

Sosialisasi Gerakan 5 M Dalam Upaya Pencegahan Sebaran Virus Covid 19 di Kota Lubuklinggau

Syafi'ul Hamidani¹, Veradilla Amalia², Robi Yanto³, Endang Etriyanti⁴

^{1,2,3,4}Sistem Informasi, STMIK Bina Nusantara Jaya Lubuklinggau

¹hamidanipertama@gmail.com. ²veradillaamalia@gmail.com. ³wrtch30@gmail.com. ⁴endangetriyanti@gmail.com.

Abstract

COVID-19 is an infectious disease caused by the most recently discovered coronavirus. These new viruses and diseases were unknown before the outbreak began in Wuhan, China, in December 2019. COVID-19 is now a pandemic that is affecting many countries globally. Prevention of covid 19 has been carried out with various programs including the 5 M program, namely washing hands, wearing masks, maintaining distance, avoiding crowds and reducing mobility, so that the purpose of preventing the spread of the Covid 19 virus can be carried out. Watervang Village RT 06 is an area located in the eastern Lubuklinggau sub-district I Lubuklinggau City with a fairly dense population density and the level of distribution of the covid virus with a yellow zone status, where this status illustrates the alertness of local residents to the spread of the covid 19 virus. With the rapid spread of the virus This needs to be prevented as early as possible. Through public education about the importance of implementing 5M, so that people can protect themselves from the spread of the covid 19 virus. STMIK Bina Nusantara Jaya Lubuklinggau community service activities through 5M socialization, namely by distributing masks, installing handwashing places and installing 5M socialization banners. With the aim of educating the public to play an active role in preventing the spread of COVID-19 in the region. Therefore, in this service, the Information Systems study program carries out service activities by socializing the 5 M Movement in an effort to prevent the spread of the COVID 19 virus in Lubuklinggau City.

Keywords: Covid-19, 5M, Lubuklinggau

Abstrak

COVID- 19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh corona virus yang paling baru ditemukan. Virus atau penyakit baru ini tidak diketahui sebelum wabah dimulai di Wuhan, Cina, pada Desember 2019. COVID-19/ atau penyakit menular ini telah menyerang banyak negara secara global. Pencegahan covid 19 telah banyak dilakukan dengan berbagai program diantaranya program 5 M yaitu mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak, menghindari kerumunan dan mengurangi mobilitas, sehingga tujuan pencegahan atas sebaran virus Covid 19 dapat dilakukan. Kelurahan Watervang RT 06 merupakan wilayah yang terletak di kecamatan lubuklinggau timur I Kota Lubuklinggau dengan tingkat kepadatan penduduk yang cukup padat dan tingkat sebaran virus covid dengan status zona kuning, dimana dengan status tersebut menggambarkan kewaspadaan warga sekitar akan sebaran virus covid 19. Dengan cepatnya sebaran virus ini maka perlu dilakukan pencegahan sedini mungkin. Melalui edukasi masyarakat akan pentingnya penerapan 5 M, sehingga masyarakat dapat melindungi diri dari terjangkitnya virus covid 19. Kegiatan pengabdian masyarakat STMIK Bina Nusantara Jaya Lubuklinggau melalui sosialisasi 5 M yaitu dengan melakukan kegiatan pembagian masker, pemasangan tempat cuci tangan dan pemasangan spanduk sosialisasi 5 M. Dengan tujuan mengedukasi masyarakat untuk berperan aktif dalam pencegahan sebaran covid 19 di wilayah tersebut. Oleh karena itu, pada pengabdian ini, program studi Sistem Informasi melakukan kegiatan pengabdian dengan mensosialisasikan Gerakan 5 M dalam upaya pencegahan sebaran virus COVID 19 di Kota Lubuklinggau.

Kata kunci: Covid 19, 5M, Lubuklinggau

1. Pendahuluan

COVID- 19 merupakan penyakit menular yang diakibatkan oleh coronavirus yang paling baru ditemui. Virus serta penyakit baru ini tidak dikenal sebelum wabah dimulai di Wuhan, Tiongkok, pada Desember 2019. COVID- 19 saat ini sebagai pandemi yang melanda banyak negara secara global. Disaat Pandemi COVID- 19 aktivitas bisnis, pendidikan, serta pemerintahan juga sebagian terhenti, sebagian masih bisa dicoba dari rumah, serta sebagian senantiasa dicoba dengan memaksimalkan teknologi informasi.

