

BUKU SAKU TOKOH MASYARAKAT:

PERAN TOKOH MASYARAKAT DALAM PROSES ADAPTASI KEBIASAAN BARU (AKB)



Tim Pengabdian Masyarakat
Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat
dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada
Yogyakarta, 2020



BUKU SAKU TOKOH MASYARAKAT:

PERAN TOKOH MASYARAKAT DALAM PROSES ADAPTASI KEBIASAAN BARU (AKB)



UNIVERSITAS
GADJAH MADA



Tim Pengabdian Masyarakat
Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat
dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada
Yogyakarta, 2020

BUKU SAKU TOKOH MASYARAKAT:

PERAN TOKOH MASYARAKAT DALAM PROSES ADAPTASI KEBIASAAN BARU (AKB)

Vena Jaladara, SKM., MPH.
Dr. Supriyati, S.Sos., M.Kes.
Anggi Lukman Wicaksana, S.Kep., Ns., M.S.
Annisa Ryan Susilaningrum, S.Kep., Ns.
Erlin Erlina, S.I.P, M.A, Ph.D.
Rizqiani Amalia Kusumasari, S.Si., M.Sc.
Haryani, S.Kp., M.Kes., Ph.D.
Akhmadi, S.Kp., M.Kes., M.Kep., Sp.Kep.Kom.
Purwanta, S.Kp., M.Kes.
Septi Kurnia Lestari, S.Gz., MMedScPH.
Bimmita Ifariza Kholiq, S.Gz.
Anisah Ramadhani, S.Kep., Ns.
Emirul Swadesi Evhani, S.Kep., Ns.
Ratri Kusuma Wardani, S.Gz.

Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan
(FK-KMK) UGM



Tim Penyusun

**BUKU SAKU TOKOH MASYARAKAT:
PERAN TOKOH MASYARAKAT DALAM PROSES ADAPTASI KEBIASAAN BARU (AKB)**

Penanggungjawab:

Vena Jaladara, SKM., MPH
dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, MPH., Ph.D.
Dr. Supriyati, S.Sos., M.Kes.

Kontributor:

Vena Jaladara, SKM., MPH.
Dr. Supriyati, S.Sos., M.Kes.
Anggi Lukman Wicaksana, S.Kep., Ns., M.S.
Annisa Ryan Susilaningrum, S.Kep., Ns.
Erlin Erlina, S.I.P, M.A, Ph.D.
Rizqiani Amalia Kusumasari, S.Si., M.Sc.
Haryani, S.Kp., M.Kes., Ph.D.
Akhmadi, S.Kp., M.Kes., M.Kep., Sp.Kep.Kom.
Purwanta, S.Kp., M.Kes.
Septi Kurnia Lestari, S.Gz., MMedScPH.
Bimmita Ifariza Kholiq, S.Gz.
Anisah Ramadhani, S.Kep., Ns.
Emirul Swadesi Evhani, S.Kep., Ns.
Ratri Kusuma Wardani, S.Gz.

ISBN: 978-602-6801-23-4

Desain Sampul dan Ilustrator:

Feby Nurul Wahyuni, S.Gz.

Tata letak isi:

Vena Jaladara, SKM., MPH
Septi Kurnia Lestari, S.Gz., MMedScPH

Penerbit:

Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan (FK-KMK) UGM
Jalan Farmako Sekip Utara
Yogyakarta 55281
Email: iro.fk@ugm.ac.id

Penerbit bekerjasama dengan:

HDSS Sleman
Gedung Radiopoetro Lantai 1 Sayap Barat FK-KMK UGM
Jalan Farmako Sekip Utara
Yogyakarta 55281
Email: hdssjogja.fkkmk@ugm.ac.id

Cetakan pertama Desember 2020

Cetakan kedua Februari 2021

Hak penerbitan 2020 FK-KMK UGM

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan
dengan cara apapun tanpa ijin tertulis dari penerbit

Kata Pengantar

Selaku ketua HDSS Sleman, kami berkomitmen meningkatkan kesehatan masyarakat di Kabupaten Sleman. Kami memantau kondisi kesehatan masyarakat di Kabupaten Sleman dengan melakukan survei, juga berupaya agar dapat memberikan manfaat yang lebih langsung dirasakan oleh masyarakat. Kami juga mendorong dilakukannya berbagai kegiatan yang dapat membantu masyarakat mengatasi permasalahan mereka.

Masyarakat global di tahun 2020 ini mengalami cobaan berat dengan adanya pandemi Covid-19 yang telah menelan jutaan nyawa. Namun dampak pandemi ini tidak hanya terjadi pada sektor kesehatan, tetapi juga pada sektor ekonomi yang mengalami penurunan pertumbuhan serta sektor sosial akibat kekhawatiran masyarakat akan penyakit mematikan tersebut. Setelah setahun pandemi Covid-19 belum juga dapat dikendalikan, maka masyarakat tetap perlu melakukan aktivitas sehari-hari namun diperlukan tatanan baru yang mampu mencegah penularan Covid-19. Oleh karena itu pemerintah Republik Indonesia, telah mencanangkan gerakan Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB).

Pembiasaan AKB dalam kehidupan kemasyarakatan sehari-hari banyak membutuhkan pengaturan. Pengaturan tersebut dipimpin oleh tokoh masyarakat. Agar pengaturan dapat berjalan dengan baik, dibutuhkan suatu sumber bacaan yang merangkum berbagai hal penting mengarahkan warga masyarakat berkegiatan sehari-hari khususnya kegiatan di luar rumah dan yang melibatkan banyak orang. Untuk itu, kami menyusun suatu Buku Saku Tokoh Masyarakat: Peran Tokoh Masyarakat dalam Proses Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB).

Kami berharap dengan diterbitkannya Buku Saku Tokoh Masyarakat: Peran Tokoh Masyarakat dalam Proses Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB), dapat membantu para Tokoh Masyarakat untuk mendampingi dan mengarahkan warganya agar dapat mematuhi protokol kesehatan dalam semua aktivitas sosial kemasyarakatan. Sehingga diharapkan Covid-19 dapat segera teratasi dan kegiatan ekonomi masyarakat dapat kembali bergulir dengan lancar.

Tidak lupa, diucapkan banyak terima kasih kepada para Tim Penyusun Buku Saku ini yang telah mampu mewujudkan buku ini, kepada semua pihak yang membantu tersusunnya Buku Saku ini. Semoga Buku Saku ini dapat memberikan semangat baru bagi para Tokoh Masyarakat yang mendampingi warganya dan menjadikan HDSS Sleman semakin dirasakan manfaatnya oleh warga.

Sleman, 9 Desember 2020

Ketua Tim Pengelola HDSS Sleman,

dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, MPH., Ph.D.

Daftar Isi

Halaman Sampul	i
Tim Penyusun	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	iv
Ucapan Terimakasih	v
Bagian 1 : HDSS Sleman dan Relawan EAS	1
1. Mengenal HDSS Sleman dan Data HDSS Sleman	1
2. Mengenal Relawan EAS	8
Bagian 2 : HDSS Handarbeni	12
1. Mengenal HDSS Handarbeni	12
2. Peran HDSS Handarbeni dalam Adaptasi Kebiasaan Baru	14
Bagian 3 : Panduan Komunikasi untuk Sosialisasi Adaptasi Kebiasaan Baru	15
1. Panduan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi	15
2. Tatalaksana Pemberian Informasi dan Edukasi	16
3. Tips Mencari Berita dan Mengatasi Berita Hoaks	18
Bagian 4 : Ayo Bersama Adaptasi Kebiasaan Baru	22
A. Ayo Bersama Adaptasi Kebiasaan Baru	22
1. Adaptasi Kebiasaan Baru: Posyandu dan Posbindu	23
2. Adaptasi Kebiasaan Baru: Kegiatan Sosial (Arisan, Kerja Bakti, dan Rapat Warga)	26
3. Adaptasi Kebiasaan Baru: Hajatan/Pernikahan	28
4. Adaptasi Kebiasaan Baru: Lelayu/Takziah	30
5. Adaptasi Kebiasaan Baru: Olahraga	31
B. Gotong Royong di Era Adaptasi Kebiasaan Baru	32
1. Kebersihan lingkungan	32
2. Lumbung ekonomi untuk tetangga (UMKM)	35
3. Mendukung kegiatan sekolah	37
Penutup	38
Referensi	39

Ucapan Terimakasih

Kegiatan penyusunan buku ini dibiayai oleh Dana Hibah Pengabdian Masyarakat tahun 2020 Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada.

Kegiatan bekerja sama dengan HDSS Sleman. HDSS Sleman dibiayai oleh Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia.

Ringkasan Buku Saku

Pandemi Covid-19

1

Pandemi Covid-19 belum berakhir namun masyarakat tetap bisa beraktivitas dengan produktif dengan menerapkan Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB).

2

Tokoh masyarakat memiliki peran sebagai sumber terpercaya yang dapat memberi informasi, mengambil keputusan, dan mengkomunikasikan keputusan tersebut kepada publik (Blanchet et al, 2017). Sehingga di era AKB ini tokoh masyarakat berperan penting untuk mendorong kegiatan promosi kesehatan bagi warga yang sesuai agar keberhasilan dari AKB dapat terwujud.

3

HDSS Sleman dan Relawan EAS turut andil dalam membantu pemerintah Kabupaten Sleman mewujudkan masyarakat yang sehat, produktif dan patuh terhadap protokol kesehatan di era AKB. Upaya yang dilakukan dengan peningkatan kapasitas dalam pengumpulan, integrasi dan analisis berbagai bentuk informasi dan memberikan pendampingan.

