

MENGATASI PROBLEMATIKA COVID-19 DI KALANGAN MAHASISWA: WEBINAR PENINGKATAN PENGETAHUAN MAHASISWA TERKAIT KEBERSIHAN DIRI

Ilham Syahrul Jiwandono, Nurhasanah, Husniati, Awal Nur Kholifatur Rosyidah, Ashar
Pajarungi Anar, Mohammad Archi Maulyda*

Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FKIP, Universitas Mataram
*Email: archimaulyda@unram.ac.id

Abstrak - Menjaga kebersihan diri merupakan salah satu cara mencegah penyebaran virus Covid-19. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk membuat mahasiswa memahami tata cara dalam menjaga kebersihan diri, serta memberi pemahaman kepada mahasiswa tentang protokol kesehatan mencegah penyebaran Covid-19. Kegiatan ini dimulai dengan pemetaan masalah dengan cara memberikan kuisioner kemudian dilanjutkan dengan kegiatan webinar menjaga kebersihan diri secara daring yang diikuti oleh 280 peserta. Materi yang disampaikan dalam kegiatan webinar adalah (1) Covid-19 dan Dampaknya; (2) Menjaga kebersihan diri dan mematuhi protokol Kesehatan. Kegiatan diakhiri dengan evaluasi dalam bentuk pemberian kuisioner atau angket kepada mahasiswa melalui *google form*. Setelah dilakukan kegiatan pengabdian diperoleh hasil bahwa secara umum kegiatan berjalan secara baik dan dilaksanakan sesuai dengan protokol kesehatan pencegahan penyebaran virus Covid-19.

Kata Kunci: Covid-19, Kebersihan Diri, Protokol Kesehatan

LATAR BELAKANG

Virus Corona atau sering disebut sebagai Covid-19 adalah virus yang selama 4 bulan terakhir ini menggemparkan dunia (Shoenfeld, 2020). Penyebaran virus asal Wuhan, Cina ini pada akhirnya memaksa pemerintah merubah beberapa sistem/kebijakan yang sebelumnya ada. Menurut Regina & Alves (2020) ada dua aspek penting dalam kehidupan masyarakat yang berubah secara esktrim selama pandemic virus Covid-19 ini. Pertama adalah aspek kebersihan dan kedua adalah aspek Pendidikan. Dalam kurun waktu 4 bulan terakhir saja sudah tidak terhitung kebijakan-kebijakan yang dikeluarkan pemerintah tentang Kesehatan dan Pendidikan (Mungkasa, 2020). Dikeluarkanya kebijakan-kebijakan ini adalah untuk meminimalisir kekacauan yang terjadi dimasyarakat akibat dari berubahnya sendi-sendi kehidupan karena virus Covid-19.

Dalam dunia Kesehatan, WHO sebagai organisasi Kesehatan tertinggi di dunia sudah memberikan beberapa protocol Kesehatan. Protokol Kesehatan yang dikeluarkan oleh

WHO telah diturunkan oleh pemerintah Indonesia untuk penyesuaian dengan kultur dan kondisi di Indonesia. Secara garis besar, salah satu cara yang wajib dilakukan untuk meminimalisir penyebaran virus ini adalah *social distancing* dan menjaga kebersihan diri. Secara sistematis, menjaga kebersihan diri dapat menekan angka penyebaran virus Covid-19. Ilustrasi pentingnya menjaga kebersihan diri dalam menekan angka penyebaran virus Covid-19 dapat dilihat pada gambar 1 dan 2.

Pada gambar 1, terlihat bahwa didalam interaksi yang terjadi terdapat anak yang tidak menjaga kebersihan diri. Anak yang tidak menjaga kebersihan diri tentu memiliki resiko terpapar virus Covid-19 yang cukup tinggi (Hadi, 2020). Ketika anak ini berinteraksi dengan anak lain (bahkan yang menjaga kebersihan diri), virus Covid-19 ini tetap dapat menular ke anak yang lain. Seperti terlihat pada gambar 1, adanya interaksi menggenggam tangan yang terjadi antar anak. Benar bahwa anak yang menjaga kebersihan diri memiliki

imunitas yang cukup baik (Amrullah, *et al* 2017). Namun Ketika anak tersebut berinteraksi secara langsung dengan anak-anak yang memiliki resiko terpapar virus yang tinggi, maka resiko anak yang menjaga kebersihan diri ini juga menjadi tinggi. Berbeda dengan interaksi yang terjadi pada gambar 1,

pada gambar 2 terlihat bahwa anak-anak yang berinteraksi sudah menjaga kebersihan dirinya. Sehingga resiko anak yang terpapar virus corona menjadi sangat minim, hal ini disebut sebagai skema *Mutual save person* (Boosting & Worldwide, 2014).



