

## ARTIKEL PENGABDIAN MASYARAKAT

### EDUKASI PENCEGAHAN COVID 19 MENYONGSONG *NEW NORMAL LIVE* DENGAN PENDEKATAN KEDOKTERAN ISLAM PADA IBU- IBU SALIMAH DELISERDANG – MEDAN

Des Suryani<sup>1)</sup>, Elman Boy<sup>2)</sup>, Fadila Qudsi Ramadhani<sup>3)</sup>

<sup>1</sup>Bagian Anatomi-Histolog Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, <sup>2</sup>Bagian IKM Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, <sup>3</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

**Abstrak:** Penyebaran COVID 19 yang cepat disebabkan karena penularan dari orang ke orang melalui droplet, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang upaya pencegahan menyebabkan penyakit ini susah dikontrol. Edukasi dengan pendekatan kedokteran Islam diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan menyadarkan masyarakat bagaimana bersikap dalam menghadapi COVID 19 ini. Program pengabdian ini bertujuan untuk melakukan diseminasi temuan ilmiah terkini mengenai COVID 19 dan upaya pencegahannya melalui pendekatan kedokteran Islam melalui program edukasi masyarakat yang ditargetkan pada ibu-ibu Salimah yang merupakan pemerhati keluarga dan anak di Deli Serdang. Edukasi disampaikan dalam bahasa Indonesia dan diikuti dengan diskusi bebas dengan peserta. Dampak program dinilai menggunakan kuesioner pra- dan pasca-intervensi. Analisis respon pra-penyuluhan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta tidak mengetahui cara pencegahan COVID 19, namun mereka setuju bahwa menggunakan masker wajib untuk semua orang. Analisis pasca edukasi menunjukkan adanya perubahan respon peserta. Disimpulkan bahwa program edukasi ini secara efektif memodifikasi sikap dan pengetahuan peserta mengenai pencegahan COVID 19

**Kata kunci:** Edukasi, COVID 19, Pencegahan.

## PENDAHULUAN

COVID 19 diinformasikan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tanggal 31 Desember 2019 yang menyebutkan adanya kasus kluster pneumonia dengan etiologi yang tidak jelas di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China. Kasus ini terus berkembang hingga akhirnya diketahui bahwa penyebab kluster pneumonia ini adalah novel coronavirus. Kasus ini terus berkembang hingga adanya laporan kematian dan terjadi importasi di luar China.<sup>1</sup> Kasus pertama COVID 19 di Indonesia terjadi pada tanggal 2 maret 2020. Pada tanggal 9 juli 2020, di Indonesia kasus konfirmasi 66.226, kematian 3.309, dan sembuh 30.785. Di Sumatera utara kasus konfirmasi 1.821, kematian 108 dan sembuh 494. Angka-angka tersebut menunjukkan belum terkendalinya penyebaran virus COVID 19.

Berbagai upaya untuk menekan laju transmisi COVID 19 telah dibuat seperti Pembatasan sosial berskala besar (PSBB) yaitu menutup transportasi darat, laut dan udara, menutup sekolah, menutup toko dan perusahaan, serta masyarakat

melakukan pembatasan social. Selain itu, diikuti dengan meningkatkan kebersihan dengan rajin mencuci dengan sabun atau etanol 62 – 71% yang diharapkan dapat menghancurkan lipid bilayer virus, yang dapat menurunkan virulensi virus.<sup>2</sup> Tindakan lain yang disosialisasikan melalui berbagai sumber media, seperti televisi, berita dari pemerintah, dan platform media sosial lainnya yaitu meminta masyarakat untuk tinggal di rumah, menahan diri dari keramaian, selalu memakai masker, menjaga jarak aman dari orang ketika di keramaian, rajin olahraga, makan makanan bergizi dan mengubah gaya hidup mereka misalnya berjemur dengan sinar matahari untuk meningkatkan kekebalan tubuh, serta menciptakan ruangan dengan ventilasi yang baik.<sup>2</sup>

