

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT



OLEH :

KETUA : HAYANA, SKM, M.Kes

ANGGOTA:


**SOSIALISASI TENTANG KEBERSIHAN LINGKUNGAN RUMAH
DAN PERSONAL HYGIENE UNTUK MENCEGAH
PENYEBARAN WABAH COVID 19 DI LINGKUNGAN RT 01
RW 23 DESA PANDAU JAYA**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN HANG TUAH PEKANBARU
TAHUN 2020**

HALAMAN PENGESAHAN


1. Judul pengabdian : Sosialisasi Tentang Kebersihan Lingkungan Rumah dan Personal Hygiene untuk Mencegah Penyebaran Wabah Covid 19 Di Lingkungan RT 01, RW 23 Desa Pandau Jaya
2. Bidang Keilmuan : Kesehatan Masyarakat
3. Ketua Tim Penyusul
 - a. Nama : Hayana, SKM, M.Kes
 - b. NIP/NIDN : 1012108603
 - c. Pangkat/ Golongan : IIIc
 - d. Jabatan Fungsional/ Struktural : Lektor
 - e. Sedang Melakukan Pengabdian : Ya
 - f. Program Studi : Kesehatan Masyarakat
 - g. Bidang Keahlian : Kesehatan Lingkungan
 - h. Alamat Kantor/ Telp./ Fax/ Email : Jl. Mustafa Sari No. 05 Tangkerang Selatan/ (0761) 33815/ (0761) 863646/ stikes.htp@gmail.com
 - i. Alamat Rumah/ Telp./ Fax/ Email : Perumahan Gading Marpoyan, Jl. Arahim II Blok A 15 No 6 / 082172743539/ hayana.yana1986@gmail.com
4. Jumlah Anggota : 1 Orang
Nama Anggota :
5. Jangka Waktu Kegiatan : 2 Bulan
6. Bentuk Kegiatan : Penyuluhan Kesehatan
7. Lokasi Kegiatan : Kelurahan Tangkerang Tengah dan Tangkerang Barat
8. Biaya yang diperlukan : Rp. 4.000.000
Sumber DIPA STIKes HTP : Rp.

Mengetahui,
Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru



(Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes)
NIDN. 1007045301

Pekanbaru, 28 Agustus 2020
Ketua Pengabdian



(Hayana, SKM, M.Kes)
NIDN. 1012108603

Menyetujui
Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
STIKes Hang Tuah Pekanbaru



(Agus Aramsyah, SKM, M.Kes)
No. Reg. 10306113204



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) HANGTUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No.5 Tangkerang Selatan, Pekanbaru, Telp. (0761)33815, Fax. (0761) 863646

Email : info.stikes@hangtuhpekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002

Website : www.hangtuhpekanbaru.ac.id

SURAT PERINTAH TUGAS

Nomor: 01/STIKes-HTP/IV/2020/0756

Yang bertanda tangan dibawah ini Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru dengan ini menugaskan kepada:

Nama : HAYANA, SKM, M.Kes
Jabatan : Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Untuk mengadakan Pengabdian Masyarakat tentang “Sosialisasi Tentang kebersihan Lingkungan Rumah dan Personal Hygiene Untuk Mencegah Penyebaran Wabah Covid 19 Di Lingkungan RT. 01 RW 23 Desa Pandau Jaya”

Demikianlah surat tugas ini dibuat agar dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 15 Juli 2020

Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru



Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes

No.Reg. 10306114265

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran ALLAH SWT atas rahmat dan hidayah-Nya yang tidak terhingga sehingga penulis dapat menyusun laporan pengabdian yang berjudul **“Sosialisasi Tentang Kebersihan Lingkungan Rumah dan Personal Hygiene Untuk Mencegah Penyebaran Wabah Covid 19 Di Lingkungan RT 01, RW 023 Desa Pandau Jaya”**. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Moh. Sukri Selaku yayasan STIKes Hang Tuah Pekanbaru yang telah menganggarkan dana Pengabdian masyarakat.
2. Bapak Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes, sebagai Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Hang Tuah Pekanbaru.
3. Bapak Ahmad Satria Efendi, SKM, M.Kes, selaku Ketua Prodi Kesehatan Masyarakat (STIKes) Hang Tuah Pekanbaru.
4. Agus Alamsyah, SKM, M.Kes, selaku Ketua P3M yang telah memfasilitasi salah satu kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu Pengabdian Kepada Masyarakat
5. Bapak Ketua RT 01 Rw 023 Desa Pandau Jaya yang telah memberikan izin dan waktu kepada kami sehingga pelaksanaan pengabdian ini dapat berlangsung
6. Bapak/ibu Masyarakat RT 01 RW 023 Desa Pandau Jaya bersedia berkerja bersama-sama untuk melakukan pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan Covid 19
7. Mahasiswa/siswi yang ikut berpartisipasi dalam pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan dan menambah pengalaman baru dalam pemberdayaan masyarakat.

Semoga semua kebaikan yang diberikan dapat dituliskan sebagai pahala di sisi Allah SWT.

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Kegiatan.....	4
D. Manfaat Kegiatan.....	4
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN.....	6
A. Solusi Permasalahan.....	6
B. Kerangka Solusi Permasalahan.....	6
BAB III METODE PELAKSANAAN.....	11
A. Langkah-Langkah dalam Metode Pelaksanaan.....	11
B. Partisipasi dalam Pelaksanaan Kegiatan.....	12
C. Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan.....	13
BAB IV LUARAN DAN TARGET CAPAIAN.....	14
BAB V RENCANA DAN TAHAPAN BERIKUTNYA.....	15
A. Rencana dan Tahapan.....	15
B. Jadwal Kegiatan.....	16
BAB VI PENUTUP.....	17
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jadwal kegiatan	15

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah	6
Gambar 2. Lagka-langka membersihkan tangan.....	9

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Rwayat Hidup

Lampiran 2. Spanduk

Lampiran 3 Surat Izin dari STIKes

Lampiran 4 Surat Balasan Pengabdian

Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pemeliharaan kebersihan diri sangat menentukan status kesehatan, dimana individu secara sadar dan atas inisiatif pribadi menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit. Upaya ini lebih menguntungkan bagi individu karena lebih hemat biaya, tenaga dan waktu dalam mewujudkan kesejahteraan dan kesehatan. Upaya pemeliharaan kebersihan diri mencakup tentang kebersihan rambut, mata, telinga, gigi, mulut, kulit, kuku, serta kebersihan dalam berpakaian. Dalam upaya pemeliharaan kebersihan diri ini, pengetahuan akan pentingnya kebersihan diri tersebut sangat diperlukan. Karena pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoatmodjo,2003).