Gambar 1. Interaksi anak yang tidak menjaga kebersihan diri

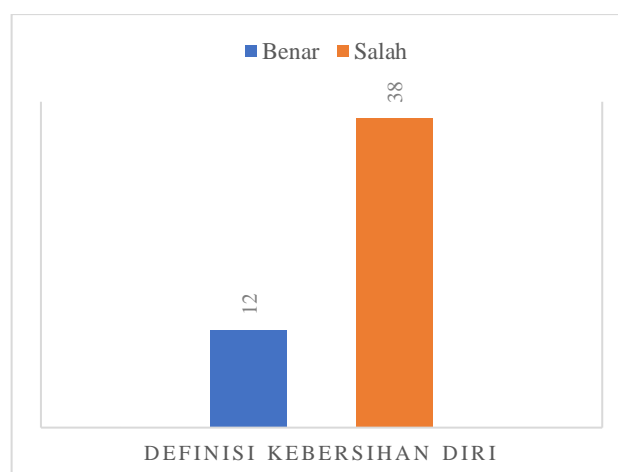


Gambar 2. Interaksi Anak yang menjaga kebersihan diri

Secara definisi, menjaga kebersihan diri adalah perawatan diri yang dilakukan untuk menjaga Kesehatan fisik dan rohani (Zakiudin, 2016). Sehingga dapat kita lihat bahwa kebersihan diri ini tidak hanya dapat berimbas pada hal-hal fisik namun juga hal-hal yang bersifat mental. Dalam masa pandemic saat ini, Kesehatan mental juga perlu untuk dijaga agar kita dapat melewati masa pandemic dengan baik. Hakekat kebersihan diri ini masih belum terlalu dipahami masyarakat secara utuh. Banyak yang beranggapan bahwa kebersihan diri hanya dapat diwujudkan dengan mandi dan cuci tangan. Padahal hakekat kebersihan diri tidak hanya diwujudkan dalam aktivitas-aktivitas tersebut. Faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas menjaga kebersihan diri menurut Amrullah, *et al.*, (2017) adalah; (1) Citra diri; (2) Budaya; (3) Sosial; (4) Agama; dan (5) Pengetahuan.

ditemukan bahwa masih banyak mahasiswa yang kurang memahami tata cara dalam menjaga kebersihan diri. Hal ini semakin diperkuat dengan hasil quisioner pengetahuan kebersihan diri yang diberikan. Jumlah responden dalam quisioner ini adalah 50 mahasiswa prodi PGSD Universitas Mataram. Hasil quisioner adalah sebagai berikut:

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh tim pengabdian prodi PGSD,

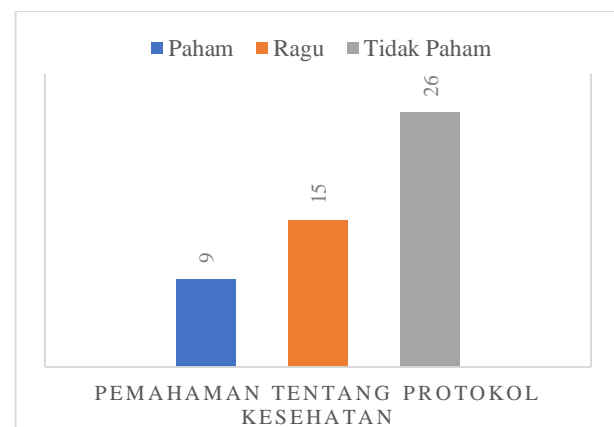


Gambar 3. Pemahaman mahasiswa soal definisi kebersihan diri.

Masalah pertama yang teridentifikasi adalah pemahaman mahasiswa tentang kebersihan diri masih rendah. Berdasarkan hasil survey yang diberikan kepada 50 responden pada gambar 3, 38 mahasiswa memberikan definisi kebersihan diri yang tidak tepat. Kebanyakan mahasiswa hanya mendefinisikan kebersihan diri sebagai aktivitas membersihkan diri secara fisik, seperti mandi, mencuci tangan, dan sebagainya. Padahal menjaga kebersihan diri tidak hanya berkaitan dengan aspek fisik, namun juga aspek mental. Menurut (Afriyadi & Putri, 2016) menjaga kebersihan diri juga terkait dengan kebersihan mental atau aspek-aspek spiritual. Terlebih dimasa pandemic Covid-19, tidak hanya kebersihan diri yang perlu dijaga. Kestabilan mental dalam menghadapi perubahan paradigma kehidupan akibat virus Covid-19 juga sangat dibutuhkan (Duke, 2017).