Setelah menjalankan PSBB dalam waktu kurang lebih 3 bulan pemerintah melakukan evaluasi ternyata ekonomi merosot dengan tajam dan jika PSBB dilanjutkan maka ancaman kemiskinan akan melanda negeri, maka pemerintah memutuskan untuk uji coba melakukan *New Normal Live* (NNL)

di 4 propinsi di Indonesia yaitu DKI, Jawa barat, Sumatera Barat dan Gorontalo, sementara propinsi lain menyesuaikan dengan kondisi masing-masing. NNL yaitu tatanan hidup baru dimana masyarakat dibolehkan menjalankan perekonomian dengan tetap menjalankan protokol penyelamatan diri dari wabah, menjalankan pendidikan sesuai dengan protokol kesehatan, dan lain lain.<sup>3</sup>

Penelitian telah membuktikan bahwa COVID 19 terutama menular melalui droplet dari sistem pernafasan. Epitel dari sistem pernafasan yaitu epitel bertingkat bersilia, memiliki reseptor ACE 2 (angiotensin converting enzim 2)<sup>4</sup> yang merupakan tempat virus melekat dan melakukan replikasi. Saat berbicara dan bersin maka orang yang sudah terinfeksi virus ini bisa menularkan ke orang lain. Islam telah mengajarkan bagaimana manusia beretika ketika bersin yaitu menutup mulut dan membaca Alhamdulillah. Pada saat bersin akan keluar 40.000 partikel droplet sehingga tentu bagi yang bersin perlu bersyukur karena keluarnya bahan infeksius dari

dirinya. Namun Rasul juga mengajarkan agar orang lain selamat dari itu yaitu dengan menutup mulut dan mencuci tangan yang kotor setelah bersin.

Faktor yang memperberat penyakit COVID 19 adalah usia lebih dari 65 tahun, hipertensi dan diabetes mellitus,<sup>5</sup> serta penyakit jantung.<sup>6</sup> Selain itu penelitian lain juga sudah mengungkapkan bahwa merokok dan COPD ternyata memperkuat ekspresi ACE 2 reseptor pada saluran nafas yang menyebabkan kemampuan virus menempel ke epitel saluran nafas akan lebih banyak.<sup>4</sup> Merokok juga menjadi faktor yang perlu diwaspadai terhadap penularan COVID 19. Kondisi komorbid ini menyebabkan penyakit COVID 19 dengan gejala berat. Dari hasil penelitian di Italia yang melakukan autopsi terhadap pasien COVID yang meninggal dunia di dapatkan telah terjadi koagulasi intravascular, kerusakan parenkim paru yang luas dan infiltrasi limposit. Hal ini lah yang menyebabkan tidak terjadinya pertukaran gas di alveolus sehingga menyebabkan kematian.<sup>7</sup>

Semua wabah biasanya berakhir setelah terbentuknya imunitas pada

populasi yang disebut dengan *herd immunity*. Hal ini bisa terjadi secara alami ataupun buatan yaitu dengan vaksinasi.<sup>8</sup> Usaha menemukan vaksin COVID 19 masih dalam uji coba. Jadi selagi vaksin belum ditemukan, maka agar tetap aman dari COVID 19 harus mengikuti protokol kesehatan.

*Herd immunity* alami terjadi bila 70-90% penduduk telah terpapar COVID-19 sehingga memiliki antibodi terhadap virus corona. Namun, hal ini berisiko karena sebanyak 20% penderita COVID-19 memiliki gejala yang berat, serta sebanyak 5-6% pasien memiliki potensi kematian. Jika jumlah populasi Indonesia 273,3 juta jiwa, maka *herd immunity* dapat terjadi bila setidaknya 191,31 juta jiwa penduduk telah terpapar COVID-19. Artinya, dari jumlah tersebut ada sebanyak 9,5 juta orang atau 5% pasien COVID-19 yang berpotensi memiliki gejala berat dan meninggal.<sup>9</sup> Angka ini mungkin bisa lebih tinggi jika masyarakat tidak tahu langkah-langkah pencegahan yaitu hidup sehat, memakai masker, menjaga kebersihan tangan, menjauhi kerumunan, tidak memegang mata, hidung dan mulut.

Salimah merupakan sebuah wadah berkreasi perempuan dengan berbagai latar belakang profesi dan pendidikan yang memiliki kepedulian utama terhadap anak, perempuan dan keluarga Indonesia. Pada kondisi pandemi COVID 19, Salimah juga berkontribusi untuk memberi pencerahan pada masyarakat agar selamat dari wabah. Salimah telah melakukan kegiatan daring pada kajian duha yang juga pernah di isi oleh dr Des Suryani, M. Biomed dengan tema Tips Puasa sehat di tengah wabah COVID.

