

PENTINGNYA PENGGUNAAN MASKER SAAT BERAKTIFITAS DI LUAR RUMAH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI PASAR SEGIRI SAMARINDA

Siti Raudah, Kamil, Rifky Saldi A. Wahid

ITKES Wiyata Husada Samarinda

*e-mail: sitiraudah@itkeswhs.ac.id

Abstrak: Kasus positif COVID-19 di Indonesia mengalami peningkatan. Tingginya peningkatan kasus ini semestinya mampu menyadarkan masyarakat bahwa pandemic masih berlangsung di Indonesia. Penyebab peningkatan kasus positif COVID-19 seperti banyaknya masyarakat belum disiplin dalam menerapkan protokol kesehatan, berkumpul ditempat keramaian, lalai dan mengabaikan protokol kesehatan dan takut melakukan testing saat memiliki gejala COVID-19. Salah satu protokol kesehatan adalah menggunakan masker, hal yang wajib dipakai terutama ketika beraktifitas di tempat dan fasilitas umum. Masker menjadi hal yang esensial karena mampu menangkal virus ataupun bakteri yang akan masuk ke mulut ataupun hidung seseorang. Penghalang atau *barrier* agar droplet terhalangi ketika sedang mengobrol, batuk, atau bersin. Serta sebagai cara untuk melindungi diri sendiri dan orang lain terutama kelompok rentan agar tidak tertular COVID-19.

Kata Kunci: Penggunaan Masker, Pandemi COVID-19, Pasar

Abstract : Positive cases of COVID-19 in Indonesian have increased. The high increase in cases should be able to mae people aware that the pandemic is still happening in Indonesian. The cause of the increase in positive of COVID-19, such as the number of people who are not disciplined in implementing health protocols, gathering in crowded place, neglect and ignoring health protocols and afraid to do testing when they are have symptoms of COVID-19. One of the health protocols is the use of masks, which must be compulsory, especially when doing activities in public places and facilities. Masks are essential because they can ward off viruses or bacteria that will enter a person's mouth or nose. Barrier so that droplets are blocked when chatting, coughing or sneezing. As well as a way to protect yourself and others, especially vulnerable groups, so as not to catch COVID-19

Keywords : Mask use, Pandemic COVID-19, Market

Pendahuluan

Coronavirus merupakan kumpulan virus yang dapat menginfeksi sistem pernapasan. Virus ini dapat menyebabkan infeksi pernapasan ringan seperti flu dan infeksi pernapasan berat yaitu pneumonia. Ada dua jenis corona virus yang menyebabkan infeksi pernapasan berat yaitu *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS). SARS-CoV-2 pertama kali terjadi di Kota Wuhan Tiongkok bulan Desember

2019, kemudian virus ini menyebar secara cepat dan luas, dengan penularan melalui droplet saat batuk, percikan saat bersin dan pernapasan normal, yang dapat mengenai permukaan benda. Pada tanggal 30 Januari 2020, WHO menetapkan kejadian tersebut sebagai Kedaruratan Kesehatan Masyarakat yang Meresahkan Dunia (KKMMD)/*Public Health Emergency of International Concern* (PHEIC). Tanggal 11 Maret 2020, WHO menetapkan COVID-19 sebagai pandemi. Kasus terkonfirmasi positif COVID-19 yang

melanda di dunia mengalami peningkatan setiap harinya, dengan data bulan Desember 2020 sekitar 83 Juta didunia. Indonesia mengalami kasus COVID-19 dengan peningkatan yang signifikan yaitu 743.198 kasus, Kalimantan Timur dengan jumlah 27.075 kasus dan terkhusus di Samarinda dengan jumlah 6867 kasus.

Dalam pencegahan penularan ini, WHO (*World Health Organization*) dan CDC (*Centers for Disease Control*) merekomendasikan dalam penggunaan masker untuk masyarakat umum, Meninjau bukti epidemiologi dan observasi tentang penggunaan masker, serta penyebaran virus corona, CDC melakukan studi terhadap 124 rumah tangga di Beijing, di mana ada satu orang memiliki kasus terkonfirmasi positif COVID-19, orang – orang yang menggunakan masker memiliki resiko 70% lebih rendah dibanding yang tidak menggunakan masker dan efektif membatasi penyebaran COVID-19 di Taiwan.

Penularan COVID-19 dapat melalui transmisi kontak dan droplet, baik kontak langsung, tidak langsung atau kontak erat melalui air liur dan droplet yang keluar saat orang bersin, batuk atau berbicara mengandung virus. Hal ini menjadi jalur menyebabkan penyebaran virus dan daya penularan tinggi. Droplet saluran napas dengan ukuran diameter $> 5-10 \mu\text{m}$ sedangkan droplet yang berukuran diameter $\leq 5 \mu\text{m}$ disebut sebagai droplet nuclei atau aerosol. Transmisi droplet saluran napas dapat terjadi ketika seseorang melakukan kontak erat (berada dalam jarak 1 meter), droplet saluran napas ini dapat mencapai mulut, hidung, mata orang yang rentan dan dapat menimbulkan infeksi. Transmisi kontak tidak langsung yaitu terjadi kontak antara inang yang rentan dengan benda atau permukaan yang terkontaminasi.

