

## PEMBERDAYAAN DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENINGKATKAN PEMAHAMAN PENCEGAHAN COVID-19 DI MASYARAKAT KABUPATEN DEMAK

Galia Wardha Alvita<sup>1</sup>, Sri Hartini<sup>2</sup>, Biyanti Dwi Winarsih<sup>3</sup>, Noor Faidah<sup>4</sup>  
Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Cendekia Utama Kudus  
[gwardha@gmail.com](mailto:gwardha@gmail.com)

### ABSTRAK

Wabah Covid 19 merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus, penyebarannya sangat cepat hingga ke seluruh dunia termasuk Indonesia. Penyakit ini telah merenggut banyak korban jiwa sehingga WHO menetapkan sebagai pandemic Covid 19. Penularan yang sangat mudah dan penyebaran yang cepat maka Covid 19 harus diputus mata rantai penularannya. Salah satu program dalam memutus penularan Covid 19 yaitu dengan mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak social serta sebaik mungkin untuk menetap di rumah jika tidak ada keperluan yang penting atau di sebut dengan Work From Home (WFH). Dalam WFH Keluarga memiliki peran penting dalam upaya pencegahan penyakit Covid 19 yaitu dengan memberikan dukungan keluarga berupa dukungan infomasional, dukungan instrumental, dukungan emosional dan dukungan penghargaan. Metode dalam pengabdian masyarakat ini menggunakan deskriptif observasional dengan sampel 30 keluarga binaan di kabupaten demak. Pemilihan sample berdasarkan purposive sample. Teknik pengambilan data dilakukan melalui evaluasi instrument pertanyaan yang dilaksanakan dengan pre dan post tentang materi dukungan keluarga dalam meningkatkan perilaku pencegahan Covid 19. Dari hasil evaluasi pre dan post tersebut didapatkan adanya peningkatan pemahaman peserta dari nilai pre test rata-rata 65 menjadi nilai post test rata-rata 85

Kata Kunci: Covid-19, Keluarga, dukungan

### ABSTRACT

*The Covid 19 outbreak is a disease caused by a virus, which has spread very quickly throughout the world including Indonesia. This disease has claimed many lives, so WHO has declared it a Covid 19 pandemic. The transmission is very easy and the spread is fast, so Covid 19 must be broken the chain of transmission. One of the programs to stop the transmission of Covid 19 is by washing hands, wearing masks and maintaining social distance and as best as possible to stay at home if there are no important needs or what is called Work From Home (WFH). In WFH the family has an important role in efforts to prevent Covid 19, namely by providing family support in the form of informational support, instrumental support, emotional support and appreciation support. This method of community service uses descriptive observational with a sample of 30 assisted families in Demak district. Sample selection based on purposive sample. The data collection technique was carried out through the evaluation of question instruments carried out with pre and post regarding family support materials in improving Covid 19 prevention behavior. From the results of the pre and post*

*evaluation, it was found that there was an increase in participants' understanding from an average pre-test score of 65 to an average post-test score of 85.*

*Keywords: Covid-19, Family, support*

## PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020, hampir seluruh penduduk dunia terancam dengan munculnya virus baru yang berasal dari kota Wuhan Cina, virus tersebut disebut dengan *Severe acute respiratory syndrome-related coronavirus -2* (SARS-COV-2) atau dikenal dengan Covid-19. Penyebaran virus ini sangatlah cepat ke berbagai Negara termasuk ke Indonesia. Covid 19 merupakan penyakit yang menyerang saluran pernapasan dan menular lewat droplet penderita, umumnya tanda dan gejala dari infeksi corona virus ini adalah demam, sesak nafas, lemas, batuk dan bisa menimbulkan syndrome pernapasan akut bahkan kematian. Gejala corona virus ini akan muncul pada durasi 2-14 hari setelah terpapar dengan virus tersebut(1). Menurut Centers for Disease Control and Prevention (CDC), penularan Covid 19 terjadi dari orang ke orang melalui droplet pernapasan dengan jarak kontak sekitar 2 meter, droplet tersebut kemudian menempel pada hidung dan mulut orang yang berada di dekatnya, selain itu penularan dapat juga melalui sentuhan tangan dengan benda-benda terdapat virus corona yang kemudian menyentuh hidung atau mulut seseorang. Oleh karena itu, mengingat sangat mudahnya penyakit ini menular dari satu orang ke orang lain maka pemerintah menerapkan program New Normal dengan 3 M dalam pencegahan penyakit Covid 19 yaitu memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan. Selain itu dianjurkan pula untuk hidup sehat dan menjaga imunitas tubuh dengan makan makanan bergizi. Pemerintah juga menghimbau untuk belajar, bekerja dan beribadah di rumah untuk meminimalisir kontak dengan orang banyak, dari himbauan tersebut sangatlah besar peran keluarga untuk mensukseskannya.(2)(3)

