



BUKU SAKU “BERJALAN” SEBAGAI USAHA PREVENTIF PENYEBARAN COVID-19

Nety Mawarda Hatmanti^{1*}, Rusdianingseh², Yurike Septianingrum¹, Siti Maimunah¹, Siti Nur Hasina¹

¹Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Jl. Raya Jemursari No.57, Jemur Wonosari, Kec. Wonocolo, Kota SBY, Jawa Timur 60237, Indonesia

²Program Studi Profesi Ners, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Jl. Raya Jemursari No.57, Jemur Wonosari, Kec. Wonocolo, Kota SBY, Jawa Timur 60237, Indonesia

*nety.mawarda@unusa.ac.id

ABSTRAK

Berbagai usaha dilakukan oleh petugas kesehatan untuk mengurangi sampai mencegah penularan virus Covid-19 di masyarakat. Buku saku “BerJaLan” ini salah satu media edukasi yang diharapkan dapat membantu masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan yang selanjutnya meningkatkan *self efficacy* masyarakat untuk mengurangi penyebaran virus Covid-19. Kegiatan yang dilakukan adalah pendidikan kesehatan (penyuluhan) dan demonstrasi menggunakan media bantu buku saku “BerJaLan” di area padat penduduk yaitu wilayah Karangrejo Wonokromo Surabaya. Topik yang disampaikan dalam buku ini antara lain: berpikir positif, jaga protokol kesehatan dan lakukan pola hidup sehat. Warga Karangrejo Wonokromo Surabaya yang mengikuti kegiatan edukasi dan demonstrasi terlihat sangat antusias untuk tanya jawab dan mempraktikkan materi yang dilaksanakan selama 1 hari. Hasil pembagian kuesioner pre test dan post test yang dilakukan pada 21 responden adalah terdapat peningkatan nilai *self efficacy* dalam menjalankan upaya preventif dari nilai 39.21 ke nilai 41.19. Hasil *post test* menunjukkan bahwa pengetahuan warga setelah diberikan edukasi dan demonstrasi sebagian besar (85.71%) berada dalam kategori pengetahuan baik. Kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi dan demonstrasi dengan media buku saku “BerJaLan” dapat meningkatkan pengetahuan dan *self efficacy* warga tentang kegiatan preventif dalam penyebaran virus Covid-19. Media ini dapat menjadi salah satu alternative bagi warga untuk meningkatkan pengetahuan tentang kegiatan preventif penyebaran virus Covid-19.

Kata kunci: buku saku; demonstrasi; pendidikan Kesehatan; pengetahuan; *self efficacy*

POCKET BOOK "WALKING" AS AN EFFORT TO PREVENT THE SPREAD OF COVID-19

ABSTRACT

Various efforts have been made by health workers to reduce to prevent the transmission of the Covid-19 virus in the community. This "Walk" pocket book is one of the educational media that is expected to help the community increase knowledge which in turn increases the community's self-efficacy to reduce the spread of the Covid-19 virus. The activities carried out are health education (counseling) and demonstrations using the pocket book "Walking" media in a densely populated area, namely the Karangrejo Wonokromo area, Surabaya. Topics presented in this book include: positive thinking, maintaining health protocols and living a healthy lifestyle. Residents of Karangrejo Wonokromo Surabaya who took part in educational activities and demonstrations seemed very enthusiastic to ask questions and practice the material which was carried out for 1 day. The results of the distribution of pre-test and post-test questionnaires conducted on 21 respondents showed that there was an increase in the value of self-efficacy in carrying out preventive efforts from a value of 39.21 to a value of 41.19. The results of the post test showed that the knowledge of the residents after being given education and demonstrations was mostly (85.71%) in the good knowledge category. Community service activities through education and demonstrations with the media pocket book "BerJaLan" can increase the knowledge and self-efficacy of citizens about preventive activities in the spread of the Covid-19 virus. This media can be an alternative for residents to increase knowledge about preventive activities for the spread of the Covid-19 virus.

