



PKM PELAYANAN KESEHATAN ANTISIPASI VIRUS CORONA COVID-19 DI KOTA DEPOK

(Community Service about Health Services for Covid-19 Anticipation in Depok City)

Giry Marhento¹, Martua Ferry Siburian^{2✉}, Mashudi Alamsyah³, Rifqi Pratama⁴,
Jupriadi⁵

^{1,2,3,4,5}Pendidikan Biologi, Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta

Info Artikel

Diterima 01 12 2022

Disetujui 12 02

2023

Diterbitkan 10 05

2023

Kata Kunci:

Pelayanan,
Kesehatan, virus
Covid-19

Keywords:

Services, Health,
Covid-19 virus

✉ Coresponding

author:

ferrysiburian79@g
mail.com

ABSTRAK

Salah satu daerah yang layak menjadi sasaran pelayanan kesehatan adalah Kecamatan Tapos Kota Depok merupakan salah satu wilayah yang terdampak Covid-19. Masyarakat di Kecamatan Tapos ini sebagian besar penduduknya memiliki mata pencaharian sebagai pegawai swasta, sedang sebagian kecil bekerja sebagai guru, PNS dan wiraswasta. Tingkat ekonomi masyarakat sebagian besar masih berada di tingkat menengah kebawah dengan fasilitas pelayanan masyarakat yang sangat terbatas. Kondisi tersebut menyebabkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan sangat kurang. Perubahan perilaku yang menjadi fokus Germas terkait COVID-19 adalah melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi buah dan sayur, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mendeteksi faktor risiko yang ada pada setiap orang. Pada pertemuan pertama, seluruh warga menyepakati untuk melakukan senam setiap hari minggu pagi. Keputusan ini dibuat sendiri oleh Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19) melalui musyawarah yang difasilitasi oleh tim pengabdian. Hal ini telah mencerminkan adanya pemberdayaan masyarakat dalam merencanakan upaya kesehatan bagi mereka sendiri. Selanjutnya anggota dasawisma bersama-sama menetapkan lokasi senam dan bersedia menyediakan waktu untuk bersama-sama melakukan senam setiap hari minggu pagi.

ABSTRACT

One of the areas that deserves to be targeted for health services is Tapos District, Depok City, which is one of the areas affected by Covid-19. The people in Tapos Subdistrict have mostly their livelihoods as private employees, while a small number work as teachers, civil servants and self-employed. The economic level of the community is still mostly at the middle and lower levels with very limited community service facilities. The condition causes public awareness of the importance of health to be severely lacking. The behavioral changes that Germas focuses on related to COVID-19 are physical activity, eating fruits and vegetables, and conducting regular health checks to detect risk factors in each person. At the first meeting, all residents agreed to do gymnastics every Sunday morning. This decision was made by the Depok City Anti-Covid Movement (GA-Covid 19) through deliberations facilitated by the service team. This has reflected the empowerment of communities in planning health efforts for themselves. Furthermore, the dasawisma members jointly set the location of the gymnastics and are willing to make time to jointly do the gymnastics every Sunday morning.

PENDAHULUAN

Negara berkembang, menghadapi beban ganda penyakit menular dan penyakit tidak menular (PTM), diperparah dengan adanya Pandemi COVID-19. Beberapa target dalam penyelesaian masalah penyakit menular maupun penyakit tidak menular telah dimasukkan ke dalam agenda global seperti *Millenium Development Goals* (MDGs). Namun, hingga akhir pencapaian target MDGs tahun 2015, banyak negara yang belum mampu untuk mencapai target yang telah ditetapkan. Setelah tahun 2015, agenda global baru pun dicanangkan, yaitu *Sustainable Development Goals* (SDGs). SDGs masih menargetkan beberapa indikator terkait dengan penyakit menular, penyakit tidak menular, dan termasuk juga *universal health coverage* yang akan dicapai tahun 2030.