Kebersihan lingkungan merupakan hal yang tidak dapat dihindarkan dari sebuah kehidupan manusia dan merupakan unsur yang pasti atau tetap dalam ilmu kesehatan dan pencegahannya. Yang dimaksud dengan kebersihan lingkunganitu sendiri adalah menciptakan sebuah lingkungan yang sehat sehingga tidak gampang terserang atau terkena berbagai macam penyakit terutama penyakit menular (Waskitoningtyas' R.S, 2018).

Covid 19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh sindrom pernafasan akut yang parah . Virus ini terutama menyebar di antara orang-orang selama kontak dekat sering melalui tetesan kecil yang dihasilkan oleh batuk, bersin, atau berbicara. Tetesan biasanya jatuh ke tanah atau ke permukaan daripada tetap berada di udara dalam jarak jauh Orang juga dapat terinfeksi dengan menyentuh permukaan yang terkontaminasi dan kemudian menyentuh mata, hidung, atau mulut mereka. Virus ini dapat bertahan di permukaan hingga 72 jam Penyakit ini paling menular selama tiga hari pertama setelah timbulnya gejala, meskipun penyebaran mungkin terjadi sebelum gejala muncul dan pada tahap selanjutnya penyakit.

Gejala umum termasuk demam, batuk dan sesak napas. Komplikasi mungkin termasuk pneumonia dan sindrom gangguan pernapasan akut . Waktu dari paparan hingga timbulnya gejala biasanya sekitar lima hari, tetapi dapat berkisar dari dua hingga empat belas hari. Tidak ada vaksin yang diketahui atau pengobatan antivirus khusus . Pengobatan primer adalah terapi simptomatik dan suportif .

Langkah - langkah pencegahan yang direkomendasikan termasuk mencuci tangan , menutup mulut seseorang ketika batuk, menjaga jarak dari orang lain , dan pemantauan dan isolasi diri untuk orang yang mencurigai mereka terinfeksi. Otoritas di seluruh dunia telah merespons dengan menerapkan pembatasan perjalanan , karantina , jam malam dan pesanan tinggal di rumah , pengendalian bahaya di tempat kerja , dan penutupan fasilitas . Banyak tempat juga bekerja untuk meningkatkan kapasitas pengujian dan melacak kontak orang yang terinfeksi.

Untuk mencegah penyebarannya dengan cara Mencuci tangan (atau mencuci tangan) , juga dikenal sebagai kebersihan tangan , adalah tindakan membersihkan tangan seseorang dengan tujuan menghilangkan tanah, minyak, mikroorganisme , atau zat lain yang tidak diinginkan. Mencuci tangan dengan sabun pada "saat-saat kritis" pada siang hari mencegah penyebaran banyak penyakit, misalnya diare dan kolera , yang ditularkan melalui rute fecal-oral . Orang juga dapat terinfeksi penyakit pernapasan seperti influenza atau flu biasa, misalnya, jika mereka tidak mencuci tangan sebelum menyentuh mata, hidung, atau mulut mereka (yaitu, selaput lendir). Jika air dan sabun tidak tersedia, tangan dapat dibersihkan dengan abu atau pasir

Cuci tangan medis minimal selama 15 detik, menggunakan sabun dan air dalam jumlah yang banyak untuk menggosok dan menggosok setiap bagian tangan. Tangan harus digosok bersama dengan angka yang saling terkait. Jika ada serpihan di bawah kuku, sikat bulu dapat digunakan untuk menghilangkannya. Karena kuman dapat tetap berada di dalam air di tangan, penting untuk membilas dengan baik dan bersihkan dengan handuk bersih. Setelah kering, handuk kertas harus digunakan untuk mematikan air (dan membuka pintu keluar jika perlu). Ini menghindari kontaminasi ulang tangan dari permukaan tersebut.

Tujuan dari mencuci tangan dalam pengaturan perawatan kesehatan adalah untuk menghilangkan mikroorganisme patogen ("kuman") dan menghindari penularannya. The New England Journal of Medicine melaporkan bahwa kurangnya mencuci tangan masih pada tingkat yang tidak dapat diterima di sebagian besar lingkungan medis, dengan sejumlah besar dokter dan perawat secara rutin lupa untuk mencuci tangan sebelum menyentuh pasien, sehingga mentransmisikan mikroorganisme. Satu penelitian menunjukkan bahwa mencuci tangan yang benar dan prosedur sederhana lainnya dapat menurunkan laju infeksi aliran darah terkait kateter hingga persen. Organisasi Kesehatan Dunia telah menerbitkan selebar yang

menunjukkan cuci tangan standar dan menggosok tangan di sektor perawatan kesehatan. Perangkat komersial dapat mengukur dan memvalidasi kebersihan tangan, jika demonstrasi kepatuhan terhadap peraturan diperlukan.

Pemakaian masker wajah selama pandemi coronavirus 2019-2020 telah menerima berbagai rekomendasi dari berbagai lembaga kesehatan masyarakat dan pemerintah. Topik tersebut telah menjadi topik perdebatan, dengan lembaga kesehatan masyarakat dan pemerintah tidak setuju pada protokol universal untuk memakai masker wajah. Beberapa kelompok merekomendasikan bahwa semua anggota masyarakat memakai topeng, sementara yang lain merekomendasikan bahwa hanya pasien COVID-19 dan pengasuh mereka yang harus memakai topeng. Selain itu, lembaga kesehatan masyarakat dari berbagai negara dan wilayah telah mengubah rekomendasi mereka mengenai masker wajah dari waktu ke waktu. Masker wajah telah menjadi masalah kekurangan dan juga wajib dibuat di beberapa negara. Jenis masker wajah, dari yang paling sedikit hingga yang paling protektif, termasuk masker wajah kain, masker medis (non-bedah), masker bedah, dan filter respirator facepiece seperti masker N95 dan masker FFP.