Masalah kedua yang teridentifikasi adalah lemahnya pemahaman mahasiswa tentang protokol kesehatan Covid-19. Pada gambar 4 terlihat bahwa 15 responden masih ragu-ragu terhadap pemahamannya terkait protokol kesehatan. Sedangkan 26 responden merasa tidak memahami bagaimana protokol kesehatan yang benar. Sisanya adalah 9 responden yang memahami protokol kesehatan. Dari data ini, dapat disimpulkan bahwa pemahaman mahasiswa masih lemah. Padahal

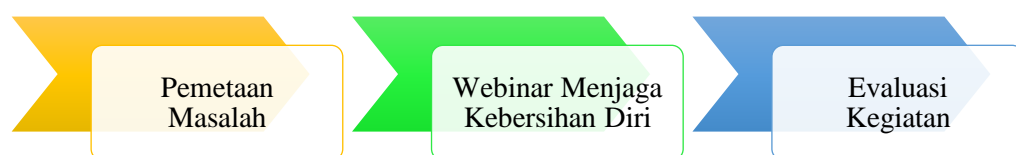
menurut Albezuirat et al. (2020) menjalani aktivitas sesuai dengan protokol kesehatan merupakan keharusan dalam menjalani kehidupan selama pandemik. Dengan demikian, hasil pemetaan masalah menunjukkan bahwa terdapat 3 masalah utama yakni; (1) Pemahaman mahasiswa tentang kebersihan diri, (2) Pemahaman mahasiswa tentang protokol kesehatan COVID-19, dan (3) Hubungan antara kebersihan diri dan protokol kesehatan.



Gambar 4. Pemahaman mahasiswa tentang protocol Kesehatan Covid-19

METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan pemetaan masalah yang sudah dilakukan. Untuk mengatasi masalah, tim pengabdian masyarakat merencanakan kegiatan webinar. Berikut tahapan kegiatan yang dilakukan tim pengabdian



Gambar 5. Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

a) Pemetaan Masalah

Pemetaan masalah dilakukan dengan menyebar survei online menggunakan platform google form. Responden adalah 50 mahasiswa Prodi PGSD yang dipilih secara acak untuk

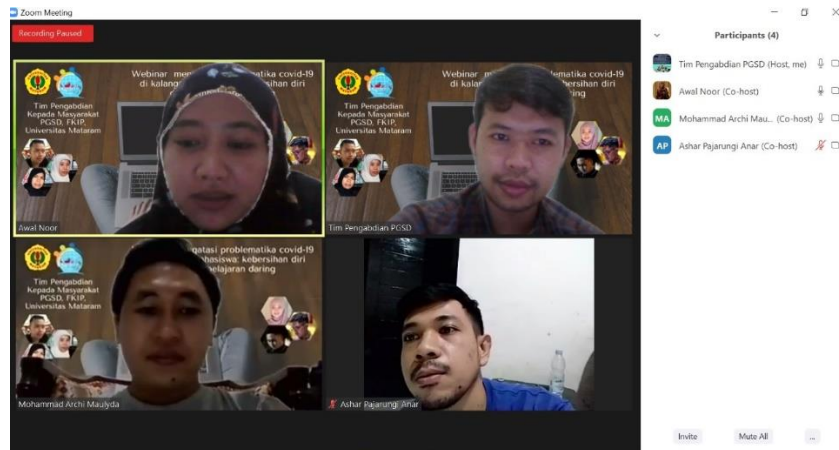
diberikan pertanyaan-pertanyaan terkait menjaga kebersihan diri. Selain itu responden juga diberikan pertanyaan-pertanyaan terkait bagaimana protokol kesehatan Covid-19. Tujuan dari survey ini adalah untuk menggali pemahaman awal mahasiswa terkait dengan

menjaga kebersihan diri dan protokol Kesehatan Covid-19.

b) Webinar Menjaga Kebersihan Diri

Sistem seminasi menggunakan webinar kini menjadi primadona. Semenjak pandemic Covid-19 menyebar di Indonesia, anjuran untuk tidak berkumpul, menjaga jarak, atau *social distancing* wajib dipatuhi. Karenanya, banyak

kegiatan-kegiatan sosialisasi, seminasi, atau bahkan perkuliahan di perguruan tinggi dilakukan secara online. Melihat kondisi ini, tim pengabdian memutuskan untuk merubah rencana awal yang akan melaksanakan sosialisasi menjadi kegiatan webinar yang dapat diikuti mahasiswa secara online.



