

# **Wearing Mask Guideline As A Protection From The Covid-19 In The Tanjung Berkat Ujung Residents**

**Syarifah Najwa<sup>1</sup>, Dienny Redha Rahmani<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

<sup>2</sup>Program Studi Perencanaan Wilayah dan Kota, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: najwasn77@gmail.com

## **ABSTRACT**

Lately, a small virus measuring 0.125 micrometers is ravaging the world, namely Covid-19 or known as the corona virus. The transfer of Covid-19 between humans can be through respiratory sprays and direct contact. Respiratory splash occurs when a person coughs or sneezes. Anyone who is within a radius of approximately 1m with a person showing respiratory symptoms such as coughing or sneezing, is at risk of exposure to respiratory droplets which may cause infection with the virus. The use of masks is one of the precautions that can limit the spread of certain respiratory diseases caused by viruses, including Covid-19. The methods used when this activity took place were providing education and information; Delivery Media; Demonstrate; and Distributing Masks. The author found some residents who do not know the truth of the rumors circulating about the use of masks so far, one of the rumors that most people know is wearing masks upside down for people who are sick, for normal people to wear masks normally too. Activities have been carried out well and run smoothly, and the response of citizens who are also open and can receive exposure to information given by the author is good too.

**Keywords : Mask, Tanjung Berkat Ujung, Education of Wearing Mask, Wearing Mask Information, Covid-19**

---

## **PENDAHULUAN**

Akhir-akhir ini, sedang maraknya wabah yang dikenali sebagai virus corona atau Covid-19. Virus ini yang sedang memporak-porandakan dunia. Virus kecil yang berukuran 0,125 mikrometer sudah menjadi perbincangan masyarakat di seluruh dunia (Karina *et al.*, 2020).

Covid-19 ini adalah penyakit infeksi pernafasan akut yang disebabkan oleh virus jenis baru dari Strainsevere Acute Respiratory Syndrome Corona-Virus 2 (Sars-CoV-2), yang ditemukan diakhir tahun 2019 di negara China yang lebih tepatnya di kota Wuhan dan diumumkan oleh WHO sebagai pandemik pada 11 Maret 2020 (Siahaineinia & Bakara, 2020; Armiani *et al.*, 2020; Meri *et al.*, 2020). Penyakit ini menyerang pernapasan dengan mudah, namun dalam beberapa penelitian, telah menemukan bahwa tingkat kematian pada wabah ini disebabkan oleh adanya penyakit penyerta seperti hipertensi diabetes mellitus, jantung koroner dan penyakit serebrovaskular (Meri *et al.*, 2020).

Penyebaran kasus Covid-19 ini kebelahan dunia termasuk Indonesia terjadi begitu cepat. Di Indonesia pertama kali dideteksi pasien positif Covid-19 pada tanggal 2 Maret 2020 dan pada 9 April 2020. Covid-19 ini juga sudah menyebar ke 34 provinsi lainnya yang ada di Indonesia, diantaranya yaitu di Provinsi Kalimantan Selatan (Kalsel). Di Provinsi Kalsel pertama kali ditemukan pasien positif covid-19 yaitu pada tanggal 22 Maret 2020 di Kota Banjarmasin, kasus Covid-19 di Banjarmasin terus meningkat dan termasuk 10 daerah teratas sebagai kasus positif Covid-19 terbanyak di Indonesia (Kaidah *et al.*, 2020).

Wabah ini juga tentunya sangat mempengaruhi keberbagai aspek dan sektor yang menjadi kacau, mulai dari kesehatan, ekonomi yang semakin menurun hingga sektor keamanan juga akan terancam dimasa pandemi seperti ini. Tak luput juga negara Indonesia juga mengalami imbasnya, pemerintah dan masyarakat agak kebingungan untuk menangani berbagai permasalahan yang terjadi. Permasalahan yang paling sering dikeluhkan ada disektor perokonomian. Masalah ekonomi ini juga berujung kepada beberapa masyarakat yang menjadi sulit untuk membeli alat pelindung diri seperti masker karena keterbatasan ekonomi sehingga

mungkin mereka lebih memilih untuk membeli sembako ataupun bahan pangan agar bisa memenuhi kebutuhan pokok setiap harinya (Karina *et al.*, 2020).

