

PERAWAT MENGABDI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)

Vol. xx No. xx (xxxx) pp.20-29

<http://journal.akperkabpurworejo.ac.id/index.php/pmkep/index>

p-ISSN : xxxx-xxxx e-ISSN : xxxx-xxxx

---

**Upaya Preventif : Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Covid-19 Dengan Penggunaan Masker Di Masa Pandemi**

Riza Yulina Amry<sup>1\*</sup>, Bety Agustina Rahayu<sup>2</sup>, Fauna Andriyani<sup>3</sup>, Anna Nurhikmawati<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Keperawatan, STIKES Surya Global, Yogyakarta  
E-mail Correspondence:rizayulina@gmail.com\*

---

**Info Artikel:**

Diterima : 10 Maret 2022  
Diperbaiki : 22 Maret 2022  
Disetujui : 28 Maret 2022

**Kata Kunci:** Upaya Preventif;  
Pencegahan Covid-19;  
Penggunaan Masker

**Keywords:** Preventive Efforts;  
Covid-19 Prevention; Use Of  
Masks

**Abstrak:** Pencegahan penularan infeksi Covid-19 masih menjadi masalah kesehatan yang menjadi tugas semua orang. Munculnya varian baru dari virus corona ini menimbulkan kekhawatiran yang cukup besar pada semua orang. Covid-19 disebabkan karena infeksi dari corona virus yang awalnya menyerang hewan namun seiring perkembangannya telah menyerang manusia. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah edukasi penggunaan masker. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan upaya preventif: pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan covid-19 dengan penggunaan masker di masa pandemic. Pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan di Padukuhan Pungkuran Pleret Bantul". Program pengabdian ini dilakukan 1 kali dengan sasaran ibu-ibu di Padukuhan Pungkuran yang berjumlah 28 orang. Kegiatan yang dilakukan antara lain penyuluhan terkait pentingnya pemakaian masker untuk mencegah penyebaran COVID 19. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ada poster dan masker. Hasil pengabdian ini menunjukkan hasil yang baik terlihat dari tersampainya 28 masker pada peserta, tersampaikan edukasi tentang penggunaan masker sebagai upaya pencegahan penularan Covid-19. Kegiatan pengabdian dengan tema upaya preventif : pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan covid-19 dengan penggunaan masker di masa pandemic dinyatakan berhasil dan peserta tampak antusias dan aktif dalam kegiatan.

**Abstract:** Prevention of the transmission of Covid-19 infection is still a health problem that is everyone's task. The emergence of this new variant of the corona virus caused considerable concern for everyone. Covid-19 is caused by an infection from the corona virus which initially attacks animals but as its development has attacked humans. One of the efforts that can be done is education on the use of masks. The purpose of this community service activity is to provide preventive efforts: community empowerment in preventing COVID-19 by using masks during the pandemic. Community service that will be carried out in the Pungkuran Pleret Village, Bantul". This service program was carried out 1 time

---

*with the target of women in Pungkuran Padukuhan totaling 28 people. Activities carried out included counseling regarding the importance of wearing masks to prevent the spread of COVID 19. The instruments used in this study were posters and masks. The results of this service showed good results as seen from the delivery of 28 masks to participants, education about the use of masks as an effort to prevent the transmission of Covid-19. The service activity with the theme of preventive efforts: community empowerment in preventing covid-19 by using masks during the pandemic was declared successful and the participants seemed enthusiastic and active in the activities.*

---

## **Pendahuluan**

Pencegahan penularan infeksi Covid-19 masih menjadi masalah kesehatan yang menjadi tugas semua orang. Munculnya varian baru dari virus corona ini menimbulkan kekhawatiran yang cukup besar pada semua orang. Covid-19 disebabkan karena infeksi dari corona virus yang awalnya menyerang hewan namun seiring perkembangannya telah menyerang manusia (Levani, Prastya and Mawaddatunnadila, 2021).

Virus corona ini dapat menyebabkan infeksi saluran pernafasan mulai dari gejala yang ringan seperti batuk pilek sampai dengan yang serius seperti *Middle East Respiratory Syndrom (MERS)* dan *Savere Acute Respiratory Syndrom (SARS)* (Kemkes, 2021). Covid -19 adalah penyakit yang menyerang sistem pernafasan atau dapat menyebabkan infeksi saluran pernafasan dan dapat menyerang siapa saja baik dari golongan usia lanjut, orang dewasa, anak maupun bayi (Yuliana, 2020).