Pelindung wajah dan kacamata medis adalah jenis peralatan pelindung lain yang sering digunakan bersama dengan masker wajah. Organisasi kesehatan telah merekomendasikan agar orang menutup mulut dan hidung mereka dengan siku tertekuk atau tisu ketika batuk atau bersin, dan segera buang tisu apa pun. Masker bedah direkomendasikan bagi mereka yang mungkin terinfeksi, karena mengenakan masker dapat membatasi volume dan jarak perjalanan tetesan ekspirasi yang tersebar saat berbicara, bersin, dan batuk.

Dengan adanya pandemi Covid 19 ini penulis tertarik memberikan sosialisasi penyuluhan kepada masyarakat agar masyarakat mementikan kebersihan lingkungan dan kebersihan diri, menjaga kebersihan lingkungan dengan cara melakukan kegiatan gotong royong di dalam maupun di luar rumah dengan cara ini bakteri dan virus tidak mudah berkembang biak, terutama personal hygiene yaitu penggunaan masker sangat di anjurkan untuk mencegah bakteri atau virus masuk ke dalam saluran pernapasan baik melalui mulut, hidung dan mata, serta bagaimana penggunaan desinfectan yang baik dan benar, apabila di luar rumah sebaiknya membawak dan menggunakan hand sanitaizer serta menjaga jarak pada tempat-tempat umum atau lokasih yang banyak jumlahnya, untuk menghindari penularan melalui kontak langsung. Hal itu sebagai upaya dan usaha

untuk pencegahan serta mendisiplinkan diri dengan menerapkan protokol kesehatan. Apalagi Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar merupakan daerah yang termasuk zona merah dengan kejadian covid 19 tertinggi di salah satu di Kabupaten Kampar dan di RT.01 RW 023 Pandau jaya ada beberapa kasus dengan terduga positif Covid 19. Maka dengan hal ini di perlukan tenaga kesehatan masyarakat untuk melakukan sosialisasi agar masyarakat dapat memahami secara langsung serta mencegah terjadi wabah Covid 19 semakin tinggi di wilayah RT. 01 RW 023 Pandau Jaya dengan meningkatkan sanitasi lingkungan dan personal hygiene masyarakat.

Maka dengan ini penulis tertarik melakukan sosialisasi dengan judul sosialisasi menjaga kebersihan lingkungan rumah dan personal hygiene (penggunaan masker dan mencuci tangan menggunakan sabun dengan air yang mengalir) di lingkungan perumahan Gading Marpoyan RT. 01 RW 023 Desa Pandau jaya

B. Rumusan Masalah

Kebersihan lingkungan merupakan hal yang tidak dapat diabaikan dari sebuah kehidupan manusia dan merupakan unsur yang pasti atau tetap dalam ilmu kesehatan dan pencegahannya. Yang dimaksud dengan kebersihan lingkungan itu sendiri adalah menciptakan sebuah lingkungan yang sehat sehingga tidak gampang terserang atau terkena berbagai macam penyakit terutama penyakit menular. Covid 19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh sindrom pernafasan akut yang parah . Virus ini terutama menyebar di antara orang-orang selama kontak dekat sering melalui tetesan kecil yang dihasilkan oleh batuk, bersin, atau berbicara. Tetesan biasanya jatuh ke tanah atau ke permukaan daripada tetap berada di udara dalam jarak jauh Orang juga dapat terinfeksi dengan menyentuh permukaan yang terkontaminasi dan kemudian menyentuh mata, hidung, atau mulut mereka.

C. Tujuan Pengabdian

1. Untuk mengetahui cara mencuci tangan dengan air yang mengalir dan mengikuti 7 langkah cuci tangan
2. Untuk mengetahui cara penggunaan masker yang baik dan benar
3. Untuk mengetahui sanitasi lingkungan rumah dan penggunaan disinfektan
4. Untuk mengetahui bagaimana penularan Covid 19
5. Untuk mengetahui bagaimana pencegahan Covid 19

