

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
PENDIDIKAN KESEHATAN PENCEGAHAN VIRUS COVID-19 DI AREA
PERTAMBANGAN DESA TULABOLO TIMUR



Oleh

Ketua :

Ns. Wirda Y. Dulahu, S.Kep, M.Kep
Nip. 198703232015042 002

Anggota :

dr. Sri Manovita Pateda, M.Kes., PhD
dr. Zuhriana K Yusuf, M.Kes
Widya Puspa Molou

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
TAHUN 2020

HALAMAN PENGESAHAN
PENGABDIAN MANDIRI

- | | |
|--------------------------------------|--|
| 1. Judul Kegiatan | : Pendidikan Kesehatan Pencegahan Virus Covid 19 |
| 2. Lokasi | : Desa Tulabolo Timur |
| 3. Ketua Tim Pelaksana | |
| a. Nama | : Ns. Wirda Y. Dulahu, S.Kep,M.Kep. |
| b. NIP | : 198703232015042002 |
| c. Jabatan/Golongan | : Lektor / 3 c |
| d. Program Studi/Jurusan | : Ilmu Keperawatan / Ilmu Keperawatan |
| e. Bidang Keahlian | : |
| f. Alamat Kantor/Telp/Faks/E-mail | : |
| g. Alamat Rumah/Telp/Faks/E-mail | : - |
| 4. Anggota Tim Pelaksana | |
| a. Jumlah Anggota | : 2 orang |
| b. Nama Anggota I / Bidang Keahlian | : Dr. dr. Sri Manovita Pateda, M.KES / - |
| c. Nama Anggota II / Bidang Keahlian | : dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes / |
| d. Mahasiswa yang terlibat | : 1 orang |
| 5. Lembaga/Institusi Mitra | |
| a. Nama Lembaga / Mitra | : - |
| b. Penanggung Jawab | : - |
| c. Alamat/Telp./Fax/Surel | : - |
| d. Jarak PT ke lokasi mitra (km) | : 35 |
| e. Bidang Kerja/Usaha | : - |
| 6. Jangka Waktu Pelaksanaan | : 1 bulan |
| 7. Sumber Dana | : Biaya Sendiri |
| 8. Total Biaya | : Rp. 1.000.000,- |

Mengetahui
Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan



(DR. Herlina Jusuf, M.KES)
NIP. 196310011988032002

Gorontalo, 30 Desember 2020
Ketua

(Ns. Wirda Y. Dulahu, S.Kep,M.Kep.)
NIP. 198703232015042002

Mengetahui/Mengesahkan
Ketua LPM UNG



(Prof. Dr. Ishak Isa, M.Si)
NIP. 196105261987031005

Judul : Pendidikan Kesehatan Pencegahan Virus Covid - 19

I. Latar Belakang

Coronavirus 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) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Sars-CoV-2. Virus corona adalah zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia). Penelitian menyebutkan bahwa SARS ditransmisikan dari kucing luwak (civet cats) ke manusia dan MERS dari unta ke manusia. Adapun, hewan yang menjadi sumber penularan COVID-19 ini masih belum diketahui (Kemenkes, 2020). Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Pada kasus COVID-19 yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian.

Tanda-tanda dan gejala klinis yang dilaporkan pada sebagian besar kasus adalah demam, dengan beberapa kasus mengalami kesulitan bernapas, dan hasil rontgen menunjukkan infiltrat pneumonia luas di kedua paru (Kemenkes, 2020). 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 (coronavirus disease, COVID-19). Pada tanggal 30 Januari 2020 WHO telah menetapkan sebagai Kedaruratan Kesehatan Masyarakat Yang Meresahkan Dunia/ Public Health Emergency of International Concern (KKMMD/PHEIC). Penambahan jumlah kasus COVID-19 berlangsung cukup cepat dan sudah terjadi penyebaran antar negara (Kemenkes, 2020). Berdasarkan penjelasan diatas maka perlunya diberikan sosialisasi kepada masyarakat mengenai pengetahuan dan pencegahan penyakit covid-19 kepada masyarakat khususnya di pedesaan agar terhindar dari penyakit tersebut dan juga mampu melakukan tindakan penyelamatan awal jika terinfeksi.

2. Perumusan Masalah

Penyakit covid-19 semakin meningkat, namun berdasarkan survey ditemukan bahwa masih banyak masyarakat di desa Tulabolo yang tidak tahu mengenai penyakit tersebut dan pencegahan yang sebenarnya harus dilakukan.

3. Tinjauan Pustaka

Definisi

Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) yang lebih dikenal dengan nama virus Corona adalah jenis baru dari coronavirus yang menular ke manusia. Virus ini bisa menyerang siapa saja, seperti lansia (golongan usia lanjut), orang dewasa, anak-anak, dan bayi, termasuk ibu hamil dan ibu menyusui.

Gejala Virus Corona (COVID-19)

Gejala awal infeksi virus Corona atau COVID-19 bisa menyerupai gejala flu, yaitu demam, pilek, batuk kering, sakit tenggorokan, dan sakit kepala. Setelah itu, gejala dapat hilang dan sembuh atau malah memberat. Penderita dengan gejala yang berat bisa mengalami demam tinggi, batuk berdahak bahkan berdarah, sesak napas, dan nyeri dada. Gejala-gejala tersebut muncul ketika tubuh bereaksi melawan virus Corona.

Secara umum, ada 3 gejala umum yang bisa menandakan seseorang terinfeksi virus Corona, yaitu:

- Demam (suhu tubuh di atas 38 derajat Celsius)
- Batuk kering
- Sesak napas

Ada beberapa gejala lain yang juga bisa muncul pada infeksi virus Corona meskipun lebih jarang, yaitu:

- Diare
- Sakit kepala
- Konjungtivitis
- Hilangnya kemampuan mengecap rasa
- Hilangnya kemampuan untuk mencium bau (anosmia)
- Ruam di kulit

Gejala-gejala COVID-19 ini umumnya muncul dalam waktu 2 hari sampai 2 minggu setelah penderita terpapar virus Corona. Sebagian pasien yang terinfeksi virus Corona bisa mengalami penurunan oksigen tanpa adanya gejala apapun. Kondisi ini disebut happy hypoxia.