Menyongsong penerapan NNL, Salimah Deli Serdang diharapkan memiliki bekal untuk mampu mensosialisasikan pola hidup yang diharapkan dapat melindungi warga dari ancaman wabah ini, yang dikemas dengan ilmu kedokteran dan Islam. Pola hidup bersih dan sehat yang sebenarnya sudah melekat dalam pribadi muslim, misalnya wuduk. Adab bersin dalam Hadist riwayat Abu Dawud dan Tirmidzi, disebutkan saat hendak bersin, Nabi SAW menutup mulutnya dengan tangan atau baju beliau,<sup>5</sup> juga lebih baik diam dari pada bicara yang tidak

bermanfaat (social distensing).<sup>6</sup> Di sisi lain, dalam kehidupan muslim kesadaran menjalankan agama dan menjalani hidup sesuai dengan aturan Al quran dan sunnah merupakan syarat bagi muslim untuk masuk ke dalam syurga. Jadi kehidupan NNL tidak lain adalah kehidupan Islami yang harus ditanamkan kembali kepada masyarakat.

Berdasarkan luasnya dampak COVID 19 terhadap kesehatan dan masih rendahnya kesadaran masyarakat dalam upaya pencegahan maka penulis merasa perlu melakukan diseminasi informasi berupa edukasi mengenai pencegahan COVID 19 dengan pendekatan agama pada komunitas Salimah Deli Serdang, Medan.

## METODE

### 1. Populasi target.

Komunitas seluruh pengurus inti dan pengurus cabang salimah Deli Serdang, Medan. Dengan membuat group *whats App* pengurus cabang Deli Serdang berjumlah 58 orang.

### 2. Mensosialisasikan kegiatan edukasi akan menggunakan *zoom*

*meeting* dan mengajarkan melakukan download aplikasi *zoom meeting*, serta melakukan uji coba menggunakan *zoom meeting*. Dari hasil edukasi menggunakan *zoom meeting* di hasilkan 18 orang dapat melakukan komunikasi dengan *zoom meeting*.

### 3. Metode edukasi dan evaluasi.

Untuk menilai pengetahuan partisipan tentang COVID 19 dan upaya pencegahannya maka penulis merancang 10 pertanyaan tentang pencegahan COVID 19. Yang dinilai menggunakan skala Likert. Kuesioner diberikan sebelum penyuluhan untuk menilai pengetahuan awal partisipan dan diakhir penyuluhan untuk menilai efektifitas edukasi dalam perolehan pengetahuan partisipan. Penyuluhan menggunakan alat bantu virtual (Microsoft Powerpoint™) dengan *zoom meeting*.

### 4. Acara dimulai dengan pembukaan oleh moderator yaitu mahasiswa FK UMSU (Fadila Qudsi Ramadhani)

5. Kata sambutan dari ketua Salimah Deli Serdang yaitu Yenni Febriyanti, S.Pd.
6. Pemaparan edukasi menyukuri nikmat struktur dan fungsi pernafasan dalam upaya peningkatan pengetahuan tentang pencegahan COVID 19 oleh dr Des Suryani, M. Biomed. Acara dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dengan peserta.
7. Penutup dan simpulan disampaikan oleh moderator.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan kesehatan masyarakat ini dilakukan pada tanggal 22 juni 2020 secara virtual. Partisipan yang hadir merupakan pengurus inti dan pengurus cabang Salimah Deli Serdang, Medan. Kehadiran para tokoh Salimah sebagai partisipan diharapkan memiliki efek gelombang (*ripple effect*) terhadap masyarakat yang lebih luas.

