

## **PKM SOSIALISASI PENGGUNAAN MASKER MEDIS DAN KAIN DALAM UPAYA PENCEGAHAN COVID -19 DI UPTD DI PUSKESMAS NAMOHALU ESIWA KABUPATEN NIAS UTARA**

**Henny Arwina Bangun<sup>1)</sup>, Lia Rosa Veronika Sinaga<sup>2)</sup>, Jasmen Manurung<sup>3)</sup>**

Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara  
Indonesia, Indonesia

Email : [hennyarwina@gmail.com](mailto:hennyarwina@gmail.com)

### **Abstrak**

Penggunaan masker medis dapat mencegah penyebaran percikan yang dapat menyebabkan infeksi dari orang yang terinfeksi ke orang lain dan kemungkinan kontaminasi lingkungan akibat percikan droplet. Bukti bahwa penggunaan masker medis oleh orang sehat di dalam rumah atau oleh orang-orang yang melakukan kontak dengan pasien, atau oleh orang-orang di tengah perkumpulan besar berfungsi sebagai pencegahan. Upaya pencegahan virus corona-19, pada masa sekarang ini maka sebaiknya kita dapat melakukan upaya protokol kesehatan salah satunya adalah dengan memakai masker. Meski tidak melindungi sepenuhnya dari penyakit, namun penggunaan masker dapat menurunkan risiko penularan penyakit. Solusi yang diharapkan dalam kegiatan ini menerapkan kemampuan yang dimiliki untuk sadar akan dampak yang diakibatkan apabila tidak menggunakan masker medis dan kain secara baik dan benar. Target yang diharapkan agar pasien yang berkunjung ke Puskesmas Namohalu Esiwa mampu melakukan perilaku penggunaan masker yang baik dan benar secara konsisten dan menerapkannya apabila berada di luar rumah, sehingga meminimalkan pencegahan penyebaran virus Covid 19 dapat terlaksana dengan baik. Disarankan bagi pasien (masyarakat) lebih memperhatikan prosedur penggunaan masker yang baik dan benar dengan selalu memperhatikan waktu penggunaan masker baik masker kain maupun masker medis.

**Kata Kunci: Sosialisasi, Masker Medis dan Kain, Pasien Puskesmas**

### **Abstract**

*The use of a medical mask can prevent the spread of splashes that can cause infection from an infected person to another and possibly environmental contamination from droplet splashes. Evidence that the use of medical masks by healthy people inside the home or by people who have contact with patients, or by people in large gatherings serves as a deterrent. Efforts to prevent the corona-19 virus, at this time, we should be able to make health protocol efforts, one of which is to wear a mask. Although it does not fully protect against disease, wearing a mask can reduce the risk of disease transmission. The solution expected in this activity is to apply the ability that is owned to be aware of the impact caused by not using medical masks and cloths properly and correctly. The expected target is that patients who visit the Namohalu Esiwa Health Center are able to carry out good and correct mask use behavior consistently and apply it when outside the home, so that minimizing the prevention of the spread of the Covid 19 virus can be carried out properly. It is recommended for patients (the public) to pay more attention to the proper and correct procedure for using masks by always paying attention to the time of using masks, both cloth masks and medical masks.*

**Keywords: Socialization, Medical Mask and Cloth, Puskesmas Patient**

## **PENDAHULUAN**

Penyebaran Virus Corona (SARS-COV 2) di awal Bulan April sudah mencapai angka dua ribuan yang terkonfirmasi positif. Seiring dengan peningkatan pasien yang terkonfirmasi positif, pemerintah terus menghimbau dan meminta kepada masyarakat Indonesia untuk menggunakan masker. Baik itu masyarakat yang sehat maupun yang sedang sakit. Himbauan ini selaras dengan dengan rekomendasi *World Health Organization (WHO)* dalam mencegah penyebaran COVID-19. Menggunakan masker saat keluar rumah, merupakan suatu kewajiban atau perintah dari pemerintah setempat, karena ketika seseorang berada di luar rumah akan ada banyak sekali ancaman penularan virus. Jadi penting bagi seluruh masyarakat untuk menggunakan masker.

Masyarakat umum dapat menggunakan masker berbahan dasar kain, sedangkan tenaga kesehatan wajib mengenakan masker bedah atau masker N95. Penggunaan masker kain tidak lebih dari empat jam, setelahnya masker harus dicuci menggunakan sabun dan air dan dipastikan bersih sebelum dipakai kembali. Meski bukan masker yang ideal dan tidak se-efektif masker bedah maupun masker N95 dalam mencegah COVID-19, namun masker kain jika dipakai dengan benar masih jauh lebih baik daripada tidak mengenakan masker sama sekali.