Keywords: demonstration, health education; knowledge; pocket book; self efficacy

PENDAHULUAN

Perjuangan melawan pandemic Covid-19 saat ini belum bisa dikatakan sudah usai. Sampai dengan akhir April 2021, Covid-19 telah menginfeksi kurang lebih 1.69 juta jiwa penduduk Indonesia. Saat ini, kita wajib optimis mengingat kasus harian yang mulai menunjukkan penurunan memasuki bulan Maret 2021. Penurunan kasus harian saja tidak cukup, kita harus mampu mengendalikan penyebaran kasus hingga positivity rate turun di bawah 5%, sedangkan saat ini masih berada di kisaran 10-12%. Dengan adanya hal tersebut maka kesadaran masyarakat harus terus dijaga dengan edukasi dari semua pihak terutama tentang penerapan protokol kesehatan dan mendukung program vaksinasi. (Satgas Covid-19, 2021).

Promosi kesehatan merupakan tahapan pertama dan utama pada pencegahan penyakit. Pada promosi kesehatan dibutuhkan penyamaan persepsi bahwa promosi kesehatan merupakan proses yang memberikan informasi kesehatan / edukasi pada masyarakat agar masyarakat mau dan mampu memelihara dan meningkatkan kesehatannya. (Notoatmodjo, 2007). Di Jawa Timur khususnya di kota Surabaya, berbagai jenis edukasi telah dilakukan oleh tim Satgas Covid-19 yang diatur oleh Dinas Kesehatan Kota Surabaya baik melalui petugas kesehatan maupun melalui kader kesehatan. Harapan tim, setelah dilaksanakan edukasi, maka akan muncul keyakinan individu untuk dapat melakukan tindakan preventif dalam mencegah penyebaran virus Covid-19 (*self efficacy*).

Banyak sekali media edukasi yang telah diciptakan oleh tenaga kesehatan dan praktisi dalam rangka promosi kesehatan untuk mencegah penyebaran virus Covid-19. Salah satunya adalah buku saku elektronik yang dikembangkan oleh (Romadhoni et al., 2020) yang dapat diakses melalui smartphone berbasis android dan juga edukasi melalui media whatsapp yang dikembangkan oleh (Wijianto, Fahrurroji, Kurniawan, & Nugraha, 2021). Hal ini memudahkan setiap masyarakat yang memiliki smartphone untuk membaca dimana saja dan kapan saja. Akan tetapi hal ini tidak berlaku pada lapisan masyarakat yang tidak memiliki fasilitas *smartphone* atau keterbatasan dalam menggunakan *smartphone*. Oleh karena itu karena sasaran edukasi yang dilakukan adalah warga masyarakat di Karangrejo Wonokromo yang profesi kesehariannya sebagian besar sebagai ibu rumah tangga yang jarang menggunakan *smartphone*, tim pengabdian memfokuskan edukasi dengan menggunakan media buku saku tercetak yang dapat dibaca oleh responden. Buku Saku yang diberikan oleh tim berjudul “BerJaLan” yang di dalamnya terdapat materi tentang berfikir positif, jalankan protocol kesehatan dan lakukan pola hidup sehat. Permasalahan prioritas mitra yang saat ini disepakati Bersama antara lain : kurangnya pemberian informasi secara langsung kepada masyarakat setempat dalam memasuki Era Adaptasi Kebiasaan Baru COVID-19 serta kurangnya pelatihan secara langsung kepada masyarakat

METODE

Metode yang dipergunakan adalah pre-eksperimental tanpa kelompok kontrol. Rancang bangun yang dipergunakan adalah one group pre-test post-test. (Rinaldi & Mujianto, n.d.). Responden dalam kegiatan ini sebanyak 21 orang. Bentuk intervensi berupa pemberian edukasi dan demonstrasi tentang pencegahan penyebaran Covid-19. Materi yang terdapat dalam media edukasi berupa buku saku “BerJaLan” antara lain : berfikir positif, jalankan protocol kesehatan dan lakukan pola hidup sehat.

