masyarakat : **KELURAHAN BANJARDOWO.**
8. Kerjasama dengan Institusi lain
- a. Nama Institusi : Muchayanah, ketua PKK Kelurahan Banjardowo
- b. Alamat : Kelurahan Banjardowo, Kec. Genuk, Semarang
- c. Telepon / Fax / Email :
9. Lama Penelitian : 6 bulan
10. Biaya yang diusulkan
- a. Biaya : Rp 5,000,000
- b. Sumber Lain : -
- c. Biaya yang disetujui : Rp 5,000,000
- Jumlah : Rp 5,000,000

Telah Disetujui



Dekan & Kepala LPPM

Semarang, 30 January 2021

Peneliti

  
dr. Anita Soraya Soetoko, M.Sc  
NIK 210111135

## **RINGKASAN**

COVID 19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh SARS-CoV-2 (salah satu jenis koronavirus). Virus ini memiliki kemampuan penyebaran yang sangat cepat, sehingga dibutuhkan proses karantina mandiri bagi orang yang terinfeksi maupun orang yang beresiko terinfeksi. Belum banyak masyarakat yang mengenal dengan benar tentang virus ini dan mengetahui bagaimana proses karantina mandiri yang dibutuhkan untuk mencegah percepatan penularannya, maka tujuan dilaksanakan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait Covid 19 dan proses karantina mandiri. Pelaksanaan kegiatan ini memenuhi protokol kesehatan yang dianjurkan oleh pemerintah dan diikuti sebanyak 20 peserta, yang dibagi menjadi 3 kelompok kecil dengan waktu pelaksanaan yang bergantian setiap kelompok. Kegiatan ini menggunakan metode ceramah diskusi dengan peserta dan test pengetahuan peserta tentang Covid 19. Pengabdian ini dihadiri oleh 100% peserta dan test pengetahuan peserta dengan menggunakan lembar soal didapatkan peningkatan pengetahuan peserta tentang covid 19, cara penularan serta pencegahan infeksi virus tersebut.

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrohmanirrohim*

*Assalamu'alaikum Wr. Wb,*

*Alhamdulillahirobbil'alamin*, segala puji bagi Allah, Rob seluruh alam yang telah memberikan karunia kepada kami hingga kami dapat menyelesaikan pengabdian masyarakat **tentang** pemberdayaan satgas covid19 dan kader pkk dalam mengedukasi proses karantina mandiri sebagai upaya pencegahan percepatan penularan covid19.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang covid19, yang meliputi pengenalan terhadap virus tersebut, gejala dan tanda terinfeksi virus tersebut, cara penularan, cara pencegahan, dan apa saja yang perlu dilakukan selama proses karantina mandiri di rumah. Kegiatan pengabdian ini sangat bermanfaat untuk mencegah percepatan penularan covid19 di lingkungan masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di era pandemik saat ini membutuhkan usaha yang lebih dalam pelaksanaanya dan kagiatan ini sebaiknya dilakukan secara luas, mengingat penyebaran infeksi virus ini yang berdampak luas ke masyarakat dan negara kita.

Semoga pengabdian masyarakat ini dapat bermanfaat, dan membantu pemerintah dalam menekan percepatan penyebaran infeksi virus corona.

*Jazakumullhahi khoiro jaza'*

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Tim Pengusul

Pengmas

## DAFTAR ISI

PENGABDIAN INTERNAL UNISSULA.....	14
HALAMAN PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
RINGKASAN.....	16
KATA PENGANTAR.....	17
DAFTAR ISI .....	18
BAB I PENDAHULUAN .....	19
IDENTIFIKASI DAN PERUMUSAN MASALAH .....	16
TUJUAN KEGIATAN .....	16
MANFAAT KEGIATAN .....	17
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	22
BAB III MATERI DAN METODE PELAKSANAAN.....	26
Tabel 1. Permasalahan Mitra dan Metode Pendekatan yang Digunakan .....	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	30
Lampiran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## **BAB I PENDAHULUAN**