AKB Sukses

HDSS Sleman dan Relawan EAS

1

Mengenal HDSS Sleman dan Data HDSS Sleman

Health and Demographic Surveillance System (HDSS) Sleman merupakan sistem surveilans yang mengumpulkan data transisi kependudukan, status kesehatan, dan transisi sosial secara periodik dalam kurun waktu tertentu di Kabupaten Sleman. Pada tahun 2014, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan (FK-KMK) UGM bekerjasama dengan Pemerintah Kabupaten Sleman menginisiasi pelaksanaan HDSS di Kabupaten Sleman yang disebut HDSS Sleman. HDSS Sleman melakukan siklus pengambilan data setiap satu tahun sekali dengan pengambilan data siklus pertama dilaksanakan pada tahun 2015. Pada siklus pertama (survei data dasar), HDSS mengumpulkan data demografis dasar. Pada siklus kedua dan selanjutnya, HDSS Sleman memperbarui data demografis serta mengumpulkan data kesehatan lain berupa faktor perilaku berisiko, penyakit menular, penyakit tidak menular, serta data pemanfaatan pelayanan kesehatan.



Gambar 1. Wilayah Kerja HDSS Sleman

Akses informasi tersebut melalui
<https://hdss.fk.ugm.ac.id/tentang-hdss-sleman/>

**Cara mengakses informasi:**

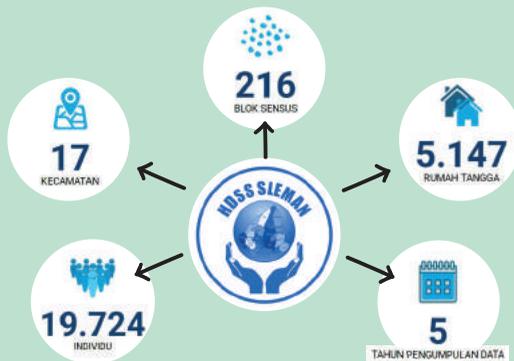
1. Buka browser seperti Google Chrome, Safari, Firefox, dll dan ketik HDSS Sleman, enter
2. Ketik informasi yang ingin anda cari

Tujuan HDSS Sleman :

1. Membangun *surveillance site* atau situs pengamatan untuk mengumpulkan data demografis, epidemiologi, faktor ekologis (faktor risiko), dan pemanfaatan pelayanan kesehatan.
2. Mengumpulkan data kesehatan dasar berbasis masyarakat yang dapat digunakan untuk memberikan informasi dan advokasi bagi pembuat kebijakan serta praktisi kesehatan.
3. Menyediakan bukti bagi pembuat kebijakan dalam penyusunan kebijakan dan intervensi kesehatan.
4. Menghasilkan basis data yang dapat dimanfaatkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.



HDSS Sleman menggunakan metode kuantitatif yang melibatkan 5147 rumah tangga yang tersebar di 216 kluster di Kabupaten Sleman. Kluster tersebut terdapat di 80 desa terpilih se-Kabupaten Sleman yang terdiri dari 184 kluster di perkotaan dan 32 kluster di pedesaan. Responden HDSS Sleman merupakan penduduk yang bertempat tinggal minimal selama 6 bulan berturut-turut di Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.



Berikut adalah data yang tersedia:



1. Demografi



2. Konsumsi rumah tangga



3. Status ekonomi



4. Vaksinasi, ASI, dan MP-ASI



5. Kesehatan ibu dan anak



6. Kesehatan reproduksi



7. Penyakit menular



8. Penyakit tidak menular



9. Konsumsi makanan tidak sehat



10. Kualitas hidup



11. Faktor risiko penyakit kronis



12. Kesehatan mental



13. Cedera

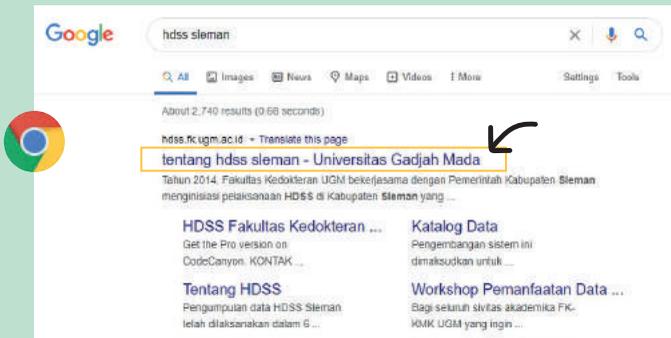


14. Asuransi dan pelayanan kesehatan



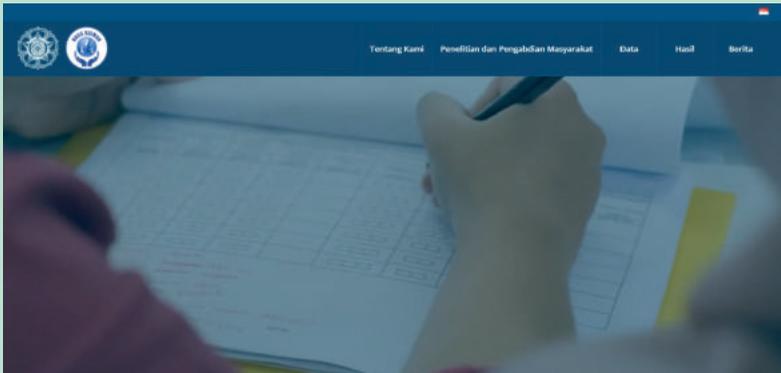
15. Verbal autopsy

Informasi mengenai data - data HDSS dapat dilihat melalui website <http://hdss.fk.ugm.ac.id/>



Untuk membuka laman *website*,
bisa dilakukan dengan langkah berikut:

1. Buka browser (laman pencarian) seperti Google Chrome, Opera, Mozilla Firefox, Safari, dll
2. Ketik HDSS Sleman di laman pencarian, enter
3. Klik pada pencarian teratas



Gambar 2. Tampilan awal *website* HDSS Sleman



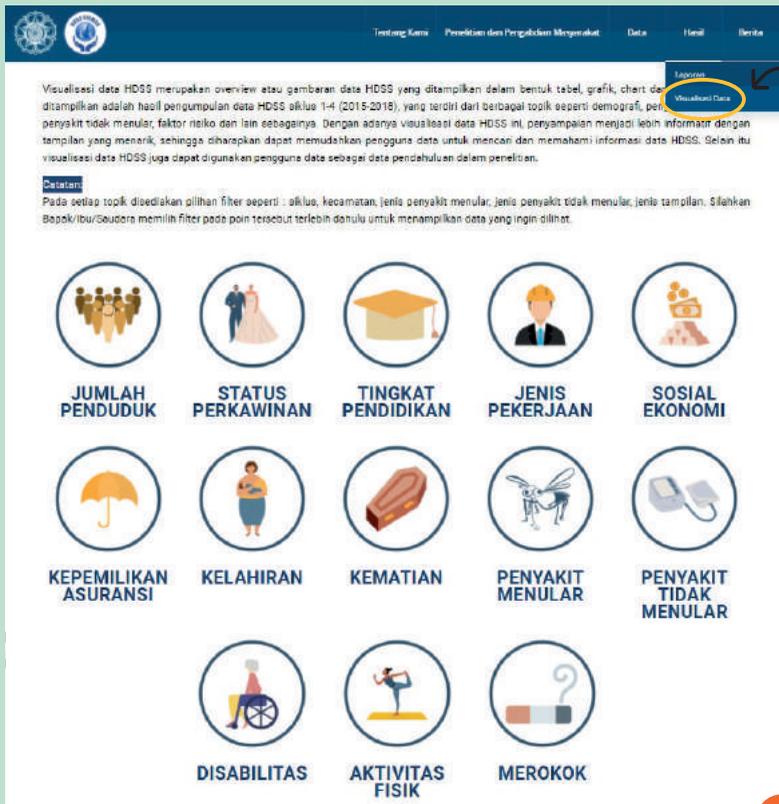
Gambar 3. *Website* HDSS Sleman untuk melihat hasil

Untuk melihat laporan setiap tahun dapat mengklik pada hasil laporan. Dalam laman ini tersedia leaflet laporan tahunan tahun 2015, 2016, 2017, 2018, dan 2019. Laporan akan diperbaharui tiap tahun.



Gambar 4. Hasil laporan data siklus 5 (tahun 2019) yang dapat dilihat di website

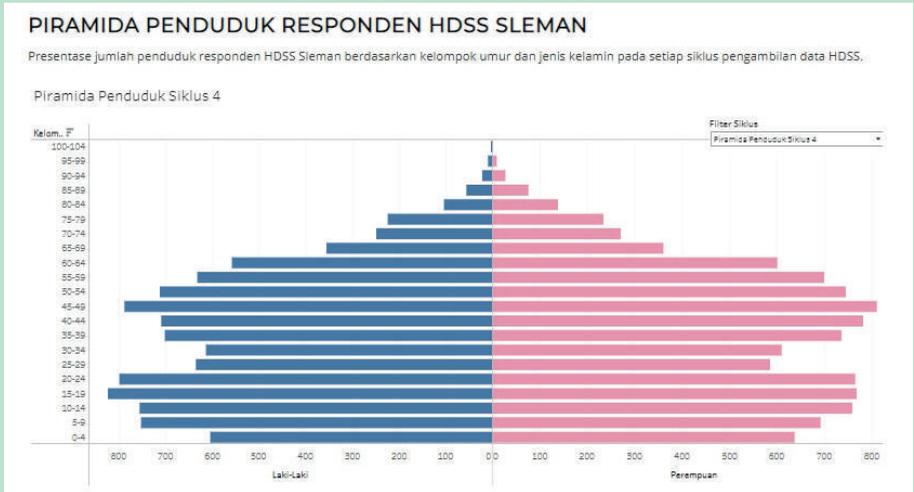
Untuk melihat visualisasi data dapat mengklik hasil → visualisasi data.