*The Centers for Disease Control and Prevention (CDC)* menganjurkan penggunaan masker kain kepada masyarakat luas untuk menekan penyebaran Virus Corona, terutama oleh orang yang sudah terinfeksi Virus Corona namun tidak mengalami gejala apa pun dan tampak sehat. Masker kain memang tidak sepenuhnya efektif melindungi diri dari Virus Corona. Namun, mengenakan masker kain bila tidak tersedia masker sekali pakai setidaknya dapat menurunkan risiko tertular Virus Corona, dengan catatan masker kain dipakai dengan benar serta dibarengi upaya pencegahan lainnya.

## **ANALISIS SITUASIONAL**

Masker adalah perangkat yang dirancang untuk melindungi pengguna dari menghirup partikel udara dan melindungi kesehatan saluran pernafasan. Masker juga biasanya secara rutin digunakan oleh kelompok kerja, ketika teknik dan alat keamanan tidak layak atau efektif untuk mengurangi tingkat debu, masker sendiri menjadi solusi pertahanan terakhir dan sangat sederhana untuk digunakan, masker sendiri menjadi metode yang efisien untuk melindungi pekerja, dimana lebih dari tiga juta pekerja diwajibkan untuk memakai masker untuk melindungi diri dari bahaya para pekerja. Masker juga dalam masyarakat telah jelas terbukti mengurangi infeksi influenza dibandingkan dengan tidak memakai masker (Yung et.al, 2014).

Penelitian tentang influenza, penyakit serupa influenza (influenza-like illness), dan coronavirus pada manusia memberi bukti bahwa penggunaan masker medis dapat mencegah penyebaran percikan yang dapat menyebabkan infeksi dari orang yang terinfeksi ke orang lain dan kemungkinan kontaminasi lingkungan akibat percikan ini. Bukti bahwa penggunaan masker medis oleh orang sehat di dalam rumah atau oleh orang-orang yang melakukan kontak dengan pasien, atau oleh orang-orang di tengah perkumpulan besar yang berfungsi sebagai pencegahan masih terbatas. Namun, saat ini belum ada bukti bahwa mengenakan masker (baik masker medis atau jenis lainnya) oleh orang sehat di tengah masyarakat secara umum, termasuk penggunaan masker secara bersama-sama pada masyarakat luas, dapat mencegah masyarakat dari infeksi virus saluran pernapasan, termasuk COVID-19 (WHO, 2020).

Pada saat ini informasi yang ada dalam mengindikasikan bahwa dua cara utama transmisi virus COVID-19 adalah percikan (droplet) saluran pernapasan dan kontak. Percikan saluran pernapasan dihasilkan saat seseorang batuk atau bersin. Setiap orang yang berada dalam kontak erat (dalam radius 1 m) dengan orang yang menunjukkan gejala-gejala gangguan pernapasan (batuk, bersin) berisiko terpapar percikan saluran pernapasan yang kemungkinan dapat menyebabkan infeksi (infeksius). Percikan juga dapat jatuh ke permukaan benda di mana virus tetap aktif; oleh karena itu, lingkungan sekitar terdekat dari orang yang terinfeksi dapat menjadi sumber penularan (penularan kontak). WHO baru-baru ini merangkum laporan-laporan transmisi virus COVID-19 dan memberikan gambaran singkat bukti-bukti yang ada tentang penularan dari orang-orang bergejala (simtomatik), yang belum menunjukkan gejala (prasimtomatik), dan tidak bergejala (asimtomatik) yang terinfeksi COVID-19 (informasi lengkap tersedia dalam WHO COVID-19 Sitrep 79).

Hal ini didukung oleh data yang mengindikasikan bahwa beberapa orang dapat menunjukkan hasil tes positif COVID-19 dari 1-3 hari sebelum menunjukkan adanya gejala. Oleh karena itu, ada kemungkinan orang yang terinfeksi COVID-19 dapat mentransmisikan virus tersebut sebelum munculnya gejala. Penting disadari bahwa penularan prasimtomatik terjadi karena adanya penyebaran virus melalui percikan yang dapat menyebabkan infeksi atau melalui sentuhan dengan permukaan benda yang terkontaminasi virus ini.

