



**KEPATUHAN PENGUNJUNG PUSKESMAS TERHADAP PROTOKOL KESEHATAN  
3 M ( MEMAKAI MASKER, MENCUCI TANGAN, MENJAGA JARAK DAN  
MENGHINDARI KERUMUNAN)**

**Harmawati<sup>1\*</sup>, Etri Yanti<sup>2</sup>**

Program Studi S1 Keperawatan, STIKes Syedza Saintika Padang

\*Email : Harmawati1958@gmail.com

**ABSTRAK**

Penyebaran virus corona atau Covid 19 di Indonesia harus ditekan semaksimal mungkin,. Salah satu cara utama adalah dengan menerapkan perilaku hidup disiplin. maka selalu # ingat pesan ibu dengan melakukan langkah 3 M sebagai upaya pencegahan dan memutuskan rantai penularan Covid 19. Membiasakan dan mewajibkan diri untuk mematuhi protokol kesehatan merupakan salah satu kunci agar virus covid 19 dapat ditekan penyebarannya. Namun diperlukan perilaku disiplin dari diri sendiri, juga sangat perlu untuk dilakukan secara kolektif dengan penuh kesadaran. Menerapkan 3 M demi keselamatan bersama. yaitu 1. Memakai masker 2. Mencuci tangan 3 Menjaga jarak dan menghindari kerumunan. Kepatuhan masyarakat terhadap protokol kesehatan 3 M masih belum memuaskan gravik masih mengalami fluktuasi ada kenaikan serta ada penurunan saat liburan. Penambahan kasus yang cukup besar menambah lajunya penularan Covid 19 masih terus meningkat. Kesadaran dan disiplin akan protokol kesehatan akan berdampak penurunan angka penularan Covid 19 dengan memakai masker secara benar, mencuci tangan secara teratur dan menjaga jarak serta menghindari kerumunan. Tujuan dalam kegiatan ini adalah untu meningkatkan pengetahuan pengunjung terutama pasien dan keluarga tentang kepatuhan pengunjung Puskesmas terhadap protokol kesehatan 3 M (memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak dan menghindari kerumunan ). Metode yang digunakan adalah ceramah, simulasi, diskusi dan kuesioner dengan jumlah 20 orang pasien dan keluarga pengunjung Puskesmas Belimbing Kuranji Padang. Kegiatan menghasilkan peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga pengunjung Puskesmas dalam upaya peningkatan kepatuhan terhadap protokol kesehatan 3 M. Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan dapat menerapkan protokol kesehatan 3 M

**Kata Kunci :** Kepatuhan, Protokol kesehatan, Pengunjung Puskesmas.

**ABSTRACT**

*The spread of the virus corona or Covid 19 in Indonesia must be suppressed as much as maybe. One of the main way is by applying discipline. patterns of living. So always # remember my message mather to do step 3 M as an effort preventif and breaking the chain of transmission Covid 19. Accustom and pledge ourselves to obey protocol health is one of the key to the virus can be reduced their distribution. Covid 19. But it takes the discipline of yourself, behavior also really need to be done collectively by full consciousness. Apply 3 m by safety with together , the 1.Wearing a mask 2.Washing the hands 3. Keep at a distance and avoid crowd. Compliance protocol of the community health 3 m is still not satisfactory gravik is still experiencing fluctuations and there has been a surge during the holidays .The disobedience society or the visitors..Substantial additional cases increased her speed transmission covid 19 it is still increasing .Health awareness and discipline will protocol would have an impact in the transmission of covid 19 with wearing a mask is right , wash hands regularly and keep his distance and avoid a crowd . The purpose of this activity is to increase knowledge visitors especially a patient and family about compliance visitors puskesmas against protocol health 3 M ( , wearing a mask washing your hands, keep your distance and avoid the crowd ).Methods used is a lecture, a simulation, discussion and the*