Gambar 5. Visualisasi data yang dapat dilihat di website



Pada ikon jumlah penduduk akan menampilkan piramida penduduk

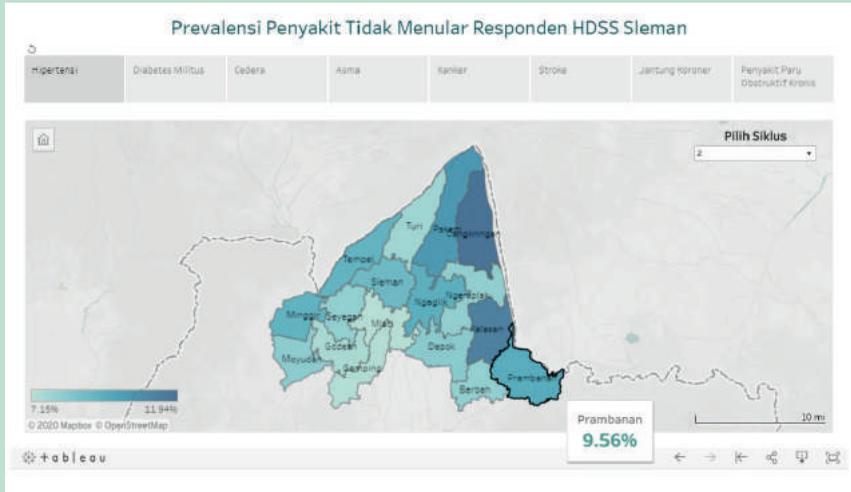


Gambar 6. Piramida penduduk responden HDSS Sleman siklus 4 (tahun 2018)

Piramida penduduk HDSS Sleman pada tahun 2019 menunjukkan bahwa jumlah penduduk terbanyak pada laki-laki yakni usia 15-19 tahun. Sedangkan jumlah penduduk terbanyak pada perempuan yakni usia 45-49 tahun. Jumlah penduduk usia 50 sampai di atas 85 tahun pada laki-laki dan perempuan cukup banyak. Hal ini menunjukkan bahwa **banyak lansia di Kabupaten Sleman** atau biasa disebut populasi menua (*aging population*). Berdasarkan data tersebut, pemerintah dari tingkat Dusun, Desa, Kecamatan hingga Kabupaten dapat **menyusun program pembangunan yang ramah lansia, program kesehatan untuk lansia, maupun program sosial yang sesuai untuk usia lanjut.**



Pada ikon **penyakit tidak menular** akan menampilkan prevalensi penyakit tidak menular



Gambar 7. Prevalensi penyakit tidak menular responden HDSS Sleman siklus 2 (tahun 2016)

Berdasarkan data HDSS Sleman dari siklus kedua dan ketiga diketahui bahwa hipertensi menjadi penyakit tidak menular dengan prevalensi tertinggi secara berturut-turut sebesar 12% dan 19,29%.

Data prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) untuk setiap kecamatan di Kabupaten Sleman dapat diakses dengan cara mengklik nama kecamatan dalam peta. Kemudian akan tersaji data terkait jumlah atau presentase penderita jenis PTM tertentu di wilayah tersebut. Data tersebut bisa dimanfaatkan sebagai latar belakang penyusunan program pencegahan penyakit tidak menular oleh pemerintah baik tingkat padukuhan hingga tingkat kabupaten. Salah satu contoh program yang bisa dilaksanakan adalah pembentukan Posbindu PTM dengan tujuan memantau kondisi kesehatan penderita PTM di wilayah tersebut. Selain itu, Posbindu PTM bisa menjadi upaya pencegahan dengan meningkatkan kesadaran masyarakat untuk bisa mencegah penyakit tersebut.

Data - data HDSS Sleman dapat menjadi **sumber pembuatan kebijakan** baik di tingkat pemerintah kabupaten, pemerintah kecamatan, maupun pemerintah desa. Data HDSS Sleman diambil setiap tahun sehingga akan terus ada pembaharuan data.

2

Mengenal Relawan EAS

Selama pandemi Covid-19 muncul fenomena infodemik – maraknya peredaran informasi yang tidak benar – terkait Covid-19. Hal ini menimbulkan kekhawatiran di masyarakat, sehingga dibutuhkan upaya bersama-sama untuk menghadapi kondisi tersebut. *Health Promoting University* Universitas Gadjah Mada (HPU UGM) berkoordinasi dengan tim Satgas Covid-19 FK-KMK untuk merekrut relawan mahasiswa. Kegiatan relawan mahasiswa dilanjutkan oleh Satgas Penanganan Covid-19 UGM guna melakukan pendampingan Edukasi dan Aksi Sosial (EAS). Tujuan pendampingan EAS untuk meningkatkan literasi kesehatan masyarakat terkait Covid-19 dan membantu masyarakat bersama-sama mencari solusi masalah yang terkait dengan Covid-19.

Relawan EAS
(Edukasi dan Aksi Sosial)



Relawan dari civitas kampus UGM yang terlibat ke masyarakat dengan mengoptimalkan sarana komunikasi online dan dilengkapi dengan beberapa kegiatan luring yang dilakukan dengan protokol kesehatan yang ketat.

Relawan EAS bekerjasama dengan HDSS Sleman FK-KMK UGM, Keperawatan FK-KMK UGM dan Departemen Perilaku Kesehatan, Lingkungan, dan Kedokteran Sosial (*Health Behavior, Environment, and Social Medicine*) atau yang disingkat dengan HBES. Kerjasama dengan HDSS Sleman yakni peninjauan kebutuhan masyarakat melalui tokoh masyarakat yang berada di wilayah kerja HDSS Sleman.



Relawan EAS melakukan pendampingan sosial dan kesehatan kepada 20 padukuhan di wilayah HDSS Sleman dan wilayah dampingan Keperawatan FK-KMK UGM di Kabupaten Sleman.

Kegiatan pendampingan telah dimulai dari bulan April 2020 hingga sekarang (Desember 2020).

Pada bulan Juni 2020, telah dibentuk 20 tim atau disebut Grup Tugas Pendampingan (GTP) yang turun ke 20 padukuhan di Kabupaten Sleman.

Misi utama

tim relawan EAS



menjadi mitra masyarakat dalam mendukung upaya pencegahan dan penanganan Covid-19, terutama dalam bidang **pemberian informasi yang cepat dan akurat.**

Relawan EAS sudah bekerja sama dengan :

- Satgas Covid-19 UGM dalam hal penggalan informasi tentang kendala dalam penanganan pandemi Covid-19 di masyarakat, edukasi tentang Covid-19 dan pencegahannya serta edukasi tentang cara mencegah berita-berita hoaks dari media sosial.

- HPU UGM dan INAHEALTH (Saluran Televisi Kesehatan FK-KMK UGM) dalam membagikan informasi berupa video, *podcast*, dokumen, poster maupun *flyer* melalui *platform* daring baik di kanal Youtube, situs web maupun Instagram.

Kedepannya EAS juga berencana untuk melakukan kerjasama dengan *Small and Medium Enterprises Development Centre* (SMEDC) yakni lembaga Fakultas Ekonomi UGM yang berfokus dalam pemberdayaan ekonomi kecil dan menengah serta Sambatan-Jogja (SONJO) yakni suatu gerakan kemanusiaan yang berfokus pada masyarakat rentan yang terdampak Covid-19 dalam bentuk pendampingan dari sisi kesehatan, psikologi, sosial dan ekonomi.



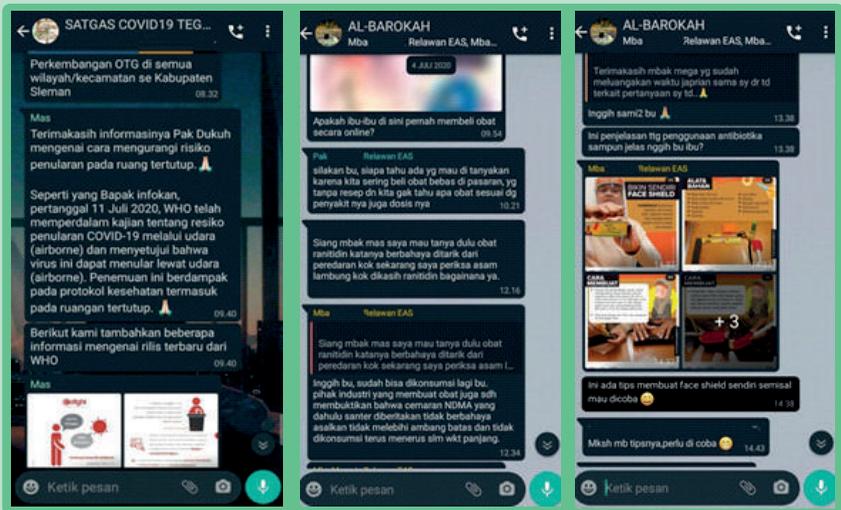
Gambar 8. Informasi video stop stigma tenaga kesehatan Covid-19 melalui kanal Youtube milik INAHEALTH

Akses video tersebut melalui bit.ly/stopstigmatenegakesehatancovid-19



Cara mengakses informasi dari Youtube Ina Health:
1. Buka Youtube dan ketik kanal INAHEALTH, enter
2. Buka video yang ingin anda cari

Relawan EAS melakukan pendampingan dengan diskusi, tanya jawab seputar kesehatan dan penyebaran media di grup padukuhan dampingan. Contoh media yang dikurasi oleh Relawan EAS dari sumber terpercaya yang kemudian disampaikan melalui grup padukuhan dampingan (dapat dilihat pada gambar 11).