Guna memastikan apakah gejala-gejala tersebut merupakan gejala dari virus Corona, diperlukan rapid test atau PCR. Untuk menemukan tempat melakukan rapid test atau PCR di sekitar rumah Anda,

Penyebab Virus Corona (COVID-19)

Infeksi virus Corona atau COVID-19 disebabkan oleh coronavirus, yaitu kelompok virus yang menginfeksi sistem pernapasan. Pada sebagian besar kasus, coronavirus hanya menyebabkan infeksi pernapasan ringan sampai sedang, seperti flu. Akan tetapi, virus ini juga bisa menyebabkan infeksi pernapasan berat, seperti pneumonia, *Middle-East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS).

Ada dugaan bahwa virus Corona awalnya ditularkan dari hewan ke manusia. Namun, kemudian diketahui bahwa virus Corona juga menular dari manusia ke manusia. Seseorang dapat tertular COVID-19 melalui berbagai cara, yaitu:

- Tidak sengaja menghirup percikan ludah (droplet) yang keluar saat penderita COVID-19 batuk atau bersin
- Memegang mulut atau hidung tanpa mencuci tangan terlebih dulu setelah menyentuh benda yang terkena cipratan ludah penderita COVID-19
- Kontak jarak dekat dengan penderita COVID-19

Virus Corona dapat menginfeksi siapa saja, tetapi efeknya akan lebih berbahaya atau bahkan fatal bila terjadi pada orang lanjut usia, ibu hamil, orang yang memiliki penyakit tertentu, perokok, atau orang yang daya tahan tubuhnya lemah, misalnya pada penderita kanker.

Karena mudah menular, virus Corona juga berisiko tinggi menginfeksi para tenaga medis yang merawat pasien COVID-19. Oleh karena itu, para tenaga medis dan orang-orang yang memiliki kontak dengan pasien COVID-19 perlu menggunakan alat pelindung diri (APD).

Diagnosis Virus Corona (COVID-19)

Untuk menentukan apakah pasien terinfeksi virus Corona, dokter akan menanyakan gejala yang dialami pasien dan apakah pasien baru saja bepergian atau tinggal di daerah yang memiliki kasus infeksi virus Corona sebelum gejala muncul. Dokter juga akan menanyakan apakah pasien ada kontak dengan orang yang menderita atau diduga menderita COVID-19.

Guna memastikan diagnosis COVID-19, dokter akan melakukan beberapa pemeriksaan berikut:

- Rapid test untuk mendeteksi antibodi (IgM dan IgG) yang diproduksi oleh tubuh untuk melawan virus Corona
- Swab test atau tes PCR (polymerase chain reaction) untuk mendeteksi virus Corona di dalam dahak
- CT scan atau Rontgen dada untuk mendeteksi infiltrat atau cairan di paru-paru

Hasil rapid test COVID-19 positif kemungkinan besar menunjukkan bahwa Anda memang sudah terinfeksi virus Corona, namun bisa juga berarti Anda terinfeksi kuman atau virus yang lain. Sebaliknya, hasil rapid test COVID-19 negatif belum tentu menandakan bahwa Anda mutlak terbebas dari virus Corona.

Pengobatan Virus Corona (COVID-19)

Belum ada obat yang benar-benar efektif untuk mengatasi infeksi virus Corona atau COVID-19. Pilihan pengobatan akan disesuaikan dengan kondisi pasien dan tingkat keparahannya. Beberapa pasien dengan gejala ringan atau tanpa gejala akan di sarankan untuk melakukan protokol isolasi mandiri di rumah sambil tetap melakukan langkah pencegahan penyebaran infeksi virus Corona.

Selain itu, dokter juga bisa memberikan beberapa beberapa langkah untuk meredakan gejalanya dan mencegah penyebaran virus corona, yaitu:

- Merujuk penderita COVID-19 yang berat untuk menjalani perawatan dan karantina di rumah sakit rujukan
- Memberikan obat pereda demam dan nyeri yang aman dan sesuai kondisi penderita
- Menganjurkan penderita COVID-19 untuk melakukan isolasi mandiri dan istirahat yang cukup
- Menganjurkan penderita COVID-19 untuk banyak minum air putih untuk menjaga kadar cairan tubuh

Komplikasi Virus Corona (COVID-19)

Pada kasus yang parah, infeksi virus Corona bisa menyebabkan beberapa komplikasi berikut ini:

- *Pneumonia* (infeksi paru-paru)
- Infeksi sekunder pada organ lain
- Gagal ginjal
- *Acute cardiac injury*
- Acute respiratory distress syndrome
- Kematian

Selain itu, pada beberapa kasus, seseorang juga bisa mengalami kondisi yang disebut post-acute COVID-19 syndrome, meski telah dinyatakan sembuh dari infeksi virus Corona.

Pencegahan Virus Corona (COVID-19)

Sampai saat ini, belum ada vaksin untuk mencegah infeksi virus Corona atau COVID-19. Namun, beberapa perusahaan farmasi dan institusi kesehatan tengah berupaya untuk meneliti dan mengembangkan vaksin COVID-19. Apabila lulus uji klinis dan dinyatakan efektif dan aman untuk mencegah COVID-19, vaksin tersebut akan mulai diproduksi lebih banyak agar dapat diberikan pada masyarakat.

Oleh sebab itu, cara pencegahan yang terbaik adalah dengan menghindari faktor-faktor yang bisa menyebabkan Anda terinfeksi virus ini, yaitu:

- Terapkan physical distancing, yaitu menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain, dan jangan dulu ke luar rumah kecuali ada keperluan mendesak.
- Gunakan masker saat beraktivitas di tempat umum atau keramaian, termasuk saat pergi berbelanja bahan makanan dan mengikuti ibadah di hari raya, misalnya Idul Adha.

