

Edukasi, Pendampingan, dan Pemberdayaan Keluarga yang Menjalani Isolasi Mandiri COVID 19 dalam Upaya Peningkatan Status Kesehatan Keluarga

Education, Assistance, and Family Empowerment that are Understanding Self Isolation COVID 19 in the Effort Improvement of Family Health Status

Maria Ulfah*

Tinah Purwaningsih

Deddy Utomo

Department of Nursing, Poltekkes
Kemenkes Semarang, Tegal, Central
Java, Indonesia

email: ulfahmaria29@gmail.com

Kata Kunci

Covid 19
Keluarga
Isolasi Mandiri
Status Kesehatan

Keywords:

Covid 19
Family
Self isolation
Health status

Received: December 2023

Accepted: January 2024

Published: April 2024

Abstrak

Awal tahun 2020 menjadi awal mulanya terjadinya wabah COVID 19 di dunia, Hingga tahun 2021 kasus Covid semakin banyak terjadi di Indonesia, semakin banyak kasus positif di masyarakat mengakibatkan Rumah sakit tidak dapat menerima pasien untuk di rawat di Rumah sakit, sehingga masyarakat yang mengalami gejala sedang, ringan dan tanpa gejala dapat melakukan isolasi mandiri di rumah masing masing. Pertanggal 28 Februari 2021 tercatat 2112 kasus positif di Kota Tegal. Selama menjalani isolasi mandiri pasien memerlukan dukungan keluarga, keluarga mempunyai peran yang sangat penting dalam peningkatan status kesehatan, sehingga diperlukan edukasi, pendampingan dan pemberdayaan terhadap keluarga, edukasi yang diberikan melalui media buklet, serta pemberian masker, hand sanitizer, hand soap, disinfektan spray dan termometer digital kepada keluarga yang sedang isolasi mandiri. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku tentang COVID 19 sehingga dapat meningkatkan status kesehatan dan dapat mencegah menularnya COVID 19 di masyarakat khususnya keluarga..

Abstract

The beginning of 2020 was the beginning of the COVID-19 outbreak in the world; until 2021, more and more COVID-19 cases occurred in Indonesia, and more and more positive cases in the community resulted in hospitals not being able to accept patients for treatment in hospitals, so people who experienced moderate symptoms, mild and without symptoms can self-isolate in their respective homes. As of February 28, 2021, there were 2112 positive cases in Tegal City. During self-isolation, the patient needs family support; the family has a vital role in improving health status, so education, assistance, and empowerment are needed for families; education is provided through booklet media, as well as the provision of masks, hand sanitizers, hand soap, disinfectant spray and digital thermometer to families who are self-isolating. This activity aims to increase knowledge, attitudes, and behavior about COVID-19 to improve health status and prevent the spread of COVID-19 in the community, especially families.



© 2024 Maria Ulfah, Tinah Purwaningsih, Deddy Utomo. Published by [Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya](#). This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i4.7053>

PENDAHULUAN

COVID-19 menjadi masalah kesehatan dunia. Kasus ini diawali dengan informasi dari Badan Kesehatan Dunia/ World Health Organization (WHO) pada tanggal 31 Desember 2019 yang menyebutkan adanya kasus kluster pneumonia dengan etiologi yang tidak jelas di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China. Kasus ini terus berkembang hingga adanya laporan kematian dan terjadi importasi di luar China. Pada tanggal 30 Januari 2020, WHO menetapkan COVID-19 sebagai Public Health Emergency of International Concern (PHEIC)/ Kedaruratan Kesehatan Masyarakat Yang Meresahkan Dunia (KKMMD). Pada tanggal 12 Februari 2020, WHO resmi menetapkan penyakit novel coronavirus pada manusia ini dengan sebutan Coronavirus Disease (COVID19). Pada tanggal 2 Maret 2020 Indonesia telah

How to cite: Ulfah, M., Purwaningsih, T., & Utomo, D. (2024). Edukasi, Pendampingan, dan Pemberdayaan Keluarga yang Menjalani Isolasi Mandiri COVID 19 dalam Upaya Peningkatan Status Kesehatan Keluarga. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 9(4), 670-675. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i4.7053>

melaporkan 2 kasus konfirmasi COVID-19. Pada tanggal 11 Maret 2020, WHO sudah menetapkan COVID-19 sebagai pandemic (Kemenkes, 2020).