Gambar 11. Edukasi dan pemberian media edukasi melalui WhatsApp Grup

HDSS Sleman dan EAS dapat menjadi sumber verifikasi informasi sehingga tokoh masyarakat dapat mendapatkan informasi yang terpercaya. Apabila tokoh masyarakat masih mengalami kesulitan dalam mengakses informasi melalui web HDSS Sleman tokoh masyarakat dapat mengajukan diskusi di grup yang sudah didampingi oleh pihak HDSS Sleman.

1

Mengenal HDSS Handarbeni

HDSS Sleman berupaya membuat suatu forum atau komunitas yang terdiri dari berbagai tokoh masyarakat di wilayah kerja HDSS Sleman untuk menjembatani HDSS Sleman dengan masyarakat. Forum ini disebut **HDSS Handarbeni**.

**Handarbeni :**

merupakan kata yang diambil dari pepatah Jawa

“Mulat Sarira Hangrasa Wani, Rumangsa Melu Handarbeni, Wajib Melu Angrungkebi”

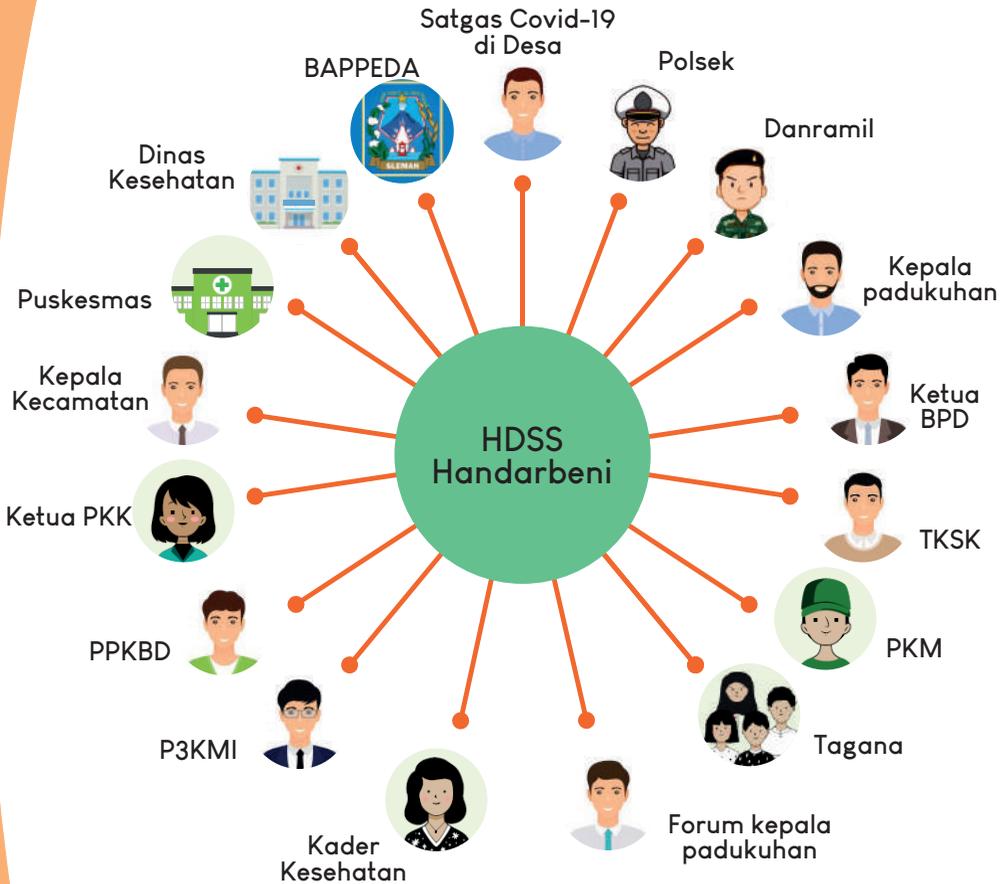
yang berarti berani mawas diri, merasa ikut memiliki, wajib ikut menjaga/membela.

Handarbeni sendiri memiliki arti ikut merasakan dan melakukan tindakan sebagai seorang pemilik, sehingga seseorang yang Handarbeni akan merasa memiliki tugas dan tanggung jawab atas kepemilikannya.

HDSS Handarbeni bertujuan untuk mendukung serta mengawasi kerja HDSS Sleman di masyarakat. Dengan bergabung dalam forum ini tokoh masyarakat memiliki kesempatan untuk berperan dalam **mendorong, memotivasi, dan menggerakkan masyarakat agar terlibat dalam kegiatan HDSS Sleman, memberikan saran dan masukan kepada HDSS Sleman terkait permasalahan kesehatan yang dialami masyarakat, serta mengkonfirmasi/memverifikasi** berita negatif dan kesalahan informasi yang muncul di masyarakat.

Pada tahun 2019, HDSS Sleman telah berdiskusi dengan tokoh masyarakat terkait inisiasi pembentukan forum HDSS Sleman dan masyarakat. Tokoh masyarakat sangat mendukung dan menyambut dengan baik akan adanya forum tersebut. Tokoh masyarakat dari berbagai elemen menyatakan siap untuk bekerjasama dan mendampingi kegiatan HDSS Sleman.

Beberapa tokoh masyarakat yang tergabung dalam HDSS Handarbeni antara lain :



Gambar 12. Tokoh masyarakat yang tergabung dalam HDSS Handarbeni

Tokoh masyarakat yang bergabung dalam HDSS Handarbeni juga dilibatkan dalam berbagai kegiatan HDSS Sleman yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tokoh masyarakat seperti seminar dan *workshop*. Diharapkan dengan pembentukan HDSS Handarbeni dapat terjadi ikatan kekeluargaan dan terbentuk sistem komunikasi dua arah antara HDSS Sleman dengan tokoh masyarakat di Kabupaten Sleman.

2

Peran HDSS Handarbeni dalam Adaptasi Kebiasaan Baru

HDSS Handarbeni bersama dengan Relawan EAS menjalankan berbagai kegiatan atau program, salah satu program tersebut adalah sosialisasi Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB). Di masa pandemi Covid-19, AKB diperkenalkan pemerintah sebagai suatu tindakan atau perilaku yang hendaknya dilakukan masyarakat serta seluruh institusi dalam suatu wilayah (Kemenkes, 2020). AKB dapat dikatakan sebagai proses pembentukan pola harian/pola kerja/pola hidup baru yang berbeda dengan yang sudah ada sebelumnya atau narasi baru terjemahan dari “*New normal*” yang diperkenalkan sejak 15 Mei 2020. Pada Era AKB ini diharapkan kondisi ekonomi tidak mengalami krisis yang berdampak luas pada sendi-sendi kehidupan sehingga masyarakat dituntut tetap bisa menjalankan aktivitas seperti bekerja, belajar, beribadah, berolahraga, bersosialisasi atau beraktivitas lain dengan aman dan nyaman.

1 Panduan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi

Sosialisasi AKB ke masyarakat membutuhkan cara komunikasi yang baik dan benar sehingga HDSS Handarbeni perlu untuk mengetahui beberapa panduan komunikasi yang efektif agar informasi dapat tersampaikan dengan baik dan sasaran dapat menerima/menerapkan informasi tersebut.



a. Syarat dalam komunikasi efektif

- Tepat waktu
- Akurat
- Lengkap
- Jelas
- Mudah dipahami oleh penerima, sehingga dapat mengurangi tingkat kesalahan dan kesalahpahaman



b. Penyampaian Pesan Lisan Secara Efektif

Tips/ciri komunikasi lisan yang efektif :

1. Pastikan pemberi pesan menyampaikan pesan yang **akurat, lengkap, jelas** dan **mudah dipahami**.
2. Penerima pesan menuliskan/memahami **secara lengkap isi pesan** tersebut.
3. Isi pesan **dibacakan kembali/dikonfirmasi secara lengkap oleh penerima pesan** untuk menghindari kesalahan dalam interpretasi.
4. Pemberi pesan **memverifikasi isi** pesan kepada penerima pesan untuk memberikan pembenaran atau persetujuan dengan pesan yang dicatat oleh penerima pesan.
5. Penerima pesan **mengklarifikasi ulang** bila ada perbedaan pesan dengan hasil verifikasi.

2 Tatalaksana Pemberian Informasi dan Edukasi

Pemberian informasi dan edukasi melalui komunikasi yang efektif diharapkan dapat memudahkan sasaran untuk memahami dan menerapkan informasi yang didapatkan. Media untuk pemberian informasi dan kesehatan saat ini sudah sangat berkembang terutama media audio visual yang menarik. Media tersebut dapat memudahkan sasaran menerima dan memahami informasi yang disampaikan (Ifroh et al., 2019).

Berikut adalah **tahapan-tahapan** menyampaikan informasi dan edukasi :

- a. Pemberi informasi mendapatkan data yang cukup dan akurat mengenai masalah sasaran atau masalah di sekitar sasaran yang berkaitan dengan materi yang akan disampaikan.
- b. Pemberi informasi dan edukasi melakukan penilaian kebutuhan edukasi sasaran berdasarkan:

1. Keyakinan dan nilai-nilai yang dipegang oleh sasaran.
2. Kemampuan membaca, tingkat pendidikan dan bahasa yang digunakan.
3. Ketersediaan sasaran untuk menerima informasi.

