



PENYULUHAN ETIKA BATUK DI MESJID AL MUQARRABIN KOMPLEK KODAM KECAMATAN NANGGALO PADANG

Yuliza Birman^{1*}, Rosmaini², Efriza³

^{1,2,3}Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah

Email : yulizabirman@fk.unbrah.ac.id

ABSTRAK

Coronavirus disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Syndrome Corona Virus 2 (SARS-CoV-2). Penyebaran SARS-CoV-2 sangat cepat karena sumber transmisi utamanya berasal dari manusia ke manusia. SARS-CoV-2 dapat menyebar secara langsung atau droplet maupun melalui kontak tidak langsung yaitu melalui benda yang terkontaminasi dan penularan melalui udara. Penyebaran secara langsung dapat terjadi melalui percikan udara ketika berbicara, batuk dan bersin. Percikan ini tidak dapat melebihi jarak hingga dua meter, namun dapat bertahan di udara hingga tiga jam. Penularan tidak langsung terjadi jika seseorang menyentuh permukaan yang terkontaminasi SARS-CoV-2, kemudian tangan menyentuh selaput lendir seperti mata, hidung, atau mulut. Virus ini dapat menginfeksi siapa saja, tetapi efeknya akan lebih berbahaya bahkan fatal pada orang lanjut usia, ibu hamil, orang yang sedang sakit atau orang dengan daya tahan tubuhnya lemah. Studi tendahulu, remaja seringkali lebih tinggi mobilitasnya, mereka mungkin menjadi Orang tanpa gejala (OTG) yang dapat menyebarkan virus tanpa disadari. Masih terdapat tambahan kasus baru sebanyak 31 orang dengan total konfirmasi positif covid tahun 2022 yaitu 7.151 kasus, 43 orang kasus sembuh, sehingga total sembuh 5.848 kasus. Terdapat 0 meninggal sehingga total meninggal 29 orang. Dalam rangka dies natalis FK unbrah yang ke 29, tim pengabdian masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah melakukan kegiatan pengabdian masyarakat “Campus Goes to Mesjid” yang bertujuan untuk memberikan penyuluhan guna meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat tentang etika batuk pada peserta pesantren ramadhan tingkat SMP dan SMA (remaja) diantaranya di Mesjid al Muqarrabin Kecamatan Nanggalo Padang untuk mencegah penyebaran COVID-19 yang masih saja ada, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang terhadap etika batuk.

Kata Kunci: Covid-19, penularan, batuk, etika

ABSTRACT

Coronavirus disease 2019 (COVID-19) is an infectious disease caused by Severe Acute Respiratory Syndrome Corona Virus 2 (SARS-CoV-2). The spread of SARS-CoV-2 is very fast because the main source of transmission comes from human to human. SARS-CoV-2 can spread directly or by droplet or through indirect contact, namely through contaminated objects and transmission through the air. Direct spread can occur through airborne droplets when talking, coughing and sneezing. These sparks cannot exceed a distance of up to two meters, but can remain in the air for up to three hours. Indirect transmission occurs if a person touches a surface contaminated with SARS-CoV-2, then hands touch mucous membranes such as the eyes, nose, or mouth. This virus can infect anyone, but the effect will be more dangerous and even fatal for the elderly, pregnant women, people who are sick or people with weak immune systems. Previous studies, adolescents are often more mobile, they may become asymptomatic people (OTG) who can spread the virus unknowingly. There are still 31 additional new cases with a total positive confirmation of COVID-19 in 2022, namely 7,151 cases, 43 cases recovered, bringing the total recovered to 5,848 cases. There were 0 deaths, bringing the total to 29 people. In the context of the 29th anniversary of FK Unbrah, the community service team of the Faculty of Medicine, Baiturrahmah University conducted a community service activity "Campus Goes to



the Mosque" which aims to provide counseling to increase public knowledge about cough etiquette in Ramadan boarding school participants at the junior and senior high school levels (adolescents).) including at the Al Muqarrabin Mosque, Nanggalo Padang District to prevent the spread of COVID-19 which still exists, so as to increase knowledge about cough etiquette.