- Rutin mencuci tangan dengan air dan sabun atau *hand sanitizer* yang mengandung alkohol minimal 60%, terutama setelah beraktivitas di luar rumah atau di tempat umum.
- Jangan menyentuh mata, mulut, dan hidung sebelum mencuci tangan.
- Tingkatkan daya tahan tubuh dengan pola hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi, berolahraga secara rutin, beristirahat yang cukup, dan mencegah stres.
- Hindari kontak dengan penderita COVID-19, orang yang dicurigai positif terinfeksi virus Corona, atau orang yang sedang sakit demam, batuk, atau pilek.
- Tutup mulut dan hidung dengan tisu saat batuk atau bersin, kemudian buang tisu ke tempat sampah.
- Jaga kebersihan benda yang sering disentuh dan kebersihan lingkungan, termasuk kebersihan rumah.

Untuk orang yang diduga terkena COVID-19 (termasuk kategori suspek dan *probable*) yang sebelumnya disebut sebagai ODP (orang dalam pemantauan) maupun PDP (pasien dalam pengawasan), ada beberapa langkah yang bisa dilakukan agar tidak menularkan virus Corona ke orang lain, yaitu:

- Lakukan isolasi mandiri dengan cara tinggal terpisah dari orang lain untuk sementara waktu. Bila tidak memungkinkan, gunakan kamar tidur dan kamar mandi yang berbeda dengan yang digunakan orang lain.
- Jangan keluar rumah, kecuali untuk mendapatkan pengobatan.
- Bila ingin ke rumah sakit saat gejala bertambah berat, sebaiknya hubungi dulu pihak rumah sakit untuk menjemput.
- Larang orang lain untuk mengunjungi atau menjenguk Anda sampai Anda benar-benar sembuh.
- Sebisa mungkin jangan melakukan pertemuan dengan orang yang sedang sedang sakit.
- Hindari berbagi penggunaan alat makan dan minum, alat mandi, serta perlengkapan tidur dengan orang lain.
- Pakai masker dan sarung tangan bila sedang berada di tempat umum atau sedang bersama orang lain.
- Gunakan tisu untuk menutup mulut dan hidung bila batuk atau bersin, lalu segera buang tisu ke tempat sampah.

Kondisi-kondisi yang memerlukan penanganan langsung oleh dokter di rumah sakit, seperti melahirkan, operasi, cuci darah, atau vaksinasi anak, perlu ditangani secara berbeda dengan beberapa penyesuaian selama pandemi COVID-19. Tujuannya adalah untuk mencegah penularan virus Corona selama Anda berada di rumah sakit. Konsultasikan dengan dokter mengenai tindakan terbaik yang perlu dilakukan.

4. Tujuan Kegiatan

Pengabdian Masyarakat ini melalui pendidikan kesehatan mengenai pencegahan covid 19, dapat meminimalisir penyebaran dan memutuskan rantai penularan.

5. Manfaat Kegiatan

Manfaat dari pendidikan kesehatan ini yaitu meningkatkan pengetahuan Masyarakat mengenai Covid 19 dan pencegahannya.

6. Khalayak Sasaran Kegiatan

Adapun sasaran dalam pendidikan kesehatan ini adalah masyarakat Desa Tulabolo timur yang berada dilokasi area pertambangan,

7. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dalam pendidikan kesehatan ini meliputi ceramah, Tanya jawab, serta pembagian masker kepada masyarakat.

8. Keterkaitan

Lembaga pelaksana Kegiatan ini adalah LPM Universitas Negeri Gorontalo. Khalayak sasaran adalah masyarakat Desa Tulabolo Timur area pertambangan. Kegiatan pengabdian ini merupakan wujud dari tridarma perguruan tinggi dimana bentuk dari pengetahuan yang dimiliki adalah dengan menyebarkan pengetahuan tersebut pencegahan virus Covid-19. Kegiatan ini melibatkan dosen dan mahasiswa dari lingkungan Universitas Negeri Gorontalo.

SAP PENYULUHAN

Cabang Ilmu	: Keperawatan komunitas
Topik	: Pencegahan penyakit Covid 19
Hari/tanggal	: 06 November 2020
Waktu	: 20 menit
Tempat	: Rumah Warga
Sasaran	: Masyarakat Desa Tulabolo timur
Metode	: Ceramah, Diskusi dan Tanya jawab
Media	: Leaflet
Materi	: Terlampir
Pemateri	: Ns. Wirda Y Dulahu, S.Kep., M.Kep

Tujuan Umum :

Setelah mengikuti penyuluhan ini diharapkan masyarakat memahaami penyakit Covid 19 termasuk pencegahannya

Tujuan Khusus :

Setelah mengikuti penyuluhan ini diharapkan masyarakat akan mampu :

1. Mengetahui definisi dari penyakit Covid 19

2. Mengetahui penyebab Covid 19
3. Mengetahui tanda dan gejala penderita Covid 19
4. Mengetahui Pencegahan dan perawatan Penyakit Covid 19

Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap	Kegiatan	Waktu
1	Pendahuluan	<input type="checkbox"/> Memberi salam terapeutik <input type="checkbox"/> Menjelaskan tujuan <input type="checkbox"/> Kontrak waktu	2 menit
2	Penyajian	Mengetahui definisi dari penyakit Covid 19 Mengetahui penyebab Covid 19 Mengetahui tanda dan gejala penderita Covid 19 Mengetahui Pencegahan dan perawatan Penyakit Covid 19	15 menit
3	Penutup	<input type="checkbox"/> bertanya. <input type="checkbox"/> Menjelaskan tentang hal – hal yang kurang dimengerti <input type="checkbox"/> Salam terapeutik	3 menit

Evaluasi

Setelah mengikuti penyuluhan ini diharapkan :

1. Mengetahui definisi dari penyakit Covid 19
2. Mengetahui penyebab Covid 19
3. Mengetahui tanda dan gejala penderita Covid 19
4. Mengetahui Pencegahan dan perawatan Penyakit Covid 19

Refrensi

Siti Nadia. (2020). Kesiapan Kemenkes dalam Menghadapi Outbreak Novel Coronavirus (2019-nCoV). Simposium PAPDI Forum 29 Januari 2020.