Pemutusan rantai penularan virus dapat dilakukan secara individu maupun kelompok. Berbagai usaha telah dilakukan oleh pemerintah untuk menanggulangi penyebaran. Salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan mengharuskan memutus rantai transmisi dan melindungi populasi dari risiko. Upaya yang telah dilakukan seperti adanya aturan *lockdown*, kemudian diganti dengan PSBB (pembatasan sosial berskala besar), sosialisasi 3M menjadi 5M, namun upaya ini belum mampu menekan angka penambahan kasus Covid-19 (Indrawati, 2021).

Individu telah dibekali cara untuk mencegah penularan Covid-19 dengan menjaga kebersihan diri terutama dengan menjaga kebersihan tangan dengan cara cuci tangan baik menggunakan air sabun maupun dengan *hand sanitizer*,

menggunakan masker, menjaga pola makan, dan pola hidup sehat (Better Work Indonesia, 2020).

Penyebaran covid 19 dapat terjadi melalui *droplet* dari penderita sehingga ketika menunjukkan gejala batuk, bersin, pilek dianjurkan pemakaian masker untuk menghindari penyebaran virus dilingkungan terbuka (WHO, 2020). Orang yang sehat juga dianjurkan untuk memakai masker ketika beraktivitas agar terhindar dari virus yang menyebar di lingkungan luar.

Berbagai usaha telah dilakukan pemerintah untuk mencegah rantai penularan Covid-19. Data dari peta sebaran Covid-19 di Indonesia pada tanggal 25 Juni 2021 menunjukkan adanya kasus penambahan sebanyak 20.574 sehingga total kasus sebanyak 2.053.995. Di Yogyakarta dari sebaran Covid-19 terdapat 53,978 kasus, atau menambah (2,7%) dari kasus di Indonesia yang masuk 10 besar propinsi dengan kasus yang tinggi (Kompas.com, 2021).

Hasil studi pendahuluan dan studi literature peta persebaran Covid-19 menunjukkan salah satu kecamatan di Yogyakarta yang masih berada di zona merah adalah kecamatan Pleret. Hasil pengamatan yang telah dilakukan di Padukuhan Pungkuran terdapat beberapa perkumpulan warga yang telah dilakukan menunjukkan masih ada warga yang tidak patuh terhadap protokol kesehatan terutama dalam pemakaian masker. Berdasarkan apa yang telah diuraikan pada latar belakang yang ada maka pengabdian merumuskan masalah Upaya Preventif: Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Covid-19 Dengan Penggunaan Masker Di Masa Pandemic.

## **Metode**

Pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan diberikan tema “Upaya Preventif: Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Covid-19 Dengan Penggunaan Masker di Masa Pandemi di Padukuhan Pungkuran Pleret Bantul”. Program pengabdian ini dilakukan 1 kali dengan sasaran ibu-ibu di Padukuhan Pungkuran yang berjumlah 28 orang. Kegiatan yang dilakukan antara lain penyuluhan terkait pentingnya pemakaian masker untuk mencegah penyebaran COVID 19. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini ada poster dan masker. Pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dengan tahap persiapan kegiatan, tim pengabdian menganalisa kebutuhan masyarakat, merencanakan kegiatan dan

menyebarkan undangan kegiatan. Tahap selanjutnya adalah tahap pelaksanaan kegiatan. Tahap pelaksanaan ini terdiri dari 3 tahap, tahap pertama menyediakan media yang telah disiapkan, pembagian masker, dan evaluasi awal. Tahap kedua edukasi dengan metode ceramah dan diskusi. Tahap ketiga adalah tahap evaluasi hasil.

## **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan sebagai upaya pencegahan penyebaran Covid-19 ini berjalan dengan lancar dan berhasil. Hasil capaian dalam kegiatan ini adalah pembagian 28 masker peserta serta pemberian edukasi tentang pentingnya penggunaan masker untuk mencegah infeksi Covid-19. Peserta yang menjadi sasaran dalam pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu yang masih terdata dan terpantau tidak menerapkan protokol kesehatan terutama dalam hal penggunaan masker. Padahal perilaku ini sangat beresiko menularkan dan tertular Covid-19.

Metode yang digunakan ceramah dan diskusi dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Edukasi yang diberikan bertema pencegahan infeksi Covid-19 dengan menggunakan masker. Penggunaan masker adalah salah satu solusi untuk memerangi Covid-19 yang dilakukan bersamaan dengan menjaga jarak fisik dan mencuci tangan.