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Sabtu, 19 Juni 2021 di wilayah Karangrejo, Wonokromo, Surabaya berlangsung dalam 1x pertemuan dan tetap sesuai dengan protokol kesehatan.

Kegiatan terdiri dari beberapa tahapan antara lain:

- 1) Responden diberikan *pre-test* berupa kuesioner *self efficacy* yang diadaptasi dari Schwarzer dan Jerusalem (1995) yaitu instrument yang bersifat unidimensional, atau hanya mengukur satu faktor yaitu *general self efficacy*, terdiri dari 10 pernyataan dan menggunakan skala model Likert dengan 5 pilihan jawaban mulai dari sangat tidak sesuai, tidak sesuai, netral, cukup sesuai dan sangat sesuai. (Novrianto, Marettih, & Wahyudi, 2019)
- 2) Edukasi / penyuluhan kesehatan dilakukan setelah semua responden mengisi kuesioner *general self efficacy*. Peserta duduk dengan tetap mematuhi protokol kesehatan, antara lain : menjaga jarak antara responden, memakai masker dengan baik dan benar serta melakukan cuci tangan dengan hand sanitizer setelah mengisi kuesioner). Responden dibagikan buku saku “BerJaLan” satu persatu untuk kemudian diberikan edukasi dan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.
- 3) Setelah diberikan edukasi, responden diberikan demonstrasi tentang cara mencuci tangan menggunakan *hand sanitizer* menggunakan 6 (enam) langkah (Satgas Covid-19, 2021) dan responden diberikan kesempatan untuk melakukan demonstrasi satu persatu dan didampingi oleh fasilitator panitia.
- 4) Responden juga diberikan demonstrasi tentang cara memakai dan melepas masker sekali pakai serta cara mencuci masker kain dengan cara yang benar. (Satgas Covid-19, 2021). Responden melakukan demonstrasi dengan didampingi oleh fasilitator.
- 5) Pada akhir acara, responden diberikan *post test* berupa kuesioner tentang pengetahuan tentang cara mencegah penyebaran virus Covid-19 dengan menggunakan buku saku “BerJaLan” yang terdiri dari 15 pertanyaan pilihan ganda dan kuesioner *general self efficacy*.

HASIL

Karakteristik demografi dari responden terdiri dari usia dan pekerjaan. Tabel 3.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden (61.9%) berada pada rentang usia dewasa akhir (36-45) tahun dan tidak bekerja / ibu rumah tangga (57.14). Karakteristik tingkat pengetahuan responden pada saat post-test hamper seluruhnya (85.71%) berada dalam rentang baik. Terdapat peningkatan nilai *self efficacy* responden sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan.

Tabel 1.
 Karakteristik demografi responden

Karakteristik Responden	Responden	
	f	%
Usia		
Dewasa awal (26-35 tahun)	3	14.29
Dewasa akhir (36-45 tahun)	13	61.9
Lansia awal (46-55 tahun)	4	19.04
Lansia akhir (56-65 tahun)	1	4.77
Pekerjaan		
Swasta	9	42.86
Tidak bekerja / ibu rumah tangga	12	57.14

Tabel 2.
 Karakteristik post-test tentang pengetahuan mencegah penyebaran virus Covid-19

Karakteristik tingkat pengetahuan	Responden
-----------------------------------	-----------

	f	%
Baik	18	85.71
Cukup	3	14.29
Kurang	-	-

Tabel 3.
 Karakteristik pre-test dan post-test general self efficacy

Karakteristik	Pre-test	Post test
	Mean±SD	Mean±SD
General Self efficacy	42.62±5.3	43.76±4.21



Sumber: Data Primer (2021)

Gambar. 1 (a) proses edukasi; (b) buku saku

PEMBAHASAN

Edukasi melalui media buku saku “BerJaLan” diikuti oleh sebagian besar ibu yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Peran ibu rumah ini sangat penting, karena setiap anggota keluarga memiliki fungsi untuk meningkatkan kualitas kesehatan para anggota keluarganya. Oleh karena itu peran ibu dalam keluarganya bisa sebagai sarana mencegah penularan virus Covid-19 yang dimulai dari unit terkecil yaitu keluarga. (Yulianti, 2021).