Liang W, Guan W, Chen R, Wang W, Li J, Xu K, et al. Cancer patients in SARS-CoV-2 infection: a nationwide analysis in China. *Lancet Oncol.* 2020;21(3):335-7.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit. Keputusan Direktur Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Nomor Hk.02.02/4/ 1 /2021 Tentang Petunjuk Teknis Pelaksanaan Vaksinasi Dalam Rangka Penanggulangan Pandemi Corona Virus Disease 2019 (Covid-19). Jakarta.

Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (PDPI). (2020). PNEUMONIA COVID-19:Diagnosis & Penatalaksanaan Di Indonesia. Jakarta.

Susilo, A. dkk. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. Tim Penanganan Kasus pasien dengan Penyakit Infeksi New Emerging dan Re-emerging Disease (PINERE) RSUPN dr. Cipto Mangunkusumo: Jakarta

Wang, Zhou. MD. (2020). The Corona Virus Prevention Handbook. Penerjemah Shan Zhu, Qing Chen, Jun LiXia Y, Jin R, Zhao J, Li W, Shen H. Risk of COVID-19 for cancer patients.Lancet Oncol. 2020; published online March 3. DOI: 10.1016/S1470-2045(20)30150-9.

LAMPIRAN MATERI PENYULUHAN

TINDAKAN PENCEGAHAN, PENULARAN VIRUS CORONA PADA MASYARAKAT SERTA PENATALAKSANAAN PEMBERIAN VAKSIN CORONA

A. Definisi Virus Corona

Corona virus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis corona virus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS-CoV) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS-CoV) (Nadia, 2020).

Novel corona virus (2019-nCoV) adalah virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia dan belum diketahui hewan penular 2019-nCoV (Nadia, 2020)

B. Gejala Klinis Virus Corona

Infeksi COVID-19 dapat menimbulkan gejala ringan, sedang atau berat. Gejala utama yang muncul yaitu demam (suhu $>38^{\circ}\text{C}$), batuk dan kesulitan bernapas. Selain itu dapat disertai dengan sesak memberat, merasa lelah atau tidak berenergi, rasa sakit pada otot, diare dan gejala saluran napas lain. Setengah dari pasien timbul sesak dalam satu minggu. 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 (PDPI, 2020).

C. Faktor Resiko

Dalam *literature review* yang dilakukan oleh Susilo, dkk (2020) dikatakan bahwa berdasarkan data yang sudah ada, penyakit penyerta seperti hipertensi dan diabetes melitus, jenis kelamin laki-laki, dan perokok aktif merupakan faktor risiko dari infeksi SARS-CoV-2. Distribusi jenis kelamin yang lebih banyak pada laki-laki diduga terkait dengan prevalensi perokok aktif yang lebih tinggi. Pada perokok, hipertensi, dan diabetes melitus, diduga ada peningkatan ekspresi reseptor ACE2.

Beberapa faktor risiko lain yang ditetapkan oleh *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) adalah kontak erat, termasuk tinggal satu rumah dengan pasien COVID-19 dan riwayat perjalanan ke area terjangkit. Berada dalam satu lingkungan namun tidak kontak dekat (dalam radius 2 meter) dianggap sebagai risiko rendah (Susilo, dkk. 2020).

D. Penularan Virus Corona

Cara penyebaran beberapa virus atau patogen dapat melalui kontak dekat, lingkungan atau benda yang terkontaminasi virus, droplet saluran napas, dan partikel airborne. Droplet merupakan partikel berisi air dengan diameter $>5\mu\text{m}$. Droplet dapat melewati sampai jarak tertentu (biasanya 1 meter) ke permukaan mukosa yang rentan. Partikel droplet cukup besar sehingga tidak akan bertahan atau mengendap di udara dalam waktu yang lama. Produksi droplet dari saluran napas diantaranya batuk, bersin atau berbicara serta tindakan invasif prosedur respirasi seperti aspirasi sputum atau bronkoskopi, insersi tuba trakea. Partikel airborne merupakan partikel dengan diameter yang kurang dari $5\mu\text{m}$ yang dapat menyebar dalam jarak jauh dan masih infeksius. Patogen airborne dapat menyebar

melalui kontak. Kontak langsung merupakan transmisi pathogen secara langsung dengan kulit atau membran mukosa, darah atau cairan darah yang masuk ke tubuh melalui membrane mukosa atau kulit yang rusak (PDPI, 2020).

Menurut Wang Zhou, (2020) saat ini, diyakini bahwa penularan melalui percikan pernapasan dan kontak adalah rute utamanya, tapi terdapat risiko penularan fecal-oral. Penularan aerosol, penularan dari ibu ke anak, dan rute-rute lainnya belum terkonfirmasi.

1. Penularan percikan pernapasan

Ini adalah cara utama penularan kontak langsung. Virus ditularkan melalui percikan-percikan yang muncul saat pasien batuk, bersin, atau bicara, dan orang-orang yang rentan mungkin terinfeksi setelah menghirup percikan-percikan tersebut.

Percikan secara umum merujuk pada partikel mengandung air dengan diameter lebih dari 5 μm . Percikan dapat memasuki permukaan mukosa dalam jarak tertentu (biasanya 1 m). Karena ukuran dan berat percikan yang relatif besar, percikan tidak dapat tergantung di udara terlalu lama. Terbentuknya percikan pernapasan:

- a) Batuk, bersin, atau bicara
- b) Selama prosedur saluran pernapasan invasif, misalnya tindakan pengisapan atau bronkoskopi, intubasi trakea, gerakan-gerakan yang menstimulasi batuk termasuk berganti posisi di tempat tidur atau menepuk-nepuk punggung, dan resusitasi jantung paru, dll.

Patogen yang ditularkan oleh percikan: virus influenza, virus corona SARS, adenovirus, rhinovirus, mycoplasma, streptococcus kelompok A, dan meningococcus (*Neisseria*), dan yang baru-baru ini ditemukan 2019-nCoV.

2. Penularan kontak langsung

Kontak langsung yaitu patogen ditularkan melalui kontak langsung mukosa atau kulit dengan pembawa yang terinfeksi.