### **Tahap Pertama**

Kegiatan ini diawali dengan pembukaan dimana tim pengabdian menyampaikan tujuan kegiatan, membagikan masker serta meminta peserta menggunakan masker. Selanjutnya dilakukan evaluasi awal pengetahuan peserta tentang infeksi Covid-19. Hasil kegiatan menunjukkan 90% peserta sudah mulai acuh dengan virus Covid-19, terlihat dari perilaku yang tidak menggunakan masker serta adanya pernyataan 70% peserta yang menyampaikan bahwa sudah di vaksin dan sudah kebal.

Hasil tentang evaluasi awal menunjukkan 45% peserta paham tentang pentingnya penggunaan masker dengan benar. Melihat hasil yang ada, sangat tepat jika pemberian edukasi tentang pentingnya masker ini diberikan sebagai upaya pencegahan penularan infeksi Covid-19. Edukasi tentang masker ini didasarkan pada beberapa hasil penelitian yang berfokus pada pencegahan Covid-19.

## Tahap Kedua

Kegiatan selanjutnya adalah edukasi tentang infeksi Covid-19 yang dimulai dari pengertian, penyebab, tanda dan gejala terinfeksi Covid-19, akibat yang terjadi jika terinfeksi Covid-19, dan pencegahan agar tidak terinfeksi Covid-19. Tujuan ini dilakukan agar meningkatkan pengetahuan masyarakat agar lebih waspada dan peduli dengan pencegahan infeksi Covid-19.

Saat pemaparan tentang materi Covid-19 peserta tampak antusias dan aktif memberikan respon saat mengikuti kegiatan. Sebagai upaya mencegah infeksi Covid-19 dalam kegiatan ini difokuskan pada edukasi pentingnya penggunaan masker. Dalam kegiatan penyuluhan ini menggunakan media poster untuk mempermudah pemberian penyuluhan. Poster yang disampaikan sebagai media penyuluhan seperti ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Media Poster Pentingnya Penggunaan Masker

Fungsi utama masker adalah menghalangi cairan atau partikel udara keluar dari pemakaiannya saat berbicara, batuk, atau bersin (WHO, 2020). Masker juga membantu menghalangi droplet orang lain menempel di wajah dan mencari jalan masuk ke dalam tubuh. Dalam penelitian Raphael Landovitz, M.D., profesor kedokteran, divisi penyakit menular di David Geffen School of Medicine menyampaikan saat masker digunakan tingkat infeksi virus corona menurun,

masker menjaga partikel virus lebih dekat dengan pemakainya daripada yang lain (Wicaksono, 2020).

Di lapangan ditemui banyak orang tidak mengalami gejala Covid-19 namun ternyata positif Covid-19, seseorang ini dapat menularkannya kepada orang lain. Jadi meskipun seseorang itu merasa sehat, tetap harus memakai masker jika ditempat umum. Banyak jenis masker yang tersedia dengan fungsi dan kegunaannya masing-masing. Berikut ini jenis masker yang disampaikan dalam kegiatan ini:

#### Masker kain

Masker kain yang disarankan oleh WHO adalah pemakaian masker kain yang terbuat dari tiga lapisan. Lapisan pertama disarankan menggunakan bahan yang bisa menyerap droplet. Lapisan kedua bisa berupa sisipan tisu atau disamakan dengan bahan di layer pertama. Lapisan ketiga, atau lapisan terluar berbahan hidropobik yakni jenis bahan yang mampu mencegah masuknya droplet. Masker kain 3 lapis ini efektif menahan sekitar 70 persen partikel droplet (Bahrudin, 2020).

Masker scuba tidak disarankan untuk dipakai karena hanya satu lapis dan hanya mampu menahan 0-5 persen partikel yang masuk, alias tidak efektif sama sekali. Masker kain harus segera diganti saat kotor, basah, atau telah dipakai lebih dari 4 jam (Bahrudin, 2020).

#### Masker bedah

Masker bedah atau bisa disebut sebagai masker medis yang biasanya berwarna hijau atau biru. Masker jenis ini mampu menahan droplet sekitar 80-90 persen. Masker ini hanya bisa digunakan satu kali pakai dalam waktu 4 jam pemakaian. Masker ini wajib digunakan oleh pasien sakit dan petugas kesehatan yang tidak menangani pasien Covid-19 secara langsung (Bahrudin, 2020).