Masker medis berarti masker bedah atau prosedur yang pipih atau terlipat (sebagian ada yang berbentuk seperti mangkuk); masker ini dipasang ke kepala dengan tali. Masker ini diuji sesuai serangkaian metode uji standar (ASTMF2100, EN 14683, atau yang setara) yang bertujuan menyeimbangkan tingkat penyaringan (filtrasi) yang tinggi, fasilitasi pernapasan penggunaannya, dan bisa juga tingkat kedap cairan (resistensi penetrasi cairan).

Penggunaan masker medis adalah salah satu langkah pencegahan yang dapat membatasi penyebaran penyakit-penyakit saluran pernapasan tertentu yang diakibatkan oleh virus, termasuk COVID-19. Namun, penggunaan masker saja tidak cukup memberikan tingkat perlindungan yang memadai, dan harus dilakukan juga langkah-langkah lain. Terlepas dari apakah masker digunakan atau tidak, kepatuhan maksimal dalam menjaga kebersihan tangan dan langkah-langkah PPI lainnya sangat penting untuk mencegah penularan COVID-19 dari orang ke orang. WHO telah menyusun yang tidak menunjukkan gejala. Tingkat infeksi asimtomatik yang sebenarnya akan ditentukan dari penelitian-penelitian serologis.

Berdasarkan latar belakang diatas maka dilakukanlah sosialisasi mengenai penggunaan masker baik masker medis maupun masker kain dalam upaya pencegahan Covid-19 di Puskesmas Namohalu Esiwa Kabupaten Nias Utara.

### **METODE PELAKSANAAN**

Sasaran dalam kegiatan sosialisasi penggunaan masker yaitu tenaga medis dan masyarakat. Metode dalam pelaksanaan kegiatan penggunaan masker dengan menggunakan memberikan sosialisasi dalam bentuk video dan praktek mengenai cara penggunaan masker yang baik benar. Kegiatannya di mulai dengan menjelaskan pokok bahasan mengenai penggunaan masker medis dan kain, menjelaskan tujuan sosialisasi dan menyampaikan materi mengenai penggunaan masker medis dan kain. Setelah itu melakukan evaluasi untuk mengukur konteks program baik mengenai rasional latar belakang, tujuan, dan kebutuhan-kebutuhan dalam perencanaan. Dalam hal ini diharapkan didapatkan hasil evaluasi tentang pemahaman pemakaian masker bagi masyarakat yang baik dan benar.

### **PEMBAHASAN**

Secara keseluruhan kegiatan Berjalan dengan baik sesuai dengan yang direncanakan. Semua pihak dapat bekerjasama dengan baik. Para Peserta (pasien) sangat antusias dan berpartisipasi aktif dalam seluruh kegiatan mulai dari mengikuti sosialisasi dan praktek penggunaan masker medis dan kain. Dengan tahapan pada Sesi I sosialisasi tentang penggunaan masker medis dan kain dalam upaya pencegahan Covid-19 di UPTD Puskesmas Namohalu Esiwa Kabupaten Nias Utara dengan pembukaan dan Perkenalan Para Narasumber dari moderator membuka acara dan sekaligus sebagai salah satu dari nara sumber dalam sosialisasi tentang penggunaan masker medis dan kain dalam upaya pencegahan Covid-19 di UPTD Puskesmas Namohalu Esiwa Kabupaten Nias Utara. Selanjutnya pada sesi II pemaparan materi dari para narasumber tentang berbagai informasi dan memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang

penggunaan masker medis dan kain dalam upaya pencegahan Covid-19 yang baik dan benar kepada para peserta (gambar 1)



(Gambar 1)

Selanjutnya Pada Sesi III ini, Peserta diberi Kesempatan untuk bertanya jawab dengan ketiga narasumber. Sesi ini dipandu oleh moderator oleh Henny Arwina.B SKM, M.Kes. Pada saat Tanya jawab dilakukan banyak sekali masyarakat bertanya seputar topik penyuluhan yang diberikan yaitu tentang penggunaan masker medis dan kain dalam upaya pencegahan Covid-19. Pertanyaan yang mereka beri itu dikarenakan mereka mulai memahami dan mengetahui pentingnya penggunaan masker medis dan kain agar terhindar dari penularan Virus Covid-19 yang dapat ditularkan melalui media udara akibat tetesan droplet pada saat bersin oleh penderita Covid-19 atau orang dengan gejala Covid-19 (Gambar 2).