Corona Virus Disease 2019 atau yang biasa disingkat COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh SARS-CoV-2, salah satu jenis koronavirus. Penderita COVID-19 dapat mengalami demam, batuk kering, dan kesulitan bernafas. Infeksi menyebar dari satu orang ke orang lain melalui percikan (droplet) dari saluran pernapasan yang sering dihasilkan saat batuk atau bersin. Jarak jangkauan droplet biasanya hingga 1 meter. Droplet bisa menempel di benda, namun tidak akan bertahan lama di udara. Waktu dari paparan virus hingga timbulnya gejala klinis antara 1-14 hari dengan rata-rata 5 hari. Maka, orang yang sedang sakit diwajibkan memakai masker guna meminimalisir penyebaran droplet. Sampai saat ini belum diketahui penyebab dari virus Corona, tetapi diketahui virus ini disebarkan oleh hewan dan mampu menjangkit dari satu spesies ke spesies lainnya, termasuk manusia. Diketahui virus Corona berasal dari Kota Wuhan di China dan muncul pada Desember 2019. Tindakan pencegahan untuk mengurangi kemungkinan infeksi antara lain tetap berada di rumah, menghindari bepergian dan beraktivitas di tempat umum, sering mencuci tangan dengan sabun dan air, tidak menyentuh mata, hidung, atau mulut dengan tangan yang tidak dicuci. Segera hubungi Hotline jika Anda mengalami gejala atau memiliki riwayat perjalanan/berpergian dari Negara yang terjangkit.

Kementerian Kesehatan menerbitkan Infografis Protokol Kesehatan COVID-19. Infografis ini berusaha menjelaskan tentang apa yang perlu dilakukan dan disajikan dalam bentuk gambar. Seperti kita ketahui bahwa Infografis Protokol Kesehatan COVID-19 ini bentuk lain lain dari Protokol Kesehatan COVID-19 yang dirilis oleh KSP untuk Penanganan Virus Corona di Indonesia. Penanganan COVID-19 di Indonesia terus berkembang seiring dengan adanya KLB di Surakarta dan tekanan masyarakat. Pemerintah belum melirik opsi lockdown, namun memberikan himbauan kepada masyarakat untuk keluar rumah seperlunya, bekerja dari rumah dan menjaga kesehatan. Imbauan yang cukup bagus dan halus untuk memerintahkan masyarakat

mengisolasi dirinya sendiri, atau isolasi mandiri, untuk mencegah penyebaran Corona Virus atau COVID-19. Sejauh ini penanganan COVID-19 di Indonesia masih dilakukan oleh rumah sakit - rumah sakit yang ditunjuk kementerian. Belum ada alat tes seperti di Vietnam yang malah memberikan ruang untuk melakukan disinfeksi.

Pada 31 Desember 2019, *WHO China Country Office* melaporkan kasus pneumonia yang tidak diketahui etiologinya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina. Pada tanggal 7 Januari 2020, Cina mengidentifikasi pneumonia yang tidak diketahui etiologinya tersebut sebagai jenis baru coronavirus (*novel coronavirus, 2019-nCoV*). Penambahan jumlah kasus 2019-nCoV berlangsung cukup cepat dan sudah terjadi penyebaran ke luar wilayah Wuhan dan negara lain. Sampai dengan 26 Januari 2020, secara global 1.320 kasus konfirm di 10 negara dg 41 kematian (CFR 3,1%). Rincian China 1297 kasus konfirmasi (termasuk Hongkong, Taiwan, dan Macau) dengan 41 kematian (39 kematian di Provinsi Hubei, 1 kematian di Provinsi Hebei, 1 kematian di Provinsi Heilongjiang), Jepang (3 kasus), Thailand (4 kasus), Korea Selatan (2 kasus), Vietnam (2 kasus), Singapura (3 kasus), USA (2 kasus), Nepal (1 kasus), Perancis (3 kasus), Australia (3 kasus). Diantara kasus tersebut, sudah ada beberapa tenaga kesehatan yang dilaporkan terinfeksi. Sampai dengan 24 Januari 2020, WHO melaporkan bahwa penularan dari manusia ke manusia terbatas (pada kontak keluarga) telah dikonfirmasi di sebagian besar Kota Wuhan, China dan negara lain.