#### Masker respirator N95

Masker ini disarankan untuk petugas yang menangani pasien Covid-19 secara langsung. Masker respirator N95, dirancang untuk melindungi pemakainya dari partikel kecil di udara yang mungkin mengandung virus. Sebutan N95 berarti masker mampu menyaring 95% partikel sekecil 0,3 mikron dari udara (Bahrudin, 2020).

Penggunaan masker harus benar, seperti yang disebutkan New York State Department of Health, masker harus menutupi hidung dan mulut untuk menjaga agar tidak menghirup jamur dan debu, serta partikel lainnya (WHO, 2020). Syarat mengenakan masker dengan benar adalah menutupi wajah dari pangkal hidung hingga di bawah dagu. Kencangkan bagian pangkal hidung dan area pinggiran masker agar droplet tidak keluar dari bagian tersebut. Hindari masker terlalu ketat, gunakan dengan nyaman agar tidak tergoda untuk menyentuh bagian luar masker. Menyentuh bagian luar masker yang sedang dipakai berisiko memindahkan virus atau kotoran ke tangan dan mengurangi efektivitasnya (Laila, 2021).

Banyak manfaat yang diberikan dengan penggunaan masker saat bepergian antara lain (1) menghindari infeksi, bagi orang yang sedang mengidap penyakit pernapasan, memakai masker adalah hal yang sangat wajib. Saat bepergian ataupun sedang bersama orang lain, sangat disarankan untuk menggunakan masker mulut agar orang-orang tidak tertular penyakit atau bisa juga sebaliknya, menggunakan masker mulut saat bepergian juga bisa membuat terjaga dari penularan infeksi pernapasan dari orang-orang sekitar, (2) menjaga paru-paru dari polusi, dengan menggunakan masker mulut saat bepergian ataupun berkendara, mencegah udara kotor masuk ke dalam pernapasan.

Masker bisa menyaring udara yang kotor tersebut sebelum terhirup oleh hidung. Apabila sering beraktivitas di luar dengan kendaraan bermotor, bisa menggunakan masker anti polusi agar paru setidaknya lebih sehat dibandingkan orang yang tidak menggunakan masker (Atmojo *et al.*, 2020). Lapisan yang ada pada masker ternyata bisa mencegah bakteri dan polusi tersebar ke tubuh, dengan begitu ketika sudah terasa lembab masker harus segera diganti. Masker kendaraan sebaiknya hanya boleh digunakan maksimal 8 jam (Hellosehat.com, 2019).

Selain masalah masker, hasil temuan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu adanya pernyataan sudah kebal karena vaksin oleh peserta ini, pengabdian juga memberikan edukasi untuk menanggapi. Vaksinasi adalah salah satu cara melindungi tubuh dari Covid-19. Tentunya dibersamai dengan protokol kesehatan, adalah cara untuk memutus mata rantai penyebaran Covid-19. Meskipun sudah melakukan vaksinasi Covid-19 tetap harus pakai masker dan disiplin menjalankan

protokol kesehatan lainnya. Hal ini dikarenakan perlindungan optimal dari vaksin baru terbangun dua minggu setelah vaksinasi dosis kedua (UNICEF, 2021).

Dalam proses pemberian edukasi, tampak peserta memperhatikan dan antusias terlibat dalam diskusi. Mayoritas peserta mengajukan pertanyaan dan pernyataan tentang pencegahan infeksi Covid-19.

### Tahap Ketiga

Pada sesi akhir kegiatan dilakukan evaluasi hasil. Dalam tahap ini dilakukan dengan memberikan pertanyaan yang sama pada peserta dengan pertanyaan yang sama saat evaluasi awal tadi. Hasil menunjukkan 100% peserta paham tentang pengertian, penyebab, tanda dan gejala terinfeksi Covid-19, akibat yang terjadi jika terinfeksi Covid-19, dan pencegahan agar tidak terinfeksi Covid-19. Dokumentasi hasil kegiatan disajikan pada Gambar 2 dan Gambar 3.



Gambar 2. ProsesKegiatan PKM



Gambar 3. Dokumentasi akhir kegiatan

## Kesimpulan

Melihat hasil yang ada dapat disimpulkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dengan tema upaya preventif : pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan Covid-19 dengan penggunaan masker di masa pandemic ini berjalan dengan lancar dan berhasil. Semua peserta telah menggunakan masker dan pengetahuan peserta tentang pencegahan infeksi Covid-19 telah meningkat terlihat dari 100% peserta paham tentang pengertian, penyebab, tanda dan gejala terinfeksi Covid-19, akibat yang terjadi jika terinfeksi Covid-19, dan pencegahan agar tidak terinfeksi Covid-19.