D. Manfaat

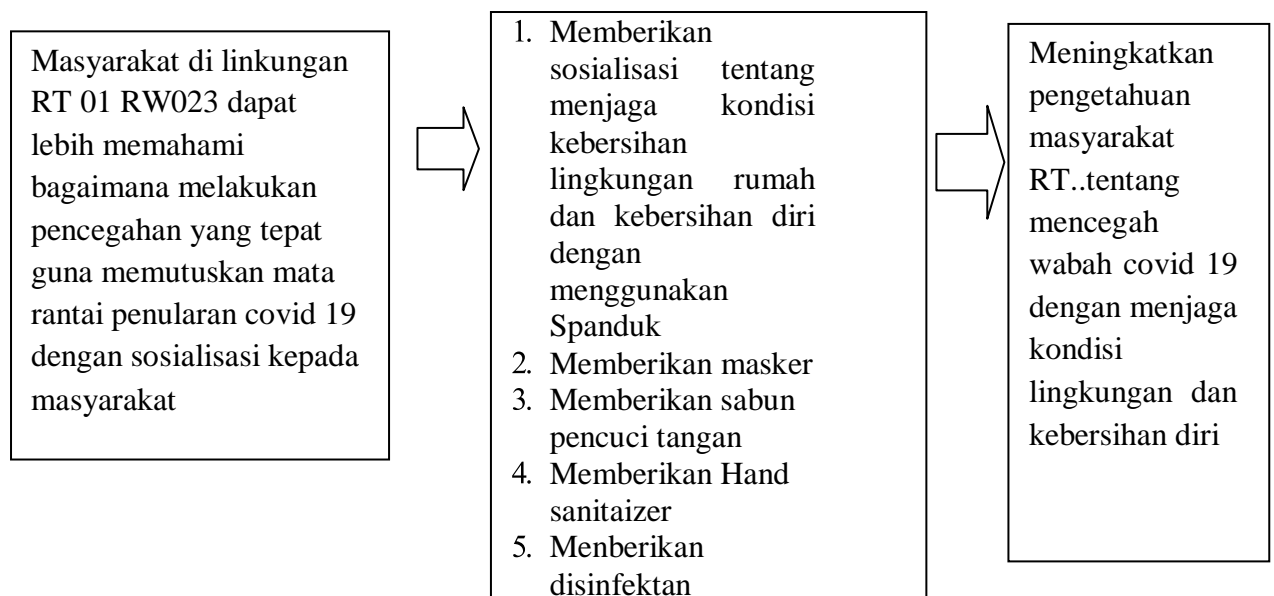
1. Bagi Masyarakat RT 01 RW 023 Desa Pandau jaya
 - a) Meningkatkan kesadaran masyarakat akan kebersihan lingkungan rumah dengan cara menyempatkan desinfectan atau dengan cara goto royong
 - b) Menambah pengetahuan masyarakat tentang wabah covid 19
 - c) Menambah informasi mengenai penggunaan masker saat keluar rumah sangat dianjurkan dan di perlukan
 - d) Menambah informasi mengenai mencuci tangan yang benar dengan menggunakan sabun
2. Manfaat bagi STIKes dan Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru dapat mengembangkan dan menerapkan ilmu ke masyarakat sehingga mampu mengubah perilaku dan kebiasaan masyarakat dalam pencegahan covid 19
3. Bagi Penulis
Dapat memberikan ilmu pengetahuan bagi masyarakat dalam meningkatkan pecegahan dan perubahan perilaku yang lebih baik
4. Bagi RT 01 RW 23 Desa Pandau Jaya
Memberikan sosialisasi yang lebih intens lagi dan pendekatan serta pemberdayaan kader kesehatan yang ada di masyarakat untuk memutuskan mata rantai penularan covid 19

BAB II SOLUSI PERMASALAHAN

A. Solusi Permasalahan

Solusi permasalahan dalam sosialisasi ini adalah agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bahaya yang terjadi pada saat ini, dimana wabah ini dapat menyebabkan kematian apabila orang tersebut tertular virus covid 19, jadi dengan ini perlu di berikan pemahaman bagaimana menghadapi covid 19 ini dengan cara menjaga kebersihan lingkungan rumah dan menjaga personal hygiene dengan cara yaitu mencuci tangan menggunakan sabun, menutup mulut ketika batuk dan bersin serta penggunaan masker dan menggunakan , masyarakat di harapkan dapat mengubah kebiasaan buruk dan menjaga pola hidup bersih dan sehat. Sepanjang permasalahan ini maka dengan itu upaya pemberdayaan masyarakat perlu di tingkatkan

Kerangka pemecahan masalah dalam pengabdian kepada masyarakat dapat di gambarkan sebagai berikut



Gambar 1.
Kerangka pemecahan masalah

B. Langkah-langka Pencegahan Covid -19

1. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun

Fungsi Mencuci Tangan Kedua tangan kita sangat penting untuk membantu menyelesaikan berbagai pekerjaan. Makan dan minum sangat membutuhkan kerja dari

tangan. Jika tangan kotor akan maka tubuh sangat berisiko terhadap masuknya mikroorganisme. Cuci tangan dapat berfungsi menghilangkan/mengurangi mikroorganisme yang menempel di tangan. Cuci tangan harus dilakukan dengan menggunakan air bersih dan sabun. Air yang tidak bersih banyak mengandung kuman dan bakteri penyebab penyakit. Bila digunakan, kuman berpindah ke tangan. Pada saat makan, kuman dengan cepat masuk ke dalam tubuh, yang bias menimbulkan penyakit.

Sabun dapat membersihkan kotoran dan membunuh kuman, karena tanpa sabun, maka kotoran dan kuman masih tertinggal di tangan. Waktu yang tepat untuk mencuci tangan adalah: 1. Setiap kali tangan kita kotor 2. Setelah buang air besar 3. Setelah menceboki bayi atau anak 4. Sebelum makan dan menyuapi anak 5. Sebelum memegang makanan 6. Sebelum menyusui bayi 7. Sebelum menyuapi anak 8. Setelah bersin, batuk, membuang ingus, setelah pulang dari berpergian 9. Sehabis bermain/member makan/memegang hewan peliharaan.

Manfaat Mencuci Tangan Cuci tangan sangat berguna untuk membunuh kuman penyakit yang ada ditangan. Yang bersih akan mencegah penularan penyakit seperti diare, disentri, tyipus, kecacingan, penyakit kulit, infeksi saluran pernafasan akut, flu burung, dengan tangan, maka tangan mmenjadi bersih dan bebas dari kuman.

Cara Mencuci Tangan yang Benar Cara yang tepat untuk mencuci tangan adalah sebagai berikut: 1. Cuci tangan dengan air yang mengalir dan gunakann sabun. Tidak perlu harus sabun khusus antibakteri, namun lebih disarankan sabun yang berbentuk cairan. 2. Gosok tangan setidaknya selama 10-20 menit 3. Bersihkan bagian pergelangan tangan, punggung tangan, sela-sela jari dan kuku. 4. Basuh tangan sampai bersih dengan air yang mengalir. 5. Keringkan dengan handuk bersih atau alat pengering lain 6. Gunakan tisu/handuk sebagai penghalang ketika mematikan keran air.