Sejak ditetapkannya negara Indonesia Sebagai darurat bencana corona berdasarkan rekomendasi WHO, maka pemerintah mengambil beberapa langkah yang ditetapkan sebagai kebijakan untuk pencegahan penularan COVID-19 ini. Untuk mengantisipasi dan mengurangi jumlah penderita virus corona di Indonesia dilakukan beberapa kebijakan di seluruh daerah, diantaranya dengan memberikan kebijakan membatasi aktifitas keluar rumah, kegiatan sekolah dirumahkan, bekerja dari rumah (*work from home*), bahkan kegiatan beribadah pun dirumahkan. Pemerintah akhirnya menetapkan kebijakan karantina wilayah dengan adanya penutupan beberapa akses jalan dalam waktu tertentu, pembatasan jumlah transportasi, pembatasan jam operasional transportasi, yang tentunya kebijakan itu dimaksudkan untuk dapat menahan laju aktifitas masyarakat keluar rumah. Kebijakan karantina wilayah ini dikenal dengan PSBB yaitu pembatasan sosial berskala besar (Satuan Tugas Pengamanan COVID-19 Indonesia, 2020).

Kota Tegal merupakan salah wilayah yang berada di Jawa Tengah, Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh pengabdian bahwa kasus COVID-19 di Kota Tegal per tanggal 28 Februari tercatat 2112 total kasus positif, 1 orang di rawat, 14 isolasi mandiri, 1976 sembuh dan 121 meninggal dunia (<https://corona.tegalkota.go.id/?page=beranda>), hasil wawancara dengan kepala puskesmas Bandung Kota Tegal didapatkan bahwa pada tanggal 15 februari ada 4 keluarga yang sedang menjalani isolasi mandiri. Upaya yang telah dilakukan oleh pihak dinas Kesehatan Kota Tegal antara lain dengan memberikan bantuan logistic kepada keluarga namun pendampingan secara intens kepada keluarga belum optimal dilakukan, serta pemberdayaan peran keluarga belum dilibatkan secara maksimal.

Keluarga mempunyai peranan penting dalam upaya pencegahan penyebaran penyakit COVID 19 (Wuryanti, 2021), keluarga dapat memberikan dukungan kepada anggota keluarganya serta menanamkan budaya untuk hidup bersih dan sehat, membiasakan cuci tangan dan memakai masker (Kemenkes RI, 2020).

Mughni (2020) menjelaskan bahwa Fungsi keluarga dalam bidang kesehatan yaitu suatu unit dasar dimana suatu kualitas kesehatan individu dalam keluarga itu bisa ditingkatkan, diabaikan, diperbaiki, dipengaruhi ataupun dicegah dalam promosi dan pencegahan penyakit. Lebih lanjut, salah satu fungsi keluarga adalah fungsi perawatan kesehatan yang bertujuan untuk mempertahankan status kesehatan anggota keluarganya setinggi-tingginya baik bersifat preventif maupun merawat anggotanya yang sakit secara bersamaan melalui dukungan keluarga

Pemberdayaan keluarga dapat sebagai suatu proses klien dalam mengontrol status kesehatannya (Arista *et al.*, 2020) Pemberdayaan memiliki makna bagaimana keluarga memampukan dirinya sendiri dengan difasilitasi orang lain untuk meningkatkan atau mengontrol status keluarga dengan cara meningkatkan kesanggupan keluarga melakukan fungsi dan tugas perawatan kesehatan keluarga.