## Ucapan Terima Kasih

Terimakasih diucapkan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global yang telah bersedia mendanai kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Padukuhan Pungkuran ini hingga selesai.

## Referensi

- Atmojo, J. T. *et al.* (2020) 'Penggunaan Masker Dalam Pencegahan Dan Penanganan Covid-19: Rasionalitas, Efektivitas, Dan Isu Terkini', *Avicenna : Journal of Health Research*, 3(2), pp. 84-95.
- Bahrudin, M. (2020) *Memilih Jenis Masker yang Paling Efektif Menangkal Virus*, *perpustakaan.bsn.go.id*. Available at: <https://perpustakaan.bsn.go.id/index.php?p=news&id=1326>.
- Better Work Indonesia (2020) *Kumpulan Panduan Pencegahan Penularan dan Penanganan Covid-19, Ilo; Ifc*. Available at: [https://betterwork.org/wp-content/uploads/2020/04/BWI\\_covid\\_guidance\\_ind\\_web.pdf](https://betterwork.org/wp-content/uploads/2020/04/BWI_covid_guidance_ind_web.pdf).
- Hellosehat.com (2019) *Ini 4 Alasan Pentingnya Pakai Masker Mulut Saat Bepergian*, *Hellosehat.com*. Available at: <https://hellosehat.com/gigi-mulut/perawatan-oral/pakai-masker-mulut-saat-bepergian/>.
- Indrawati, S. M. (2021) *Merekam Pandemi Covid-19 dan Memahami Kerja Keras Pengawal APBN*.
- Infeksiemerging.kemkes.go.id (2021) *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)*, *Infeksiemerging.kemkes.go.id*. Available at: <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/penyakit-virus/middle-east-respiratory-syndrome-mers>.
- Kompas.com (2021) *UPDATE: Tambah 20.574 Orang, Total Kasus Covid-19 Indonesia 2.053.995*, *Kompas.com*. Available at: [nasional.kompas.com/read/2021/06/24/16574271/update-tambah-20574-orang-total-kasus-covid-19-indonesia-2053995](https://nasional.kompas.com/read/2021/06/24/16574271/update-tambah-20574-orang-total-kasus-covid-19-indonesia-2053995).
- Laila, H. S. (2021) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penggunaan Masker Sesuai Teknik Yang Benar Pada Siswa Sma Dalam Upaya Pencegahan*

*Penyebaran Covid-19 Di Kota Bukittinggi Tahun 2021.*

- Levani, Y., Prastya, A. D. and Mawaddatunnadila, S. (2021) 'Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Patogenesis, Manifestasi Klinis dan Pilihan Terapi', *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 17(1), pp. 44–57. Available at: <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK/article/view/6340>.
- UNICEF (2021) 'Vaksin COVID-19 & KIPI', *Unicef*. Available at: [https://www.unicef.org/indonesia/id/media/9896/file/Booklet\\_Vaksin\\_COVID-19\\_%26\\_KIPI.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/id/media/9896/file/Booklet_Vaksin_COVID-19_%26_KIPI.pdf).
- WHO (2020) 'Anjuran mengenai penggunaan masker dalam konteks COVID-19', *World Health Organization*, (Juni), pp. 1–17. Available at: [https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/anjuran-mengenai-penggunaan-masker-dalam-konteks-covid-19-june-20.pdf?sfvrsn=d1327a85\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/anjuran-mengenai-penggunaan-masker-dalam-konteks-covid-19-june-20.pdf?sfvrsn=d1327a85_2).
- Wicaksono, P. E. (2020) *Fakta Penting Pakai Masker untuk Mencegah Penularan Covid-19 Menurut Pakar*, *liputan6.com*. Available at: <https://www.liputan6.com/cek-fakta/read/4398263/fakta-penting-pakai-masker-untuk-mencegah-penularan-covid-19-menurut-pakar>.
- Yuliana (2020) 'Corona virus diseases (Covid -19); Sebuah tinjauan literatur', *Wellness And Healthy Magazine*, 2(February), pp. 124–137. doi: 10.2307/j.ctvzxxb18.12.