*questionnaire with the number of 20 patients and the family visitors puskesmas carambola kurangi the. The activities resulted in increased knowledge patients and visitors family health center in efforts to improve adherence to protocol 3 M. healthIs expected to increase knowledge and can apply the protocol health 3 M*

**Keywords:** *compliance , health protocol , the visitors*

## PENDAHULUAN

*World Health Organization* (WHO) secara resmi mendelakrasikan virus corona ( Covid 19) sebagai pandemi pada tanggal 9 Maret 2020, artinya virus corona sudah menyebar secara luas diseluruh dunia. Indonesia kasus pasien yang tertular virus coona masih tinggi, jadi tetap disiplin menjalankan agar terhindar dari penularan virus corona. Data Satgas Covid 19 Rabu 28 April 2021 ada tambahan 5.241 kasus baru yang terinfeksi virus corona di Indonesia sehingga total menjadi 1.657.035 kasus positif corona. Corona virus atau disebut juga dengan virus corona merupakan keluarga besar virus yang mengakibatkan terjadinya infeksi saluran pernafasan atas ringan hingga sedang seperti penyakit flu. Banyak orang terinfeksi virus ini, setidaknya satu kali dalam hidupnya. Gejala dari virus corona adalah hidung beringsus, sakit kepala, batuk, sakit tenggorokan, demam, merasa tidak enak badan dan hilang kemampuan indera perasa dan penciuman. Penyebaran virus corona atau Covid 19 di Indonesia harus ditekan semaksimal mungkin,. Salah satu cara utama adalah dengan menerapkan perilaku hidup disiplin. Maka selalu # ingat pesan ibu dengan melakukan langkah 3 M sebagai upaya pencegahan dan memutuskan rantai penularan Covid 19. Membiasakan dan mewajibkan diri untuk mematuhi protokol kesehatan merupakan salah satu kunci agar virus covid 19 dapat ditekan penyebarannya. Namun diperlukan perilaku disiplin dari diri sendiri, juga sangat perlu untuk dilakukan secara kolektif dengan penuh kesadaran.

Menerapkan 3 M demi keselamatan bersama. yaitu 1. Memakai masker 2. Mencuci tangan 3 Menjaga jarak dan menghindari kerumunan. Menurut Adisasmito,W (2020) mengatakan penelitian International memakai masker menurunkan resiko penularan covid 19 sebanyak 45 persen, mencuci tangan menurunkan resiko penularan 35 persen dan menjaga jarak atau *social distancing* dan menghindari kerumunan dapat meminimalkan resiko penularan Covid 19 sebanyak 85 persen.

Kepatuhan masyarakat terhadap protokol kesehatan 3 M masih belum memuaskan gravik masih mengalami fluktuasi ada kenaikan serta ada penurunan saat liburan. Masalah ketidakpatuhan masyarakat atau pengunjung Puskesmas, ia akan menekankan dampaknya pada penambahan jumlah kasus terkonfirmasi positif Covid 19. Penambahan kasus yang cukup besar menambah lajunya penularan Covid 19 masih terus meningkat. Kesadaran dan disiplin akan protokol kesehatan akan berdampak penurunan angka penularan Covid 19 dengan memakai masker secara benar, mencuci tangan secara teratur dan menjaga jarak serta menghindari kerumunan.

Berdasar hasil pendahuluan tersebut, maka tim pengusul berusaha membantu masalah tersebut dengan meningkat pengetahuan tentang Kepatuhan pasien dan keluarga pengunjung Puskesmas terhadap protokol kesehatan 3M ( Memakai masker, Mencuci tangan, Menjaga jarak dan menghindari kerumunan)



## METODE

Selanjutnya berdasarkan identifikasi masalah, tim pengusul melakukan langkah-langkah pendekatan yang telah disepakati

untuk menyelesaikan masalah tersebut. Langkah – langkah dalam menyelesaikan masalah tersebut adalah :