- c. Pemberi informasi memiliki pengetahuan tentang informasi yang akan disampaikan, dan keterampilan berkomunikasi secara efektif.
- d. Pemberi informasi membuat kondisi dan suasana yang nyaman dan bebas :
1. Pemberi informasi memiliki rasa empati dan membuat acara berjalan secara interaktif.
 2. Dilakukan dalam ruang yang dapat menjamin kenyamanan.
 3. Ruangan cukup luas bagi komunikator dan sasaran.
 4. Penempatan meja, kursi atau barang – barang lain hendaknya tidak menghambat komunikasi.
 5. Suasana tenang, tidak bising, dan tidak sering ada interupsi.
- e. Memberikan informasi dan edukasi pada keluarga/pendamping apabila sasaran memiliki kendala dalam berkomunikasi.
- f. Membina hubungan yang baik dengan sasaran agar tercipta rasa percaya dan nyaman dalam proses penyampaian informasi dan edukasi.

VERIFIKASI

Berikut adalah cara untuk verifikasi apakah *sasaran* dapat menerima dan memahami edukasi yang diberikan :

1. Apabila pada saat penyampaian materi kondisi **sasaran sehat dan senang**, maka verifikasi yang dilakukan adalah:
menanyakan kembali edukasi yang telah diberikan.

? “Dari materi edukasi yang telah disampaikan, apa yang bisa bapak/ibu dapatkan dan pelajari ? ”

2. Apabila sasaran ada **hambatan emosional** (marah atau depresi), maka verifikasi dilakukan **setelah sasaran tenang** dengan **menanyakan kembali** sejauh mana sasaran mengerti tentang materi edukasi yang diberikan dan pahami.

3

Tips Mencari Berita dan Mengatasi Berita Hoaks

Saat ini internet menjadi referensi utama dalam mencari berita dan informasi. Oleh karena itu perlu bagi kita untuk mengetahui dan memilah berita yang sesuai dan berasal dari sumber yang terpercaya. Berikut tips yang dapat diberikan :

1. Pastikan mencari dengan menggunakan **kata kunci yang spesifik dan jelas**. Untuk mencari mengenai AKB dapat menyetikkan protokol kesehatan olahraga/rapat/dan sebagainya di era adaptasi kebiasaan baru.
2. Pilih **website yang dapat dipercaya** seperti situs pemerintah, provinsi, kabupaten atau situs umum yang sudah banyak dikenal karena keasliannya. Seperti contoh dalam mencari berita tentang kesehatan pastikan situs berasal dari kementerian kesehatan atau dinas kesehatan.
3. Pilih **informasi yang penting dan ringkas** untuk kemudian dibagikan kepada masyarakat. Informasi dapat berupa seperti poster, video, atau artikel yang mudah untuk dipahami masyarakat.

Lalu bagaimana jika kita telah memperoleh informasi dan ingin memastikan keaslian dari informasi tersebut?



Berikut adalah lima langkah dasar dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) Republik Indonesia untuk mengidentifikasi berita asli dan hoaks :

1. Hati-hati dengan judul provokatif

Judul yang sensasional/menggemparkan dan langsung menuding ke pihak tertentu perlu untuk dicari kebenarannya dengan mencari referensi berita serupa dari situs online yang resmi dan bandingkan isinya.



Bu Tejo mendapatkan sebuah berita di WA grup dengan judul “Vaksin Covid-19 Sebabkan Mandul”. Saat menerima berita tersebut Bu Tejo langsung bertanya-tanya karena judul dari berita tersebut sangat menggemparkan.

2. Cermati alamat situs

Waspadalah pada alamat situs yang berasal dari situs yang belum terverifikasi sebagai institusi pers resmi misalnya menggunakan domain blog.



Karena Bu Tejo resah dan curiga dengan berita tersebut, Bu Tejo memutuskan untuk mencari kebenaran berita dengan melihat alamat situs berita tersebut dan ternyata domain situs berita adalah vaksincorona.blogspot.com. Kecurigaan Bu Tejo semakin bertambah.

3. Periksa fakta

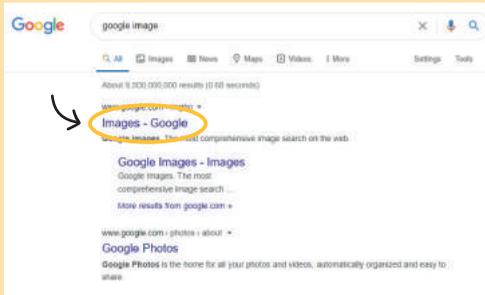
Pastikan sumber terpercaya seperti berasal dari institusi resmi pemerintah seperti kementerian kesehatan, KPK, dan Polri dan jangan cepat percaya pada satu berita sehingga perlu untuk membandingkan dengan berita lain agar bisa mendapatkan gambaran yang utuh. Perhatikan juga perbedaan antara fakta dan opini. **Fakta adalah peristiwa yang terjadi dengan kesaksian dan bukti**, sementara opini adalah pendapat dan kesan dari penulis berita sehingga memiliki kecenderungan untuk bersifat subjektif.



Bu Tejo kembali memastikan kecurigaan beliau dengan mencari fakta melalui situs terpercaya di covid19.go.id dan benar bahwa berita vaksin membuat mandul yang beredar di masyarakat ternyata adalah hoaks. Bu Tejo akhirnya lega dengan kebohongan berita tersebut dan mulai menyebarkan informasi yang benar kepada kerabatnya dengan melampirkan sumber yang terpercaya.

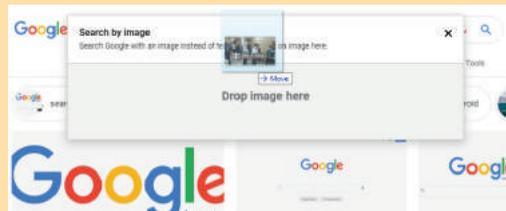
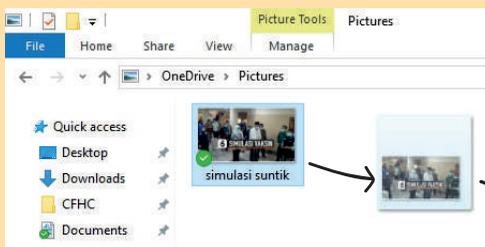
4. Cek keaslian foto

Cek keaslian foto dengan melakukan *drag-and-drop* di kolom pencarian google images. Hasil pencarian akan menunjukkan gambar-gambar yang serupa dan selanjutnya bandingkan.



Langkah-langkah:

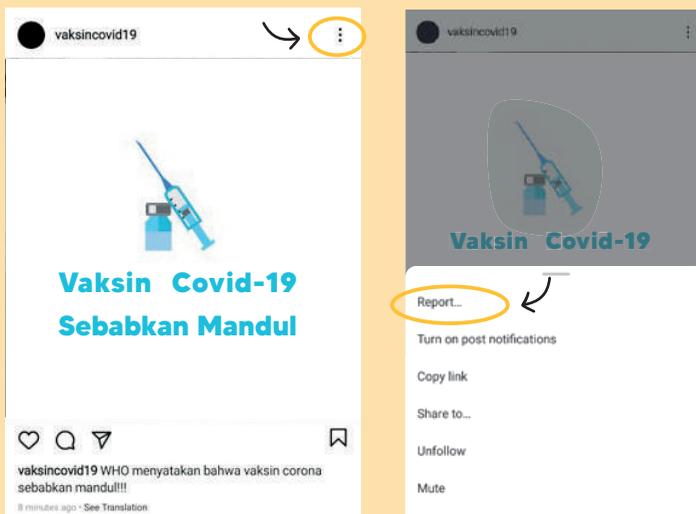
1. Buka *browser* seperti Google Chrome, Safari, Firefox, dll dan ketik **Google image**, enter
2. Klik *images*
3. Klik foto yang ingin anda cek keasliannya dan seret (*drag*)
4. Masukkan (*drop*) dalam kolom pencarian *google image*



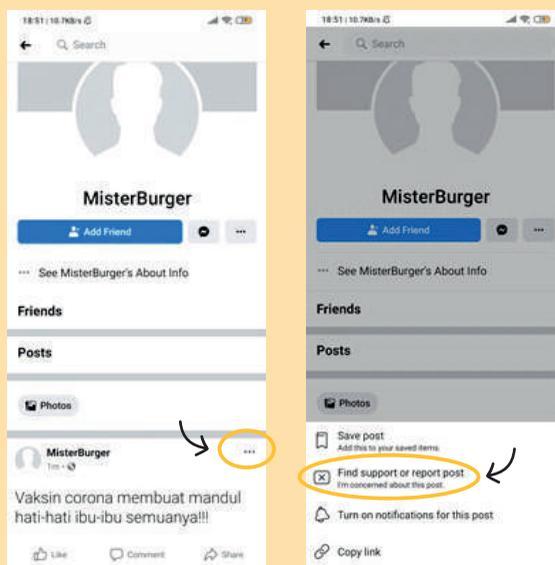
5. Ikuti grup diskusi anti-hoaks

Ikuti grup diskusi di media sosial seperti di Facebook atau WhatsApp sehingga masyarakat dapat bertanya dan berdiskusi. HDSS Handarbeni juga dapat berdiskusi di grup untuk mencari kebenaran informasi dengan bantuan dari tokoh masyarakat yang lain dan HDSS Sleman.

Jangan lupa untuk melaporkan setiap berita hoaks yang anda temui. Di media sosial seperti *Instagram*, *Facebook*, *Twitter*, dll anda bisa menggunakan fitur *report*. Bagi pengguna internet juga dapat melaporkan konten negatif ke Kominfo dengan mengirim e-mail ke aduankonten@mail.kominfo.go.id.