- a) Darah atau cairan berdarah memasuki tubuh melalui membran mukosa atau kulit yang terluka (terutama virus)
- b) Penularan akibat kontak dengan sekresi yang mengandung patogen tertentu, biasanya untuk infeksi bakteri, virus, parasit, dll.

3. Penularan kontak tidak langsung

Virus ini bisa ditularkan melalui kontak tidak langsung dengan orang yang terinfeksi. Percikan yang mengandung virus tersimpan di permukaan suatu benda, yang mungkin disentuh oleh tangan. Virus dari tangan yang terkontaminasi mungkin terbawa ke saluran mukosa di mulut, hidung, dan mata orang tersebut dan membuatnya terjangkit.

4. Penularan kontak dekat

Kontak dekat merujuk pada orang-orang yang memiliki kontak dengan pasien yang terkonfirmasi atau diduga terjangkit 2019-nCoV), di dalamnya termasuk situasi-situasi berikut.

- a) Mereka yang tinggal, belajar, bekerja, atau melakukan kontak dekat bentuk lain dengan pasien.

- b) Personel medis, anggota keluarga, atau orang lain yang sempat melakukan kontak dekat dengan pasien tanpa melakukan langkah-langkah perlindungan diri selama mendiagnosis, mengobati, merawat, dan mengunjungi.
 - c) Pasien lain dan orang-orang yang menemani yang berbagi bangsal sama dengan pasien terjangkit.
 - d) Mereka yang berada dalam kendaraan transportasi atau lift yang sama dengan pasien.
 - e) Mereka yang ditentukan sebagai kontak dekat melalui penyelidikan lapangan.
5. Virus corona yang masih hidup terdeteksi dari tinja pasien terkonfirmasi, menandakan adanya kemungkinan penularan fecal-oral.
6. Penularan aerosol

Ketika percikan-percikan bertahan di udara dan kehilangan kandungan air, patogennya tertinggal dan membentuk inti percikan (yaitu aerosol). Aerosol-aerosol ini dapat terbang ke lokasi yang jauh, mengakibatkan penularan jarak jauh. Cara penularan ini disebut penularan aerosol. Belum ada bukti yang menunjukkan virus corona baru ini dapat ditularkan melalui aerosol.

Penularan melalui udara (*airborne*) juga dikenal sebagai penularan aerosol. Aerosol adalah partikel-partikel kecil atau percikan yang tergantung di udara yang bisa ditularkan melalui udara. Secara umum aerosol dianggap diameternya lebih kecil daripada 5 μm , dan patogen yang dibawa oleh

aerosol masih memiliki kemampuan menularkan setelah beterbangan dalam jarak jauh. Patogen *airborne* juga dapat ditularkan lewat kontak langsung.

Patogen *airborne* dikelompokkan menjadi berikut:

- a) Hanya melalui udara (*airborne*): *Mycobacterium tuberculosis*,
Aspergillus
- b) Melalui beberapa rute, tapi terutama melalui udara (*airborne*): virus campak, virus varicella-zoster.
- c) Biasanya melalui melalui rute lainnya, tapi juga dapat ditularkan melalui udara (*airborne*) hanya pada kondisi-kondisi tertentu (misalnya intubasi/insisi trakea, tindakan pengisapan jalan napas dan prosedur-prosedur lain yang menghasilkan aerosol): virus cacar, virus corona SARS, 2019-nCoV, virus influenza dan norovirus, dll.

7. Penularan dari ibu ke anak

Anak dari ibu yang terjangkit COVID-19 terkonfirmasi memiliki hasil positif ketika dilakukan tes usap tenggorokan 30 jam setelah lahir. Ini menandakan bahwa virus corona baru mungkin bisa menyebabkan infeksi neonatal melalui penularan ibu ke anak, tapi penelitian dan bukti sains masih diperlukan untuk mengonfirmasi rute ini.

E. Tindakan Pencegahan Virus Corona

Cara terbaik untuk mencegah infeksi adalah dengan menghindari terpapar virus penyebab. Lakukan tindakan-tindakan pencegahan penularan dalam praktik kehidupan sehari-hari. Beberapa upaya pencegahan yang dapat dilakukan pada masyarakat (PDPI, 2020):

1. Cuci tangan anda dengan sabun dan air sedikitnya selama 20 detik.

Tangan merupakan medium penting dalam transmisi virus-virus yang ditularkan melalui air, makanan, darah atau produk darah, percikan pernapasan, sistem pencernaan, selain sentuhan baik langsung maupun tidak langsung. Studi menunjukkan bahwa cuci tangan yang benar merupakan salah satu tindakan yang paling efektif untuk mencegah diare dan infeksi pernapasan.

2. Gunakan hand sanitizer berbasis alkohol yang setidaknya mengandung alcohol 60 %, jika air dan sabun tidak tersedia. Virus corona tidak resisten terhadap asam atau alkali tetapi sensitif terhadap pelarut organik dan disinfektan. Alkohol dapat menonaktifkan virus tersebut, sehingga produk-produk disinfektan yang mengandung alkohol dari konsentrasi absolut dapat digunakan sebagai alternatif dari mencuci tangan dengan sabun dan air yang mengalir.
3. Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut dengan tangan yang belum dicuci. Orang dapat mudah terinfeksi dengan menyentuh benda atau permukaan disekitar yang kemudian menyentuh mata, hidung atau mulut.
4. Sebisa mungkin hindari kontak dengan orang yang sedang sakit.
5. Saat anda sakit gunakan masker medis. Tetap tinggal di rumah saat anda sakit atau segera ke fasilitas kesehatan yang sesuai, jangan banyak beraktifitas di luar.
6. Tutupi mulut dan hidung anda saat batuk atau bersin dengan tissue. Buang tissue pada tempat yang telah ditentukan.

7. Bersihkan dan lakukan disinfeksi secara rutin permukaan dan benda yang sering disentuh.
8. Menjaga pola hidup sehat sehingga dapat meningkatkan sistem imun tubuh, sistem imun yang baik dapat mencegah tubuh dari infeksi virus corona.