Terdapat 18 orang partisipan dan semuanya mengisi kuesioner pra penyuluhan. Kuesioner pra penyuluhan berguna untuk melihat

pengetahuan awal partisipan mengenai COVID 19 dan pencegahannya. Distribusi respon pada kuesioner pra penyuluhan dan pasca penyuluhan disajikan pada Tabel 1. Kolom yang diberi bayangan menunjukkan respon terbanyak untuk tiap poin pernyataan. Pada pra penyuluhan terlihat bahwa masih ada dari partisipan yang mempercayai bahwa COVID 19 tidak berbahaya dan cara penularan yang masih kurang dipahami yaitu bahwa COVID 19 bisa menular saat berbicara. Namun masyarakat sudah tahu memakai masker penting baik bagi yang sakit maupun tidak sakit. Kuesioner setelah penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan partisipan mengenai COVID 19 adalah penyakit berbahaya, COVID 19 menular lewat droplet yang keluar saat bersin dan berbicara. Partisipan juga menyadari bahwa saat bersin kita membaca Alhamdulillah karena begitu banyak kuman yang keluar dari tubuh, kemudian juga menyadari bahwa kita perlu menutup mulut baik dengan tisu atau dengan lengan atas

berdasarkan hadis Rasulullah, dilakukan juga termasuk amalan yang sehingga protokol kesehatan yang dianjurkan oleh Rasulullah.

**Tabel 1. Pengetahuan responden sebelum dan sesudah penyuluhan**

No	Pernyataan	Pre test (N= 19)				Posttest (n=16)	
		SS	ST	TS	STS	B	S
1	COVID 19 adalah penyakit yang tidak berbahaya dan sama seperti flu biasa	0	8	10	1	3	13
2	Virus korona dapat bertahan hidup beberapa jam di luar tubuh manusia	1	14	3	0	15	1
3	Virus korona tidak akan menular saat berbicara	1	8	10	0	0	16
4	Orang yang bisa menularkan COVID-19 hanyalah individu yang memiliki gejala	2	3	14	1	0	16
5	Orang yang sehat tidak perlu memakai masker	2	8	4	4	0	16
6	Gejala COVID 19 pada usia lanjut lebih berat dari pada usia muda	7	9	3		14	2
7	Kematian pada penderita penyakit kronis yang terinfeksi COVID 19 ada hubungannya dengan virus korona	3	9	7	0	12	4
8	New Normal artinya kembali kepada kebiasaan semula sebelum munculnya wabah corona	1	5	12	1	6	10
9	Pembatasan perpindahan orang dari daerah terjangkit akan mengurangi jumlah orang yang terinfeksi COVID 19.	5	10	1	3	15	1

- |    |  |   |   |    |   |   |    |
|----|--|---|---|----|---|---|----|
| 10 | Isolasi mandiri pada orang yang terinfeksi COVID 19 tidak diperlukan bagi yang tidak memiliki gejala | 1 | 2 | 10 | 6 | 1 | 15 |
|----|--|---|---|----|---|---|----|

Ket: SS= sangat setuju, ST= Setuju, TS= Tidak setuju, STS= Sangat tidak setuju, B= benar, S= salah.

Pendekatan edukasi yang diberikan oleh Narasumber pada pengabdian ini adalah pendekatan agama. Dimana pada edukasi ini Narasumber mengaitkan pemahaman struktur dan fungsi sistem pernafasan, dan apa akibatnya jika saluran pernafasan diinfeksi oleh virus COVID 19, menjelaskan bagaimana virus bisa masuk kesaluran pernafasan, juga kelompok rentan terinfeksi COVID 19, yang salah satunya adalah perokok. Narasumber juga mengaitkan edukasi ini dengan haramnya rokok dalam ajaran Islam, sehingga pemeluk agama Islam patut bersyukur atas ajaran agamanya.

Narasumber juga menjelaskan Allah maha sempurna menciptakan sistem pernafasan, dan juga menyampaikan fungsi-fungsi sistem pernafasan untuk kehidupan manusia, serta mengaitkan dengan pentingnya bersyukur saat bersin serta etika ketika bersin dalam agama Islam,

dikaitkan dengan pencegahan COVID 19.

Narasumber juga menyampaikan prinsip karantina yang ditetapkan oleh WHO sesuai dengan hadis Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda: “Tha’un (wabah penyakit menular) adalah suatu peringatan dari Allah Subhanahu Wa Ta’ala untuk menguji hamba-hamba-Nya dari kalangan manusia. Maka apabila kamu mendengar penyakit itu berjangkit di suatu negeri, janganlah kamu masuk ke negeri itu. Dan apabila wabah itu berjangkit di negeri tempat kamu berada, jangan pula kamu lari daripadanya.” (HR Bukhari dan Muslim dari Usamah bin Zaid). Dengan demikian prinsip melakukan isolasi mandiri, dan tidak melakukan perkumpulan yang menyebabkan bergabungnya orang dalam jumlah banyak semasa wabah itu sesuai



dengan tuntunan yang diberikan oleh Rasulullah.