2. Menggunakan Masker

Penggunaan masker merupakan bagian dari rangkaian komprehensif langkah pencegahan dan pengendalian yang dapat membatasi penyebaran penyakit-penyakit virus saluran pernapasan tertentu, termasuk COVID-19. Masker dapat digunakan baik untuk melindungi orang yang sehat (dipakai untuk melindungi diri sendiri saat berkontak dengan orang yang terinfeksi) atau untuk mengendalikan sumber (dipakai oleh orang yang terinfeksi untuk mencegah penularan lebih lanjut). Namun, penggunaan masker saja tidak cukup memberikan tingkat perlindungan atau pengendalian sumber yang memadai. Karena itu, langkah-langkah lain di tingkat perorangan dan komunitas perlu juga diadopsi untuk menekan penyebaran virus-virus saluran pernapasan. Terlepas dari apakah masker digunakan atau tidak,

kepatuhan kebersihan tangan, penjagaan jarak fisik, dan langkah-langkah pencegahan dan pengendalian infeksi (PPI) lainnya sangat penting untuk mencegah penularan COVID-19 dari orang ke orang.

Masker medis didefinisikan sebagai masker bedah atau prosedur yang datar atau memiliki lipatan; masker jenis ini dikencangkan pada kepala dengan tali yang mengitari telinga atau kepala atau keduanya. Karakteristik kinerjanya diuji menurut serangkaian metode uji terstandar (ASTM F2100, EN 14683, atau yang setara) yang bertujuan untuk menyeimbangkan filtrasi yang tinggi, kemudahan bernapas yang memadai, dan (opsional) resistansi penetrasi cairan.(34, 35) Filtering facepiece respirator (respirator wajah penyaring/FFR), atau respirator, juga memberikan keseimbangan filtrasi dan kemudahan bernapas; namun, respirator memfiltrasi partikel padat berukuran 0,075 mikrometer, dibandingkan masker medis yang memfiltrasi droplet berukuran 3 mikrometer. FFR Eropa, sesuai standar EN 149, dengan kinerja FFP2 menyaring setidaknya 94% partikel NaCl padat dan droplet minyak, dan US N95 FFR, menurut NIOSH 42 CFR Part 84, menyaring setidaknya 95% partikel NaCl. FFR yang tersertifikasi juga memastikan pernapasan tidak terhalang dengan resistansi inhalasi dan ekshalasi maksimum. Perbedaan penting lain adalah cara pengujian filtrasi; uji filtrasi masker medis dilakukan pada penampang masker sedangkan FFR diuji filtrasi di keseluruhan permukaan. Karena itu, dibandingkan bentuk terbuka atau struktur bocor masker medis, lapisan-lapisan bahan filtrasi dan bentuk FFR yang memastikan sisi-sisi luar FFR menutup rapat di wajah penggunanya menjamin filtrasi sesuai yang diklaim saat dipakai. Persyaratan lain kinerja FFR meliputi tidak melebihi parameter-parameter tertentu untuk akumulasi CO₂, total kebocoran ke dalam, dan kekuatan tegangan talinya.(36, 37) .

3. Mengguakan Hand Sanitizer

Meningkatnya kembali penyebaran Covid-19 masih menghantui. Sehingga tak sedikit masyarakat melaksanakan pencegahan agar tidak terinfeksi Covid-19, terutama bagi mereka yang masih harus beraktivitas di luar rumah. Salah satu tindakan pencegahan yang dilakukan yaitu cuci tangan dengan sabun dan air minimal 20 detik atau menggunakan *hand sanitizer* berbasis alkohol minimal 60 %. Sabun dan *hand sanitizer* menjadi dua alat yang digunakan untuk menjaga kebersihan tangan. Apa saja kandungan dalam sabun dan *hand sanitizer* yang dapat membersihkan tangan kita dan seberapa efektif untuk mencegah terinfeksi Covid-19.

Hand Sanitizer merupakan pembersih tangan yang memiliki kemampuan antibakteri dalam menghambat hingga membunuh bakteri (Retnosari dan Isdiartuti, 2006). Menurut Diana (2012), terdapat dua *hand sanitizer* yaitu *hand sanitizer gel* dan *hand sanitizer spray*. *Hand*

sanitizer gel merupakan pembersih tangan berbentuk gel yang berguna untuk membersihkan atau menghilangkan kuman pada tangan, mengandung bahan aktif alkohol 60%. *Hand sanitizer spray* merupakan pembersih tangan berbentuk *spray* untuk membersihkan atau menghilangkan kuman pada tangan yang mengandung bahan aktif irgasan DP 300 : 0,1% dan alkohol 60%. Penelitian Diana (2012) menyatakan, *hand sanitizer* yang berbentuk cair atau *spray* lebih efektif dibandingkan *hand sanitizer* gel dalam menurunkan angka kuman pada tangan.

Organisasi Kesehatan Dunia membagikan cara membersihkan tangan dengan hand sanitizer yang benar.



Berikut cara memakai hand sanitizer yang tepat: Tuangkan cairan atau gel hand sanitizer Gosokkan hand sanitizer ke seluruh bagian telapak tangan Gunakan telapak tangan kanan untuk menggosok punggung telapak tangan kiri dan sela-sela jari Bergantian, gunakan telapak tangan kiri untuk menggosok punggung telapak tangan kanan dan sela-sela jari Satukan telapak tangan dan gosok-gosokkan sela-sela jari Satukan jari-jari kedua tangan dengan posisi punggung tangan berlawanan arah dan jari-jari saling menggenggam Buka tangan kiri dan bersihkan area jempol kiri dengan tangan kanan Bergantian, buka tangan kanan dan bersihkan area jempol kanan dengan tangan kiri Buka tangan kiri lalu usap telapak tangan kiri dengan kelima ujung jari tangan kanan Bergantian, buka tangan kanan lalu usap telapak tangan kanan dengan kelima ujung jari tangan kiri Tunggu sampai kering Menurut WHO, keseluruhan proses tersebut memakan waktu 20 sampai 30 detik

4. Menggunakan Disinfektan

Salah satu cara memutuskan mata rantai penularan COVID-19 adalah dengan menjaga kebersihan dengan membunuh virus COVID-19 sebelum menginfeksi manusia, berbagai cara diantaranya adalah menggunakan antiseptik untuk membasuh tangan dan bagian tubuh, dan disinfektan yang di seprotkan atau diusapkan pada berbagai benda mati yang mungkin terpapar virus, namun demikian saat ini muncul fenomena penyemprotan disinfektan secara massif pada berbagai tempat, bahkan langsung kepada manusia dengan alasan untuk membunuh virus yang mungkin menempel pada baju atau badan manusia