Gambar 13. Fitur report di Instagram



Gambar 14. Fitur report di Facebook

Ayo Bersama Adaptasi Kebiasaan Baru

A. Ayo Bersama Adaptasi Kebiasaan Baru

Protokol kesehatan merupakan syarat utama yang harus dipatuhi oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari di era AKB. Ketidaksiplinan masyarakat terhadap protokol kesehatan menjadi dasar diperlukannya pendampingan masyarakat. Dalam pelaksanaannya, pendampingan masyarakat memerlukan kerjasama baik dari tokoh masyarakat dan berbagai institusi. Kerjasama ini untuk mengembangkan semangat gotong royong dalam menjalani kehidupan di era AKB ini.

Berikut adalah hal-hal yang perlu disosialisasikan dalam era AKB:

1. Bila tidak ada hal penting dan mendesak, sebisa mungkin tetap dirumah.



2. Jika harus keluar rumah, lindungi diri menggunakan masker kain minimal 2 lapis atau masker medis.
3. Bawa peralatan pribadi dan hindari saling meminjam barang, seperti:



Hand sanitizer



Alat makan pribadi



Alat ibadah pribadi

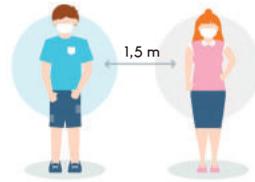


Alat kerja pribadi

4. Rajin mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama minimal 20 detik atau *hand rub* yang berbahan dasar alkohol 60%.



5. Jaga jarak minimal 1,5 m dengan orang lain dan hindari kerumunan.



6. Mengatur sirkulasi udara di ruangan, misalnya dengan membuka jendela.



7. Segera mandi dan berganti pakaian ketika tiba di rumah.



Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) bertujuan agar masyarakat tetap bisa **belajar, bekerja, dan beraktivitas dengan produktif** di era pandemi COVID-19. Sehingga untuk menjalani berbagai kegiatan yang ada, masyarakat perlu untuk mengetahui dan menyesuaikan dengan protokol kesehatan di era AKB. Berikut adalah beberapa panduan AKB dalam kehidupan sosial bermasyarakat :

1

Adaptasi Kebiasaan Baru: Posyandu dan Posbindu



Di masa pandemi, upaya penguatan sistem kesehatan di Indonesia tetap harus dipertahankan. Pelayanan primer yang terhubung dalam kegiatan Posyandu dan Posbindu diarahkan bagi perawatan kesehatan preventif dan kuratif untuk masyarakat. Sebagai salah satu upaya untuk membentuk masyarakat yang tangguh, tetap sehat dan aktif, kegiatan ini disusun dalam tahap sebagai berikut:

Persiapan :

- a. Petugas Puskesmas berkoordinasi dengan kader Posyandu/Posbindu untuk mengatur jadwal Posyandu/Posbindu .
- b. Kader mengatur jadwal pelayanan dengan membagi sasaran dan jam pelayanan dengan jumlah maksimal dalam setiap jam pelayanan yakni 5-6 anak. Jika jumlah sasaran banyak maka bagi menjadi beberapa kali jam pelayanan.
- c. Kegiatan Posbindu dilakukan secara singkat dan dibagi menjadi beberapa kelompok kecil. Pasien dengan komorbiditas (penyakit penyerta) diberikan perhatian lebih saat melakukan kunjungan.
- d. Pastikan jadwal diterima masyarakat sebelum hari pelayanan
- e. Informasikan kepada SATGAS COVID-19 RT RW setempat perihal kegiatan posyandu/ posbindu
- f. Posyandu/posbindu dilakukan di ruangan terbuka untuk memastikan sirkulasi udara yang baik
- g. Contoh pengaturan Waktu Berdasarkan Kelompok Umur untuk di Posyandu

Jam Pelayanan	Sasaran Umur
08.00 - 09.00	0-11 bulan
09.00 - 10.00	12-24 bulan
10.00 - 11.00	24-36 bulan
11.00 - 12.00	36-59 bulan

- h. Kader memberikan informasi kepada masyarakat sebelum hari pelaksanaan Posyandu sebagai berikut:



- ✓ Anak dan pengantar sehat
- ✓ 1 orang pengantar
- ✓ Memakai masker untuk pengantar dan anak >2tahun
- ✓ Membawa buku KIA
- ✓ Telah mengisi daftar pemantauan perkembangan sesuai umur anak
- ✓ Membawa kain sendiri untuk menimbang

- i. Informasikan jadwal dan jenis pelayanan berdasarkan umur sasaran



Pelaksanaan :

- a. Menyediakan fasilitas cuci tangan dengan sabun dan *hand sanitizer* berbasis alkohol.
- b. Disinfeksi area Posyandu/Posbindu sebelum dan sesudah pelayanan.
- c. Mengatur jarak meja pelayanan 1,5 - 2 meter antar petugas, antar petugas dan sasaran, antar sasaran.
- d. Semua yang terlibat dalam Posyandu/Posbindu diwajibkan cuci tangan dan menggunakan masker sebelum memasuki area Posyandu/Posbindu.
- e. Kader menggunakan alat pelindung diri minimal berupa masker, *face shield*, dan sarung tangan.
- f. Lakukan skrining suhu tubuh bagi pengunjung Posyandu/Posbindu, jika suhu $<37,3^{\circ}\text{C}$ diperkenankan mengikuti kegiatan Posyandu/Posbindu.
- g. Alat pengukur berat badan dan tinggi badan selalu dibersihkan dengan disinfektan sebelum digunakan anak selanjutnya, anak yang sudah bisa berdiri sendiri disarankan menggunakan timbangan digital.
- h. Selesai pemeriksaan, sasaran diwajibkan cuci tangan sebelum kembali ke rumah, segera berganti pakaian dan mandi.
- i. SATGAS COVID-19 membantu memastikan pelayanan posyandu/posbindu berjalan sesuai protokol kesehatan.

Sumber :

Dinas Kesehatan Kota Tangerang. 2020. bit.ly/protokolkesehataposyandusaatpandemi dan Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman. 2020. bit.ly/protokolkesehatanposbinduPTMsaaatpandemi

2

Adaptasi Kebiasaan Baru:

Kegiatan Sosial (Arisan, Kerja Bakti, dan Rapat Warga)

Perkumpulan/pertemuan sosial yang ada di masyarakat seperti arisan, kerja bakti, dan rapat warga harus disesuaikan dengan AKB agar tujuan terbentuknya masyarakat yang tangguh tetap terwujud. Beberapa interaksi sosial yang disesuaikan dengan AKB adalah:

Tanpa Tatap Muka



Dapat dilakukan dengan video call yang tersedia di aplikasi sosial media seperti *WhatsApp*, *Zoom*, *Google meet*, *Webex*, dll.



Google Meet



Cisco Webex



Zoom



Dengan Tatap Muka :

Persiapan tempat:

- Sediakan tempat dengan sirkulasi udara yang cukup. Sediakan tempat cuci tangan dengan air dan sabun, *hand sanitizer*, dan disinfektan.
- Maksimal jumlah peserta diatur luas ruang dikalikan 80% dibagi koefisien (jarak antar individu) yakni 1,5 x 1,5 sampai dengan 2,0 x 2,0.

Semisal ruangan kegiatan berukuran 4 m x 5 m maka:

$$\frac{20 \text{ m} \times 80\%}{1,8 \times 1,8} = 4,9$$

Sehingga jumlah maksimal dalam ruang tersebut yakni 5 orang.

c. Sebelum kegiatan dimulai pastikan peserta sudah mencuci tangan, memakai masker, dan suhu tubuh $<37,3^{\circ}\text{C}$.

d. Selama kegiatan, berikan jarak antara setiap peserta sejauh 1,5-2 meter.



Gambar 16. Menyediakan ruangan dengan sirkulasi udara baik dan memberikan jarak



Gambar 15. Memeriksa suhu setiap peserta



Gambar 17. Memberikan jarak antar peserta

e. Hindari kontak fisik langsung.

f. Anjurkan peserta membawa alat makan dan minum sendiri. Apabila memberikan jamuan tidak diperkenankan prasmanan melainkan nasi kotak yang bisa dibawa pulang.

g. Pastikan pertemuan dilakukan secara efektif.

h. Setelah selesai pertemuan, dianjurkan langsung pulang ke rumah, mandi dan berganti pakaian.

Sumber :

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. bit.ly/AKBiasapenyelenggaraanpertemuan

3

Adaptasi Kebiasaan Baru: Hajatan/Pernikahan

Dalam masa pandemi ini, masyarakat menjadi bimbang terhadap pesta pernikahan karena adanya pembatasan ruang gerak dan perkumpulan masa. Untuk itulah diperlukan panduan untuk beradaptasi dalam hal kegiatan sosial dalam masa pandemi ini.

Adapun ketentuan dalam Surat Edaran Kementerian Agama Republik Indonesia No: P-006/DJ.III/Hk.00.7/06/2020 tentang Pelayanan Nikah Menuju Masyarakat Produktif Aman COVID, antara lain:

- a. Peserta prosesi akad nikah yang dilaksanakan di KUA atau di rumah diikuti sebanyak-banyaknya 10 (sepuluh) orang.
- b. Peserta prosesi akad nikah yang dilaksanakan di tempat ibadah atau gedung pertemuan diikuti sebanyak-banyaknya 20% dari kapasitas ruangan dan tidak boleh lebih dari 30 (tiga puluh) orang.
- c. Pemilik hajat wajib menyediakan fasilitas cuci tangan dan *hand sanitizer*.
- d. Melakukan pengecekan skrining suhu tubuh kepada tamu undangan. Hanya orang dengan suhu $<37,3^{\circ}\text{C}$ yang diperkenankan mengikuti hajatan.
- e. Anjurkan tamu undangan membawa alat makan dan minum sendiri. Apabila memberikan jamuan tidak diperkenankan prasmanan melainkan nasi kotak yang bisa dibawa pulang.
- f. Tamu undangan menjaga jarak 1,5-2 meter dengan tamu undangan yang lain dan diharuskan untuk menggunakan masker.
- g. Tamu undangan diharapkan untuk menghindari kerumunan dan kontak fisik seperti bersalaman atau berpelukan.
- h. Tamu undangan diharapkan sebaiknya langsung pulang ke rumah dan tidak berkumpul dengan orang lain setelah mengucapkan selamat untuk pemilik hajat.
- i. Tamu undangan langsung mandi dan berganti pakaian sesampainya di rumah.