Berkaca dari kegagalan sebagian besar negara dalam mencapai target MDGs, pencapaian target SDGs menjadi suatu tantangan besar dalam pembangunan kesehatan. Oleh sebab itu, layanan kesehatan yang disediakan untuk masyarakat harus paripurna. Penyediaan layanan kuratif dan perlindungan finansial pada masyarakat untuk menggunakan layanan kuratif telah ditingkatkan. Yang menjadi pertanyaan adalah, dimana posisi upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit saat ini? Kedua upaya ini harus lebih dioptimalkan dan dilakukan langkah penguatan.

Pada hakekatnya, pemberdayaan merupakan suatu kegiatan yang lebih menekankan kepada proses, sehingga partisipasi atau keterlibatan masyarakat dalam setiap tahapan pemberdayaan mutlak diperlukan (Minarni.E.W, et al. 2017). Selaras yang disampaikan bahwa Kegiatan pemberdayaan masyarakat telah dilakukan dengan hasil terlihat partisipasi masyarakat untuk bersama-sama terlibat dalam menjaga kebersihan lingkungan dan mendapat tanggapan positif dari masyarakat (Patilayi & Rahman, 2018). Penguatan upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit akan memberikan keuntungan yang luar biasa. Promosi kesehatan dan pencegahan penyakit merupakan investasi utama untuk mengurangi beban negara dalam membiayai layanan kesehatan bagi masyarakat. Negara berkembang sangat merasakan beban ini dikarenakan keterbatasan anggaran dan ancaman keberlanjutan anggaran, terutama penyakit tidak menular yang memerlukan pengobatan mahal dan jangka panjang. Di era pandemi saat ini, pemahaman tentang pola hidup bersih dan sehat sangat penting untuk ditingkatkan. Apalagi mencuci tangan merupakan hal wajib yang perlu dilakukan setiap orang dalam memutus rantai penyebaran virus Covid-19 ini (Maulani.H, et al. 2021). Upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit terkait Pandemi COVID-19 memiliki karakteristik yang berbeda dengan upaya kuratif, karena manfaatnya tidak didapatkan dalam waktu dekat, namun akan dirasakan setelah jangka panjang. Karakteristik inilah yang menjadikan upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit oleh masyarakat sulit untuk dilaksanakan terus menerus. Oleh sebab itu, promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang bersifat top-down dari pemerintah tidak efektif lagi, karena masyarakat tidak merasa menjadi bagian dari program.

Untuk mewujudkan Indonesia bersih, sehat dan berkualitas, perlu dimulai dengan hal-hal yang sederhana dan konkrit di lingkungan dan rumah tangga (Bahar M, et al.2018). Oleh sebab itu, pemerintah Indonesia mencanangkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), berupa upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang

menekankan masyarakat sebagai aktor utama. GERMAS memiliki enam kegiatan utama, yaitu peningkatan aktivitas fisik, peningkatan perilaku hidup sehat, penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi, peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit; peningkatan kualitas lingkungan; dan peningkatan edukasi hidup sehat terutama di Rt 004 Rw 07 Sukamaju Baru Kecamatan Tapos Kota Depok, berdasarkan hasil survey awal yang diperoleh tim dari masyarakat maupun perangkat pemerintahan bahwa lokasi tersebut belum pernah dilaksanakan kegiatan pelayanan kesehatan untuk mengantisipasi Covid-19.

METODE

Tahap pertama merupakan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan. Proses perencanaan meliputi identifikasi kebutuhan, identifikasi potensi dan kelemahan yang ada, menentukan jalan keluar dan kegiatan yang akan dilakukan, dan membuat pengorganisasian kegiatan. Perencanaan disusun sendiri oleh masyarakat. Sedangkan tim pengabdian dan petugas puskesmas akan bertindak sebagai fasilitator, proses pengumpulan data dari masyarakat dilakukan dengan wawancara langsung secara terbuka. Tahap kedua merupakan pelaksanaan kegiatan. Kegiatan dilaksanakan di Rt 004 Rw 07 Sukamaju Baru Tapos yang diikuti sebanyak 30 orang warga bersama-sama dengan Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19) sesuai dengan yang telah direncanakan salah satunya yaitu seluruh warga menyepakati untuk melakukan senam setiap hari minggu pagi. Sedangkan tim pengabdian dan petugas puskesmas akan bertindak sebagai fasilitator. Pada tahap ketiga, dilakukan monitoring dan evaluasi kegiatan. Proses monitoring dan evaluasi ini juga dilakukan sendiri oleh Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19) dengan Tim pengabdian dan petugas puskesmas juga akan bertindak sebagai fasilitator.