Pada masa pandemi masyarakat Indonesia diharuskan beradaptasi dengan tatanan hidup normal (*life new normal*).

Adaptasi kebiasaan baru yang lebih sehat, bersih, dan taat, yang dilaksanakan oleh seluruh komponen yang ada di masyarakat serta memberdayakan semua sumber daya yang ada. Keadaan seperti ini ditentukan oleh masyarakat untuk menegakkan disiplin menjalankan protokol kesehatan. Masyarakat memiliki peran penting dalam memutus mata rantai penularan COVID-19, sehingga tidak menimbulkan sumber penularan baru pada tempat dan fasilitas dimana masyarakat melakukan aktifitas kehidupan sosial dan berkegiatan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Resiko pergerakan orang, interaksi antar manusia dan berkumpulnya banyak orang pada tempat dan fasilitas umum memiliki potensi penularan COVID-19 yang cukup besar.

Salah satu tempat umum fasilitas umum adalah pasar merupakan suatu area dimana tempat bertemunya pembeli dan penjual, baik secara langsung maupun tidak langsung, dengan proses jual beli berbagai jenis barang konsumsi melalui tawar menawar. Banyaknya kerumunan dan pergerakan orang merupakan kondisi yang harus menjadi perhatian dalam penerapan prinsip jaga jarak minimal 1 meter di pasar. Penerapan upaya pencegahan dan pengendalian COVID-19 di pasar sangat membutuhkan peran kepemimpinan pengelola pasar serta keterlibatan lintas sektor dan aparat dalam penertiban kedisiplinan masyarakat di pasar. Pemerintah Indonesia telah mengeluarkan berbagai kebijakan yaitu menerapkan protokol kesehatan pada tempat dan fasilitas umum, salah satunya adalah penggunaan masker. Penggunaan masker sebagai 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).

WHO mewajibkan penggunaan masker di wilayah dengan jumlah kasus virus corona tinggi, di tempat umum, saat berada di tempat yang tidak memungkinkan untuk *physical distancing* dan penggunaan masker non medis (masker kain) dengan tiga lapis yaitu Lapisan luar dengan bahan tahan air, lapisan tengah (yang memiliki kantong) untuk lapisan filter, dan lapisan dalam yang bisa menyerap air. Adapun cara penggunaan masker yang benar adalah sebelum memasang masker, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir (minimal 20 detik) atau bila tidak tersedia, gunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%). Pasang masker untuk menutupi mulut dan hidung dan pastikan tidak ada sela antara wajah dan masker. Hindari menyentuh masker saat digunakan; bila tersentuh, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir minimal 20 detik atau bila tidak ada, cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%). Jika masker menggunakan tali lingkaran telinga (*ear loop*), pastikan tali ini tidak menyilang, karena silangan ini memperlebar jarak antara wajah dan masker. Ganti masker yang basah atau lembab dengan masker baru. Masker medis hanya boleh digunakan satu kali saja. Masker kain dapat digunakan berulang kali.

Untuk membuka masker: lepaskan dari belakang. Jangan sentuh bagian depan masker; Jangan simpan masker di lengan atau pergelangan tangan atau menarik masker ke dagu atau leher. Segera bersihkan tangan setelah membuang masker. Untuk masker 1x pakai, buang segera di tempat sampah tertutup atau kantong plastik. Untuk masker kain, dicuci dengan sabun atau detergen dan sebaiknya dengan air panas (minimal 60° Celsius) minimal sekali setiap hari. Jika penggunaan air panas tidak memungkinkan, cuci masker dengan sabun/detergen dan air

bersuhu ruangan, kemudian rendam masker dalam air mendidih selama 1 menit.

Protokol kesehatan secara umum memuat perlindungan kesehatan individu dan perlindungan kesehatan masyarakat. Salah satu perlindungan kesehatan individu adalah menggunakan alat pelindung diri yaitu masker yang menutupi hidung dan mulut hingga dagu, jika harus keluar rumah atau berinteraksi dengan orang lain yang tidak diketahui status kesehatannya (yang mungkin dapat menularkan COVID-19). Kementerian Kesehatan RI membuat Surat Edaran untuk seluruh Kepala Dinas Kesehatan Provinsi/kabupaten/ Kota tentang penggunaan Masker dan Penyediaan Sarana Cuci Tangan untuk pencegahan penularan *Corona Virus Disease 19* (COVID-19).