Covid-19 ini merupakan penyakit baru dan penelitian terkait penyakit ini masih sangat minim. Diperlukan informasi yang berbasis bukti (evidence base) tentang pencegahan, perawatan, pengobatan, maupun informasi lainnya terkait penyakit Covid-19 ini. Pada masa pandemi Corona atau Covid-19, penting bagi kita untuk melakukan berbagai tindakan pencegahan, termasuk menjaga jarak sosial, tetap tinggal di rumah, menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, gerakan menggunakan masker, serta penggunaan antiseptik dan desinfektan dalam kehidupan sehari-hari (Malik *et al.*, 2020).

Tindakan pencegahan terhadap peningkatan jumlah kasus Covid-19, seperti yang sudah ditetapkan oleh WHO pada bulan Maret 2020 bahwa semua negara diharuskan untuk melakukan langkah-langkah efektif untuk mengurangi penularan Covid-19. Maka dari itu, tindakan pencegahan terhadap jenis penyakit menular tersebut wajib dilakukan secepat mungkin yang sesuai dengan Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 yaitu tentang Keekarantinaan Kesehatan, dimana masyarakat perlu membatasi kegiatan sosial. Penyebaran pada masyarakat pun dapat dikurangi salah satunya dengan menjaga kebersihan tangan secara rutin dan upaya penggunaan masker. Seperti yang sudah dilakukan oleh masyarakat China, bahwa penggunaan masker sudah menjadi kewajiban yang harus diterapkan (Meri *et al.*, 2020).

Penularan wabah Covid-19 sangat cepat dan sangat berbahaya. Penularan sering terjadi di tempat-tempat umum, salah satunya yaitu pasar. Pasar adalah tempat dimana bahan-bahan pokok kebutuhan masyarakat tersedia. Banyak pedagang dan pengunjung yang tidak menggunakan masker, tidak mencuci tangan dan tidak menjaga jarak dan kerumunan (Siahaineinia & Bakara, 2020).

Dua cara utama perpindahan virus Covid-19 ini antar-manusia yaitu melalui droplet atau percikan saluran pernapasan dan kontak langsung. Percikan saluran pernapasan terjadi saat seseorang batuk atau bersin. Setiap orang yang berada dalam kontak dekat kurang lebih dalam radius 1m dengan orang yang menunjukkan gejala-gejala gangguan pernapasan seperti batuk atau bersin, berisiko terpapar percikan saluran pernapasan yang kemungkinan dapat menyebabkan terinfeksi dengan virus ini. Percikan juga dapat jatuh ke permukaan benda dimana virus tetap aktif, oleh karena itu, lingkungan sekitar terdekat dari orang yang terinfeksi dapat menjadi sumber penularan maka di anjurkan untuk menghindari kontak dekat dengan siapapun yang menunjukkan gejala penyakit pernafasan seperti batuk ataupun bersin (Malik *et al.*, 2020; Kaidah *et al.*, 2020).

Sebagaimana telah disebutkan bahwa Covid-19 dapat menular melalui saluran pernapasan, maka dari itu penggunaan masker oleh semua masyarakat sangat diperlukan di masa pandemi Covid-19 ini. Masker akan menjadi penghalang pertama jika ada droplet atau tetesan baik dari diri sendiri atau dari orang lain. Masker atau alat pelindung diri yang digunakan untuk melindungi mulut dan hidung dengan bahan yang dapat menyaring masuknya debu atau uap (partikel yang lebih kecil). Mekanisme yang terjadi adalah dengan cara menangkap partikel atau aerosol dari udara dengan metode penyaringan atau penyerapan, sehingga udara yang dihirup akan melewati masker dan menjadikannya bersih dari partikulat (Pratiwi, 2020).