Kelurahan Banjardowo adalah kelurahan kelurahan Sayung, batas timur adalah kelurahan Karangroto, batas selatan adalah Kelurahan Sembungharjo, dan bagian barat berbatasan dengan kelurahan Genuksari. Luas wilayah kelurahan sebesar 3,24 km<sup>2</sup>. Jumlah penduduk 10.860 jiwa, yang terdiri dari penduduk laki-laki 5.441 jiwa, perempuan 5.419 jiwa dan jumlah KK sebanyak 3.225 dengan 150 KK. Persentase mata pencaharian persentase terbanyak adalah sebagai tukang dan buruh bangunan, sebagian lainnya bermata pencaharian sebagai petani, nelayan, pengusaha, pengrajin, buruh industri, buruh perkebunan, pedagang, pengangkutan, pns, pensiunan pns/TNI, peternak. Pengetahuan masyarakat terkait dengan pandemi COVID 19 ini,

masih terbatas, sebagian besar masyarakat belum mengetahui wilayah mana saja termasuk zona merah dalam persebaran COVID19. Informasi yang diberikan oleh belum sepenuhnya dipahami oleh masyarakat disisi lain, pihak kelurahan mengimbau warga untuk menyiapkan ruang isolasi bagi pendatang dari daerah jakarta. Informasi terkait COVID19 berupa spanduk, leaflet, tidak banyak ditemukan. Masyarakat sungguh tertekan dan buta dengan data penyebaran virus corona di Indonesia. Tidak ada data atau sistem informasi yang memadai yang dapat membantu masyarakat untuk melakukan tracking dan mengetahui sejauh mana penyebaran COVID-19 di Indonesia. Hal ini penting untuk gotong royong bagi komunitas masyarakat dalam membantu menjaga wilayahnya.

Uraian situasi yang telah disampaikan merupakan dasar pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah BANJARDOWO. Potensi unggulan atau masalah di masyarakat adalah rendahnya pengetahuan masyarakat tentang tentang pandemi COVID19 khususnya tentang sanitasi ruang isolasi OTG, PDP maupun pasien COVID19 tanpa gejala, sehingga diperlukan suatu pelatihan dan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat.

## **IDENTIFIKASI DAN PERUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan analisis situasi maka dapat dibuat perumusan masalah sebagai berikut:

1. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan COVID19 khususnya terkait dengan peta persebaran COVID19 di Indonesia dan penyediaan ruang isolasi mandiri dalam rumah warga.
2. Rendahnya kesadaran masyarakat terkait upaya promotif dan prevensi penyakit COVID19.

## **TUJUAN KEGIATAN**

Tujuan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait proses karantina mandiri di wilayah kelurahan Banjardowo.

## **MANFAAT KEGIATAN**

Pengabdian kepada masyarakat ini bermanfaat untuk :

3. Meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai upaya upaya promotif dan preventif penyakit COVID19
4. Terjalannya komunikasi ilmiah antara UNISSULA dan masyarakat

## BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Coronavirus (CoV) adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis coronavirus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS-CoV) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS-CoV). Novel coronavirus (2019-nCoV) adalah virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus corona adalah zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia). Penelitian menyebutkan bahwa SARS-CoV ditransmisikan dari kucing luwak (civet cats) ke manusia dan MERS-CoV dari unta ke manusia. Beberapa coronavirus yang dikenal beredar pada hewan namun belum terbukti menginfeksi manusia. Manifestasi klinis biasanya muncul dalam 2 hari hingga 14 hari setelah paparan. Tanda dan gejala umum infeksi coronavirus antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Pada kasus yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian.