Gambar 6. Uji Coba Zoom Meeting

Persiapan dilakukan jauh hari sebelum pelaksanaan. Pada tahap persiapan ini tim menyiapkan flyer, desain sertifikat, Id Zoom Meeting, dan pembagian materi webinar. Flyer dan Id Zoom Meeting diberikan satu hari

sebelum kegiatan dilaksanakan yakni pada tanggal 14 Agustus 2020. Pada tanggal tersebut tim pengabdian juga melaksanakan kegiatan uji coba Zoom Meeting sekaligus mempelajari fitur-fitur dalam Zoom Meeting.



Gambar 7. Dokumentasi Pelaksanaan Webinar Tim Pengabdian

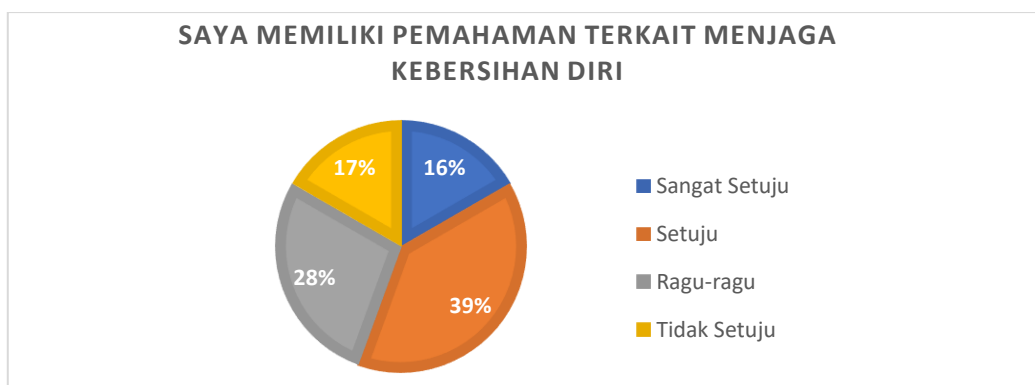
Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu, 15 Agustus 2020 pukul 09.00-11.00 WITA. Kegiatan webinar ini diikuti oleh 353 peserta yang terdata secara online oleh tim pengabdian. Kebanyakan mahasiswa yang mengikuti

kegiatan ini adalah mahasiswa semester 5. Tim pengabdian membagi tim menjadi beberapa jobdis, yakni 1 orang sebagai host sekaligus moderator, dan 5 orang sebagai pemateri. Materi yang diberikan mencakup; (1) Covid-19

dan Dampaknya; (2) Menjaga kebersihan diri dan mematuhi protokol Kesehatan. Meskipun dilakukan secara onlone, untuk mempermudah koordinasi tim pengabdian tetap berkumpul di Kampus II Universitas Mataram dalam pelaksanaan Webinar dan tentu tetap menjaga jarak sebagai wujud mematuhi protokol kesehatan yang ada.

c) Evaluasi Kegiatan

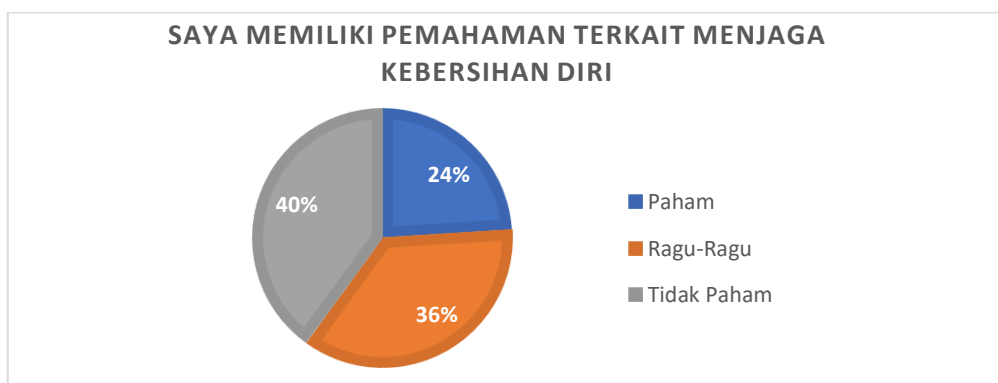
Kegiatan evaluasi dilakukan dengan cara menyebar survey kepada mahasiswa setelah pemberian materi selesai. Jumlah mahasiswa yang mengisi survey online ini adalah 280 mahasiswa. Berikut hasil survey yang diberikan kepada mahasiswa sebagai evaluasi kegiatan webinar:



Gambar 8. Pemahaman Mahasiswa Terkait Menjaga Kebersihan Diri

Pada gambar 8 terlihat bahwa sekitar 16% (57 mahasiswa) memiliki pemahaman terkait dampak virus Covid-19. Sedangkan 39% (90 mahasiswa) sudah memiliki pemahaman terkait dampak virus ini. Selain itu terdapat 28% (73 mahasiswa) masih ragu-ragu terhadap pemahaman yang dimilikinya, dan 17% (60

mahasiswa) merasa bahwa belum memiliki pemahaman terkait dampak virus Covid-19 ini. Dengan demikian secara garis besar, pemahaman mahasiswa tentang dampak virus Covid-19 sudah meningkat daripada sebelumnya. Sedangkan survey terkait dengan pemahan protokol kesehatan :



Gambar 9. Pemahaman Mahasiswa Terkait Protokol Kesehatan Covid-19

Dalam gambar 9 dapat terlihat bahwa jumlah mahasiswa yang merasa sudah memahami protokol Kesehatan Covid-19 adalah 24% (82 mahasiswa). Sedangkan 36% (93 mahassiswa) masih ragu terhadap

pemahamanya. Terakhir terdapat 40% (105 mahasiswa) merasa belum memiliki pemahaman terkait protokol Kesehatan Covid-19. Secara garis besar, masih banyak mahasiswa yang belum memahami bagaimana

menerapkan protokol Kesehatan Covid-19. Hal ini cukup memprihatinkan mengingat dalam usia yang cukup dewasa, mahasiswa selayaknya memiliki kedewasaan dalam menghadapi virus ini. Kedewasaan ini akan muncul jika mahasiswa tersebut memiliki wawasan yang cukup terkait protokol Kesehatan Covid-19

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian ini dapat disimpulkan beberapa hal:

1. Kegiatan pengabdian berjalan dengan lancar dan sesuai dengan harapan.
2. Kendala yang dihadapi adalah terjadinya gangguan pada jaringan internet beberapa kali.
3. Kegiatan ini dapat meningkatkan pemahaman mahasiswa terkait dengan menjaga kebersihan diri.
4. Kegiatan ini dapat memberikan wawasan terhadap protokol kesehatan Covid-19 yang sebelumnya masih lemah dikalangan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrullah, A.A., Setiawan, & Setyorini, D. (2017). Optimalisasi Kebersihan Perseorangan/Personal Hygiene Bagi Masyarakat Pedesaan Di Desa Cipacing Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 6(3), 220–223.
- Afriyadi, S., & Putri, M. E. (2016). Hubungan Personal Hygiene Dan Perilaku Menjaga Kebersihan Lingkungan Sekolah Dengan Kejadian Ascariasis Di Sdn 04/Iv Arab Melayu Kec. Pelayangan Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim*, 5(1), 59–71.
- Albezuirat, M., Iqbal Hussain, M., Zulkepli, N. N., Albzeirat, M., & Elmetwally, A. (2020). The Main Protocols to Study Covid-19 Pandemic. *International Journal of Multidisciplinary Sciences and Advanced Technology*, 1(3), 23–31.
- Boosting, M., & Worldwide, A. (2014). Better Health & Social Care Volume 1 : Report. In *Jean-Pierre Girard* (Vol. 1). International Summit of Cooperatives, Quebec.
- Hadi, S. (2020). Pengurangan Risiko Pandemi Covid-19 Secara Partisipatif: Suatu Tinjauan Ketahanan Nasional terhadap Bencana. *Jurnal Perencanaan Pembangunan: The Indonesian Journal of Development Planning*, 4(2), 177–190.
- Duke, L.H. (2017). The importance of social ties in mental health. *Mental Health and Social Inclusion*, 21(5), 264–270.
- Mungkasa, O. (2020). Bekerja dari Rumah (Working From Home/WFH): Menuju Tatanan Baru Era Pandemi COVID 19. *Jurnal Perencanaan Pembangunan: The Indonesian Journal of Development Planning*, 4(2), 126–150.
- Regina, C., & Alves, L. (2020). Vertical social distancing policy is ineffective to contain the Covid-19 pandemic. *Cadernos De Saude Publica*, 36(5), 1–9.
- Shoenfeld, Y. (2020). Corona (Covid-19) time musings: Our involvement in Covid-19 pathogenesis, diagnosis, treatment and vaccine planning. *Autoimmunity Reviews*, 19(6), 102538.
- Zakiudin, A. (2016). Perilaku Kebersihan Diri (Personal Hygiene) Santri di Pondok Pesantren Wilayah Kabupaten Brebes. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 11(2), 64–83.