Keluarga mempunyai peranan penting dalam upaya pencegahan penyebaran penyakit corona 19, keluarga dapat memberikan dukungan kepada anggota keluarganya serta menanamkan budaya untuk hidup bersih dan sehat, membiasakan cuci tangan dan memakai masker.(3) Dukungan keluarga dapat berupa dukungan informasional,

instrumental, penghargaan dan emosional. Berdasarkan fenomena tersebut, artikel ini disusun dari upaya pengabdian masyarakat untuk meningkatkan peran keluarga dalam memberikan dukungan untuk upaya pencegahan penyebaran Covid 19. Dalam Dukungan informasional, keluarga bisa memberikan informasi tentang penyakit Corona kepada anggota keluarganya, mengingatkan jika lupa cuci tangan atau lupa memakai dan membawa masker. Untuk dukungan instrumental keluarga dapat menyediakan masker untuk keluarganya, menyediakan handsanitizer/ sabun atau alat cuci tangan, menyediakan makanan bergizi, menjaga kebersihan rumah dan lain sebagainya. Untuk dukungan penghargaan keluarga dapat selalu memberikan pujian bagi anggotanya yang tetap mempertahankan prinsip 3 M tersebut sehingga dapat meningkatkan motivasi mereka. Sedangkan untuk dukungan emosional yaitu keluarga tetap memberikan kasih sayang dan perhatian pada anggota keluarga yang lain yang sedang isolasi mandiri atau yang sedang berobat karena covid 19.(4)

Menurut Friedman, Keluarga memiliki pengaruh dalam membentuk karakter dan budaya yang kuat khususnya dari perilaku kesehatan apabila keluarga tersebut menjalankan peran dan fungsi kesehatan secara optimal, sehingga penyebaran dari berbagai penyakit dapat dicegah termasuk Covid 19(4). Mughni (2020) menjelaskan bahwa Fungsi keluarga dalam bidang kesehatan yaitu suatu unit dasar dimana suatu kualitas kesehatan individu dalam keluarga itu bisa ditingkatkan, diabaikan, diperbaiki, dipengaruhi ataupun dicegah dalam promosi dan pencegahan penyakit. Lebih lanjut, salah satu fungsi keluarga adalah fungsi perawatan kesehatan yang bertujuan untuk mempertahankan status kesehatan anggota keluarganya setinggi-tingginya baik bersifat preventif maupun merawat anggotanya yang sakit secara bersamaan melalui dukungan keluarga.(1) Bailon dan Maglaya menjelaskan pula bahwa didalam keluarga terdapat tugas perawatan keluarga yang meliputi satu mengenal masalah, dalam hal ini keluarga wajib untuk mengetahui apa itu

penyakit covid 19 yang saat ini sedang mewabah menjadi suatu endemic global. Kedua, keluarga harus mampu dalam mengambil keputusan yang tepat dalam upaya pencegahan, mencari pertolongan yang tepat pula jika ada anggota keluarga yang memilii gejala penyakit Covid 19. Ketiga, merawat anggota keluarganya yang sakit Covid 19, ataupun yang belum terpapar mampu melakukan dan menyediakan upaya pencegahan. Keempat, memodifikasi lingkungan fisik dan psikologis, dalam hal ini keluarga harus mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan aman dengan ventilasi ruangan yang terjaga sehingga sirkulasi udara menjadi baik dan virus tidak dapat berkembang biak, selain itu keluarga dapat menciptakan Susana yang tenang dan nyaman didalam keluarga walapun dalam kondisi bekerja, belajar, dan ibadah di rumah. Kelima, menggunakan fasilitas kesehatan yang ada di sekitar keluarga. Jadi keluarga mampu memilih fasilitas kesehatan untuk melakukan cek up atau pengobatan Corona 19.(5)