Coronavirus merupakan virus RNA strain tunggal positif, ber kapsul dan tidak bersegmen. Coronavirus tergolong ordo Nidovirales, keluarga Coronaviridae. Coronaviridae dibagi dua subkeluarga dibedakan berdasarkan serotipe dan karakteristik genom (Huang C, 2020; Wang, 2020; Fehr AR, 2015). Coronavirus memiliki kapsul, partikel berbentuk bulat atau elips, sering pleimorfik dengan diameter sekitar 50-200 nm. Semua virus ordo Nidovirales memiliki kapsul, tidak bersegmen, dan virus positif RNA serta memiliki genom RNA sangat panjang. (Fehr AR, 2015) 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 penulisan gen. Protein S ini berperan dalam

penempelan dan masuknya virus kedalam sel host (interaksi protein S dengan reseptornya di selinang).(Wang Z,2020; Fehr AR,2015) 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 peroksiasetat, detergen non-ionik, formalin, oxidizing agent dan kloroform.Klorheksidin tidak efektif dalam menonaktifkan virus (Wang Z,2020; WHO 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 (Wang Z,2020; WHO,2020; Burhan E,2019)

Berdasarkan penyelidikan epidemiologi saat ini, masa inkubasi COVID-19 berkisar antara 1 hingga 14 hari, dan umumnya akan terjadi dalam 3 hingga 7 hari. Demam, kelelahan dan batuk kering dianggap sebagai manifestasi klinis utama. Gejala seperti hidung tersumbat, pilek, pharyngalgia, mialgia dan diare relatif jarang terjadi pada kasus yang parah, dispnea dan / atau hipoksemia biasanya terjadi setelah satu minggu setelah onset penyakit, dan yang lebih buruk dapat dengan cepat berkembang menjadi sindrom gangguan pernapasan akut, syok septik, asidosis metabolik sulit untuk dikoreksi dan disfungsi perdarahan dan batuk serta kegagalan banyak organ, dll. Pasien dengan penyakit parah atau kritis mungkin

mengalami demam sedang hingga rendah, atau tidak ada demamsama sekali. Kasus ringan hanya hadir dengan sedikit demam, kelelahan ringandan sebagainya tanpa manifestasi pneumonia,( Safrizal ZA, 2020)

Secara umum suplemen dapat berupa bentuk sediaan obat yang menadung vit C, vitamin E, multi vitamin atau sayuran dan buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan. Sebagian vitamin, mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan sebagai antioksidan atau penangkalsenyawa jahat dalam tubuh. Berbeda dengan sayuran, buah-buahan jugamenyediakan karbohidrat terutama berupa fruktosa dan glukosa. Sayur tertentu juga menyediakan karbohidrat , seperti wortel dan kentang sayur. Sementara buah tertentu juga menyediakan lemak tidak jenuh seperti buah alpokat dan buah merah. Oleh karena itu konsumsi sayuran dan buah-buahan merupakan salah satu bagian penting dalam mewujudkan gizi seimbang. Berbagai kajian menunjukkan bahwa konsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup turut berperan dalam menjaga kenormalan tekanan darah, kadar gula dan kolesterol darah. mengendalikan tekanan darah. Konsumsi sayur dan buah yang cukup juga menurunkan risiko sulit buang air besar (BAB/sembelit) dan kegemukan. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup turut berperan dalam pencegahan penyakit tidak menular kronik. Konsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup merupakan salah satu indikator sederhana gizi seimbang. Semakin matang buah yang mengandung karbohidrat semakin tinggi kandungan fruktosa dan glukosanya, yang dicirikan oleh rasa yang semakin manis. Dalam budaya makan masyarakat perkotaan Indonesia saat ini, semakin dikenal minuman jus bergula. Dalam segelas jus buah bergula mengandung 150-300 Kalori yang sekitar separohnya dari gula yang ditambahkan. Selain itu beberapa jenis buah juga meningkatkan risiko kembang dan asam urat. Oleh karena itu konsumsi buah yang terlalu matang dan minuman jus bergula perlu dibatasi agar turut mengendalikan kadar

gula darah. Badan Kesehatan Dunia (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 g per orang per hari, yang terdiri dari 250 g sayur (setara dengan 2 1/2 porsi atau 2 1/2 gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 g buah. (setara dengan 3 buah pisang ukuran sedang atau 1 1/2 potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi orang Indonesia dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 g per orang per hari bagi anak balita dan anak usia sekolah, dan 400-600 g per orang per hari bagi remaja dan orang dewasa. Sekitar dua-pertiga dari jumlah anjuran konsumsi sayuran dan buah-buahan tersebut adalah porsi sayur (Kemenkes RI, 2014)