Dalam Dukungan informasional, keluarga bisa memberikan informasi tentang penyakit Corona kepada anggota keluarganya, mengingatkan jika lupa cuci tangan atau lupa memakai dan membawa masker. Untuk dukungan instrumental keluarga dapat menyediakan masker untuk keluarganya, menyediakan handsanitizer/ sabun atau alat cuci tangan, menyediakan makanan bergizi, menjaga kebersihan rumah dan lain sebagainya. Untuk dukungan penghargaan keluarga dapat selalu memberikan pujian bagi anggotanya yang tetap mempertahankan prinsip 3 M tersebut sehingga dapat meningkatkan motivasi mereka. Sedangkan untuk dukungan emosional yaitu keluarga tetap memberikan kasih sayang dan perhatian pada anggota keluarga yang lain yang sedang isolasi mandiri atau yang sedang berobat karena covid 19 (Friedman, 2010).

Berdasarkan fenomena diatas pengabdian akan melakukan pengabdian masyarakat dengan judul Edukasi, Pendampingan Dan Pemberdayaan Keluarga Yang Menjalani Isolasi Mandiri Covid 19 Dalam Upaya Peningkatan Status Kesehatan Keluarga.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Bandung. Tim Pengusul PKM dengan kelurahan Bandung Kota Tegal. Pengusul program bertindak sebagai pemberi materi sedangkan mitra bertindak sebagai pelaksana. Jumlah peserta untuk program PKM ini ditentukan sebanyak 30 keluarga yang melakukan isolasi mandiri selama bulan Maret- Juni 2021

disusun mulai dari:

Tim Pengusul PKM dengan kelurahan Bandung Kota Tegal. Pengusul program bertindak sebagai pemberi materi sedangkan mitra bertindak sebagai pelaksana. Jumlah peserta untuk program PKM ini ditentukan sebanyak 30 pasien dalam keluarga yang menjalani isolasi mandiri selama bulan Maret- Agustus 2021

Tahap pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

1. Edukasi

Edukasi diberikan kepada keluarga yang menjalani isolasi mandiri COVID-19 tentang penyakit, tanda gejala, pengobatan serta pelaksanaan isolasi mandiri secara online dan dibantu dengan buklet panduan isolasi mandiri bagi keluarga.

2. Pendampingan keluarga

Tim pengabdian melakukan pendampingan kepada keluarga yang sedang menjalani isolasi mandiri hingga keluarga dianggap sembuh dari Covid 19, selama pendampingan keluarga dilakukan demonstrasi : Cara mencuci tangan yang benar, Cara menggunakan hand sanitizer, cara menggunakan masker dan membuang masker sekali pakai, cara mencuci masker, cara mencuci pakaian pada pasien covid 19, cara membersihkan rumah dengan disinfektan

3. Pemantauan Kesehatan keluarga selama isolasi mandiri

Pemantauan Kesehatan keluarga selama isolasi mandiri diperlukan agar keluarga dapat bentuk pemantauan Kesehatan yang dapat dilakukan oleh keluarga antara lain suhu tubuh dengan thermometer, dan keluarga mencatat status kesehatannya pada form yang sudah disediakan dan melaporkan status kesehatannya lewat telp atau WA dan bila kondisinya memburuk, puskesmas akan merujuk ke RS rujukan Covid-19.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat di mulai pada bulan Mei hingga oktober 2021 melibatkan kader kesehatan, perawat gugus Covid 19, diawali dengan melakukan perijinan ke Puskesmas Bandung, kemudian koordinasi dengan Gugus Covid 19 di puskesmas, kemudian melakukan koordinasi dengan Kelurahan Bandung, Kelurahan Tunon dan Kelurahan Keturen, jumlah pasien COVID 19 yang menjadi peserta berjumlah 30 orang dengan di damping 4 kader kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan *door to door* kepada pasien yang menjalani isolasi mandiri di rumah. Tim membagikan hand sanitizer, sabun cuci tangan, masker bedah, termometer digital dan semprotan disinfektan kepada pasien yang menjalani isolasi mandiri dirumah. Tujuan memberikan perlengkapan selama isolasi mandiri adalah selain meningkatkan kemampuan klien selama pengetahuan dan skill nya diharapkan fasilitas ini dapat membantu dalam mewujudkan kebiasaan dan perilaku pencegahan penularan Covid-19 yang positif. Selama ini masih banyak pasien yang belum tahu tentang pentingnya menjaga kebersihan saat sedang menjalani isolasi mandiri tanpa menggunakan masker dan cuci tangan. Kegiatan ini salah satunya bertujuan untuk memfasilitasi pasien agar tidak menularkan kepada anggota keluarga yang lain. Hal-hal yang tidak boleh dilakukan saat isolasi mandiri yaitu tidak boleh berbagi alat makan, mandi, dan pakaian bersama anggota keluarga lain. Jika harus berbagi kamar mandi atau mesin cuci pakaian maka bersihkan dengan disinfektan setelah dipakai. Cara menjaga pertahanan tubuh selama melakukan isolasi mandiri yaitu tetap terapkan pola hidup sehat antara lain makan makanan bergizi seimbang, perbanyak buah dan sayur, istirahat yang cukup, lakukan olahraga ringan dan hindari merokok atau minuman alkohol (Kemenkes, 2020).