## **METODE PELAKSANAAN**

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah deskriptif observasional dimana tim pengabdian masyarakat hanya mengukur bagaimana gambaran dukungan yang diberikan keluarga dalam melakukan upaya pencegahan Covid 19 setelah diberikan pendidikan kesehatan tanpa dilakukan analisa. Sampel yang digunakan sebanyak 30 perwakilan keluarga binaan di kabupaten Demak dengan pemilihan sampel berdasarkan purposive sample. Pengabdian ini dilakukan pada bulan Nopember 2020. Teknik dalam pengambilan data yaitu melalui pengisian kuesioner dan wawancara terbuka tentang dukungan yang diberikan keluarga dalam upaya pencegahan Covid 19. Sosialiasi dan pendidikan kesehatan tetang jenis-jenis dukungan keluarga tentang pencegahan Covid 19 dalam bentuk teori dengan metode Ceramah dan Tanya jawab melalui system daring menggunakan aplikasi Zoominar

dengan durasi 60 menit. Media yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah power point yang disajikan dalam presentasi menggunakan aplikasi Zoom. Langkah-langkah yang digunakan dalam pengabdian ini yaitu: pertama melakukan perijinan proposal kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus, melakukan sosialisasi kegiatan kepada masyarakat dengan membagikan link Zoominar, melakukan pre test pengetahuan keluarga binaan tentang dukungan yang telah diberikan untuk pencegahan Covid 19 melalui link Google Form, selanjutnya tim pengabdian masyarakat memberikan penjelasan dan diskusi bersama tentang jenis-jenis dukungan yang dapat diberikan keluarga dalam upaya pencegahan Covid 19 serta simulasi contohnya; tim pengabdian masyarakat melaksanakan proses evaluasi dengan membagikan kembali post tes melalui Google Form; tim pengabdian masyarakat memberikan rencana tindak lanjut kepada keluarga binaan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang pemberdayaan dukungan keluarga dalam pencegahan Corona 19 berhasil dilakukan. Materi yang disampaikan secara online dengan system daring melalui aplikasi Zoom dapat diterima oleh peserta ini terlihat dari antusiasme peserta dalam mengajukan pertanyaan dan terdapat peningkatan hasil nilai kuesioner pre dan post tes. Keberhasilan yang didapat dalam pengabdian masyarakat meliputi: 1) tercapainya tujuan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dimana keluarga memahami tentang jenis-jenis dukungan yang dapat diberikan kepada anggota keluarganya untuk pencegahan penyakit Corona 19. 2) Materi yang direncanakan oleh tim pengabdian masyarakat tersampaikan dengan baik secara keseluruhan mencapai 98 %. 3) terjadi peningkatan kemampuan peserta tentang peran keluarga dalam memberikan dukungan untuk penegah penyakit Corona 19.

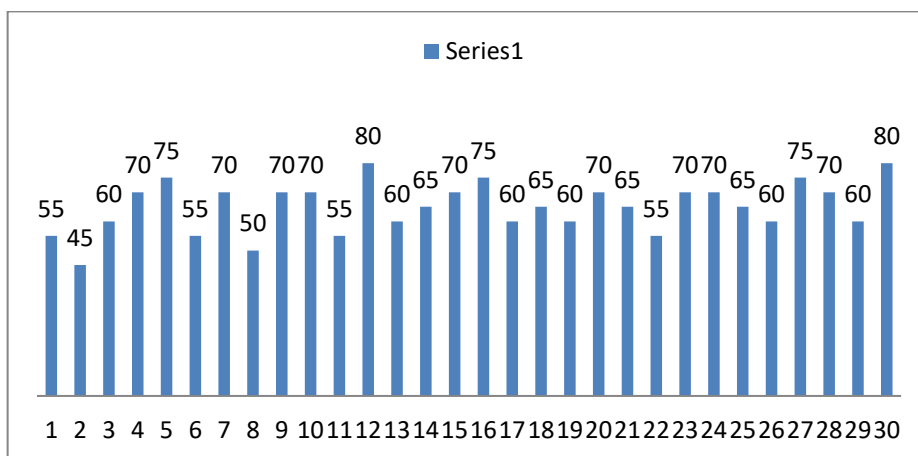
Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang pemberdayaan dukungan keluarga tentang pencegahan Covid 19 terdapat factor pendukung dan penghambat. Factor pendukung dalam pengabdian masyarakat ini adalah adanya dukungan yang penuh dari stikes cendekia utama kodus dan Rumah sakit Islam Nu Demak dalam penentuan partisipan. Faktor yang menjadi hambatan dalam kegiatan ini adalah kegiatan evaluasi yang tidak dilakukan dengan pendampingan langsung dan tidak dilakukan observasi ke rumah partisipan secara keseluruhan dikarena kondisi pandemic yang tidak memungkinkan.