Pergantian secara ekstrem karna wabah Covid ini sudah mendesak warga, pelaku usaha, serta pemerintah untuk melaksanakan bermacam inovasi. Bermacam inovasi dalam pencegahan COVID- 19 yang sudah dicoba, salah satunya merupakan pembuatan wadah pencucian tangan. Pengembangan inovasi jangka menengah fokus dalam menekan laju persebaran COVID- 19. Tetapi, sayangnya pemahaman warga akan wabah COVID- 19 masih sangat sedikit. Banyak alibi yang dilontarkan buat pembuatan perlengkapan penangkal COVID- 19. Butuh terdapatnya kreatifitas buat mengembangkan inovasi di warga, khususnya di Kelurahan Watervang Kecamatan Lubuklinggau Timur I Kota Lubuk Linggau. COVID- 19 sekarang sebagai pandemi yang menyerang banyak negara secara global.

Hingga saat ini (pertanggal 3 desember 2022) di Indonesia sendiri terkonfirmasi positif sebanyak 6.674.000 orang, 6.458.238 sembuh, dan sebanyak 159.921 orang meninggal dunia, sedangkan secara global virus ini telah menyebar di 233 negara dengan total 640.395.651 terkonfirmasi positif dan meninggal dunia sebanyak 6.618.579 orang [1] sejak kasus pertama pada tanggal 2 maret 2020 masuk ke Indonesia [2], dengan banyaknya kasus covid 19 ini kami bermaksud melaksanakan sosialisai dalam upaya pencegahan penyebaran virus ini.

Upaya pencegahan penyebaran COVID- 19 ini kami melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di Kelurahan Watervang dengan cara sosialisasi 5 M tentunya dalam upaya memutus mata rantai virus ini. Dimana peran perguruan tinggi sangat penting tentunya melalui dosen dan mahasiswa untuk membantu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai Covid 19 dalam upaya pencegahan dan memutus mata rantai covid 19 melalui sosialisai 5M [3].

Sosialisasi adalah suatu proses untuk mentransformasikan ilmu pada seseorang kepada pihak luar dengan tujuan dapat mempengaruhi orang lain agar dapat berpartisipasi secara aktif[4] [5] program kerja ini berisikan sosialisasi kepada warga mengenai COVID- 19, tentang apa itu virus Corona,

bagaimana pencegahannya, langkah- langkah apa saja buat menjauhi virus Corona serta perihal apa yang wajib dihindari kala pandemi COVID- 19. Nantinya warga akan dibekali mengenai permasalahan- kasus yang terjaln dikala COVID- 19 sehingga warga tidak termakan oleh kabar hoax.

Sosialisasi ini nantinya hendak berpegang pada pedoman yang diberikan oleh World Health Organization menimpa pandemi COVID- 19. Sosialisasi menimpa COVID- 19 ini bertujuan supaya warga bisa menguasai dengan jelas menimpa virus Corona ini. Tidak hanya itu, sosialisasi ini diharapkan bisa menaikkan pengetahuan warga tentang apa itu aktivitas 5m. Sehingga warga bisa berperan aktif dalam memutus rantai penyebaran virus Corona. Aktivitas sosialisasi ini pula kami harapkan selaku media silaturahmi dengan warga Kelurahan Watervang, Adapun kegiatan 5M yang dimaksud adalah ;

1. Memakai Masker; Menurut WHO ada 4 jenis masker yang memenuhi kriteria masker untuk menjaga Kesehatan yaitu Masker Bedah 2 ply yaitu masker medis yang mempunyai dua lapisan, Masker Bedah 3 ply yaitu masker medis yang mempunyai dua lapisan dengan ditambah satu lapisan tambahan tengah sebagai penyaring udara hingga total menjadi tiga lapisan, Masker N95 salah satu masker medis yang diklaim paling aman karena dapat menghindari dari droplet dan udara yang terdemar masuk terhirup kemulut dan hidung, Reusable Facepiece Respirator yaitu masker yang mempunyai keefektifan lebih tinggi lagi dikarenakan mempunyai lapisan filter yang tebal dan dapat diganti sehingga masker ini cocok untuk pegawai yang beresiko tinggi dan berulang. Adapun masker kain dapat digunakan masyarakat umum dengan memperhatikan jenis kain, dan ketebalan kain sehingga masyarakat dapat mengganti masker kain secara berkala, walaupun dikala awal pendemi dahulu terjadi kelangkaan, tetapi disaat ini persediaan masker di pasaran telah melimpah.