F. Protokol Kesehatan Masyarakat di Era New Normal

Berdasarkan informasi yang disampaikan oleh Kementerian Kesehatan dan Gugus Tugas Pencapaian Pencegahan Covid-19, new normal adalah perubahan perilaku untuk tetap menjalankan aktivitas normal namun ditambah menerapkan protokol kesehatan guna mencegah terjadinya penularan covid-19. Berikut rincian dari protokol kesehatan pencegahan covid-19 di era new normal:

1. Jaga kebersihan tangan

Bersihkan tangan dengan cairan pencuci tangan atau hand sanitizier, apabila permukaan tangan tidak terlihat kotor. Namun, apabila tangan kotor maka bersihkan menggunakan sabun dan air mengalir selama 20 detik.

2. Hindari menyentuh wajah

Ketika kondisi tangan belum bersih, sebisa mungkin hindari menyentuh area wajah, khususnya mata, hidung dan mulut. Hal ini dikarenakan tangan bisa menjadi sarang virus yang didapatkan dari aktivitas yang kita lakukan. Jika tangan kotor digunakan menyentuh wajah, khususnya di bagian mata, hidung, dan mulut, maka virus dapat dengan mudah masuk ke dalam tubuh.

3. Terapkan etika batuk dan bersin

Ketika batuk atau bersin tubuh akan mengeluarkan virus dari dalam tubuh, jika virus itu mengenai dan terpapar ke orang lain, maka orang lain bisa terinfeksi virus yang berasal dari tubuh kita. Terlepas memiliki virus corona atau tidak, etika batuk dan bersin harus tetap diterapkan. Dengan cara tutup mulut dan hidung menggunakan lengan atas bagian dalam, lengan atas bagian dalam dinilai aman menutup mulut dan hidung dengan optimal, selain itu bagian tersebut juga tidak akan digunakan untuk beraktivitas menyentuh wajah, sehingga relatif aman. Selain dengan lengan atas bagian dalam, bisa juga menutup mulut dan hidung menggunakan kain tisu yang setelahnya harus langsung dibuang ke tempat sampah.

4. Pakai masker

Bagi yang memiliki gejala gangguan pernapasan, kenakanlah masker medis ke manapun saat anda keluar rumah atau berinteraksi dengan orang lain. Bagi anda yang tidak memiliki gejala apapun, cukup gunakan masker non-medis atau masker kain, karena masker medis jumlahnya lebih terbatas dan diprioritaskan untuk mereka yang membutuhkan.

5. Jaga jarak

Untuk menghindari terjadinya paparan virus dari orang ke orang lain, kita harus senantiasa menjaga jarak dengan orang lain 1 meter. Jaga jarak juga dikenai dengan istilah *physical distancing*. Kita dilarang untuk

mendatangi kerumunan, meminimalisir kontak fisik dengan orang lain, dan tidak mengadakan acara yang mengundang banyak orang.

6. Isolasi mandiri

Apabila mengalami demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan dan bahkan sesak nafas diminta untuk secara sadar dan sukarela melakukan isolasi mandiri di dalam rumah.

7. Jaga kesehatan

Pastikan kesehatan fisik tetap terjaga dengan berjemur sinar matahari pagi hari selama beberapa menit, mengonsumsi makana bergizi seimbang, melakukan olahraga ringan, dan istirahat yang cukup.

G. Penatalaksanaan Vaksin Corona

Vaksinasi COVID-19 bertujuan untuk mengurangi transmisi/penularan COVID-19, menurunkan angka kesakitan dan kematian akibat COVID-19, mencapai kekebalan kelompok di masyarakat (*herd immunity*) dan melindungi masyarakat dari COVID-19 agar tetap produktif secara sosial dan ekonomi. Kekebalan kelompok hanya dapat terbentuk apabila cakupan vaksinasi tinggi dan merata di seluruh wilayah. Upaya pencegahan melalui pemberian program vaksinasi jika dinilai dari sisi ekonomi, akan jauh lebih hemat biaya, apabila dibandingkan dengan upaya pengobatan.

Caranya:

**JAGA DIRI dan
KELUARGA Anda dari
Virus Corona
dengan**

GERMAS

(Gerakan Masyarakat Hidup Sehat)



Makan dengan gizi
yang seimbang



Rajin olahraga dan
istirahat yang cukup



Cuci tangan
pakai sabun



Jaga kebersihan
lingkungan



Tidak merokok



Minum air mineral
8 gelas/hari



Makan makanan yang
dimasak sempurna dan
jangan makan daging
hewan yang berpotensi
menularkan



Bila demam dan
sesak nafas
segera ke fasilitas
kesehatan



Gunakan masker jika
batuk atau tutup mulut
dengan lengan
atas bagian dalam



Jangan lupa
berdoa



Dokumentasi kegiatan penyuluhan pencegahan penyakit Covid 19



Surat Keterangan telah melaksanakan pengabdian masyarakat dari pemerintah Desa Tulabolo Timur

**PEMERINTAH KABUPATEN BONE BOLANGO**
KECAMATAN SUWAWA TIMUR
DESA TULABOLO TIMUR
Jl. Ahmad Nadjamudin Desa Tulabolo Timur-Suwawa Timur 96184

SURAT KETERANGAN
TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
Nomor : 140/TLBT-SWTIM/286/XI/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ardin Mohi
Jabatan : Kepala Desa Tulabolo Timur

Dengan ini menerangkan nama-nama yang tercantum di bawah ini:

No	Nama	NIP	Gol	Jabatan
1	dr. Zurlana K. Yusuf, M.Kes	197401062006042001	IIId	Ketua Tim Peneliti
2	dr. Sri Manovita Pateda, M.Kes	198011012008012013	IIId	Anggota Tim Peneliti
3	Wirda Y. Dulahu, S.Kep., Ns., M.Kep	198703232015042002	IIIf	Anggota Tim Peneliti
4	Moh. Rivai Nakoe, S.KM., M.KL	198903262019031011	IIIf	Anggota Tim Peneliti
5	Yayu Isyana D. Pongoliu, SE., M.Sc	198301042005012002	IIId	Anggota Tim Peneliti
6	Muzaitun, S.Pd., M.App.Ling., Ph.D	198202042006042001	IIId	Anggota Tim Peneliti
7	Junus Buhari	-		Mahasiswa/Pembantu Lapangan
8	Widya Puspa Molou	-		Mahasiswa/Pembantu Lapangan
9	Putri Dian Puspita	-		Mahasiswa/Pembantu Lapangan
10	Achmad Renaldi Saputra Ily	-		Mahasiswa/Pembantu Lapangan
11	Diaz Regina Shafira	-		Mahasiswa/Pembantu Lapangan
12	Yeni Mariyana Junus	-		Mahasiswa/Pembantu Lapangan

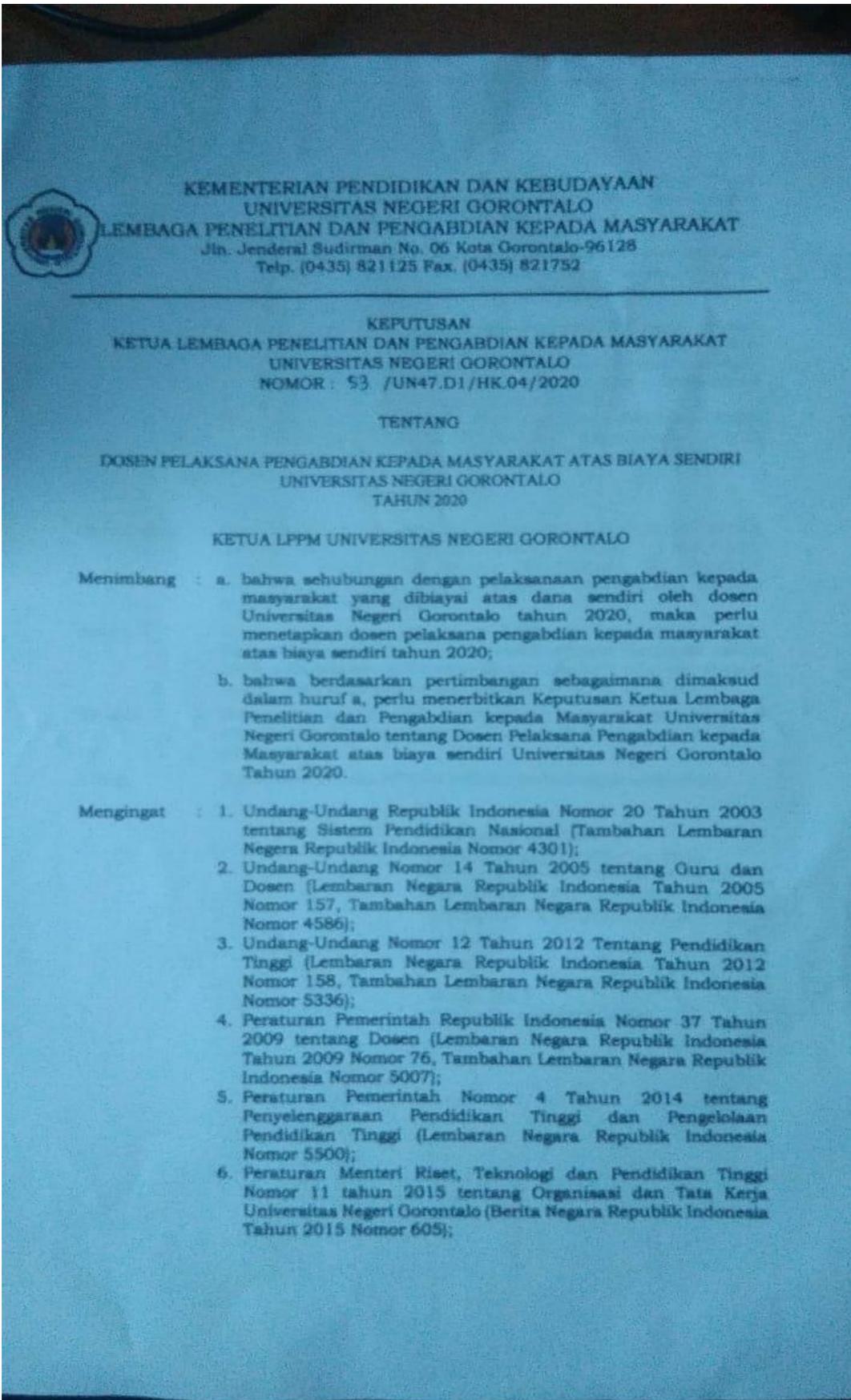
Berdasarkan surat dari Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo Nomor: 795/UN47.D1/PT.01.05/2020 tanggal 02 November 2020, telah melaksanakan penelitian dan pengabdian pada masyarakat mulai tanggal 5 s.d 7 November 2020, Di Desa Tulabolo Timur, Kecamatan Suwawa Timur, Kabupaten Bone Bolango.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulabolo Timur, 09 November 2020
Kepala Desa Tulabolo Timur



Surat Keputusan Kegiatan Pengabdian Masyarakat dari LPPM



7. Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Nomor 82 Tahun 2017 tentang Statuta Universitas Negeri Gorontalo (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2017 Nomor 1919);
8. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2020 Nomor 47);
9. Keputusan Menteri Keuangan Republik Indonesia Nomor 131/KMK.05/2009 tentang Penetapan Universitas Negeri Gorontalo pada Departemen Pendidikan Nasional sebagai Instansi Pemerintah yang menerapkan Pengelolaan Keuangan Badan Layanan Umum (PK-BLU);
10. Keputusan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Nomor 32029/M/KP/2019 tentang Pengangkatan Rektor Universitas Negeri Gorontalo Periode Tahun 2019-2023;

MEMUTUSKAN

- Menetapkan : KEPUTUSAN KETUA LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO TENTANG PENETAPAN DOSEN PELAKSANA PENGABDIAN MASYARAKAT ATAS BIAYA SENDIRI UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO TAHUN 2020
- Kesatu : Menetapkan nama-nama Dosen Pelaksana Pengabdian Kepada Masyarakat atas biaya sendiri Universitas Negeri Gorontalo Tahun 2020, sebagaimana tercantum dalam lampiran yang merupakan bagian tidak terpisahkan dari Keputusan Ketua LPPM ini.
- Kedua : Biaya yang timbul sehubungan dengan kegiatan pengabdian ini sepenuhnya dibebankan pada dana pribadi masing-masing dosen pelaksana
- Ketiga : Keputusan Ketua LPPM ini berlaku pada tanggal ditetapkan.