HASIL

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di awal bulan Februari tahun 2022. Perubahan perilaku yang menjadi fokus Germas terkait COVID-19 adalah melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi buah dan sayur, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mendeteksi faktor risiko yang ada pada setiap orang. Pada pertemuan pertama, seluruh warga menyepakati untuk melakukan senam setiap hari minggu pagi. Keputusan ini dibuat sendiri oleh Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19) melalui musyawarah yang difasilitasi oleh tim pengabdian. Hal ini telah mencerminkan adanya pemberdayaan masyarakat dalam merencanakan upaya kesehatan bagi mereka sendiri. Selanjutnya anggota dasawisma bersama-sama menetapkan lokasi senam dan bersedia menyediakan waktu untuk bersama-sama melakukan senam setiap hari minggu pagi.



Gambar 1.
Diskusi Pertama Dengan Keputusan
Pelaksana



Gambar 2.
Pelaksanaan Senam Minggu Kedua

Perubahan perilaku yang menjadi fokus Germas adalah melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi buah dan sayur, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mendeteksi faktor risiko yang ada pada setiap orang. Pada pertemuan pertama, seluruh warga menyepakati untuk melakukan senam setiap hari minggu pagi. Keputusan ini dibuat sendiri oleh Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19) melalui musyawarah yang difasilitasi oleh tim pengabdian. Hal ini telah mencerminkan adanya pemberdayaan masyarakat dalam merencanakan upaya kesehatan bagi mereka sendiri. Selanjutnya anggota dasawisma bersama-sama menetapkan lokasi senam dan bersedia menyediakan waktu untuk bersama-sama melakukan senam setiap hari minggu pagi.

Pada minggu kedua, diadakan senam pagi yang dipimpin oleh anggota peneliti dan dihadiri oleh masyarakat. Pada pelaksanaan senam minggu kedua ini, tampak yang menghadiri senam tidak hanya ibu-ibu anggota dasawisma tetapi juga masyarakat sekitar. Ibu-ibu melakukan senam dengan semangat. Acara senam dilengkapi tim pengabdian dengan menyediakan minuman dan makanan ringan bagi peserta senam. Kegiatan senam minggu kedua ini memperlihatkan bahwa kegiatan senam dapat diterima oleh Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19). Bahkan, anggota dasawisma sesungguhnya dapat menjadi agen promosi kesehatan yang mengajak masyarakat sekitar untuk hidup sehat.

DISKUSI

Setelah pelaksanaan senam pagi pada minggu ketiga, Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19), tim pengabdian, petugas Puskesmas berkumpul bersama di rumah kepala Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19). Pertemuan ini bertujuan untuk mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan selama tiga minggu. Dari diskusi yang diadakan, ibu-ibu dasawisma berharap agar kegiatan senam yang dilakukan setiap minggu dapat berkelanjutan dan instruktur senam tetap dapat didatangkan oleh tim peneliti. Berikut pernyataan dari salah satu anggota dasawisma: "Kami sangat senang kegiatan ini. Kami dapat berolahraga, keringat jadi keluar. Kami akan menyediakan waktu setiap minggu pagi. Kami harap kegiatan senam ini tidak berhenti ketika kegiatan pengabdian dari tim selesai."

Masyarakat sangat antusias dalam menyimak materi yang disampaikan pada kegiatan ini serta antusias masyarakat pada saat diskusi mereka aktif bertanya pada sesi

diskusi dan saling sharing mengenai pengalaman yang sudah dilakukan sebelumnya (Cahyanto.B, et al. 2021), dapat disimpulkan bahwa masyarakat memiliki kemauan untuk hidup sehat. Mereka membutuhkan aktivitas fisik dan merasakan bahwa ketika berkeringat, badan menjadi bugar. Hal yang paling penting adalah masyarakat memerlukan fasilitas untuk beraktivitas fisik dan mereka memerlukan pendampingan agar kegiatan mereka berkelanjutan.