### BAB III MATERI DAN METODE PELAKSANAAN

#### a. Kerangka Pemecahan Masalah

Solusi permasalahan yang diberikan beserta indikator keberhasilan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Permasalahan Mitra dan Metode Pendekatan yang Digunakan**

No.	Permasalahan Mitra	Metode yang Digunakan
1.	Kesadaran masyarakat mengenai upaya promotif dan preventif penyakit COVID19 rendah	Ceramah dan diskusi
2	Pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan penyebaran COVID19 melalui proses karantina mandiri rendah	Ceramah dan diskusi

#### b. Realisasi Pemecahan Masalah

Realisasi pemecahan masalah melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini didukung oleh pelaksana kegiatan (Fakultas Kedokteran Unissula) dan masyarakat wilayah BANJARDOWO. Partisipasi masyarakat dalam mendukung keberhasilan pelaksanaan kegiatan ini disajikan pada Tabel 2. berikut:

**Tabel 2. Peran/partisipasi Mitra dalam Pelaksanaan Program**

No.	Kebutuhan	Pengadaan	
		Pelaksana	Masyarakat
1.	Tempat penyuluhan		
2.	Sumber daya manusia yang disuluh		
3.	Tenaga ahli (penyuluh)		

c. Khalayak Sasaran

Sasaran kegiatan penyuluhan ini adalah SATGAS COVID19 dan perwakilan masyarakat dari wilayah BANJARDOWO sebanyak 20 orang. Dari khalayak sasaran yang strategis tersebut diharapkan berbagai informasi mengenai pencegahan penyebaran COVID19 melalui proses karantina mandiri dapat tersampaikan.

c. Metode yang digunakan

Metode pelaksanaan melalui beberapa pendekatan diantaranya:

1. seluruh kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan kepada masyarakat dilakukan dengan menggunakan kelompok sebagai media belajar dan pendampingan, perencanaan dan memonitor dan evaluasi seluruh kegiatan pengabdian masyarakat.
2. Komprehensif, seluruh kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan secara bersamaan yang dilakukan melalui penyuluhan, pelatihan dan pendampingan tenaga kesehatan
3. Berbasis potensi ekonomi lokal dan kearifan lokal dengan pengembangan sikap dan budaya lokal sehingga dapat menjadi progam unggulan di wilayah semarang.

Selanjutnya ketiga metode di atas diimplementasikan dalam 4 (empat) tahapan yaitu (1) penyuluhan; (2) pelatihan; (3) implementasi program; (4) monitoring dan evaluasi.

Tabel 3.1 jenis kegiatan, partisipasi masyarakat, luaran kegiatan dan solusi permasalahan.

No.	Kegiatan	Partisipasi masyarakat	Luaran kegiatan	Solusi permasalahan
1.	Penyuluhan	Sebagai peserta	Kehadiran 15 orang Satgas COVID19 dan ibu kelompok PKK	metode ceramah dan diskusi
2.	Pelatihan	Sebagai peserta	Satgas COVID19 dan ibu kelompok PKK menghasilkan data PDP, ODP, OTG	Pembuatan infografis peta persebaran di wilayah Banjardowo
3.	Implementasi program	Sebagai peserta	Infografis persebaran COVID19 di Banjardowo	Pelatihan dan pendampingan
4.	Monitoring dan evaluasi	Tim pengabdian masyarakat	Peningkatan pengetahuan Satgas COVID19 dan ibu PKK terkait dengan proses karantina mandiri	Analisis terhadap tingkat pengetahuan Satgas COVID19 dan ibu PKK sebelum dan setelah diberi penyuluhan dan pelatihan