Keywords: Covid-19, transmission, cough, etiquette

PENDAHULUAN

Coronavirus disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit menular disebabkan oleh *novel coronavirus* (nCoV), yaitu *Severe Acute Respiratory Syndrome Corona Virus 2 disease (SARS-CoV-2)*. (Lih, et al., 2019 & Kementerian Kesehatan RI, 2020 Dimulai di Wuhan, Provinsi Hubei Tiongkok tanggal 31 Desember 2019 (Burhan et al., 2020). Penyebaran SARS-CoV-2 sangat cepat karena sumber transmisi utamanya dari manusia ke manusia. (CDC, 2021. Pascarella et al, 2020) SARS-CoV-2 dapat menyebar secara langsung atau droplet maupun tidak langsung melalui benda yang terkontaminasi dan melalui udara. Penyebaran secara langsung melalui percikan udara ketika berbicara, batuk dan bersin. Percikan ini tidak dapat melebihi jarak hingga dua meter, namun dapat bertahan di udara hingga tiga jam (Mileka et al., 2020). Penularan tidak langsung terjadi bila seseorang menyentuh permukaan yang terkontaminasi SARS-CoV-2, kemudian tangan menyentuh selaput lendir seperti mata, hidung, atau mulut (McIntosh, 2020). Virus ini dapat menginfeksi siapa saja, tetapi efeknya akan lebih berbahaya bahkan fatal pada orang lanjut usia, ibu hamil, orang yang sedang sakit atau orang yang daya tahan tubuhnya lemah. (DINKES Kota Padang, 2022).

Kasus pertama COVID-19 di Indonesia, dilaporkan pada tanggal 2 Maret 2020 dan jumlahnya terus bertambah sampai sekarang. Sampai dengan 28 September 2021 kasus yang terkonfirmasi sebanyak 4.211.460 dengan 141.709 kasus meninggal. Sumatera Barat menjadi provinsi terbanyak ke-12 kasus konfirmasi yaitu 23.464 jiwa

dengan jumlah kematian sebanyak 525 pada tahun 2020 dan bertambah banyak hingga pada 28 September 2021, kasus terkonfirmasi berjumlah 89.203 dengan 2.118 kasus kematian. Terkhusus Kota Padang pada September 2021, kasus terkonfirmasi COVID-19 sebanyak 42.061 dengan 549 kasus kematian serta 41.378 pasien sembuh (Susilo, et al., 2020)

Covid-19 masuk Kota Padang 19 maret 2020 dan memuncak bulan Oktober-November 2020. Tahun 2021 muncul varian baru yang bernama COVID 19 varian Delta yang memuncak pada bulan Juli dengan puncak kasus pada bulan Agustus-September 2021, kemudian melandai sampai awal tahun 2022. Bulan Februari 2022 mulai timbul kasus baru dan muncul beberapa kluster ditempat kerja dan sekolah. Februari 2022 spesimen covid 19 diperiksa di laboratorium rujukan pusat di Jakarta dari 15 sampel kluster yang diuji dilaboratorium Kementerian Kesehatan terdapat 8 sampel yang dinyatakan positif. Masih terdapatnya tambahan kasus baru sebanyak 31 orang dengan total konfirmasi positif Covid tahun 2022 yaitu 7.151 kasus, 43 orang kasus sembuh, sehingga total sembuh 5.848 kasus. Terdapat 0 meninggal sehingga total meninggal 29 orang (Dinkes Kota Padang 2022).

Protokol kesehatan masa pandemi ini sangat penting dilakukan dengan tujuan mencegah penularan SARS-CoV-2 Menurut Kementerian Kesehatan, protokol kesehatan COVID-19 dapat dilakukan dengan 5M yaitu menggunakan masker, mencuci tangan, menjaga jarak, menjauhi kerumunan, dan mengurangi mobilitas.

Penyakit dapat dengan mudah menular melalui udara. Tanpa sadar,

bersin dan batuk bisa menyebarkan virus penyakit. Oleh karena itu jangan asal batuk dan bersin, kenali beberapa etika yang harus dilakukan. Hal ini menjadi bentuk pencegahan penularan penyakit. Ketika ingin bersin atau batuk, sangat penting mengetahui etika batuk agar penularan virus tidak terjadi. Mungkin, kebanyakan dari kita saat ingin bersin atau batuk, refleks menggunakan tangan untuk menutupinya. Namun cara ini belum sepenuhnya benar. (Dinkes Kota Padang 2022) Tujuan dari melakukan etika saat bersin dan batuk adalah menghindari penyebaran virus (Kementrian Kesehatan, 2018).