Pelayanan ibadah pemberkatan pernikahan hanya dapat dilakukan apabila keadaan mendesak, tidak dapat dihindari dan maksimal dihadiri oleh 10 orang saja. Sebelum pelaksanaan pelayanan ibadah harus menginformasikan kepada pihak yang berwenang.

Sumber :

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Adaptasi Kebiasaan Baru Jasa Penyelenggaraan Event/Pertemuan. bit.ly/AKBjasapenyelenggaraanevent.

Kementerian Agama Republik Indonesia. (2020). Imbauan Direktur Jenderal Bimbingan Masyarakat Kristen Perihal Layanan Ibadah, Layanan Pemberkatan Nikah, Layanan Penguburan Terkait Darurat Covid 19. bit.ly/panduanpemberkatannikahdanpenguburan.

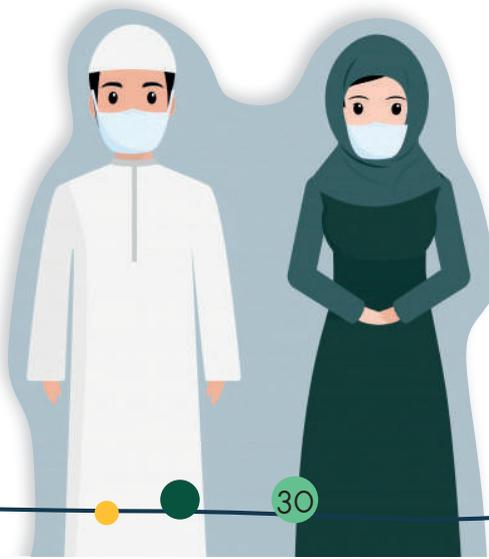
Kementerian Agama Republik Indonesia. (2020). Panduan Penyelenggaraan Kegiatan Keagamaan di Rumah Ibadah dalam Mewujudkan Masyarakat Produktif dan Aman Covid di Masa Pandemi. bit.ly/panduanpenyelenggaraankegiatankeagamaan.

Kementerian Agama Republik Indonesia. 2020. Pelayanan Nikah Menuju Masyarakat Produktif Aman COVID. bit.ly/layanannikahnewnormal

Lelayu/Takziah merupakan kegiatan mengunjungi keluarga/kerabat yang sedang berduka untuk menyatakan turut berduka cita/belasungkawa. Takziah mengundang warga setempat untuk berkumpul sehingga diperlukan adaptasi agar tujuan membentuk masyarakat yang tangguh melalui penguatan agama, moral dan spiritual tetap terjaga, dan kegiatan tetap memperhatikan protokol kesehatan.

Berikut panduan kegiatan AKB untuk lelayu/takziah:

- a. Jika terpaksa harus takziah pastikan tubuh dalam kondisi sehat dan prima.
- b. Dihadiri oleh kalangan terbatas atau keluarga terdekat saja dan apabila suhu tubuh $>37,3^{\circ}\text{C}$ maka tidak dipekenankan untuk mengikuti takziah.
- c. Wajib menggunakan masker, membawa *hand sanitizer*, dan peralatan ibadah sendiri sehingga tidak saling meminjam alat ibadah.
- d. Menjaga jarak 1,5-2 meter dengan orang lain dan hindari berkerumun.
- e. Hindari kontak fisik seperti bersalaman dengan orang lain.
- f. Setelah mengucapkan berduka cita sebaiknya langsung pulang ke rumah dan tidak berkumpul dengan orang lain.
- g. Sesampainya di rumah langsung mandi dan berganti pakaian.



5

Adaptasi Kebiasaan Baru:
Olahraga

Olahraga terbukti meningkatkan kekebalan tubuh dan melindungi diri dari infeksi (C. Ranasinghe et al., 2020). Imun yang kuat ini mendukung ketangguhan fisik, mencegah perburukan penyakit, dan mengurangi efek negatif isolasi seperti, stress, khawatir, dan perilaku tidak sehat (C. Ranasinghe et al., 2020). Selama masa pandemi ini, Kegiatan AKB mendukung kegiatan olahraga dengan ritme sedang. Beberapa tips berolahraga selama pandemi:

a. Pastikan kondisi tubuh dalam keadaan sehat dan fit.

b. Hindari olahraga yang membutuhkan kontak fisik.

c. Gunakan masker.

d. Cuci tangan pakai sabun dan air mengalir atau *hand sanitizer*.



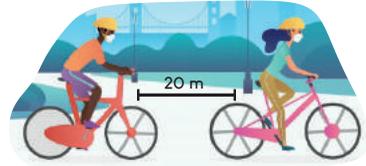
f. Hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut.



g. Saat tiba di rumah segera cuci tangan, mandi, dan berganti pakaian.

h. Bersihkan alat olahraga dengan cairan disinfektan.

e. Jaga jarak dengan orang di depannya 5 meter saat jalan kaki, 10 meter saat berlari, dan 20 meter saat bersepeda.



Utamakan untuk berolahraga mandiri,

jika memang berolahraga bersama dengan orang lain tetap terapkan protokol kesehatan.

Sumber :

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Flyer Adaptasi Kebiasaan Baru untuk Masyarakat Berolahraga Individu. bit.ly/AKBberolahragasecaraindividu

B. **Gotong Royong** di Era Adaptasi Kebiasaan Baru

1. Kebersihan Lingkungan



Kegiatan :

Dalam menjaga kebersihan lingkungan, kebersihan diri juga merupakan salah satu bentuk menjaga kebersihan lingkungan. Oleh karena itu penerapan protokol kesehatan untuk diri sendiri dan lingkungan perlu untuk selalu diterapkan. Salah satu bentuk menjaga kebersihan lingkungan di masa pandemi yakni dengan melakukan penyemprotan disinfektan secara serentak dan rutin di sekolah, rumah-rumah ibadah dan tempat-tempat umum lain di daerah sekitar. Penerapan protokol kesehatan di setiap rumah-rumah ibadah dan tempat-tempat umum.

Prosedur pelaksanaan :

1. Koordinasi dan pemberian edukasi bersama relawan kepada takmir / pengurus rumah ibadah dan tempat umum.
2. Persiapkan alat-alat kebersihan, desinfeksi dan mengecek langkah-langkah desinfeksi yang sudah sesuai prosedur.
3. Memberikan informasi mengenai prosedur disinfeksi dan prosedur keselamatan seperti dengan tetap cuci tangan, menjaga jarak dan memakai masker.
4. Apabila memang akan disediakan konsumsi maka konsumsi dalam bentuk bungkusan atau yang bisa dibawa pulang.

Adapun langkah-langkah disinfeksi sebagai berikut:

- a. Gunakan alat pelindung diri terutama masker dan sarung tangan sekali pakai.
Bersihkan permukaan yang kotor terlebih dahulu menggunakan deterjen/sabun dan air sebelum disinfeksi (baca petunjuk penggunaan produk yang digunakan untuk membersihkan dan mendisinfeksi).
- b.
- c. Disinfeksi permukaan datar dengan menggunakan alat semprot (cairan disinfektan sesuai takaran atau petunjuk penggunaan).
- d. Disinfeksi permukaan tidak datar seperti tiang, pegangan tangan dan sebagainya menggunakan lap flanel/kain *microfiber*.



- e. Untuk disinfeksi dengan lap flanel/kain *microfiber*/kain pel dapat dilakukan dengan 2 (dua) cara:

1. Rendam lap flanel/kain *microfiber* ke dalam air yang telah berisi cairan disinfektan. Lap pada permukaan dan biarkan tetap basah selama 10 menit; atau
2. Semprotkan cairan disinfektan pada lap flanel/kain *microfiber* dan lakukan pengelapan secara zig-zag atau putar dari tengah keluar.

- f. Isi alat *fogging* (ULV) atau *sprayer* dengan cairan disinfektan kemudian semprotkan ke permukaan yang akan didisinfeksi untuk disinfeksi dengan cara penyemprotan,





- g. Untuk disinfeksi benda dengan permukaan berpori seperti lantai berkarpet, permadani, dan tirai, disinfeksi dapat dilakukan dengan cara mencuci dengan air hangat.

Untuk disinfeksi ventilasi buatan, sebelum dinyalakan lakukan penyemprotan pada *evaporator*, *blower* dan penyaring udara (*filter*) dengan alat semprot yang berisi cairan disinfektan dan lanjutkan dengan disinfeksi pada permukaan penutup AC bagian dalam.

h.



i.

Disinfeksi permukaan pada *mounted* dan kisi-kisi *exhaust* pada AC sentral dan tidak perlu dibilas.

j.

Lepaskan alat pelindung diri dan segera cuci tangan dengan air mengalir setelah disinfeksi selesai.

k.

Sarung tangan harus dibuang setiap kali selesai digunakan dengan dirusak terlebih dahulu agar tidak disalahgunakan. Jika menggunakan sarung tangan yang dapat digunakan kembali, jangan gunakan untuk kegiatan lain.

l.

