

## Pembinaan Kader Kesehatan dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Lansia di Era Pandemi Covid

Oktarian Pratama 1\*,

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Ners, STIKes Dharma Husada, Bandung, Indonesia

✉ [ian.pratama09@gmail.com](mailto:ian.pratama09@gmail.com)

### Abstrak.

Covid-19 akan mengalami demam tinggi, batuk, flu, sesak nafas serta nyeri tenggorokan hingga kematian. Lansia merupakan populasi yang rentan mengalami infeksi Covid-19. Hal ini dikarenakan lansia mengalami penurunan sistem kekebalan tubuh akibat penuaan, oleh karena itu lansia dan keluarga harus melakukan pencegahan agar tidak tertular Covid-19. Metode yang dilaksanakan adalah ceramah umum dan diskusi antara pemberi materi dengan pasien dan keluarganya. Media yang digunakan berupa media elektronik yaitu slide, film strip dan juga menggunakan *group whatsapp*. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat bertujuan agar lansia dan keluarga lebih siap dalam menghadapi Covid-19 dan dapat menerapkan protocol kesehatan. Peningkatan pengetahuan lansia dan keluarga pada penyuluhan ini mengalami peningkatan dengan nilai rata-rata setelah penyuluhan 81. Nilai rata-rata ini menunjukan bahwa penyuluhan berhasil.

**Kata Kunci:** Covid-19, Lansia, Keluarga, Protokol Kesehatan

**How to Cite:** Pratama. (2021). Pembinaan Kader Kesehatan dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Lansia di Era Pandemi Covid. *Bina Sehat Masyarakat*, 1(1), 19-23.

---

**PENDAHULUAN** Hal terpenting dalam kehidupan manusia adalah kesehatan. Namun yang terjadi di Indonesia saat ini adalah maraknya penyakit Covid-19 yang disebabkan oleh virus corona yang mampu mengakibatkan kematian. Virus ini terdeteksi muncul pertama kali di Wuhan China pada bulan Desember 2019. Virus corona merupakan virus yang menyerang saluran pernafasan dan menyebabkan demam tinggi, batuk, flu, sesak nafas serta nyeri tenggorokan.

Penyebaran virus ini sangatlah cepat hingga memakan banyak nyawa di berbagai negara. Awal mulanya, warga Indonesia yang positif terkena virus corona hanya 2 orang, namun penyebaran virus ini sangat cepat sehingga setiap hari ada orang yang terkena atau terjangkit virus ini. Hingga pemerintah mengambil keputusan untuk mempersiapkan rumah sakit daerah sebagai rumah sakit rujukan bagi setiap orang yang terjangkit Covid-19.

Akibat dari maraknya virus corona ini mengakibatkan berbagai hal yang baru hampir dikerjakan dari rumah, baik sekolah, kuliah, bekerja ataupun aktivitas yang lainnya. Bahkan tempat beribadah pun sebagian telah ditutup demi mengurangi penyebaran virus corona ini. Berbagai cara telah dilakukan oleh pemerintah, seperti *physical distancing* (jaga jarak), *lock down*, bahkan di beberapa daerah pun telah diberlakukan PSBB (pembatasan sosial berskala besar). Namun masih banyak masyarakat yang tidak mematuhi peraturan tersebut hingga akhirnya penyebaran virus ini berjalan sangat cepat. Dengan demikian, dibutuhkan

pemahaman yang intensif mengenai virus corona serta cara menanggulangnya agar angka penyebaran tidak semakin meningkat. Mengingat banyak sekali masyarakat yang masih meremehkan adanya virus corona ini serta belum tersedianya vaksin yang dapat membantu kesembuhan pasien karena masih dalam pencarian dan penelitian oleh para ahli. Sehingga perlu untuk dikaji lebih dalam mengenai permasalahan penanggulangan dan pencegahan Covid-19 ini.

Penyuluhan kesehatan pada lansia dan keluarganya mengenai apa itu covid 19 dan bagaimana pencegahannya 5 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga Jarak, menjauhi kerumunan dan membatasi mobilitas dan interaksi) bertujuan untuk memberikan pengetahuan pada lansia dan keluarganya dalam memahami Covid-19 dan pencegahannya. Diharapkan setelah penyuluhan ini akan ada penerapan protokol kesehatan secara mandiri oleh masyarakat terutama keluarga dengan lansia.