Etika Batuk merupakan tata cara batuk yang baik dan benar, dengan cara menutup hidung dan mulut dengan tissue atau lengan baju sehingga bakteri tidak

menyebarkan ke udara dan tidak menular ke orang lain. Tujuan utama menjaga etika batuk adalah mencegah penyebaran suatu penyakit secara luas melalui udara bebas (droplets) dan membuat kenyamanan pada orang di sekitarnya. Droplets tersebut dapat mengandung kuman infeksius yang berpotensi menular ke orang lain disekitarnya melalui udara pernafasan. (Dinkes Kota Padang, 2022)

Individu dalam lingkup bermasyarakat bisa berperan dalam penerapan strategi ini, salah satunya dengan menerapkan etika batuk dan bersin yang benar. Melihat kebiasaan sebagian orang saat berinteraksi di tempat umum atau kerumunan, ternyata belum banyak yang 'melek' soal tata cara batuk dan bersin agar tak menularkan penyakit ke orang lain



Etika batuk/bersin yang benar adalah sebagai berikut:

1. Tutup hidung dan mulut saat batuk/bersin dengan tissue atau lengan baju dalam. Hal ini agar virus tidak menyebar ke udara dan menular ke orang lain.
2. Segera buang tissue yang telah dipakai ke tempat sampah.
3. Cuci tangan dengan menggunakan air bersih dan sabun atau pencuci tangan berbasis alkohol.
4. Gunakan masker.



Etika batuk dan bersin menurut kesehatan pertama saat akan merasa bersin dan batuk segera ambil tisu untuk menutup hidung dan mulut, kemudian buang tisu tersebut. Bagi yang tidak membawa tisu, jangan tutup hidung dan mulut dengan telapak tangan. Gunakan lengan atas. Kemudian cuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Bila tidak ada sabun gunakan hand sanitizer atau alkohol sangat membantu. Kebiasaan batuk/bersin yang salah:

1. Tidak menutup mulut saat batuk atau bersin di tempat umum.
2. Tidak mencuci tangan setelah digunakan untuk menutup mulut atau hidung saat batuk/bersin.
3. Membuang ludah batuk di sembarang tempat.
4. Membuang atau meletakkan tisu yang sudah dipakai di sembarang tempat.
5. Tidak menggunakan masker saat flu atau batuk (Dinkes Kota Padang, 2022).

ChO Yu dkk meneliti bahwa remaja dengan covid 19 yang terkonfirmasi seringkali tidak menunjukkan gejala. Meskipun tidak ada gejala tetap harus menerapkan protokol kesehatan untuk semua orang. Sebab remaja seringkali mobile, mungkin menjadi OTG yang dapat menyebarkan virus tanpa disadari (Widayati, et al., 2021). Karena itu perlu dilakukan penyuluhan tentang etika batuk.

Salah satu upaya peningkatan pengetahuan dimasyarakat adalah memberikan penyuluhan tentang etika batuk kepada masyarakat karena masih minimnya pengetahuan masyarakat tentang hal tersebut. Tim Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah melakukan kegiatan pengabdian masyarakat "Campuss Goes to Mesjid" yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang etika batuk untuk pencegahan penyebaran covid 19 sehingga dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai etika

batuk. Peningkatan pengetahuan dimasyarakat akan dapat berpengaruh terhadap penurunan kejadian covid 19. Pendahuluan berisi uraian analisa situasi dan permasalahan yang ditemukan di tengah masyarakat.

METODE

Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan rangkaian tahapan yang meliputi persiapan, pelaksanaan dan pasca kegiatan. Pada tahap persiapan, tim melakukan studi/survei pendahuluan mengenai kejadian Covid 19. Lokasi kegiatan adalah di masjid Al-Muqarrabin Kompleks Kodam Kecamatan nanggalo Kota Padang. Lokasi ini dipilih dikarenakan terdapat kegiatan pesantren setiap bulan Ramadhan yang diikuti siswa siswi SD (kelas 4, 5 dan 6), SMP dan SMA di tempat ini. Setelah itu tim melakukan perizinan kegiatan dan berkordinasi dengan panitia pesantren ramadhan.