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pemberdayaan satgas covid19 dan kader pkk dalam mengedukasi proses karantina mandiri sebagai upaya pencegahan percepatan penularan covid19 dilakukan dalam bentuk ceramah interaktif dengan peserta yang berasal dari wilayah Banjardowo dan dilaksanakan di wilayah kelurahan Banjardowo. Materi yang diberikan berupa pengertian tentang covid19, tentang tanda dan gejala orang yang terinfeksi, siapa saja yang lebih beresiko tertular infeksi covid19, cara penularan dan cara pencegahan penularan infeksi covid19, serta apa saja yang harus dilakukan dalam kegiatan karantina mandiri, termasuk didalamnya tentang tata cara pemakaian masker, cuci tangan yang baik dan benar, serta cara desinfeksi yang baik dan benar.

Covid19 terutama menyebar di antara orang-orang melalui tetesan pernapasan dari batuk dan bersin<sup>3</sup>. Virus ini dapat tetap bertahan hingga tiga hari dengan plastik dan stainless steel SARS CoV-2 dapat bertahan hingga tiga hari, atau dalam aerosol selama tiga jam. Cara penggunaan masker yang baik sangat membantu dalam pencegahan penularan covid19. Penyakit ini menular melalui droplet atau tetesan cairan yang berasal dari batuk dan bersin yang mengandung virus corona (Gorbalenya AE (11 February 2020). "*Severe acute respiratory syndrome-related coronavirus – The species and its viruses, a statement of the Coronavirus Study Group*". Secara umum orang sehat tidak memerlukan masker, akan tetapi karena proses penyebaran yang begitu cepat maka orang sehat pun dianjurkan untuk menggunakan masker (germas, kementerian kesehatan republik indonesia). Selain penggunaan masker, etika batuk yang benar juga harus dikuasai oleh masyarakat.

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **V.1 Kesimpulan**

Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat tentang covid19 dan kegiatan dalam proses karantina mandiri dalam upaya pencegahan percepatan penularan covid19.

### **V.2 Saran**

1. Perlu dilakukan penyuluhan yang berkesinambungan.
2. Perlu kerjasama dengan berbagai pihak, guna keberhasilan dari tujuan pengabdian masyarakat ini.

## Lampiran



# Materi

## Apakah itu COVID-19?

COVID-19 (Coronavirus Disease-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2), yang sama dengan penyebab SARS pada tahun 2003. Meski tergolong dalam satu keluarga besar virus, namun berbeda jenis virus, dan penyebarannya lebih luas dan cepat dibanding virus SARS.

## Apakah saja gejalanya?

1. Demam >38°C
2. Nyeri tenggorokan, Batuk, Pilek
3. Letih, lesu
4. Gangguan pernafasan



Bagaimana Cara Penularannya? Melalui droplet (cairan yang berasal dari batuk atau bersin), benda yang terkontaminasi

## Siapa yang beresiko tertular?

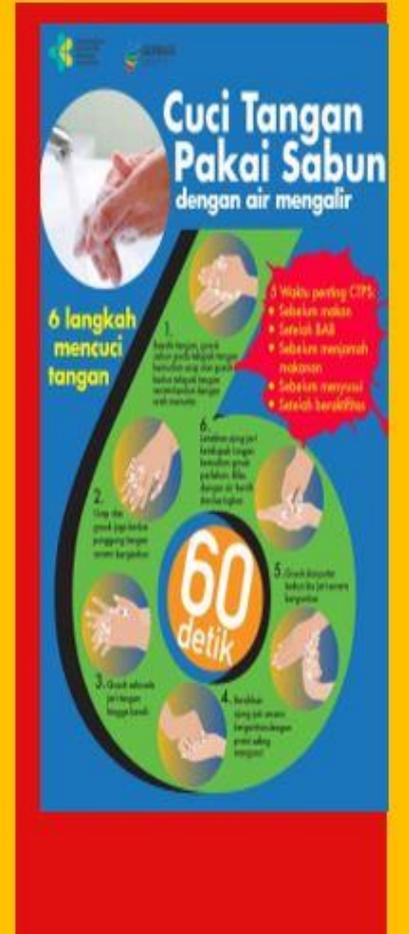
1. Lansia
2. Wanita hamil, baduta
3. Orang yang mempunyai riwayat penyakit tertentu sebelumnya