Tujuan Kegiatan	Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan pasien serta keluarga dalam kepatuhan pengunjung Puskesmas terhadap protokol kesehatan 3 M ( Memakai masker, Mencuci tangan, Menjaga jarak dan menghindari kerumunan )
Isi kegiatan	a. Konsep Virus corona atau Covid 19 b. Kepatuhan pengunjung pasien dan keluarga terhadap protokol kesehatan 3M
Sasaran	Pasien dan keluarga pasien yang datang berkunjung ke Puskesmas Belimbing .sebanyak 20 orang.
Strategi	Metode kegiatan yang dilakukan berupa : a. Ceramah/penyuluhan b. Video kepatuhan pengunjung Puskesmas terhadap protokol kesehatan 3 M ( Memakai masker, Mencuci tangan, Menjaga jarak dan menghindari kerumunan. c. Diskusi/sarasehan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabmas dilaksanakan hari Selasa tanggal 13 April 2021 pukul 10.00 Wib, tempat pelaksanaan di Puskesmas Belimbing Padang.

Peserta yang menghadiri sebanyak 20 orang dari pasien dan keluarga pasien. Tim penyuluh terdiri dari presenter dan moderator. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan dengan 3 tahap yaitu :

### 1. Tahap Perkenalan

Sebelum kegiatan dimulai tim pengabmas melakukan salam pembuka dan perkenalan dan dilanjutkan menjelaskan maksud dan tujuan dari materi yang diberikan dan kontrak pelaksanaan yang akan dilakukan. Selanjutnya disepakati bahwa penyuluhan dilaksanakan selama 60 menit.

### 2. Tahap Penyajian

Sebelum materi diberikan pemateri melakukan penggalan pengetahuan kepada peserta untuk mengetahui pengetahuan

peserta dengan materi yang diberikan / pre test. Materi yang diberikan menggunakan power point dengan menggunakan media infokus. Materi yang diberikan adalah bagaimana pasien dan keluarga pasien dapat meningkatkan pengetahuan kepatuhan pengunjung Puskesmas terhadap protokol kesehatan 3 M adalah : defenisi tentang Virus corona dan penyebab corona, resiko tertular dan gejala pasien terkena virus corona. Tahap kedua materi Kepatuhan pengunjung Puskesmas terhadap protokol kesehatan 3 M

### 3. Tahap Akhir

Sebelum materi diakhiri moderator memberikan kesempatan kepada peserta untuk memberikan pertanyaan. Kegiatan penyuluhan diakhiri dengan sesi tanya jawab dan respon pasien cukup baik terlihat dari beberapa pertanyaan yang disampaikan kepada pemateri. Berbagai pertanyaan tersebut refleksi keingintahuan pasien dan keluarga pasien mengenai kepatuhan



pengunjung puskesmas terhadap protokol kesehatan 3 M dan juga moderator mengevaluasi kembali materi yang diberikan Peserta penyuluhan bisa memberikan jawaban sesuai dengan materi yang disampaikan. Disamping itu pasien dan keluarga dapat mengulang kembali kepatuhan pengunjung Puskesmas terhadap protokol kesehatan 3 M

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kegiatan tersebut didapatkan terjadinya perubahan yaitu adanya peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga pasien dalam upaya pencegahan dini terhadap diabetes melitus tipe 2. Disarankan kepada perawat perlunya pasien dan keluarga pasien dalam menerapkan kepatuhan pengunjung puskesmas terhadap protokol kesehatan 3 M agar tidak terjadi pasien tertular virus corona., terutama resiko tinggi terjadinya pada bayi, anak dan lansia karena daya tahan rendah.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Brunner and Suddart, 2000 Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah  
Rumahorbo Hotma, 2014 Mencegah Diabetes Melitus Dengan Perubahan Gaya hidup, Bogor in Media  
Soedarsono. 2016 Cara Alami Mencegah Dan Mengobati Diabetes, Surabaya, Stomata  
Tarwoto, 2016 Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Sistem Endokrin. Jakarta Timur CV Trans Info Media