Ditetapkan di Gorontalo

Pada tanggal 28 Desember 2020

KETUA LEMBAGA PENELITIAN DAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO,

ISHAK ISA

NIP.196105261987031005

LAMPIRAN
 KEPUTUSAN KETUA LPPM UNIVERSITAS NEGERI
 GORONTALO
 NOMOR 53 /UN47.D1/HK.04/2020
 TANGGAL 28 DESEMBER 2020
 TENTANG
 DOSEN PELAKSANA PENGABDIAN KEPADA
 MASYARAKAT ATAS BIAYA SENDIRI UNIVERSITAS
 NEGERI GORONTALO TAHUN 2020.

SUSUNAN DOSEN PELAKSANA PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG
 DIBIYAI ATAS DANA SENDIRI UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
 TAHUN 2020

No	Nama Dosen Pelaksana	Jabatan	Judul	Program Studi
1.	LIA Amalia, SKM,M.KES	Lektor	Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Penyakit ISPA Pada Masyarakat Desa Tilote	S1 Kesehatan Masyarakat
2.	dr. Elvie Febriani Dungga, M.Kes	Asisten Ahli	Dampak Bencana Banjir Terhadap Kesehatan Masyarakat Kelurahan Talumolo Kota Gorontalo	Kedokteran
3.	dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes	Lektor	PENGOBATAN GRATIS DAN PEMBAGIAN SEMBAKO PADA KORBAN BANJIR DI DESA DILONIYOHU KECAMATAN PAGUYAMAN KABUPATEN GORONTALO	Kedokteran
4.	Dr. dr. Vivien Novarina A. Kasim, M.kes	Lektor	Pelayanan Kesehatan dan Pemberian Bantuan Kepada Korban Banjir di Desa Panggulo dan Desa Tingkohuhu	Kedokteran
5.	Ns. Ika Wulansari, S.Kep., M.Kep., Sp.Mat	Tenaga Pengajar	LATIHAN RELAKSASI OTOT PROGRESSIVE UNTUK NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS SUWAWA	Ilmu Keperawatan
6.	Ns. Yuniar Mansye Soeli, M.Kep.,Sp.Kep.J.	Lektor	Penyuluhan Kesehatan Management Stress Pada Ibu Hamil	Ilmu Keperawatan
7.	Dr. dr. Sri Manovita Pateda, M.KES	Lektor	Pemeriksaan Kesehatan Masyarakat Terkait Kontaminasi Logam Berat dari Aktivitas Pertambangan Emas Rakyat	Kedokteran
8.	Yuliana Bakari, S.P., M.P.	Lektor	Pelatihan Pengolahan Dodol Jagung Muda Sebagai Upaya Peningkatan Nilai Tambah Tataniaga Komoditas Unggulan Desa Talumelito Kecamatan Telaga Biru Kabupaten Gorontalo.	Agribisnis

9.	Nurdiana Djamaluddin, S.Kep, Ns, M.Kep	Tenaga Pengajar	Refreshing Kader Posyandu	Ilmu Keperawatan
10.	Mattoasi, S.Pd., S.E., M.Si Ph.D.	Lektor	EFEKTIVITAS PENGELOLAAN KEUANGAN USAHA MIKRO KECIL DAN MENENGAH DESA BILUANGO KECAMATAN KABILA BONE KABUPATEN BONEBOLANGO	S1 Akuntansi
11.	Usman, S.Pd., M.Si	Lektor	SOSIALISASI PENGEMBANGAN USAHA MIKRO KECIL MENENGAH UNTUK MENINGKATKAN PERTUMBUHAN EKONOMI DI MASA PANDEMIK COVID - 19	S1 Akuntansi
12.	Dr. Irwan Wunarnan, S.T., M.Si	Lektor Kepala	Pelatihan Pemanfaatan Ruang Terbuka Hijau Di Desa Helumo Kecamatan Suwawa Kabupaten Bone Bolango	S1 Teknik Industri
13.	Nilawaty Yusuf, SE., Ak., M.Si	Lektor	Pelatihan Pemanfaatan Buah Pepaya sebagai Selai dalam Rangka Peningkatan Pendapatan Masyarakat Desa Helumo di Kecamatan Suwawa Kabupaten Bone Bolango	S1 Akuntansi
14.	Waode Eti Hardiyanti, S.Pd, M.Ed.	Tenaga Pengajar	PELATIHAN PEMBUATAN MEDIA PEMBELAJARAN BERBASIS BLENDED LEARNING	Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
15.	Ns. Wirda Y Dulahu, S.Kep., M.Kep	Lektor	Pendidikan Kesehatan Pencegahan Virus Covid-19	Ilmu Keperawatan
16.	Tonny Iskandar Mondong, S.S., MA	Lektor Kepala	Digitalisasi Arsip Sebagai Upaya Merawat Memori di Desa Bondawuna	Sejarah

KETUA LEMBAGA PENELITIAN DAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO,

ISHAK ISA
NIP 196105261987031005

Daftar Hadir pelaksanaan kegiatan

Daftar Hadir
Pengabdian Masyarakat 06 November 2020

No	NAMA	TTD	Catatan
1	Firman	Firman	
2	SUKMAWATI	Sukma	
3	Maryam	Maryam	
4	Abu Bakar	Abu Bakar	
5	Hasma.	Hasma	
6	Hurhayati	Hurhayati	
7	Muzylah	Muzylah	
8	Intan	Intan	
9	Nani	Nani	
10	Amanda	Amanda	
11.	AKBAR	AKBAR	
12	Dinda Hasan	Dinda Hasan	