Termometer digunakan untuk memantau suhu harian pasien selama menjalani isolasi mandiri dirumah dan setelah selesai masa isolasi mandiri dapat digunakan oleh keluarga untuk mengukur suhu tubuh anggota keluarga yang lain.

Pengukuran suhu diperlukan sebagai screening awal untuk mengetahui ada yang mengalami kenaikan suhu tau tidak karena beresiko sakit dan bisa menularkannya ke orang lain.



Gambar 1. Penyerahan Pengmas Kit kepada pasien yang menjalani isolasi mandiri dirumah.

Kegiatan berikutnya melakukan edukasi dan pendampingan kepada keluarga dengan mengajarkan cara mencuci tangan yang benar, cara menggunakan masker, cara membersihkan rumah dengan disinfektan (gambar 2). Kegiatan ini dilakukan setelah masa isolasi mandiri selesai dan pasien dinyatakan sudah sembuh dari COVID 19, tidak hanya kepada pasien saja namun pada anggota keluarga yang lain yang memiliki resiko tertular COVID 19.



Gambar 2. Edukasi dan Pendampingan



Gambar 3. Edukasi dan Pendampingan tentang cara mencuci tangan yang benar.

Edukasi yang diberikan berhasil lebih dari target yang ditentukan pada awal kegiatan PKM yaitu 85%, hal ini menunjukkan bahwa edukasi efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait dengan pengetahuan, sikap dan Tindakan pencegahan COVID 19, edukasi yang diberikan oleh tim pengabdian masyarakat dalam bentuk booklet yang berisi tentang cara melakukan isolasi mandiri dirumah, cara mencuci tangan yang benar, cara menggunakan hand sanitizer, cara menggunakan masker, cara mencuci masker kain, cara

memperlakukan pakaian pasien COVID 19, cara membuat desinfektan sederhana, cara membersihkan rumah dengan desinfektan.

Edukasi terkait masalah kesehatan bertujuan untuk memberikan informasi dan instruksi dalam rangka peningkatan pemahaman terkait masalah Kesehatan dan menghindari masalah penyakit tertentu (Hahn & Truman, 2015), edukasi yang dilakukan oleh TIM pengabdian masyarakat dengan media booklet yang menarik dan mudah dipahami oleh keluarga terkait dengan materi yang diberikan.

Hal-hal yang tidak boleh dilakukan saat isolasi mandiri yaitu tidak boleh berbagi alat makan, mandi, dan pakaian bersama anggota keluarga lain. Jika harus berbagi kamar mandi atau mesin cuci pakaian maka bersihkan dengan desinfektan setelah dipakai. Cara menjaga pertahanan tubuh selama melakukan isolasi mandiri yaitu tetap terapkan pola hidup sehat antara lain makan makanan bergizi seimbang, perbanyak buah dan sayur, istirahat yang cukup, lakukan olahraga ringan dan hindari merokok atau minuman alkohol (Kemenkes, 2020).