Gambar 1. Memakai Masker

2. Mencuci tangan; Mencuci tangan tidak cuma hanya membasuh tangan dengan air dan sabun. Tetapi ada tahapan agar kotoran dan virus tidak terbawa dan mati saat cuci tangan, menurut [6]

ada 6 tahapan cuci tangan yaitu membasahi telapak tangan dengan rata, membasahi punggung tangan kiri dan kanan secara bergantian, menggosok sela sela jari, membersihkan ujung jari dengan Gerakan mengunci tangan, menggosok ibu jari kiri dan kanan secara bergantian terakhir adalah menggosok ujung jari ke telapak tangan barulah siram dengan air mengalir hingga bersih.



Gambar 2. Langkah Mencuci Tangan

- Menjaga jarak; Ketika terpaksa keluar karena suatu urusan hendaknya menjaga jarak minimal 1 meter ini dimaksudkan agar tidak terjadi lonjakan penyebaran virus, dan pada pasilitas atau tempat umum biasanya telah terdapat tanda atau batas sehingga kita bisa berpatokan pada batas tersebut, dan perlu diingat lagi Ketika bertemu seseorang agar tidak bersenggolan badan atau bersalaman, dikarenakan ini ialah salah satu upaya guna mengurangi penularan virus Covid-19. [7]



Gambar 3. Menjaga Jarak

- Menjauhi kerumunan; Menjauhi kerumunan bukan cuma Melindungi jarak saja namun dalam upaya menghindari penyebaran virus Covid- 19 disaat ini. Butuh kesadaran seluruh elemen warga buat menghindari apabila terdapat aktivitas yang memunculkan kerumunan. Apabila kita turut berkerumun, bisa jadi kamu turut terpapar Covid 19 mengingat tidak bisa memastikan apakah orang- orang yang berkerumun tersebut tidak terpapar Covid 19.



Gambar 4. Menjauhi Kerumunan

- Mengurangi Mobilitas; Apabila tidak terdapat keperluan yang mendesak, sebaiknya kamu tidak berpergian. Perihal ini sebagai salah satu upaya supaya wilayah yang tingkatan rasio aktif Covid- 19 nya besar, Tetapi apabila terdapat keperluan yang mewajibkan kamu berangkat ke wilayah lain, tetap patuhi protokol kesehatan seperti foto dibawah ini.



Gambar 5. Mengurangi Mobilitas

2. Metode Pengabdian Masyarakat

Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sesuai dengan jadwal pada tabel 1 dibawah ini:

Kegiatan	Januari	Februari	Maret	April
Survey Pendahuluan	V			
Koordinasi dengan Ketua RT	V			
Identifikasi Masalah		V		
Pemasangan Tempat Cuci Tangan dan Pemasangan spanduk sosialisasi		V		
Pembagian Masker dan Edukasi tentang 5 M			V	
Laporan			V	V

Untuk mencapai tujuan yang telah dirumuskan sebelumnya, pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam beberapa langkah yang melibatkan metode penelitian lapangan berupa :

- Melakukan survei lapangan ke Kelurahan Watervang RT 06 Kecamatan Lubuklinggau

Timur I Kota Lubuklinggau sebagai tempat dilaksanakannya kegiatan. Kemudian melakukan proses wawancara dan diskusi dengan pihak RT setempat untuk identifikasi permasalahan Koordinasi

2. Identifikasi masalah yang dilakukan sebagai langkah awal untuk merumuskan apa saja yang akan dijadikan bahan untuk sosialisasi 5 M dalam kegiatan pengabdian ini.
3. Penelitian pustaka untuk acuan materi yang digunakan selama kegiatan pengabdian ini.
4. Pembuatan Desain Spanduk Sosialisasi, pembelian masker dan tempat cuci tangan yang akan di pasang di beberapa rumah warga RT 06 Kelurahan Watervang,

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan acara Sosialisasi langsung pada warga RT 06 Kelurahan Watervang Kota Lubuklinggau. Aktivitas di mulai dengan melaksanakan survei lapangan buat sesi penyusunan rencana kerja. Aktivitas survei ini dicoba guna untuk mengenali kasus yang bisa dicarikan solusinya dengan kegiatan pengabdian masyarakat. Ada pula tim dosen yang melaksanakan aktivitas survei ini merupakan sebagai berikut:

1. Veradilla Amalia, M.Kom.
2. Endang Etriyanti, M.Kom.

Kegiatan survey tersebut menghasilkan kesepakatan hasil diskusi dengan RT 06 Kelurahan Watervang yaitu dilakukan sosialisasi 5 M untuk pencegahan sebaran COVID 19. Adapun kegiatan yang dilakukan yaitu:

- a) Pemasangan Spanduk Sosialisasi 5M
Pemasangan spanduk sosialisasi 5M dilakukan agar masyarakat RT 06 Kelurahan Watervang tetap ingat dan selalu melaksanakan kegiatan 5M dimasa yang akan datang, pemasangan dilakukan disalah satu posko keamanan RT 06 Kelurahan Watervang



Gambar 6. Pemasangan Spanduk Sosialisasi 5M

- b) Pemasangan Tempat Cuci Tangan
Pemasangan Tempat Cuci Tangan untuk digunakan masyarakat kota RT 06 Kelurahan Watervang Lubuklinggau agar masyarakat selalu ingat untuk mencuci tangan dan menjaga

Kesehatan diri, pemasangan tempat cuci tangan ini dilakukan di dekat rumah masyarakat agar tidak kesulitan dalam pemberian air untuk cuci tangan agar selalu tersedia.



Gambar 7. Pemasangan Tempat Cuci Tangan

- c) Pembagian Masker
Pembagian masker gratis dari tim PKM STM IK Bina Nusantara Jaya Lubuklinggau adalah upaya agar menekan laju pertumbuhan virus COVID-19 di RT 06 Kelurahan Watervang, kegiatan ini disambut baik oleh masyarakat RT 06 kelurahan watervang terbukti masyarakat antusias dan menyambut baik kegiatan ini.



Gambar 8. Pembagian Masker

Adapun kegiatan sosialisasi ini dilakukan oleh tim dosen dan mahasiswa yaitu

- a. Veradilla Amalia, M.Kom.
- b. Robi Yanto, M.Kom.
- c. Syafi'ul Hamidani, M.Kom.
- d. Endang Etriyanti, M.Kom.

Jumlah mahasiswa yang diikutsertakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebanyak 2 orang yaitu mahasiswa jurusan sistem informasi semester 6.

Dari pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui sosialisasi 5 M pencegahan sebaran COVID 19 hasil yang diperoleh adalah

1. Warga RT 06 memahami pentingnya penerapan 5 M dilingkungan sekitar untuk memutus mata rantai covid 19.
2. Warga sangat antusias dalam menggunakan masker dan mencuci tangan dalam melakukan aktifitas diluar rumah.
3. Warga memperoleh pengetahuan penting dalam membantu pencegahan sebaran covid 19 terutama dilingkungan RT 06 Kelurahan Watervang Kecamatan Lubuklinggau Timur I Kota Lubuklinggau.

4. Kesimpulan

STMIK Bina Nusantara Jaya Lubuklinggau telah melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini dilakukan untuk mengedukasi masyarakat betapa pentingnya penerapan 5 M dalam upaya memutus mata rantai sebaran virus Covid 19.

Warga juga memperoleh pengetahuan betapa pentingnya peduli akan kesehatan dan keselamatan antar sesama masyarakat dengan tetap menerapkan 5 M terutama dilingkungan RT 06 dan umumnya di Kota Lubuklinggau

Daftar Rujukan

- [1] L. Covid19, "Data Sebaran Covid 19," Dec. 03, 2022. <https://covid19.go.id/id>
- [2] T. M. Fuadi and Irdalisa, "Covid 19: Antara Angka Kematian dan Angka Kelahiran," *JSAI*, vol. 1, no. 3, pp. 199–211, Nov. 2020, doi: 10.22373/jsai.v1i13.767.
- [3] Kemkes RI, "5M Dimasa Pandemi Covid 19 Di Indonesia." <http://www.padk.kemkes.go.id/article/read/2021/02/01/46/5-m-dimasa-pandemi-covid-19-di-indonesia.html>
- [4] A. Murtani, "Sosialisasi Gerakan Menabung," in *Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2019, pp. 278–283.
- [5] S. Hamidani, A. Y. Saputra, Y. Primadasa, and H. Juliansa, "Workshop Macam Profesi Dibidang Teknologi Informasi di SMAN Karang Jaya Kabupaten Muratara," *Jurnal Pustaka Mitra*, vol. 2, no. 2, pp. 104–108, Jun. 2022.
- [6] I. Emerging, "Begini Cara Mencuci Tangan Yang Benar." <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/info-corona-virus/begini-cara-mencuci-tangan-yang-benar>
- [7] R. Pakaya, F. Ramadhani, S. Hanapi, F. D. Badu, and I. Iyou, "Penerapan 3 M (Memakai Masker, Mencuci Tangan Dan Menjaga Jarak) Dalam Upaya Pencegahan Penularan Corona Virus Disease (Covid-19) Di Desa Mohiyolo Kec. Asparaga Kabupaten Gorontalo," *Insan Cita*, vol. 3, no. 1, p. 9, Feb. 2021.