Narasumber juga menyampaikan sangat penting menjalankan protokol kesehatan yang terdiri dari:

1. Membersihkan tangan secara teratur dengan cuci tangan pakai sabun dan air mengalir selama 40-60 detik atau menggunakan cairan antiseptik berbasis alkohol (hand sanitizer) minimal 20-30 detik. Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut dengan tangan yang tidak bersih.
2. Menggunakan alat pelindung diri berupa masker yang menutupi hidung dan mulut jika harus keluar rumah atau berinteraksi dengan orang lain yang tidak diketahui status kesehatannya (yang mungkin dapat menularkan COVID-19).
3. Menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain untuk menghindari terkena droplet dari orang yang batuk atau bersin. Jika tidak memungkinkan melakukan jaga jarak maka dapat dilakukan dengan berbagai rekayasa administrasi dan teknis lainnya.
4. Membatasi diri terhadap interaksi / kontak dengan orang lain yang tidak diketahui status kesehatannya.
5. Saat tiba di rumah setelah bepergian, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan anggota keluarga di rumah.
6. Meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) seperti konsumsi gizi seimbang dan rajin ibadah sholat fardu maupun sholat sunnah dengan khusu'
7. Tutup mulut dan hidung saat batuk dan bersin menggunakan siku terlipat atau tisu.
8. Tidak menyentuh wajah, mata, hidung dan mulut.
9. Menjaga jarak fisik, tidak keluar rumah, tidak berkumpul. Belajar, bekerja dan beribadah di rumah

## **KESIMPULAN**

Edukasi yang dilakukan berhasil memodifikasi pengetahuan partisipan mengenai pencegahan COVID 19, dan penguatan pelaksanaan ajaran islam terkait etika batuk dan bersin, serta menyukuri nikmat sistem

pernafasan. Diharapkan partisipan dapat meneruskan diseminasi pengetahuan ini pada populasi yang lebih luas.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terimakasih kepada Ibu Yenni Febriyanti, Selaku ketua Salimah Deliserdang, beserta jajarannya, yang telah memfasilitasi tim kami sehingga pengabdian dapat berlangsung dengan lancar dan tepat sasaran. Pengabdian ini terlaksana dengan dukungan dana Internal Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara tahun 2020.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. On C. International pulmonologist's consensus on.
2. Keumala D, Rina S, Ridha A, Liza D, Sari M, Keumala N. Positive Correlation Between General Public Knowledge and Attitudes Regarding COVID - 19 Outbreak 1 Month After First Cases Reported in Indonesia. *J Community Health*. 2020;
3. Indonesia C, Tim K, Gugus P, Percepatan T, COVID- P, Adisasmita W. Apa itu New Normal , Cara Berdamai dengan Corona. 2020;(May).
4. Brake SJ, Barnsley K, Lu W, Mcalinden KD, Eapen MS, Sohal SS. Smoking Upregulates Angiotensin-Converting Enzyme-2 Receptor : A Potential Adhesion Site for Novel Coronavirus SARS-CoV-2 ( COVID-19 ). 2020.
5. Yuniarti E, Indika PM, Dewata I, et al. Komorbidity Mapping Of Covid-19 Events In West. 2020;4(1):11-16.
6. Laksono S, Setianto B, Surya SP. Angiotensin converting enzyme 2 ( ACE2 ), COVID-19 and cardiac injury : what cardiologist should know. 2020;52(2):1-6.
7. Haverich A, Welte T, Laenger F, et al. Pulmonary Vascular Endothelialitis, Thrombosis, and Angiogenesis in COVID-19. 2020.
8. Sariatmi A, Agushybana F, Patriajati S. Panduan Dalam Perspektif Kesehatan Dan Agama Islam.
9. Basbeth, F. Herd Immunity dan COVID-19, Universitas Yarsi