Pada kegiatan ini, responden yang diberikan media buku saku sebagai pendamping kegiatan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan penularan virus Covid-19. Dengan harapan meningkatkan pengetahuan akan meningkatkan keyakinan para responden untuk dapat melakukan semua tindakan untuk pencegahan penularan (*self-efficacy*). Dari hasil yang didapatkan diketahui bahwa pengetahuan para responden setelah diberikan edukasi dan demonstrasi pada kategori baik, yang artinya semua materi yang diberikan dalam buku saku dapat dipahami oleh responden. Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Notoatmodjo, 2007) bahwa dengan adanya edukasi akan meningkatkan pengetahuan pada seseorang.

Pengetahuan yang baik diharapkan akan merubah perilaku kesehatan masyarakat untuk melakukan perubahan dalam mencegah penyebaran virus. Salah satu mediator perubahan perilaku yang didefinisikan sebagai persepsi individu terhadap kemampuannya dalam melakukan sesuatu hal tertentu adalah *self efficacy*. (Rachmah et al., 2021). Hasil dari kegiatan ini didapatkan bahwa pada poin kuesioner *self-efficacy* terdapat kenaikan *mean* pada poin pernyataan 1, 5, 7 dan 10. Poin tersebut berisikan pernyataan tentang kemampuan diri untuk

mengatasi masalah yang ada, dalam hal ini berkaitan dengan pencegahan untuk penyebaran virus Covid-19. Secara keseluruhan hasil self efficacy mengalami peningkatan saat pre-test dengan post-test, artinya bahwa responden semakin memiliki keyakinan untuk dapat melaksanakan protocol kesehatan dengan baik dan benar agar terhindar dari penularan virus Covid-19.

SIMPULAN

Edukasi dan demonstrasi menggunakan media edukasi buku saku dapat meningkatkan pengetahuan dan self efficacy pada responden yang sebagian besar ibu rumah tangga. Media ini dapat diaplikasikan dimanapun dan kapanpun sehingga bisa dipergunakan untuk semua kalangan dalam promosi kesehatan di masyarakat untuk mencegah penularan virus Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*.

Novrianto, R., Maretih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale Versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1–9.

Rachmah, Q., Nindya, T. S., Aji, A. S., Pattimah, S., Rachmah, N., Maulana, N. I., ... Astina, J. (2021). Peningkatan Pengetahuan dan Self-Efficacy Upaya Pencegahan Covid-19 Melalui Edukasi Gizi Konvensional Increased Knowledge and Self-Efficacy of COVID-19 Prevention through Conventional Nutrition Education. *Media Gizi Indonesia*, 16(3), 273. <https://doi.org/10.20473/mgi.v16i3.273-279>

Rinaldi, S. F., & Mujianto, B. (n.d.). *Metodologi Penelitian dan Statistik* (2017th ed.). Retrieved from <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/11/Metodologi-Penelitian-dan-Statistik-SC.pdf>

Romadhoni, W. N., Pd, S., Pd, M., Andjani, A., Rosa, E., Yolanda, P. S., ... Semarang, U. N. (2020). *Buku Saku Elektronik Covid-19 sebagai Media Edukasi Masyarakat Wiga*.

Satgas Covid-19. (2021). Pengendalian Covid-19. In *Satuan Tugas Penanganan Covid-19* (Vol. 53).

Wijianto, B., Fahrurroji, A., Kurniawan, H., & Nugraha, F. (2021). *A L - K H I D M A H*. 4, 25–30.

Yuliati, Y. (2021). Peran Keluarga Dalam Pencegahan Wabah Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas*, 7(2). <https://doi.org/10.47007/abd.v7i2.3968>