Adapun perlindungan Kesehatan masyarakat seperti pencegahan adalah kegiatan promosi Kesehatan melalui sosialisasi, edukasi dan penggunaan media informasi untuk memberikan pengertian dan pemahaman bagi semua orang, dan melalui media mainstream. Adapun kegiatan perlindungan salah satunya adalah penegakan kedisiplinan pada perilaku masyarakat yang beresiko dalam penularan COVID-19 yaitu tidak menggunakan masker ditempat umum. Pemerintah kota dan provinsi mengeluarkan peraturan terkait penerapan sanksi terhadap pelanggaran pelaksanaan Penanggulangan Bencana Dalam Penanganan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) di Daerah. Pembatasan kegiatan di tempat umum dapat berupa sanksi seperti sanksi administrasi teguran lisan tertulis, kerja sosial membersihkan sarana fasilitas umum dan denda administratif Rp. 100.000 – Rp. 250.000

Kampanye penggunaan masker penutup hidung dan mulut gencar dilaksanakan. Penelitian ilmiah membuktikan bahwa penggunaan memberikan manfaat yang besar untuk mencegah penularan virus corona.

Mengenakan masker ternyata tidak hanya melindungi pemakainya dan orang di sekitarnya dari ancaman COVID-19, tetapi masyarakat secara luas. Sehingga penyebaran virus ini dapat dikendalikan ketika semua orang benar-benar konsisten untuk memakai masker saat sedang berpergian.

Dalam kegiatan PkM ini akan memberikan edukasi terkait pentingnya penggunaan masker saat pandemi COVID-19 di Pasar Segiri Kelurahan Sidodadi Samarinda dengan tujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya pedagang dan pengunjung Pasar Segiri Samarinda tentang pentingnya penggunaan masker ketika berada ditempat atau fasilitas umum pada masa pandemic COVID-19

Metode

Metode yang digunakan dalam Pengabdian Masyarakat di Pasar Segiri Jl. Sutomo Kelurahan Sidodadi Samarinda dengan memberikan edukasi pentingnya penggunaan masker saat beraktifitas di pasar dan memberikan masker kepada pedagang dan pengunjung.

a. Persiapan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dimulai dengan melakukan melakukan studi pendahuluan lebih lanjut tentang aktifitas keramaian di Pasar Segiri Samarinda, selanjutnya menetapkan waktu pelaksanaan kegiatan

b. Pelaksanaan.

- Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 12 September 2020 di Pasar Segiri Kelurahan Sidodadi Samarinda dengan menyampaikan edukasi mengenai pentingnya penggunaan masker dan pemberian masker sejumlah 350 pcs. Edukasi yang disampaikan mengenai : cara penggunaan masker yang benar, cara menyimpan masker, cara mencuci masker, membuang masker dan hal hal yang salah dalam penggunaan masker.

- Mensimulasikan penggunaan masker yang benar.
- Diskusi berkaitan dengan penggunaan masker.

Hasil

a. Karakteristik Peserta

Peserta merupakan pengunjung dan pedagang di Pasar Segiri Kelurahan Sidodadi Samarinda.

b. Respon Peserta

Peserta ada dan belum mengetahui dan memahami pentingnya penggunaan masker saat beraktifitas di luar pada Pandemi Covid 19

c. Dampak

Dampak kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Peserta mengetahui dan memahami pentingnya penggunaan masker saat beraktifitas di luar rumah.
2. Peserta mengetahui dan memahami cara penggunaan masker yang benar
3. Peserta mengetahui dan memahami cara menyimpan masker, cara mencuci masker, membuang masker dan hal hal salah dalam penggunaan masker

Dokumentasi Kegiatan





Kesimpulan

Pada kegiatan ini dapat memberikan pengetahuan dan wawasan kepada masyarakat tentang pentingnya menggunakan masker saat beraktifitas ditempat keramaian, sehingga masyarakat tetap terlindung dari penyebaran COVID -19 yang bisa saja mereka dapatkan saat beraktifitas ditempat dan fasilitas umum.

Masyarakat termotivasi untuk menggunakan masker, karena hal ini bukan hanya melindungi diri sendiri saat beraktifitas diluar rumah, akan tetapi dapat melindungi orang yang berada disekitarnya. Sehingga dapat memutus mata rantai penularan COVID-19. Penggunaan masker merupakan salah satu penerapan protokol kesehatan dalam upaya mencegah

penyebaran COVID-19 di masa pandemi COVID-19.

Rekomendasi

Diharapkan kegiatan ini dilakukan secara berkelanjutan, melalui sosialisasi, edukasi dan penggunaan media informasi terkait penyebaran virus SARS-CoV-2 sangat cepat terjadi di masyarakat, terlihat semakin meningkatnya kasus terkonfirmasi positif COVID-19 dan masyarakat disiplin dalam menerapkan protocol Kesehatan.