Penggunaan masker adalah salah satu langkah pencegahan yang dapat membatasi penyebaran penyakit-penyakit saluran pernapasan tertentu yang diakibatkan oleh virus, termasuk Covid-19 (Malik *et al.*, 2020). Beberapa saat lalu banyak masyarakat yang memborong masker sebagai stok atau simpanan dan digunakan sebagai upaya pencegahan Covid-19 ini. Hal itulah salah satu penyebab kelangkaan masker di Indonesia. Pada saat kelangkaan masker itu, masyarakat sangat kesulitan untuk mendapatkan alat perlindungan untuk hidung dan mulut, seperti masyarakat yang sedang sakit-sakit, orang yang merawat orang sakit dan tenaga kesehatan (Sunaryo, 2020).

Kepatuhan adalah gambaran yang digunakan untuk menggambarkan perlakuan masyarakat dalam menggunakan masker. Kepatuhan adalah perlakuan baik yang di perhatikan masyarakat saat masyarakat menggunakan masker. Penyebab yang mempengaruhi kepatuhan tergantung pada banyaknya sebab, termasuk adanya pengetahuan, adanya motivasi atau dukungan, dan keyakinan terhadap pengontrolan dan pencegahan penyakit, faktor lingkungan, mematuhi intruksi kesehatan, dan adanya keinginan menggali sumber yang ada. Sedangkan, ketidak patuhan adalah perlakuan individu atau kelompok yang berkeinginan untuk patuh, akan tetapi ada sejumlah sebab yang menghalangi kepatuhan terhadap intruksi tentang kesehatan yang di berikan oleh tenaga Kesehatan (Devi & Nabila, 2020).

## METODE

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Mandiri ini dilakukan pada (tanggal 27 Januari 2021"di tinggal ), di wilayah Tanjung Berkat Ujung, Teluk Tiram, Banjarmasin Barat, Kalimantan Selatan. Dengan tema kegiatan yaitu "Edukasi dan Informasi Cara Pemakaian Masker Yang Benar" serta ditambah juga ada pembagian masker dan Vitamin C secara gratis, di lakukan secara door to door untuk meminimalisir adanya perkumpulan sebagai upaya *social distancing* pada masa pandemi ini untuk pencegahan penularan Covid-19 kepada warga sekitar. Sasaran kegiatan ini yaitu ibu-ibu dan bapak-bapak di RT. 17 Tanjung Berkat Ujung.

Metode-metode yang di gunakan pada saat kegiatan ini berlangsung yaitu :

1. Memberikan Edukasi dan Informasi  
Kegiatan ini diawali dengan menanyakan rumor-rumor yang beredar tentang cara pemakaian masker dan memberikan penjelasan tentang rumor-rumor tersebut, memberitahukan kepada warga bagaimana cara pemakaian masker yang benar sesuai anjuran dan ketentuan oleh pemerintah.
2. Media Penyampaian  
Media yang di gunakan untuk menyampaikan informasi ini yaitu menggunakan brosur atau leaflet yang memudahkan warga untuk memahami informasinya dan juga dapat di simpan untuk mengingat kembali tentang informasi ini.
3. Mempraktekkan  
Mencontohkan langsung kepada warga bagaimana cara memakainya, apa saja yang tidak boleh dilakukan saat sedang memakai masker dan bagaimana cara membuang maskernya.
4. Membagikan Masker  
Akhir dari kegiatan ini yaitu membagikan masker dan vitamin c secara gratis dengan harapan warga bisa memanfaatkan masker dengan sebaik mungkin sesuai dengan apa yang telah di sampaikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Program Kerja (Proker) individu dari Kuliah Kerja Nyata (KKN) Mandiri Universitas Muhammadiyah Banjarmasin ini telah dilakukan dan berjalan dengan lancar dan sesuai dengan rencana yang telah terjadwal. Kegiatan ini bertujuan agar warga Tanjung Berkat Ujung dapat mengetahui informasi tentang masker dan dapat menggunakan masker dengan benar, sehingga tidak ada kesia-siaan saat memakai masker apabila penggunaannya sudah benar. Tercapainya kegiatan ini yaitu membagikan masker secara gratis dan penyampaian edukasi secara lisan atau langsung dan ditambah dengan bantuan brosur atau leaflet, yang berguna untuk warga apabila ada warga yang kelupaan cara pemakaiannya. Dilakukan secara *door to door* untuk mengurangi penyebaran Covid-19 dan upaya perlakuan *social distancing*.