## **METODE**

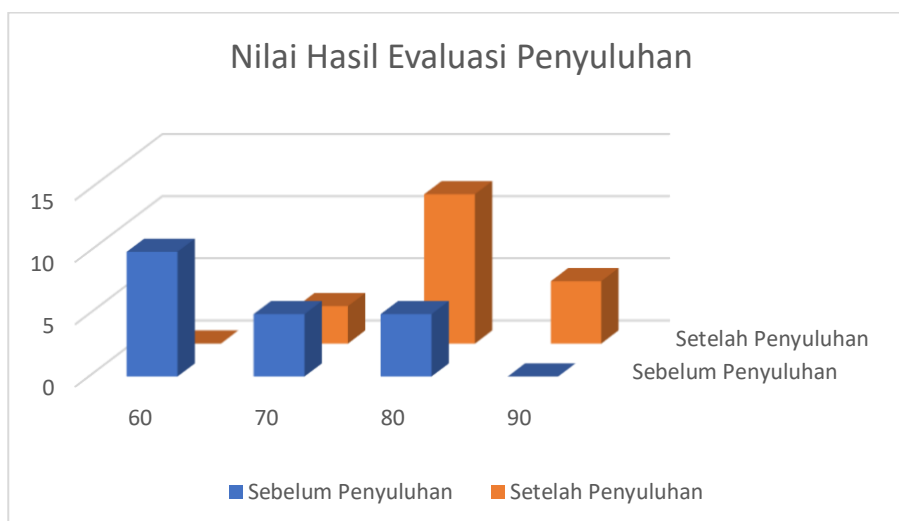
Metode yang dilaksanakan adalah ceramah umum dan diskusi antara pemberi materi dengan pasien dan keluarganya. Media yang digunakan berupa media elektronik yaitu slide dan film strip. Penayangan menggunakan proyektor dan layar. Adapun tahapannya adalah pembukaan, inti, diskusi, demonstrasi dan penutup. Pada pembukaan pasien dan keluarganya akan diberikan kuis untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan mereka mengenai Covid 19 begitu pula sebelum penutupan pasien dan keluarganya akan diberikan kuis yang sama untuk mengetahui apakah ada perbedaan pengetahuan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Virus corona-19 merupakan Coronavirus atau virus corona merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan infeksi saluran pernapasan atas ringan hingga sedang, seperti penyakit flu. Virus corona COVID-19 merupakan virus yang beredar pada beberapa hewan, termasuk unta, kucing, dan kelelawar. Virus corona yang menyebabkan penyakit SARS bisa menimbulkan komplikasi pneumonia, dan masalah pernapasan parah lainnya bila tak ditangani dengan cepat dan tepat. Selain itu, SARS juga bisa menyebabkan kegagalan pernapasan, gagal jantung, hati, dan kematian. Penyuluhan diberikan kepada lansia dan keluarga dikarenakan lansia merupakan populasi yang rentan mudah terkena infeksi Covid-19. Dengan menurunnya sistem kekebalan tubuh dan fungsi tubuh maka apabila lansia terkena covid-19 maka resiko kematian akan meningkat. Untuk melindungi lansia, keluarga harus ikut berpartisipasi dalam pelaksanaannya. Hal ini dikarenakan keluarga yang tinggal dengan lansia dapat menjadi pembawa virus Covid-19 ke rumah. Penyuluhan ini memberikan pengetahuan kepada lansia dan keluarga mengenai virus Covid-19 dan bagaimana penularannya. Penyuluhan ini dimulai dengan mendata jumlah lansia yang berada di Kelurahan yang ada di Kecamatan Antapani. Hasil wawancara kepada keluarga lansia yang

ada di salah satu kelurahan di Kecamatan Antapani menunjukan bahwa pengetahuan mereka mengenai Covid-19 sangatlah kurang.

Pelaksanaan penyuluhan dilakukan secara daring kepada keluarga yang memiliki lansia, selain tatap maya menggunakan Zoom, penyuluh juga membentuk *group whatsapp* untuk memberikan informasi mengenai covid. Tahap pertama dari penyuluhan adalah penyuluh memperkenalkan diri yang kemudian dilanjutkan dengan memberikan pertanyaan untuk mengukur tingkat pengetahuan dari keluarga dan lansia mengenai apa itu Covid-19 dan bagaimana pencegahan yang dapat dilakukan untuk mencegah tertular Covid-19. Hasilnya ternyata pengetahuan lansia dan keluarga masih rendah. Kemudian selanjutnya penyuluh memberikan informasi mengenai Covid-19 dan pencegahan agar tidak tertular Covid-19. Setelah selesai maka tahap selanjutnya adalah diskusi, pada tahap ini keaktifan lansia dan keluarga sangat tinggi ditandai dengan banyaknya pertanyaan yang diberikan oleh peserta. Setelah selesai sesi diskusi selanjutnya penyuluh melakukan evaluasi dengan menyebarkan Kembali quisioner yang sebelumnya diberikan sebelum memberikan materi. Hasilnya adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Hasil Evaluasi Penyuluhan