Gambar 2

Setelah diberikanya sosialisai penyuluhan tersebut dimana erat kaitanya dengan keadaan yang saat ini sedang marak maraknya penyebaran covid 19 sehingga peserta merasa tertarik karena mereka

berfikir ini ada kaitan nya dengan diri mereka sendiri ketika beraktivitas di luar rumah, sehingga dapat meminimalkan resiko penularannya kepada orang lain. Untuk itu narasumber menekankan agar peserta untuk selalu melakukan tindakan preventif (pencegahan) dengan menjalankan protokol kesehatan yang dianjurkan pemerintah. Selanjutnya pada Sesi IV Kegiatan Praktek Penggunaan Masker Medis dan Kain dimana peserta seluruh masyarakat melakukan penggunaan masker medis dan penggunaan dan cara merawat masker kain yang benar, sesuai arahan oleh narasumber. Seluruh peserta melihat narasumber dalam hal praktek langkah-langkah penggunaan masker melalui media audio visual. Seluruh peserta melakukan praktek sendiri yang dimoderatori oleh narasumber (Gambar 3)



Gambar 3

Peserta di harapkan dapat mengerti dan memahami pemakaian masker kain yang diperbolehkan yaitu tidak lebih dari 4 jam, setelah dipakai maximal 4 jam masker kain tersebut boleh digunakan kembali dengan cara mencucinya. Sedangkan penggunaan masker medis diperuntukkan hanya untuk sekali pemakaian, dan setelah masker tidak dipakai masker tersebut harus dibuang ketempat sampah. Pada tenaga medis masker yang sudah tidak terpakai harus dibuang ketempat sampah infeksius. Adapun cara memakai masker yang benar adalah cuci tangan dengan sabun dan air atau pembersih tangan antiseptic sebelum menyentuh masker, pastikan tidak ada lubang atau robekan pada tiap sisi masker, perhatikan lipatan pada masker, gunakan masker dengan lipatan ke bawah dan tekuk bagian kawat sesuai lekuk hidung agar tidak ada celah partikel dan virus untuk masuk, kemudian pastikan tali pengait terpasang kencang dan menutup bagian hidung, mulut, dan dagu. Hasil yang diharapkan pada tahap ini adalah para peserta memiliki pengetahuan dan pemahaman untuk menjalankan salah satu Protokol Kesehatan guna tindakan

preventif dengan memakai masker medis dan kain secara baik dan benar. Pada tahapan selanjutnya adalah evaluasi hasil sosialisasi penggunaan masker medis dan kain.

## **SIMPULAN**

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi penggunaan masker medis dan kain dalam upaya pencegahan Covid-19 di Puskesmas Namohalu Esiwa seluruh pasien yang berkunjung ke puskesmas dapat memahami tentang pentingnya penggunaan masker dalam upaya pencegahan penularan Virus Covid-19 serta meningkatkan kesadaran pasien akan pentingnya memakai masker saat beraktivitas di luar rumah. Kegiatan sosialisasi ini sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya guna mencegah penyebaran penyakit terutama dalam masa pandemik covid-19 saat ini. Tentunya kegiatan ini berdampak positif bagi keluarga dan masyarakat dalam meningkatkan kesehatannya dan juga mengurangi angka penyebaran penularan virus covid-19.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Bersamaan dengan kegiatan ini kami dari Tim program kemitraan masyarakat (PKM) mengucapkan terimakasih kepada Ibu Erniwati Telaumbanua SKM selaku Kepala Puskesmas Namohalu Esiwa Kabupaten Nias Utara beserta staf di Puskesmas Namohalu Esiwa yang telah memberi izin, waktu dan kesempatan kepada kami guna terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Yu et al, 2014, A Familial Cluster of Infection Associated With the 2019 Novel Coronavirus Indicating Possible Person-to-Person Transmission During the Incubation Period. *J Infect Dis.* 2020;221(11):1757-61

Jung et al, 2014. Jung, H., Kim, J.K., Lee, S., Lee, J., Kim, J., Tsai, P., et al., 2014. Comparison of Filtration Efficiency and Pressure Drop in Anti-Yellow Sand Masks, Quarantine Masks, Medical Masks, General Masks, and Handkerchiefs. *Aerosol Air Qual. Res.* 14, 991–1002. (<https://doi.org/10.4209/aaqr.2013.06.0201>, diakses 4 Oktober 2020

WHO, 2020. [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)

COVID-19 (Q&A) by the U.S. Centers for Disease Control □

Coronavirus Disease 2019 (Q&A) by the U.S. National Institute for Occupational Safety and Health

<https://covid19.go.id/p/berita/empat-strategi-pemerintah-atasi-covid-19>

<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5050612/aturan-who-tentang-pakai-masker-kain-di-masa-new-normal-pandemi-corona>