Disinfektan adalah bahan kimia yang digunakan untuk membunuh atau menghambat pertumbuhan mikroorganisme (misalnya bakteri, virus dan jamur kecuali spora bakteri) pada permukaan benda mati, seperti furniture, ruangan lantai, dll. Disinfektan tidak digunakan pada kulit maupun selaput lendir, karena berisiko mengiritasi kulit dan berpotensi memicu kanker. Hal ini berbeda dengan antiseptik yang memang ditujukan untuk disinfeksi pada permukaan kulit dan membran mukosa.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Langkah-langkah Dalam Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan menjelaskan tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan

1. Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian

kepada masyarakat ini, yaitu:

- a. Pembuatan surat izin untuk melaksanakan sosialisasi
- b. Sosialisasi dengan memberikan spanduk kepada warga masyarakat di lingkungan RT 01 RW 023
- c. Memberikan masker gratis kepada warga masyarakat di lingkungan RT01 RW 023
- d. Memberikan sabun pencuci tangan kepada warga masyarakat di lingkungan RT RT01 RW 023
- e. Memberikan hand sanitaizer kepada masyarakat

2 Metode pendekatan yang ditawarkan untuk menyelesaikan persoalan

- a. Menghimbau masyarakat dan keluarga menggunakan masker saat di luar rumah
- b. Mengajak masyarakat mengurangi aktivitas di luar rumah saat terjadi wabah covid 19
- c. Menjelaskan kepada masyarakat bagaimana langkah-langka mencuci tangan, dengan menerapkan 7 langka cuci tangan serta menggunakan air yang mengalir
- d. menjelaskan kepada masyarakat tentang penting nya pemakaian masker dan cara penggunaan masker yang benar, melepaskan masker dan cara pemusnaan masker sekali pakai

B. Partisipasi Dalam Pelaksanaan Program

- a. Melakukan sosialisasi kepada masyarakat tentang pencegahan pandemi Covid 19 dengan memberikan spanduk dan menjelaskan secara lisan
- b. Memberikan masker serta menjelaska cara penggunaan masker, melepas masker dan pemusnaan masker sekali pakai
- c. Memberikan sabun cuci tangan, serta mempraktekannya dengan keluarga dengan air yang mengalir. Serta 7 langka cuci tangan

- d. Memberikan hand sanitizer serta mempraktek kannya bagaimana dan kapan penggunaan hand sanitizer di pakai

C. Evaluasi Pelaksanaan Program

- a. Di harapkan masyarakat semakin meningkatnya pengetahuan tentang pentingnya kebersihan lingkungan
- b. Di harapkan meningkatkan kesadaran dalam menjaga kesehatan dan menerapkan protokol kesehatan serta mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari- hari
- c. Di harapkan masyarakat dapat lebih meningkatkan pencegahan Covid 19 dan memahami bahaya apa yang akan terjadi apabila positif covid19

D. Kepakaran Dan Tugas Masing-Masing Anggota Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

Ketua : Mengkoordinir kegiatan pengabdian serta bertanggung jawab dalam kegiatan pengabdian, serta memaparkan hasil materi yang akan di sampaikan

Anggota : Mempersiapkan seluruh rangkaian kegiatan yang telah di rencanakan

- a. Sekretaris: Membuat surat pengantar sosialisasi dan mempersiapkan poster sosialisasi
- b. Bendahara: merencanakan dan mempersiapkan anggaran dan kebutuhan dana yang ingin di gunakan pada kegiatan tersebut.
- c. Dokumentasi: mengatur dan mengarahkan panitia dan peserta, serta mengarsipkan dokumentasi untuk laporan
- d. Administrasi : mempersiapkan masker, sabun dan hand sanitaizer

BAB IV

HASIL DAN LUARAN YANG DI CAPAIAN

A. Luaran Yang di capai

Setelah melakukan sosialisasi dapat meningkatkan pengetahuan dan melakukan pencegahan terhadap bahaya dari covid 19 dengan meningkatkan kebersihan lingkungan rumah dan kebersihan diri dengan cara gotong royong setiap seminggu sekali bersama anggota keluarga dan penggunaan masker apabila keluar rumah dan selalu mencuci tangan dengan sabun dan air yang mengalir, penggunaan hand sanitizer dan penggunaan desinfektan di rumah tangga dan lingkungan.

B. Target yang akan di capai

Target yang di capai dalam pengabdian masyarakat adalah:

- a. Pengabdian ini akan di publikasikan di Prosiding Universitas Muhammadiyah Riau
- b. Tahun capaian prosiding akan di laksanakan bulan Agustus 2020

BAB V RENCANA DAN TAHAPAN BERIKUTNYA

A. Rencana dan Tahapan berikutnya

1. Melakukan monitoring terhadap masyarakat yang sudah di berikan sosialisai untuk melihat adanya perubahan yang terjadi setelah di lakukan penyuluhan serta apa mengikuti langka-langka pencegahan baik oleh diri sendiri maupun keluarga
2. Melakukan evaluasi dengan memberikan pertanyaan kembali bagaimana penggunaan masker dan cara mencuci tangan dengan mengikuti 7 langka cara cuci tangan yang benar serta mengukur tingat pengetahuan masyarakat tentang pencegahan Covi 19 dengan beberapa pertanyaan.
3. Lebih meningkat kan kepedulian masyarakat terhadap tetangga dan masyarakat sekitar nya, agar lebih menambah partisipasi masyarakat dalam upaya memberantas pandemi ini serta pedulih terhadap masyarakat yang terkena dampak covid 19

