

ADAPTASI KEBIASAAN BARU DI ERA NORMAL BARU KELOMPOK MASYARAKAT DI DESA BONGAN TABANAN BALI

Ni Luh Utari Sumadewi¹, Dylla Hanggaeni Dyah Puspaningrum²,
Pande Kadek Widiastuti³, I Komang Tio Marta Bagusadewa⁴,
Nyoman Ayu Wiwin Yuliastini⁵

¹³⁴⁵Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Sains dan Teknologi, Universitas Dhyana Pura, Jl. Raya Padang Luwih Tegaljaya Dalung Kuta Utara, bali, Indonesia; ²program Studi Perkam Informasi Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Sains dan Teknologi, Universitas Dhyana Pura
Email: utarisumadewi@undhirabali.ac.id

ABSTRAK

Desa Bongan merupakan daerah heterogen. Penduduk memiliki pekerjaan, Pendidikan dan tingkat perekonomian yang beragam. Adaptasi kebiasaan baru sangat penting dilakukan guna menunjang kegiatan sehari-hari agar terhindar dari infeksi virus *covid19* dengan menerapkan perilaku pencegahan khususnya tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar dan cara penggunaan masker yang tepat. Tujuan dilaksanakannya kegiatan ini mewujudkan kesejahteraan kelompok dalam bidang Kesehatan khususnya dalam protokol Kesehatan di masa normal baru. Kegiatan ini dilaksanakan dengan melakukan sosialisasi ke kelompok mitra. Capaian luaran kegiatan ini adalah kelompok masyarakat mampu menerapkan protokol Kesehatan khususnya melakukan cuci tangan dengan baik dan benar dan menggunakan masker dengan tepat.

Kata kunci: adaptasi kebiasaan baru, covid19, protokol Kesehatan, cuci tangan dan pakai masker

1. Pendahuluan

Pandemi COVID-19 telah memberikan dampak pada kehidupan masyarakat dan negara, bidang sosial, ekonomi pendidikan dan sektor lainnya. Pemerintah telah mengambil langkah-langkah menguatkan tatanan negara agar masyarakat tetap dapat melanjutkan kehidupannya ditengah pandemi dengan aman. Salah satu langkah yang telah diambil tersebut adalah dengan tetap menerapkan protokol kesehatan secara disiplin dan optimal, sehingga masyarakat tetap dapat beraktivitas fisik dengan aman tanpa harus menyerah melawan pandemi Covid-19 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Salah satu masyarakat yang terkena dampak dari pandemic covid-19 ini yaitu kelompok masyarakat yang ada di desa Bongan Tabanan. Desa Bongan Tabanan merupakan desa heterogen yang memiliki penduduk dengan mata pencaharian beragam. Dalam rangka menurunkan dan menghambat angka penyebaran covid-19 di Indonesia, mengharuskan masyarakat bertanggungjawab dalam mencegah penyebaran virus covid-19 dengan tetap menerapkan protokol Kesehatan seperti tetap menggunakan masker saat beraktivitas dan berinteraksi dengan orang lain, menjaga jarak minimal 1 meter, sering mencuci tangan dengan sabun pada air mengalir atau menggunakan handsanitizer.

Dengan dilaksanakannya pengabdian ini dengan tujuan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang cara menggunakan masker yang benar dan cara mencuci tangan yang benar dan baik dengan harapan masyarakat yang didampingi dapat menularkan kebiasaan baru mereka pada lingkungan sekitarnya .

2. Solusi dan Target Luaran

Terdapat 1 (satu) solusi permasalahan, yaitu dilaksanakannya penyuluhan tentang pola hidup bersih dan sehat pada masa pandemic khususnya dalam tatanan kehidupan normal baru dengan terus melaksanakan protokol Kesehatan seperti tetap menggunakan masker walaupun telah di vaksin, dan selalu mencuci tangan dengan sabun di air mengalir atau menggunakan handsanitizer. Adapun target yang ingin dicapai adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pelaksanaan pola hidup bersih dan sehat khususnya penerapan protokol Kesehatan serta masyarakat mampu menularkan kebiasaan baik ini kepada masyarakat lainnya sehingga mempercepat pemutusan rantai penyebaran covid19.