Dalam kegiatan edukasi melibatkan keluarga sehingga terjadi proses pemberdayaan keluarga, keluarga mempunyai peran yang penting

Peran fungsional kepala keluarga dimasa pandemi Covid-19 adalah kemampuan mendisiplinkan seluruh perilaku anggota keluarganya. Mengingat kunci utama agar aman dari penularan Covid-19 adalah berperilaku disiplin (Santika, 2020). Peran strategis kepala keluarga untuk mendisiplinkan perilaku anggotanya dapat dipandang sebagai indikator pengukur keberhasilan keluarga dalam membantu pemerintah menghentikan penyebaran Covid- 19. Efektivitas pendisiplinan yang dilakukan kepala keluarga terhadap anggotanya tidak mungkin terpisahkan dari kedudukannya sebagai tokoh sentral dan panutan di dalam struktur masyarakat terkecil itu. Karena posisinya sebagai pemimpin (*leader*), kepala keluarga sebenarnya mempunyai otoritas atau kekuasaan tertinggi untuk meminta ketaatan seluruh anggota keluarganya supaya selalu mematuhi protokol kesehatan yang ditetapkan Pemerintah menyangkut Covid-19.

Kunci penting keberhasilan dalam pengendalian Covid-19 pada keluarga adalah dengan membekali pengetahuan yang tepat dan mudah dimengerti serta di terapkan dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan maka tujuan dari dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat ini tercapai. Yaitu dengan meningkatkan status Kesehatan masyarakat yang mejalani isolasi mandiri ditandai dengan semakin meningkatnya status Kesehatan dari gejala ringan dan sedang menjadi sembuh setelah dilakukan edukasi dan pendampingan selama menjalani isolasi mandiri. Di sarankan puskesmas selalu mengingatkan masyarakat agar selalu menjaga protokol kesehatan walaupun sudah dinyatakan sembuh dari COVID 19. Dan tetap selalu dilakukan pemantauan status kesehatan dan meningkatkan fungsi keluarga dalam menjaga status kesehatan setiap anggota keluarga agar terhidar dari penularan COVID 19.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terima kasih penulis sampaikan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Semarang, atas ijin pelaksanaan dan penyediaan dana kegiatan PKM, kepala puskesmas Bandung, Kota Tegal yang menjadi mitra kegiatan serta masyarakat Wilayah kelurahan Bandung, Tunon dan Keturen sebagai partisipan.

REFERENSI

- Arista, L., Nurachmah, E., & Herawati, T. (2020). Penerapan Program Pemberdayaan Keluarga Sebagai Upaya Meningkatkan Status Fungsional Klien dan Kesiapan Keluarga Merawat Klien Stroke. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia* 10(04):148-155. <http://dx.doi.org/10.33221/jiiki.v10i04.811>
- Friedman, M. M., & Bowden, V. R. (2010). Buku ajar keperawatan keluarga. EGC.
- Hahn, R.A., Truman, B.I. 2015. Education Improves Public Health and Promotes Health Equity. *International Journal of Health Services*. 45(4):657-678. <https://dx.doi.org/10.1177/0020731415585986>
- Kemenkes RI. Buku Pedoman Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan COVID-19. Kementerian Kesehatan RI, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. 2020.
- Kemenkes. (2020). Protokol Isolasi Mandiri COVID-19. <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/dki-jakarta/protokol-isolasi-mandiri-COVID-19>
- Santika, I, G, N, N. (2020). Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Menghadapi Persoalan Covid-19: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial*, 6 (2). <https://doi.org/10.23887/jiis.v6i2.28437>
- Satuan Tugas Pengamanan COVID-19 Indonesia. (2020). Data Sebaran Virus Corona Indonesia. <https://www.covid19.go.id/>
- Sulaiman, O. K. (2020). Pohon Keputusan Isolasi Pencegahan Penyebaran COVID-19 dengan Iterative Dichotomiser 3 (ID3). Green Press
- Sulaiman, O. K. (2020). Pohon Keputusan Isolasi Pencegahan Penyebaran COVID-19 dengan Iterative Dichotomiser 3 (ID3). Merdeka Kreatif di Era Pandemi Covid-19, 15.
- Wuryanti, S. (2021). Peran Penting Keluarga dalam Penanganan dan Pencegahan Covid-19. *Jurnal Pusdiklat Kesos* 18 77-86