Berikut hasil evaluasi dalam bentuk kuesioner yang telah diisi oleh partisipan sebelumnya:

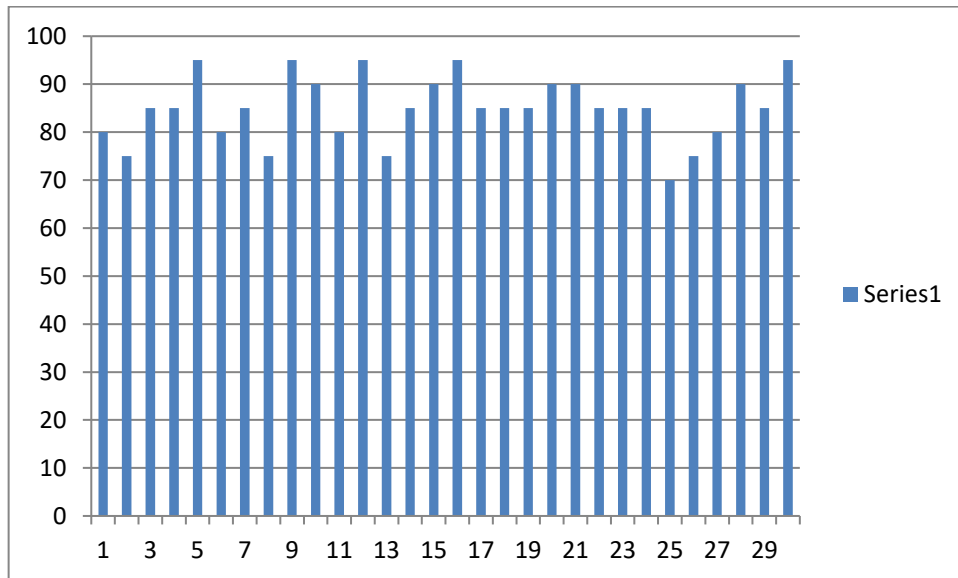
Tabel 1  
 Distribusi Frekuensi Perilaku Keluarga dalam Pencegahan Covid 19 di Kabupaten Demak  
 N: 30 Nopember 2020

	Rata-rata	Median	Minimum	maksimum
Pre Tes	65	65	45	80
Post Tes	85	85	70	95

Grafik 1  
 Distribusi Frekuensi Pre Tes Perilaku Keluarga dalam Pencegahan Covid 19 di Kabupaten Demak  
 N: 30 Nopember 2020



**Grafik 2**  
**Distribusi Frekuensi Post Tes Perilaku Keluarga dalam Pencegahan Covid**  
**19 di Kabupaten Demak**  
**N: 30 Nopember 2020**



Dari hasil data Frekuensi pada table 1 dan grafik diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan tingkat perilaku keluarga tentang pencegahan Covid-19 yang semula dengan nilai rata-rata 65 menjadi nilai rata-rata 85 dengan nilai terendah 70 dan nilai tertinggi 95. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan dalam kegiatan pengabdian masyarakat tercapai.

Tercapainya tujuan dalam pengabdian masyarakat ini diakibatkan keseuaian kondisi yang dialami oleh mayarakat saat ini yaitu ancaman dari penyakit Covid 19 yang penyebarannya cepat dan sangat mudah. Penularan yang masif dari satu orang ke orang lain dan tanpa disadari mengakibatkan penyebaran penyakit ini sangatlah luas dan sulit untuk dideteksi apalagi didukung dengan adanya kelompok orang tanpa gejala tetapi dapat menularkan. Dampak dari penyakit ini dari segi fisiologis dapat mempengaruhi fungsi pernafasan bahkan sampai kepada kematian jika penderita tidak memiliki system imun yang kuat. Kondisi seperti ini harus benar-benar di perhatikan apalagi pada usia-usia rentan dengan



system imun yang rendah seperti lansia atau balita. Mudahnya proses penularan dan bahayanya dampak dari penyakit ini maka perlu adanya upaya pencegahan Covid 19 yaitu dengan selalu menerapkan program 3 M yaitu selalu mencuci tangan kapanpun dan dari manapun, menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain, serta selalu memakai masker dimanapun berada. Selain dari penerapan 3M masyarakat juga di haruskan untuk menjaga system imun dan kebersihan diri dan lingkungan. Menjaga system imun dengan menjalankan hidup sehat yaitu olahraga dengan teratur, makan-makanan seimbang dan bergizi, perbanyak makan sayuran dan buah. Upaya-upaya pencegahan yang sudah disebutkan diatas tidak akan berhasil dilakukan oleh masyarakat khususnya individu jika tidak mendapatkan dukungan dari anggota keluarganya. (6) Dukungan yang diberikan oleh anggota keluarga meliputi dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan emosional dan dukungan penghargaan dimana anggota keluarga wajib untuk menyediakan segala perlengkapan dan dana untuk mencuci tangan pakai sabun atau hand sanitizer, menyediakan masker di rumah, menyediakan makanan gizi seimbang untuk meningkatkan system imun dan secara rutin mengajak untuk olahraga bersama. Selain itu keluarga juga diwajibkan untuk saling mengingatkan jika program 3 M tersebut tidak dijalankan oleh salah satu anggota keluarga, serta selalu memberikan pujian dan penghargaan bagi keluarga yang selalu patuh dengan protocol kesehatan Covid 19 tersebut.(7)