B. Tahapan Kegiatan

**Tabel 2
Susunan Acara Penyuluhan**

No	Kegiatan Penyuluhan	Hari/Tanggal	Metode	Media	Waktu
	Kegiatan Sebelum penyuluhan				
1.	Pendekatan kepada masyarakat	Kamis , 12 April 2020	Turun Lapangan	Memahami budaya setempat terhadap kebiasaan masyarakat dalam pelaksanaan protokol kesehatan	1 jam
2.	<u>Kegiatan penyuluhan Pembukaan</u>			Spaduk	

<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan tujuan penyuluhan 2. Menyebutkan materi penyuluhan yang akan disampaikan 	Sabtu, 14-20 April 2019	Ceramah	Covid 19	15 menit
<p>Pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pretest lisan 2. Penyampaian materi pencegahan Covid 19 3. Memberikan Masker, Hand sanitizer dan sabun cuci tangan 4. Memberikan desinfektan 		Ceramah	Spanduk Covid 19	45 Menit
<p><u>Evaluasi</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menyimpulkan inti penyuluhan 2. Memberi kesempatan kepada masyarakat untuk bertanya 3. Memberikan post test kepada masyarakat 4. Memberikan doorprize kepada masyarakat yang sudah menerapkan kebersihan rumah dan personal hygiene untuk mencegah penyebaran wabah Covid 19 		Ceramah Diskusi Tanya jawab	Spanduk Covid 19	15 menit
<p><u>Penutup</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menyampaikan ucapan terimakasih kepada masyarakat desa 2. Pemberian ucapan terimakasih 3. Mengucapkan salam 4. Foto bersama 			Ceramah	15 menit

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan

Kegiatan ini di laksanakan di Desa Pandau Jaya RT. 01 RW23, yang mana di kegiata yang di lakukan sangat bermanfaat sekali dalam kondisi yang terjadi saat ini dengan adanya wabah Covid 19, sehingga masyarakat dapat arahan dan binaan dalam mpencegahan dan menerapkan protokol kesehatan serta menjaga lingkungan rumah agar tetap bersih dan sehat.

Dari kegiatan ini dapat di evaluasi dari berbagai tahapan sebagai berikut:

1. Evaluasi Input

Pengetahuan dasar masyarakat tentang bagaimana pencegahan covid 19 dan bagaimana menjaga kebersihan lingkungan rumah

2. Evaluasi Proses

Memberikan sosialisasi dan pemahaman masyarakat bahwa akan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan rumah dan menerapkan penggunaan masker, pemakaian hand sanitizer dan penggunaan sabun cuci tangan yang benar dengan mengikuti 7 langka cuci tangan yang baik terhadap diri sendiri dan keluarga

3. Evaluasi Output

Semangkin meningkatnya pengetahuan masyarakat dan semakin meningkatkan penerapan protokol kesehatan agar masyarakat terhidar dari bahayanya virus Covid 19 yang dapat masuk melalui mulut baik melalui komunikasih maupun melalui sentuhan tangan serta kontak terhadap benda-benda sekitar nya.

4. Evaluasi Outcome

Dari beberapa hal yang telah di lakukan di atas penulis mendatangi kembali rumah masyarakat dan melihat sikap dan prilaku masyarakat yang pada saat berpergian sudah menerapkan penggunaan masker dan melakukan pembagian kuesioner kembali masyarakat ketika dari luar mencuci tangan dan menggunakan sabun dan air yang mengalir.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

- a. Di harapkan kepada masyarakat agar lebih meningkatkan kebersihan diri, lingkungan serta menerakan protokol kesehatan dengan menggunakan masker, mencuci tangan dengan sabun dan air yang mengalir serta penggunaan hand sanitaizer apabila di luar rumah
- b. Diharapkan masyarakat dapat memberikan pemahan dan mengayomi keluarga dalam memberikan pemahaman dalam menerapkan protokol kesehatan

2. Bagi STikes Hang Tuah

Melakukan kerjasama antar desa untuk membentuk desa binaan masyarakat agar terciptanya hubungan yang baik antar masyarakat dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tinggi

3. Bagi RT

Lebih meningkatkan hubungan yang baik dengan masyarakat dan melakukan pendekatan dengan masyarakat untuk meningkatkan upaya pencegahan wabah Covid 19, serta melakukan pembinaan kepada masyarakat agar dapat mengurangi bahaya penularan virus .

DAFTAR PUSTAKA

- Marlina, H., Ismainar, H., Hayana & Mardeni. 2020. Covid -19 *Dalam Perspektif Public Health*. Widina. Jawa Barat
- Notoadmodjo, 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta. Rineka Cipta
- Pusat Perlindungan Kesehatan. 2019. "*Pencegahan Penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19)*"(PDF) . . Diakses pada 22 Maret2020 .
- Perlman S . 2020. "*Satu Dekade Lain, Coronavirus Lain*". *Jurnal Kedokteran New England* . 382 (8): 760-762. doi : 10.1056 / NEJMe2001126 . PMC 7121143 .PMID 31978944
- Waskitoningtyas, RS. (2018).*Penyuluhan Kebersihan Diri Melalui Program Cuci Tangan Sebagai Bentuk Kesadaran Siswa Pada Sd N 014 Balikpapan Barat FKIP, Pendidikan Matematika, Universitas Balikpapan, Kalimantan Timur*. Diakses 23 April 2020

Lampiran 1

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. Nama Lengkap dan gelar : Hayana, SKM, M.Kes
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Matagual, 12 Oktober 1986
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Program Studi : Sarjana Kesehatan Masyarakat
5. NIP/NIDN : 1012108603
6. Bidang Keahlian : Kesehatan Lingkungan
7. Kedudukan dalam Tim : Ketua
8. Alamat Kantor : Jl. Mustafa Sari No 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru
9. Telepon/Faksimili : (0761) 863646
10. E-mail : [Info.Stikes@hangtuhpekanbaru](mailto:Info.Stikes@hangtuhpekanbaru.ac) .ac.
11. Alamat Rumah : Perumahan Gading Marpoyan
12. E-mail : hayana.yana1986@gmail.com
13. Pengalaman dalam bidang pengabdian masyarakat :