Referensi

- Atmojo, J., Akbar, P., Kuntari, S., Yulianti, I., & Darmayanti, A. (2020). Definision And The Most Active Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (Sars-Cov-2) Atau COVID-19. *Jurnal Pendidikan Kesehatan (E-Journal)*, 9(1), 57-64. Doi:10.31290/Jpk.V9i1.1513.
- Direktorat Kesehatan Lingkungan Dirjen Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Ri. (2020). *Panduan Pencegahan Penularan COVID-19 Di Tempat Dan Fasilitas Umum*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Ri
- Hamner L, Dubbel P, Capron I, Ross A, Jordan A, Lee J, Et Al. High Sars-Cov-2 Attack Rate Following Exposure At A Choir Practice — Skagit County, Washington, March 2020. *Mmwr Morb Mortal Wkly Rep*. 2020;69:606-10
- Infection Prevention And Control Of Epidemic-And Pandemic-Prone Acute Respiratory Infections In Health Care. Jenewa: World Health Organization; 2014
- Johns Hopkins University. (2020). *Coronavirus COVID-19 Global Cases*. Retrieved From Diakses Tanggal 20 March 2020
- Kementerian Kesehatan Ri. Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit (P2P). 2020. *Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian*

- Coronavirus Disease (COVID-19).
[Http://Infeksiemerging.Kemkes.Go.Id](http://Infeksiemerging.Kemkes.Go.Id)
 Keputusan Menteri Kesehatan Nomor
 Hk.01.07/Menkes/104/2020 Tentang
 Penetapan Infeksi Novel Coronavirus
 (Infeksi 2019-Ncov) Sebagai Penyakit
 Yang Dapat Menimbulkan Wabah Dan
 Upaya Penanggulangannya
 Keputusan Menteri Kesehatan Republik
 Indonesia Nomor
 Hk.01.07/Menkes/413/2020 Tentang
 Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian
 Coronavirus Disease 2019 (COVID -19)
 Keputusan Menteri Kesehatan Republik
 Indonesia Nomor
 Hk.01.07/Menkes/382/2020 Tentang
 Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat Di
 Tempat Dan Fasilitas Umum Dalam
 Rangka Pencegahan Dan Pengendalian
 Corona Virus Disease 2019 (COVID-19).
 Tanggal 19 Juni 2020
 Liu J, Liao X, Qian S, Yuan J, Wang F, Liu
 Y, et al. Community Transmission of
 Severe Acute Respiratory Syndrome
 Coronavirus 2, Shenzhen, China, 2020.
Emerg Infect Dis. 2020;26:1320-3.
 Peraturan Walikota Samarinda No.38 Tahun
 2020 Tentang pengenaan sanksi terhadap
 pelanggaran pelaksanaan
 Penanggulangan Bencana Dalam
 Penanganan Corona Virus Disease 2019
 (COVID-19) di Daerah. Tanggal 03
 Agustus 2020.
 Surat Edaran Nomor HK.02.02/I/385/2020
 Tentang Penggunaan Masker dan
 Penyediaan Sarana Cuci Tangan Pakai
 Sabun Untuk Mencegah Penularan
 Coronavirus Desease 19 (COVID-19)
 Tanggal 9 April 2020.
 US Centers for Disease Control and
 Prevention. (2019). Symptoms of Novel
 Coronavirus (2019-nCoV).
 Wang, C. J., Ng, C. Y. and Brook, R. H.
 (2020) 'Response to COVID-19 in
 Taiwan: Big Data Analytics, New
 Technology, and Proactive Testing',
 JAMA - Journal of the American Medical
 Association. doi:
 10.1001/jama.2020.3151.
 Website Kementerian Kesehatan Republik
 Indonesia. Kampanye Nasional Disiplin
 Pakai Masker.
<https://www.kemkes.go.id/>
 Website Resmi Gugus Tugas Percepatan
 Penanganan COVID-19. Cara Memakai
 Masker Yang benar
<https://covid19.go.id/>
 World Health Organization (WHO). (2020).
 Anjuran Mengenai Penggunaan Masker
 Dalam Konteks COVID-19. 5 Juni 2020
 World Health Organization (WHO). (2020).
 Global surveillance for human infection
 with novel-coronavirus (2019-nCoV).
 World Health Organization (WHO). (2020).
 Transmisi SARS-COV-2: Implikasi
 Terhadap Pencegahan Infeksi. Tanggal
 09 Juli 2020.
 World Health Organization. Mask Use In The
 Context of COVID-19. Panduan Interim
 1 Desember 2020.
 World Health Organziation. Infection
 prevention and control for long-term care
 facilities in the context of COVID-19:
 interim guidance. Geneva: World Health
 Organization; 2020