Peran tenaga pendidik dalam keperawatan dalam hal ini yaitu sebagai Edukator dan Konselor bagi masyarakat, diharapkan dapat memberikan suatu pendidikan kesehatan mengenai Covid 19 dan pencegahannya agar masyarakat tidak merasa cemas, panik, dan takut terhadap pandemic ini serta mampu untuk menjaga perilaku pencegahannya, Pemberian Pendidikan kesehatan kepada keluarga mampu meningkatkan kesadaran keluarga khususnya individu di dalamnya untuk memenuhi kebutuhan akan kesehatannya sehingga

merupakan kunci awal keberhasilan upaya pencegahan penyakit khususnya Covid-19. Hal ini pula sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Abidin (2019) yang menjelaskan bahwa keluarga sangat memegang peranan penting untuk meningkatkan dan mempertahankan kesehatan keluarganya (8)(9)

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat dalam pemberdayaan dukungan keluarga untuk mencegah penyakit Covid 19 berhasil dilakukan dengan antusiasme audiens dalam mendiskusikan materi melalui sistem daring. Keberhasilan dalam pengabdian masyarakat ini ditunjukkan pula dengan hasil evaluasi peserta dengan nilai rata-rata pre tes sebesar 65 menjadi rata-rata Post tes sebesar 85. Selain dari hasil nilai pre dan post test ditunjukkan pula dengan kesesuaian materi yang disampaikan terhadap masalah yang sedang dihadapi masyarakat yaitu penyakit Pandemi Covid 19 yang memerlukan dukungan keluarga dalam mempraktikkan upaya pencegahannya. Dukungan keluarga tersebut terdiri dari dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan emosional dan dukungan penghargaan.

### **Saran**

1. Bagi pengambil kebijakan perlu untuk mengembangkan program promosi kesehatan berbasis keluarga khususnya tentang upaya pencegahan Covid 19 melalui audiovisual agar mudah diingat dan menarik masyarakat
2. Memperkuat program puskesmas dalam pendekatan keluarga guna pencegahan Covid 19
3. Perawat perlu menyempurnakan penyuluhan terkait peran keluarga dalam upaya pencegahan Covid 19 dengan secara rutin melakukan evaluasi kunjungan rumah

4. Bagi masyarakat khususnya keluarga sebagai unit terkecil untuk selalu memberikan dukungan kepada anggota keluarganya baik dukungan informasi, instrumental, emosional maupun penghargaan dalam perilaku pencegahan Covid 19

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Sosial J, Syar-i B, Labib M, Is I, Islam U, Sunan N, et al. Peran Keluarga Dalam Mencegah Corona Virus Disease 2019 □. 2020;7(10):911–22.
2. Abidin AZ, Julianto EK, Insan S, Husada C. PENCEGAHAN PENULARAN COVID19 BAGI LANSIA DI DESA. 2020;1–9.
3. Kemenkes RI. Buku Pedoman Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan COVID-19. Kementerian Kesehatan RI, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. 2020.
4. Friedman. Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset , Teori dan Praktik. Majalah Kedokteran Andalas. 2015.
5. A PA, Chalifah RR. Komunikasi Kesehatan dan Penanganan Covid 19 di Kalangan Keluarga. 2020;(18321134).
6. Manurung lisma nurlina. Asuhan Keperawatan Keluarga. Fak Ilmu Kesehat Ump. 2018;
7. Sosial J, Syar-i B. Manajemen Komunikasi Keluarga Saat Pandemi COVID-19 □. 2020;7(8):707–22.
8. Abidin AZ, Fungsi P, Kesehatan P, Pendekatan K, Sahabat P, Desa K Di, et al. Penguatan Fungsi Perawatan Kesehatan Keluarga Pendekatan Perawat Sahabat Keluarga Di Desa Sumberagung Kecamatan Dander Bojonegoro. Jurnal Humanis ( Jurnal Pengabdian Masyarakat STIKes ICSada Bojonegoro). 2020.
9. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Umum Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga. Sekretariat Jenderal. 2016.