Pada tahap persiapan, tim menyiapkan materi dalam bentuk *powerpoint* etika batuk untuk digunakan dalam melakukan penyuluhan Pada tahap pelaksanaan, kepada peserta pesantren. Materi diberikan oleh ketua pelaksana selama 30 menit dengan alat bantu laptop dan infokus, kemudian anggota pelaksana memperagakan bagaimana etika batuk yang benar sambil diikuti oleh peserta pesantren selama 10 menit. Seluruh mahasiswa ikut terlibat setelah penyampaian materi dengan memberikan pertanyaan sesuai dengan materi yang disampaikan narasumber serta menyerahkan hadiah kepada peserta yang menjawab dengan benar dan tepat. Diakhir acara dilakukan penyerahan jam dinding untuk masjid serta kain sarung oleh ketua dan anggota pelaksana kepada ketua serta anggota pembina pesantren ramadhan, dan penyerahan hadiah kepada peserta yang berhak dilakukan oleh mahasiswa.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan penyuluhan tentang etik batuk maka peserta pesantren dapat melakukan bagaimana menerapkan etika ketika batuk yang benar agar dapat mencegah penularan COVID-19. Peserta pesantren adalah tingkatan usia remaja, dimana mereka adalah orang-orang yang sangat mobile, sehingga bila tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang etik batuk, maka mereka akan banyak dapat menularkan COVID-19 kepada orang lain. Luaran yang dicapai peserta dapat menerapkan pengetahuan cara melakukan etik batuk yang benar serta dapat membagikan ilmunya kepada keluarga, teman, tetangga dan masyarakat sekitar.

SIMPULAN

Coronavirus disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit menular yang disebabkan SARS-CoV-2. Penyebarannya sangat cepat karena sumber transmisi utamanya dari manusia ke manusia. Penyebaran secara langsung dapat terjadi melalui percikan udara ketika berbicara, batuk dan bersin. Penularan tidak langsung terjadi jika menyentuh permukaan terkontaminasi SARS-CoV-2, kemudian tangan menyentuh selaput lendir seperti mata, hidung, atau mulut. Virus dapat menginfeksi siapa saja lebih berbahaya bahkan fatal pada orang lanjut usia, ibu hamil, orang sedang sakit atau orang dengan daya tahan tubuhnya lemah. Remaja seringkali lebih mobile, mereka mungkin menjadi OTG yang dapat menyebarkan virus tanpa disadari. Etik batuk adalah mencegah penyebaran virus

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kota Padang. 2020. "Etika Batuk Dan Bersin Yang Benar." <https://dinkes.padang.go.id/etika-batuk-dan-bersin-yang-benar-putus-rantai-penularan-covid19-yuk-praktekkan>.
- Dinkes Kota Padang. 2022. "Situasi Terkini Perkembangan Kasus Coronavirus Disease (COVID-19) Di Kota Padang."
- Erlina, B., Susanto, Agus D., Nasution, SA., Gianajar, E., Pitoyo, CW., Susilo, A., Firdaus, I. Anwar, S. 2020. "Pedoman Tatalaksana Covid-19 Edisi 3." Jakarta: PDPI, PERKI, PAPDI, PERDATIN, IDAI 2(1).
- Guyton, A.C, Hall J.E. 2008. *Buku Ajar Isiologi Kedokteran*. 11th ed. Jakarta: EGC.
- Kusbiantoro, K., Dadang, D. 2015. "Pemberian Health Education Meningkatkan Kemampuan Mencuci Tangan Pada Anak Prasekolah." *Surya* 10.
- Kustantya, Nungky., Anwar, Mochamad Saiful. 2013. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Prilaku Hidup Bersih (PHBS) Pada Lansia." *Jurnal Keperawatan* 4(1).
- Li, H., Liu, S.M., Yu, X.H., Tang, S.L., Tang, C.K. 2020. "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Current Status and Future Perspective." *Sciencedirect* 55(5).
- McIntosh, Kenneth., Hirsch, Martin S., Bloom, Allyson. 2020. "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)." *UpToDate Hirsch MS Bloom* 5 5(1): 23-27.
- Melika, L., Hamblin, Michael, R., Rezaei, Nirma. 2020. "Covid-19: Transmission, Prevention, and Potential Therapeutic Opportunities." *Clinica Chimica Acta* 508: 254-66.
- Kemntrian Kesehatan. RI 2020. "Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19)."
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoya, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., Sinto, R., Singh, G. 2020. "Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literature Terkini (COVID-19: Update Literature Review)." *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia* 7(1): 45.



Widayati, Widayati., Linda, Linda.,,
Prasetyanin,. Mustika, Ika. 2021.
“Sikap Remaja Terhadap Upaya
Pencegahan Penularan Covid 19

Pada Orang Tanpa Gejala.” *Jl-KES-
Jurnal Ilmu Kesehatan* 4(2): 36–44.