3. Metode

Tahapan pelaksanaan PKM ini adalah yang menjawab permasalahan mitra sebagai berikut dengan pengenalan cara mencuci tangan yang tepat dan cara penggunaan masker yang tepat, kemudian mitra melakukan praktek mencuci tangan, dan praktek pemakaian masker dengan didampingi tim pengabdian. Tingkat pengetahuan mitra diukur dengan menggunakan kuesioner dari pre tes dan pos tesnya.

4. Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat pada kelompok di Desa Bongan, Tabanan Bali telah dicapai dengan menggali informasi tentang pengetahuan mitra tentang protokol Kesehatan di masa pandemi yang mengharuskan kita untuk tetap melakukan aktivitas dengan tetap menerapkan protokol Kesehatan di kehidupan bermasyarakat. Penggalan informasi ini dilakukan dengan memberikan kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan. Dalam kegiatan ini ada dua topik yang kami tekankan yaitu cara mencuci tangan dan menggunakan masker yang tepat. Hasil penggalan informasi mitra tentang cara mencuci tangan dan menggunakan masker yang tepat dapat dilihat pada tabel 1. Dan kegiatan ini dapat dilihat pada gambar 1.

Tabel 1. Hasil pre tes dan pos tes

no	Pre tes	Pos tes
1.	5	9
2.	7	10
3.	8	9
4.	9	10
5.	8	10
6.	8	10
7.	7	10
rerata	7,4	9,7

Berdasarkan tabel tersebut dapat dikatakan bahwa adanya peningkatan pengetahuan mitra sebelum dan setelah dilaksanakan penyuluhan. Kesadaran

untuk taat dan patuhnya seluruh masyarakat dalam menjalankan protokol kesehatan memiliki peranan yang sangat penting, untuk itu perlu ditekankan kepada seluruh masyarakat untuk mematuhi protokol Covid-19 guna mengurangi penyebaran virus. Kebiasaan dalam pemakaian masker tidak hanya pada saat keluar rumah, namun juga saat melakukan aktivitas di luar, sangat penting untuk kita tahu kemudian peduli terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar. Masyarakat memiliki andil yang besar dalam memutus rantai penyebaran Covid-19 dengan langkah kecil seperti mencuci tangan dan pemakaian masker (Syapitri, H., 2020). Untuk membangun sikap dan perilaku positif, pengetahuan menjadi hal penting (Hamza, 2020 dalam Hanifah, 2021).



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan cara mencuci tangan dan cara menggunakan masker yang tepat.

5. Simpulan

Adapun kesimpulan dari terlaksananya pengabdian ini yaitu, dengan adanya pelatihan cara mencuci tangan dan cara menggunakan masker yang tepat terjadi peningkatan pengetahuan hal ini dapat dilihat dari nilai pre tes dan pos tes yang meningkat.

Daftar Rujukan

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Buku Panduan Adaptasi Kebiasaan Baru. *Kementeri Kesehat RI*. Published online 2020:5. <https://visitingjogja.com/28304/pedoman-new-normal-wisata-diy/> diakses 12 desember 2021.
- Syapitri H, Siregar LM, Saragih FL. Pencegahan Penularan Covid-19 Melalui Sosialisasi Dan Pembagian Masker Di Pasar Pringgane Medan. *J Kreat Pengabd Kpd Masy*. 2020;3(2):422-429.
- Hanifah W, Oktaviani AD, ... Adaptasi Kebiasaan Baru pada Masa Pandemi Covid-19: Studi Cross-Sectional di Provinsi DKI Jakarta. *Bul Penelit Sist Kesehat*. 2021;Volume 24:148-158.
- Hamza, M. S., Badary, O. A., & Elmazar, M. M. (2020). Cross-Sectional Study on Awareness and Knowledge of COVID-19 Among Senior Pharmacy Students. *Journal of Community Health*. <https://doi.org/10.1007/s10900-020-00859-z>
- Purnamasari, I., & Raharyani, A. E. (2020). Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Masyarakat Kabupaten Wonosobo Tentang COVID-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 33-42.