## Bagaimana Cara Pencegahannya?

1. Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)
  - Sering mencuci tangan dengan sabun
  - Melakukan desinfeksi terhadap barang-barang yang digunakan
  - Tidak merokok, istirahat cukup
  - Konsumsi makanan yang bergizi seimbang
  - Melakukan aktifitas fisik dan senam ringan
  - Menerapkan etika batuk
  - Jaga kebersihan lingkungan
2. Menggunakan APD
3. Menjaga jarak, minimal 1 meter

## Apakah yang Harus dilakukan ketika isolasi mandiri?

1. Jaga jarak fisik dengan orang lain
2. Menerapkan PHBS
3. Menerapkan Etika batuk
4. Jika hasil Rapid test negatif, mengulang pemeriksaan pada hari ke 10. Jika hasil positif dilanjutkan dengan pemeriksaan PCR 2x, selama 2 hari berturut-turut.
5. Memakai masker ketika di rumah
6. Memakai peralatan mandi dan makan yang terpisah dari anggota keluarga yang lain
7. Mengisi lembar kesediaan isolasi mandiri





## DAFTAR PUSTAKA

- Tim kerja kementerian dalam negari, 2020. Panduan umum dalam menghadapi pandemi covid19 bagi pemerintah daerah
- World Health organization, 2020. Anjuran mengenai penggunaan masker dalam konteks Covid19
- Gorbalenya AE,2020. “Severe acute respiratory syndrome-related coronavirus – The species and its viruses, a statement of the Coronavirus Study Group”. bioRxiv (preprint). doi:10.1101/2020.02.07.937862).
- World Health Organization. Infection prevention and control during health care when COVID-19 is suspected: interim guidance, (diakses 29 Januari 2020).
- Coronavirus disease 2019 (COVID-19) Situation Report – 73.  
[https://www.who.int/docs/defaultsource/coronaviruse/situationreports/20200402-sitrep-73-covid19.pdf?sfvrsn=5ae25bc7\\_6](https://www.who.int/docs/defaultsource/coronaviruse/situationreports/20200402-sitrep-73-covid19.pdf?sfvrsn=5ae25bc7_6)
- Eprilianti E., Potensi Dioscorea dalam pangan fungsional. *Jurnal Teknologi Pangan dan Gizi*. 2000. Vol.1 (1).
- Ha, M.A., M.C. Jarvis and J.L. Man. 2000. A definition for Dietary Fiber. *Eur J Clin Nutr*. 54: 861-864.
- Lunn J, Buttriss JL. 2007. Carbohydrates and dietary fibre. *Nutrition Bulletin* 32: 21–64.
- Prabowo AY., Estiasih T., Purwantiningrum I. Umbi Gembili (*Dioscorea esculenta* L.) Sebagai Bahan Pangan Mengandung Senyawa Bioaktif : Kajian Pustaka.*Jurnal Pangan dan Agroindustri*. 2014. 2(3):129-135.
- Purnama, S. R., Anggraini, D., & Rahayu, W. (2012). Perbandingan Daya Anti Bakteri Ciran Pencuci Tangan Formula World Health Organization (WHO) dengan Cairan Pencuci Tangan Komersial, (1).
- WHO. (2009). WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care: First Global Patient Safety Challenge Clean Care Is Safer Care. *World Health*, 30(1), 270. <https://doi.org/10.1086/600379>
- Yuniar, D. 2010. Karakteristik Beberapa Umbi Uwi (*Dioscorea* spp.) dan Kajian Potensi Kadar Inulinnya. Skripsi. Fakultas Teknologi Industri Universitas Pembangunan Nasional “Veteran”.Surabaya.