Diskusi pada minggu ketiga ini berlanjut ke perencanaan selanjutnya yang menjadi fokus kedua Germas, yaitu meningkatkan kebiasaan makan buah dan sayur. Pada minggu ketiga ini, tim pengabdian membawa 11 bibit buah yang terdiri dari 8 bibit buah lengkeng dan 3 bibit buah mangga. Kedua jenis buah ini merupakan tanaman berumur panjang dan dapat berbuah dalam waktu yang tidak terlalu lama. Ibu-ibu anggota dasawisma menerima bibit buah dengan semangat. Tim pengabdian kemudian menyampaikan bahwa tujuan dari pembagian bibit buah ini agar keluarga memiliki tanaman buah yang nantinya dapat dikonsumsi oleh anggota keluarga. Selain itu, tim pengabdian menyampaikan bahwa makan buah merupakan tindakan pencegahan yang tidak memerlukan biaya besar dan ibu-ibu harus dapat menjamin bahwa setiap anggota keluarga memakan buah-buahan paling kurang tiga porsi sehari. Ibu-ibu anggota dasawisma dapat memahami pentingnya mengonsumsi buah.

Selain topik mengenai konsumsi buah-buahan, tim pengabdian juga menstimulus ibu-ibu anggota dasawisma untuk dapat mengidentifikasi kebutuhan mereka akan sumber sayuran dan protein keluarga. Dari diskusi yang diadakan, ibu-ibu akan menanam sayuran di pekarangan rumah sendiri seperti sawi, caisim, cabe dan terong. Ibu-ibu anggota dasawisma menetapkan sendiri bahwa mereka akan mencari bibit sayuran secara swadaya, dan ada anggota dasawisma yang diutus untuk mencari bibit tersebut di kampung halamannya yang merupakan sentra sayur-sayuran di Kecamatan Tapos

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, diimplementasikan gerakan masyarakat hidup sehat terkait Pandemi COVID-19 melalui pemberdayaan masyarakat sekitar. Masyarakat sasaran kegiatan adalah ibu-ibu anggota dasawisma. Dasawisma ini baru terbentuk, belum memiliki nama dan belum memiliki program kerja. Kesempatan ini dimanfaatkan oleh tim pengabdian untuk dapat membina dan memfasilitasi kegiatan dasawisma.

Perubahan perilaku yang menjadi fokus Germas terkait COVID-19 adalah melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi buah dan sayur, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mendeteksi faktor risiko yang ada pada setiap orang. Pada pertemuan pertama, seluruh warga menyepakati untuk melakukan senam setiap hari minggu pagi. Keputusan ini dibuat sendiri oleh Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19) melalui musyawarah yang difasilitasi oleh tim pengabdian. Hal ini telah mencerminkan adanya pemberdayaan masyarakat dalam merencanakan upaya kesehatan bagi mereka sendiri. Selanjutnya anggota dasawisma bersama-sama menetapkan lokasi senam dan bersedia menyediakan waktu untuk bersama-sama melakukan senam setiap hari minggu pagi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan Terima kasih kami sampaikan kepada Gerakan Anti Covid Kota Depok (GA-Covid 19) beserta masyarakat dikecamatan Tapos Depok yang telah banyak berkontribusi dalam pelaksanaan dan mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Bahar.M, T. (2018). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dari Langkah Awal Cuci Tangan Pakai Sabun Di Komplek Perumahan Upn Kelurahan Meruyung Kecamatan Limo Kota Depok. Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat. *Prosiding Seminar Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat* , 1-7.
- Cahyanto.B, S. H. (2021). Penyuluhan Kesehatan Masyarakat Untuk Meningkatkan Kesadaran Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat*, 69-74.
- Maulani.H, F. A. (2021). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Mencuci Tangan Pakai Sabun di Kelurahan Cipondoh Makmur Kecamatan Cipondoh Kota Tangerang. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>*, 1-9.
- Minarni.E.W, U. (2017). Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Melalui Optimalisasi Pemanfaatan Pekarangan Dengan Budidaya Sayuran Organik Di Dataran Rendah Berbasis Kearifan Lokal Dan Berkelanjutan. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 147-154.
- Rahman.H, P. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 251-258.