Bila dilihat dari gambar diatas pre test menunjukan sebelum penyuluhan diberikan pasien dan keluarga yang mengikuti penyuluhan banyak yang tidak dapat menjawab dengan benar pertanyaan seputar Covid 19 yang diberikan, namun setelah penyuluhan seluruh Masyarakat dapat menjawab pertanyaan yang sama yang diberikan saat post test. Selama kegiatan berlangsung keaktifan dari peserta tinggi hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh masyarakat. Tahapan acara berjalan dengan lancar tanpa kendala berarti. Tanggapan dari pihak kelurahan pun baik. Meningkatnya pengetahuan masyarakat terutama lansia dan keluarga diharapkan mampu mencegah penyebaran Covid-19 dengan 5 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga Jarak, menjauhi kerumuman dan membatasi mobilitas dan interaksi). Selain itu dengan diberikan penyuluhan diharapkan keluarga dan

lansia setidaknya dapat mendeteksi dan melakukan Tindakan pencegahan apabila ada individu yang mengalami demam lebih dari 38 °C, batuk, flu, nyeri tenggorokan maka beristirahatlah yang cukup di rumah dan minumlah air yang cukup. Gunakan masker, apabila tidak memiliki masker, hendaknya mengikuti etika ketika batuk dan bersin yang benar dengan cara menutup hidung dan mulut dengan tisu, lengan atas bagian dalam. Bila merasa tidak nyaman.

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Penyebaran Covid-19 sangatlah cepat oleh karena itu lansia dan keluarga lansia perlu melakukan tindakan pencegahan agar tidak tertular Covid-19. Lansia merupakan grup yang rentan mudah terkena Covid-19 hal ini dikarenakan sistem imun lansia yang mulai menurun. Adapun pencegahan yang dapat dilakukan oleh keluarga dan lansia adalah 5 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga Jarak, menjauhi kerumunan dan membatasi mobilitas dan interaksi). Pemberian penyuluhan bertujuan memebrikan informasi kepada lansia dan keluarga sehingga tidak timbul keresahan.

Saran dari hasil pengabdian kepada masyarakat ini keluarga dapat menerpkan protokol 5 M (Memakai masker, mencuci tangan, menjaga Jarak, menjauhi kerumunan dan membatasi mobilitas dan interaksi) dan menjaga gaya hidup sehat (makan, tidur, olahraga) untuk imunitas tubuh, rajin mencuci tangan, menjaga etika batuk dan bersin, menghindari kerumunan, menghindari menyentuh mata, mulut dan hidung, mengurangi interaksi dengan orang lain, dan berdoa. Sebagai bentuk partisipasi yang dapat dilakukan yaitu dengan mendukung kebijakan pemerintah mengenai sekolah di rumah, bekerja dari rumah dan ibadah di rumah.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang memberikan kontribusi dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat sehingga pelaksanaannya berjalan dengan baik. Ucapan terima kasih kami berikan kepada; 1) Direktur STIKes Dharma Husada Bandung dan, 2) Kepala Desa Kelurahan Antapani Tengah, Kota Bandung, 3) Puskesmas PadaSuka 4) Lansia dan Keluarga yang ada di Kelurahan Antapani Tengah, Kota Bandung.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Isfandiari, M.A. (2020). *Corona Virus (Covid-19) Hasil Kajian*. Dosen FKM Unair
- Suryani, Y. (n.d.). *Implementasi Gaya Hidup Kerohanian Mahasiswa Iakn Toraja Dalam Menyikapi Pencegahan Covid 19*.
- Telaumbanua, D. (2020). Urgensi Pembentukan Aturan Terkait Pencegahan Covid-19 di Indonesia. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, 12(01), 59–70.
- <https://kumparan.com/kumparanmom/alasan-di-balik-kebijakan-belajar-di-rumah-selama-2-pekan-1t2L3yQoYNk/full>

<https://news.detik.com/kolom/d-4969335/5-fakta-pendidikan-di-tengah-wabah-corona>

<https://www.cnbcindonesia.com/tech/20200316135138-37-145175/apa-itu-virus-corona-dan-cirinya-menurut-situs-who>

<https://www.cnnindonesia.com/nasional/20200430132023-20-498858/update-corona-30-april-10118-positif-792-meninggal-dunia>

<https://www.cnbcindonesia.com/tech/20200317193707-37-145644/biar-paham-begini-cara-penyebaran-virus-corona-versi-who>

<http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20200316/4033408/lakukan-protokol-kesehatan-jika-mengalami-gejala-covid-19/>

<https://kehati-sulsel.go.id/sosialisasi-pencegahan-dan-penanggulangan-penularan-virus-corona/>

<https://tirto.id/tips-belajar-online-jarak-jauh-selama-penyebaran-corona-covid-19-eFJL>