Ruangan dapat digunakan kembali dalam waktu minimal/paling cepat 4 jam setelah dilakukan pembersihan dan disinfeksi.

Sumber:

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Panduan Kegiatan Menjaga Kebersihan Lingkungan dan Langkah-Langkah Desinfeksi dalam Rangka Pencegahan Penularan Covid-19. bit.ly/panduandisinfeksicegahpenularancovid-19.

2. Lumbung ekonomi untuk tetangga (UMKM)

Pengertian :

Lumbung ekonomi untuk tetangga menyediakan berbagai kebutuhan pangan seperti beras, gula, dan minyak goreng untuk setiap kepala keluarga yang membutuhkan. Warga yang membutuhkan dapat mengambilnya setiap saat namun tetap dengan pengawasan tim lumbung ekonomi tetangga. Pendekatan lumbung ekonomi ini diketahui lebih tepat guna dibandingkan dengan pembagian sembako sejenis yang merata kepada setiap kepala keluarga, karena kebutuhan setiap keluarga berbeda-beda.

Kegiatan :

Menyediakan **bahan makanan** untuk warga yang rentan secara ekonomi.



Prosedur pelaksanaan :

- 1 Membentuk tim ekonomi untuk tetangga.
- 2 Mengecek pendataan calon warga sebagai calon penerima dan donatur. Untuk donatur, satu keluarga/rumah diharapkan untuk donasi bahan pangan secara sukarela.
- 3 Memastikan informasi telah diterima dengan baik oleh warga sehingga warga penerima bantuan dapat mengambil sesuai kebutuhan masing-masing.
- 4 Memastikan pengawasan dan pencatatan setiap bahan makanan yang masuk dan keluar oleh tim ekonomi untuk tetangga dilakukan dengan baik dan transparan.



Relawan EAS melakukan kegiatan pengembangan UMKM untuk mendukung penguatan ekonomi masyarakat. Kegiatan UMKM tersebut adalah pengelolaan budidaya jamur di Padukuhan Karangmalang dan pengelolaan budidaya ikan untuk seluruh padukuhan di wilayah yang didampingi oleh relawan.

Kegiatan UMKM berupa peningkatan pengetahuan budidaya, peningkatan keterampilan pengolahan hasil, pengemasan, dan pemasaran. Hal ini bertujuan untuk membantu meningkatkan perekonomian warga yang terdampak pandemi.

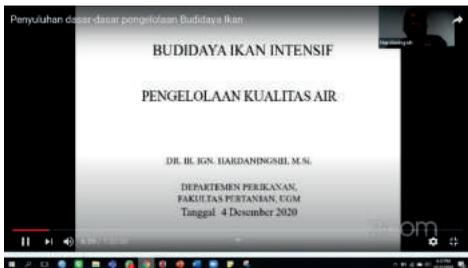


Akses kegiatan UMKM tersebut melalui <https://hdss.fk.ugm.ac.id/>



Cara mengakses informasi kegiatan UMKM melalui website HDSS Sleman:

1. Buka browser/google dan ketik **HDSS Sleman**, enter
2. Ketik informasi yang ingin anda cari



Akses kegiatan UMKM tersebut melalui link bit.ly/dasar-dasarbudidayaikan



Cara mengakses informasi kegiatan UMKM melalui Youtube HDSS Sleman:

1. Buka Youtube dan ketik kanal **HDSS Sleman FK-KMK UGM**, enter
2. Buka video yang ingin anda cari

Gambar 18. Kegiatan UMKM di Padukuhan Karangmalang dan seluruh padukuhan di wilayah yang didampingi oleh relawan.

3. Mendukung kegiatan sekolah

Pengertian :

Desa digital (Degital) merupakan wujud kerjasama antara warga bersama pemerintah lokal setempat (pemerintah desa/padukuhan/dusun) untuk dapat menyediakan akses internet bagi siswa yang membutuhkan guna memperlancar proses pembelajaran secara virtual. Gotong royong dalam hal ini diharapkan dapat membantu baik guru maupun siswa dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar.

Kegiatan :

Memberikan akses internet untuk memfasilitasi proses pembelajaran bagi siswa yang membutuhkan. Warga yang memiliki akses internet pribadi juga diharapkan untuk memiliki peran dalam membantu siswa belajar.



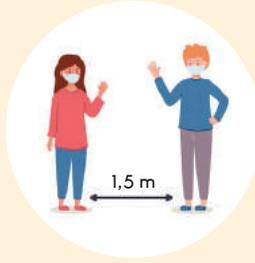
Prosedur pelaksanaan :

- 1 Koordinasi dengan warga/karang taruna untuk membentuk tim Degital.
- 2 Mengadakan iuran untuk pemasangan jaringan internet.
- 3 Mengecek pendataan siswa yang tidak memiliki fasilitas internet.
- 4 Mengecek pendataan beberapa titik-titik untuk pemasangan jaringan internet/wifi.
- 5 Mengecek jalannya program melalui tim Degital yang nantinya akan bertugas untuk memastikan bahwa siswa sudah menerima dan dapat memanfaatkan bantuan sehingga program tepat guna dan tepat sasaran.



Penutup

Demikian modul ini dibuat dengan dukungan dana dari hibah dana masyarakat pengabdian masyarakat FK-KMK UGM dengan tujuan untuk membantu tokoh masyarakat dalam membuat program berdasarkan data dan menjalani era Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) dengan disiplin protokol kesehatan.



Referensi

Blanchet, K., Nam, S. L., Ramalingam, B., & Pozo-Martin, F. (2017). Governance and capacity to manage resilience of health systems: towards a new conceptual framework *International Journal of Health Policy and Management* 6(8), 431-435. doi:10.15171/ijhpm.2017.36.

Chathuranga Ranasinghe, Cemal Ozemek & Ross Arena (2020) Exercise and well-being during COVID 19 – time to boost your immunity, *Expert Review of Anti-infective Therapy*, DOI: 10.1080/14787210.2020.1794818.

Ifroh, R. H., Susanti, R., Permana, L., & Noviasy, R. (2019). Peran Petugas Promosi Kesehatan dalam Penggunaan Audio Visual sebagai Media Komunikasi Informasi dan Edukasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol, 7*(2).

Kementerian Komunikasi dan Informatika. (2017). Ini Cara Mengatasi Berita “Hoax” di Dunia Maya. Retrieved December, 15, 2020, from https://kominfo.go.id/content/detail/8949/ini-cara-mengatasi-berita-hoax-di-dunia-maya/0/sorotan_media.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Adaptasi Kebiasaan Baru Jasa Penyelenggaraan Event/Pertemuan. Retrieved November 23, 2020, from <https://promkes.kemkes.go.id/fiyer-adaptasi-kebiasaan-baru-untuk-pengelola-jasa-penyelenggaraan-event--pertemuan>.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Flyer Adaptasi Kebiasaan Baru untuk Masyarakat Berolahraga Individu. Retrieved November 23, 2020, from <https://promkes.kemkes.go.id/download/ercj/files41869AKB-Kesehatan%20olahraga.pdf>

Kementerian Agama Republik Indonesia. (2020). Imbauan Direktur Jenderal Bimbingan Masyarakat Kristen Perihal Layanan Ibadah, Layanan Pemberkatan Nikah, Layanan Penguburan Terkait Darurat Covid 19. Retrieved November 23, 2020, from [https://admindku.kemenag.go.id/public/data/files/users/1/files/Himbaun%20Gereja%20Seluruh%20Indonesia\(2\)-1-1.pdf](https://admindku.kemenag.go.id/public/data/files/users/1/files/Himbaun%20Gereja%20Seluruh%20Indonesia(2)-1-1.pdf)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Menuju Adaptasi Kebiasaan Baru. Retrieved November 23, 2020, from <https://promkes.kemkes.go.id/menuju-adaptasi-kebiasaan-baru>.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Panduan Kegiatan Menjaga Kebersihan Lingkungan dan Langkah-Langkah Desinfeksi dalam Rangka Pencegahan Penularan Covid-19. Retrieved November 23, 2020, from https://covid19.kemkes.go.id/download/Panduan_Desinfeksi_dalam_Rangka_Pencegahan_Penularan_Covid19.pdf.

Kementerian Agama Republik Indonesia. (2020). Panduan Penyelenggaraan Kegiatan Keagamaan di Rumah Ibadah dalam Mewujudkan Masyarakat Produktif dan Aman Covid di Masa Pandemi. Retrieved November 23, 2020, from <http://itjen.kemenag.go.id/sirandang/peraturan/6158-15-surat-edaran-menteri-agama-nomor-15-tahun-2020-tentang-panduan-penyelenggaraan-kegiatan-keag>

Kementerian Agama Republik Indonesia. (2020). Pelayanan Nikah Menuju Masyarakat Produktif Aman COVID. Retrieved November 23, 2020, from <https://setkab.go.id/pelaksanaan-akad-nikah-saat-pandemi-bisa-di-luar-kua-inilah-syaratnya/>.

RSUD Pariaman. (2020). Panduan Komunikasi Efektif Dalam Pemberian Informasi dan Edukasi. Retrieved November 1, 2020, from https://ppid.sumbaprovo.go.id/images/2019/04/file/Panduan_Komunikasi_Efektif_Dalam_Pemberian_Informasi_dan_Edukasi.pdf

Ilustrasi

Images: freepik.com

ISBN 978-602-6801-23-4



Penerbit:

Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan (FK-KMK) UGM
Jalan Farmako Sekip Utara Yogyakarta
Yogyakarta 55281
Telp./Fax. (0274) 560300