RIWAYAT PENDIDIKAN

Nama Perguruan Tinggi	S1 STIKes Hang Tuah Pekanbaru	S2 STIKes Hang Tuah Pekanbaru
Bidang Ilmu	Kesehatan Masyarakat	Kesehatan Masyarakat
Tahun Masuk-Lulus	2008-2010	2010 - 2012
Judul Skripsi/Tesis	Hubungan sanitasi perumahan dan pengetahuan dengan kejadian tuberculosis paru di Kecamatan Medan Petisah	Pengaruh sosial ekonomi dan budaya terhadap partisipasi ibu rumah tangga dalam pengelolaan sampah di Kecamatan Bangkinang Kabupaten Kampar
Nama Pembimbing	Santy Deasy Siregar, SKM, M.Kes	Prof. Dr. Ramli, S.E, M.S

PENGABDIAN MASYARAKAT

No	Judul Kegiatan	Tahun	Sumber Dana
1.	Pemberdayaan Masyarakat tentang Imunisasi di Posyandu Desa Betung Kecamatan Pangkalan Kuras	10 November 2015	Mandiri

2.	Pemberdayaan Masyarakat tentang HIV/AIDS di SMP 07 Desa Betung Kecamatan Pangkalan Kuras	14 November 2015	Mandiri
1.	Penyuluhan Personal Hygiene Bagi Anak Sekolah di SMP N 11 Pekanbaru 2016	2016	Mandiri
2	Penyuluhan Kesehatan Lingkungan Cara Pengelolaan Sampah Untuk Menjaga Lingkungan Bersih Di Sekolah Menengah IT Al-Izhar Scholl Pekanbaru tahun 2016	2016	Mandiri
3	Penyuluhan pentingnya kesehatan reproduksi pada komunitas anak punk kota pekanbaru tahun 2017	2017	DIPA STIKes
4	Penyuluhan tentang pengelolaan sampah Pada Nara Pidana Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II (LPKA) pekanbaru tahun 2017	2017	Mandiri
5	Sosialisasi PHBS guna meningkatkan kesadaran masyarakat di Desa Teluk Kanidai	2018	DIPA STIKes
6	Penyuluhan bahaya jajanan sembarangan di SDN 002 Batu bersurat	2018	Mandiri
7	Penyuluhan bahaya asap rokok bagi kesehatan dan lingkungan	2019	Mandiri
8.	Penyuluhan kesehatan tentang penyakit ISPA	2019	Mandiri

Pekanbaru, Agustus 2020
Ketua Pelaksana

Hayana, SKM, M.Kes
NIDN.1012108603



SOSIALISASI PENCEGAHAN COVID-19

Di RT 001 RW 023 DUSUN IV Gading Marpoyan



- WAJIB PAKAI MASKER**
1-2 METER
TETAP **JAGA JARAK**
- SERING CUCI TANGAN PAKAI SABUN**
DENGAN AIR MENGALIR
- SEDIA HAND SANITIZER**
- MAKAN MAKANAN BERGIZI SEIMBANG**
- RAJIN OLAHRAGA**
DENGAN ISTIRAHAT CUKUP
- SAY HELLO AJA. TIDAK BERSALAMAN DULU**
- GUNAKAN UANG ELEKTRONIK**
- SETIBANYA DI RUMAH LANGSUNG MANDI**

Dosen dan Mahasiswa
Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat
STIKES HANGTUAH PEKANBARU



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
email : info.stikes@hangtuhapekanbaru.ac.id IZIN Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuhapekanbaru.ac.id

No : 12/STIKes-HTP/VII/2020/0253
Lamp. : -
Perihal : **Permohonan Rekomendasi Izin
Pengabdian Dosen**

Pekanbaru, 08 Juli 2020

Kepada Yth.
Ketua RT 01 RW 23 Pandau Jaya

di-
Kampar

Dengan hormat
Bersama ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu, bahwa dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru bermaksud akan melakukan pengabdian dalam rangka memenuhi kewajiban/tugas-tugas dalam melakukan tridharma perguruan tinggi, sebagai berikut:

Nama : Hayana, SKM, M.Kes NIDN : 1012108603
Tempat Pengabdian : Dilingkungan RT 01 RW 23 Desa Pandau Jaya Kampar
Judul Pengabdian : Sosialisasi Tentang Kebersihan Lingkungan Rumah Dan Personal Hygiene Untuk Mencegah Penyebaran Wabah Covid-19 Di Lingkungan RT 01 RW 23 Desa Pandau Jaya

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin pengabdian sehingga pengabdian yang dimaksud dapat berjalan sebagaimana mestinya dan selesai tepat pada waktunya.

Demikianlah dapat kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

STIKes Hang Tuah Pekanbaru
Ketua,

H. Ahmad Hanafi, SKM., M. Kes
No Reg : 10306114265

**RUKUN TETANGGA (RT) 01 RUKUN WARGA (RW) 23
PERUMAHAN GADING MARPOYAN DESA PANDAU JAYA**

SURAT KETERANGAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Akhirman
Jabatan : Ketua RT 01 RW 23 Perumahan Gading Marpoyan Desa Pandau Jaya
Alamat : Perumahan Gading Marpoyan

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Hayana, SKM ,M.Kes
NIDN : 1012108603
Jabatan : Dosen
Prodi : Kesehatan Masyarakat
Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Pekanbaru

Bahwa ini benar nama tersebut diatas telah melaksanakan kegiatan sosialisasi penyuluhan di RT 01 RW 23 Perumahan Gading Marpoyan Desa Pandau Jaya dengan tema Sosialisasi Kebersihan Lingkungan Rumah dan Personal Hygiene Untuk Mencegah Penyebaran Covid-19.

Demikian la surat ini di buat agar di pergunakan semestinya, terimakasih.

Pekanbaru, 20 Agustus 2020
Ketua RT.01 RW 23



DOKUMENTASI PENGABDIAN



Gambar 1
Pemasangan Spanduk



Gambar 2

Pemberian Masker, Hand sanitizer, sabun dan Desinfektan



Gambar 3
Sabun Cuci Tangan dan Hand Sanitizer

