

## PENGUATAN PENERAPAN 5 M UNTUK MEMUTUS RANTAI PENULARAN COVID 19 KEPADA IBU HAMIL DAN BALITA MELALUI KADER POSYANDU DIWILAYAH PUSKESMAS KAWALU KOTA TASIKMALAYA

Neni<sup>1</sup>, Iseu Siti Aisyah<sup>2</sup>, Anita Eka Putri<sup>3</sup>, Arini Nurul Hidayati<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Dosen Universitas Siliwangi  
Email korespondensi : neni@unsil.ac.id

### ABSTRAK

Perilaku hidup harus diterapkan diberbagai tatanan kehidupan perilaku sehat dan sederhana yang efektif dalam memutus rantai penularan diantaranya menerapkan 5M yaitu, 1. Memakai Masker, 2. Mencuci Tangan dengan menggunakan Sabun di air yang mengalir, 3. Menjaga Jarak, 4. Menjauhi Kerumunan, 5. Membatasi Mobilisasi dan Interaksi upaya ini akan di samapaikan melalui penguatan di Posyandu yang merupakan bagian dari Fasilitas Kesehatan. Ibu hamil dan Balita merupakan golongan masyarakat yang beresiko, rentan terhadap berbagai masalah Kesehatan Diantaranya rentan tertular penyakit menular salah satu contoh saat ini sedang terjadi wabah Pandemi COVID 19, oleh karena itu kami dalam pengabdian ini akan memberikan edukasi mengenai “Penguatan Penerapan 5M untuk memutus rantai penularan COVID-19 pada ibu hamil dan balita di Posyandu yang ada diwilayah Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya”, kami mengharapkan penguatan 5M ini dapat di implementasikan dalam kehidupan sehari-hari, dalam kegiatan sehari-hari agar masyarakat khususnya ibu Hamil dan Balita mempunyai status kesehatan yang baik. Untuk itu Penyuluhan dan pembinaan melalui Kader Posyandu yang kami lakukan di wilayah Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran untuk menerapkan 5M, berperilaku hidup bersih dan sehat, yang nantinya akan didesiminasikan informasi kembali kepada Ibu Hamil dan ibu yang memiliki balita di posyandu yang ada diwilayah Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya.

**Kata Kunci:** Penguatan, Penerapan 5M, Perilaku, Kesehatan, Penularan, covid-19.

### ABSTRACT

*The behavior of life must be applied in various ways of life, healthy and simple behavior that is effective in breaking the chain of transmission, including applying the 5M, namely, 1. Wearing a Mask, 2. Washing hands using soap in running water, 3. Keeping Distance, 4. Staying away from crowds, 5. Limiting Mobilization and Interaction This effort will be delivered through strengthening the Posyandu which is part of the Health Facility. Pregnant women and toddlers are a group of people who are at risk, vulnerable to various health problems, including being vulnerable to contracting infectious diseases, one example of which is currently the COVID-19 Pandemic outbreak, therefore in this service we will provide education about "Strengthening the 5M Application to break the chain. transmission of COVID-19 to PREGNANT MOTHERS and TOTALS, at the Posyandu in the area of the Kawalu Health Center, Tasikmalaya City, we hope that this 5M Strengthening can be implemented in in daily life, in daily activities so that the community, especially pregnant women and toddlers, have good health status. For this reason, the counseling and coaching through Posyandu*

*Cadres that we do in the Kawalu Health Center area of Tasikmalaya City aims to improve the quality of life by increasing knowledge and awareness to apply 5M, clean and healthy living behavior, which information will be disseminated back to pregnant women and mothers who are pregnant. have a toddler in the posyandu in the area of the Kawalu Health Center, Tasikmalaya City.*

**Keywords:** Reinforcement, Application of 5M, Behavior, Health, Transmission, Covid-19.

## PENDAHULUAN

Kesehatan Masyarakat mempelajari ilmu tentang taraf hidup dan kesehatan masyarakat dengan cara melakukan pengorganisasian dan pemberdayaan dengan melihat dan menggali potensi yang ada di Masyarakat. Kesehatan masyarakat sangat dipengaruhi oleh sikap atau perilaku dari masyarakat itu sendiri oleh karena itu kami melakukan kegiatan Penguatan Penerapan 5M, Kepada Ibu Hamil dan Balita melalui Kader Posyandu yang bertujuan agar bisa menyampaikan kepada Ibu Hamil dan Ibu yang memiliki Balita yang merupakan kelompok masyarakat yang beresiko, yang ada di wilayah Puskesmas Kawalu diharapkan terjadi perubahan kearah yang positif berperilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya untuk memutus rantai penularan penularan Virus Corona 19 (Covid-19).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas dasar kesadaran sehingga anggota keluarga dan keluarganya dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dimasyarakat (DEPKES RI, 2010). Dengan demikian Perilaku melalui Kesadaran masyarakat menjadi sangat penting untuk mencegah dan memutus rantai penularan Covid-19, dimana perilaku itu harus diterapkan dan dipraktikan dalam kehidupan sehari-hari sehingga nantinya akan menjadi Habit dan akan menjadi Budaya yang positif dalam menjalani Kehidupan sehingga Masyarakat mempunyai Derajat Kesehatan yang setinggi tingginya. Disituasi Pandemi Covid-19 sangat penting untuk menerapkan kedisiplinan dalam menerapkan kebersihan Perorangan, karena dengan kurangnya kesadaran dari individu maupun masyarakat akan berpengaruh dan berdampak buruk terhadap kesehatannya sendiri, oleh karena itu Kami, dalam Pengabdian ini akan melakukan kegiatan Penguatan Penerapan 5M Melalui Kader Posyandu. Keberhasilan intervensi dapat terwujud dengan diadakan kemitraan bersama pemerintah setempat yaitu dengan instansi terkait, dukungan terhadap pengabdian masyarakat yang kami perlukan sehingga pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif terhadap program pembangunan kesehatan masyarakat dengan meningkatnya status derajat kesehatan yang tinggi di wilayah Puskesmas Kawalu kota Tasikmalaya.

## METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah Metode Penyuluhan dan pembinaan kepada Kader Posyandu yang ada di wilayah Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya. mengenai Penguatan dan Penerapan 5M sebagai upaya untuk memutus rantai penularan Covid-19. Kami melakukan Pengabdian masih di wilayah yang sama dengan pengabdian sebelumnya dengan tujuan supaya pengabdian ini dapat berkesinambungan terus menerus, bersifat *sustainable*, sehingga dampak dan manfaat dari pengabdian dapat dilaksanakan diterapkandan dirasakan oleh Masyarakat.

### Tahapan Rencana Kegiatan

**Langkah 1:** Penyusunan materi penyuluhan dan media promosi kesehatan, dengan tujuan : menyediakan materi Penyuluhan pelatihan dan media promosi kesehatan. Materi pelatihan yang disusun meliputi: Langkah ke 1. Membuat Bander dan Leaflet tentang 5M : Gambar dan studi kasus masalah kesehatan atau Gambaran Mengenai perjalanan penyakit Covid -19.

**Langkah 2:** Penyuluhan tentang Penguatan penerapan 5M terkait saat ini sedang terjadi wabah Covid-19. Tujuan: memberikan pemahaman tentang Penguatan penerapan 5M yang untuk memutuskan rantai penularan Covid-19 sehingga status derajat kesehatan Masyarakat menjadi tinggikan optimal.

**Langkah 3:** Pembagian APD, Bahan Habis Pakai, pembuatan Sarana Cuci Tangan. Tujuan: Dalam upaya Pencegahan penularan Covid-19 masyarakat diharapkan menggunakan APD, Masker, Hand Sanitizer, dan menerapkan 5M sehingga menjadi kebiasaan yang positif disituasi Pandemi Covid-19 serta menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari,

**Langkah 4:** Evaluasi Hasil Penyuluhan dan pembinaan. Tujuan: Mengevaluasi pengetahuan dan pemahaman kader dan masyarakat mengenai Penguatan penerapan 5M dan program perilaku hidup yang sangat berkaitan dengan memutuskan rantai penularan wabah Covid-19.



CS Dependal dengan CamScanner



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 25 Juli 2021 di Posyandu Teratai Merah Dan Posyandu Gelatik Kecamatan Kawalu Kota Tasikmalaya, untuk mendapatkan persetujuan untuk pengabdian mengenai penguatan 5 M untuk memutus rantai penularan Covid-19 Kepada Ibu Hamil dan Balita melalui kader posyandu di wilayah Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya, dengan output berupa permasalahan Mitra. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 25 Juli 2021 di Posyandu Teratai Merah Dan Posyandu Gelatik Di wilayah Puskesmas Kawalu Kecamatan Kawalu Kota Tasikmalaya untuk rapat pembahasan jadwal pengabdian, mengenai, penguatan 5 M untuk memutus rantai penularan Covid-19 Kepada Ibu Hamil dan Balita melalui kader posyandu di wilayah Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya, dengan output Surat Persetujuan Mitra.

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2021 di Posyandu Teratai Merah Kelurahan Karsamenak Kecamatan Kawalu Kota untuk melaksanakan Pemberian Materi kepada kader mengenai penguatan 5 M untuk memutus rantai penularan Covid-19 Kepada Ibu Hamil dan Balita melalui kader posyandu Di Posyandu yang ada di wilayah Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya, yang diikuti oleh Kader Posyandu sebanyak 20 Orang, metode yang dilakukan yaitu pemberian materi mengenai Covid-19, cara pencegahan penularan Covid-19, pemberian materi PHBS yang merupakan salah satu upaya untuk pencegahan penularan penyakit Covid-19. Materi terlampir.

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 18 Agustus 2021 di Posyandu Gelatik Kelurahan Karsamenak, Mengenai penguatan 5 M untuk memutus rantai penularan Covid-19 Kepada Ibu Hamil dan Balita melalui kader posyandu Di Posyandu yang ada di wilayah Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya, yang diikuti oleh Kader Posyandu sebanyak 20 Orang, metode yang dilakukan yaitu pemberian materi mengenai Covid-19, cara pencegahan penularan Covid-19, pemberian materi PHBS yang merupakan salah satu upaya untuk pencegahan penularan penyakit Covid-19

## KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian yang dilaksanakan di Posyandu Dahlia Teratai Merah dan posyandu Gelatik Kelurahan Karsamenak Kecamatan Kawalu Kota Tasikmalaya, diikuti oleh kader 20 orang dalam kegiatan Penguatan Penerapan 5 M Untuk Memutuskan Rantai Penularan Covid 19 Kepada Ibu Hamil Dan Balita Melalui Kader Posyandu Di wilayah Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya. Disarankan kepada semua pihak terkait mulai dari pemerintahan setempat, kader kesehatan, masyarakat untuk lebih meningkatkan pengetahuan di bidang kesehatan dan menerapkan pola hidup yang sehat untuk meningkatkan status derajat kesehatan masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2011. *Buku Panduan Kader Posyandu*. Jakarta  
 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian COVID 19 Revisi 4*. Jakarta  
 Notoatmodjo, Soekidjo. 2011. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Sembiring, N. 2004. *Posyandu sebagai saran peran serta masyarakat dalam usaha peningkatan kesehatan masyarakat*. USU Digital Library.

Amaliyah, Novia. *Cuci Tangan Pakai Sabun: Cara Mudah Cegah Penyakit*.