Di Tanjung Berkat Ujung saat warga sedang diluar rumah atau sedang berkumpul-kumpul dengan warga lain kebanyakan warga tidak menggunakan masker, karena kurangnya kewaspadaan terhadap menjaga diri dimusim pandemi seperti ini. Hal tersebut terjadi dengan adanya kemungkinan bahwa banyak warga belum mengetahui betapa pentingnya penggunaan masker sebagai upaya perlindungan diri dari serangan Covid-19 ini. Akan tetapi ada kemungkinan juga warga Tanjung Berkat Ujung yang tidak memakai masker ini dilatar belakangi dengan berbagai hal salah satunya kemungkinan faktor ekonomi.

Sebagai langkah awal berjalannya kegiatan Proker individu di KKN Mandiri Universitas Muhammadiyah Banjarmasin ini dilalakukanlah observasi wilayah dan menganalisa kira-kira ada permasalahan apa yang bisa dibantu untuk penyelesaiannya. Pada saat observasi, ada beberapa warga yang kurangnya mematuhi aturan penggunaan masker, maka dari itu termotivasilah ingin melakukan edukasi tentang masker kepada warga Tanjung Berkat Ujung. Kemudian, disampaikan dan didiskusikanlah kepada Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) untuk mengangkat kasus "Edukasi dan Informasi Penggunaan Masker Secara Benar" sebagai Proker individu, serta memberikan alasan kenapa ingin mengangkat tema tersebut. Setelah dibicarakan dan didiskusikan kepada DPL, akhirnya DPL menyetujui Proker individu ini. Langkah yang kedua, setelah diterimanya Proker individu ini, maka selanjutnya yaitu menyiapkan barang-barang yang diperlukan untuk pelaksanaan kegiatan yaitu berupa masker, bosur atau leaflet, vitamin C dan plastik klip. Hal ini diperlukan agar warga Tanjung Berkat Ujung dapat menggunakan masker yang sudah diberi saat sedang berada diluar rumah dan dapat mematuhi cara penggunaannya sesuai dengan penyampaian atau brosur yang sudah dibagikan. Langkah yang ketiga, menyampaikan edukasi dan informasi serta membagikan masker dan Vitamin C secara langsung kepada warga Tanjung Berkat Ujung secara *door to door* guna mengantisipasi upaya penyebaran Covid-19.



**Gambar 1.** Pengemasan Masker dan Vitamin C yang akan dibagikan kepada warga Tanjung Berkat Ujung.

Setelah banyak berbincang-bincang dan bertanya-tanya kepada warga tentang bagaimana penggunaan masker, ditemukan masih ada beberapa warga yang belum mengetahui akan kebenaran rumor-rumor yang beredar tentang penggunaan masker selama ini, salah satu rumor yang paling banyak warga ketahui yaitu memakai masker secara terbalik (bagian luarnya didalam) untuk orang yang sedang sakit, untuk orang normal memakai masker secara normal juga. Rumor ini memang sempat menghebohkan seluruh warga Indonesia akan tetapi rumor-rumor tersebut bahwasanya tidak benar. Tidak ada aturan pemakaian masker seperti itu, apakah orang itu sedang sakit ataupun tidak, tetaplah memakai masker sesuai aturan, karena masker sudah dirancang dan diatur semaksimal mungkin untuk kegunaannya dan disetiap lapisan yang ada dibagian masker masing-masing mempunyai kegunaan khusus.

### CARA MENGGUNAKAN MASKER YANG BENAR

UM BANJARMASIN 2021

Masker adalah salah satu Alat Perlindungan Diri (APD) yang akhir-akhir ini sangat sering kita gunakan dan sering kita temui juga orang lain menggunakannya. Maka dari itu, kita harus tau bagaimana cara menggunakan masker yang baik dan benar sesuai anjuran Permenkes! 🙌

**JANGAN PERNAH MEMBOLAK BALIKAN MASKER!**  
Banyak kabar yang beredar bahwa apabila orang yang sedang sakit maka menggunakan maskernya secara terbalik. Padahal itu hoax!

**GUNAKAN MASKER DARI HIDUNG HINGGA DAGU**  
Masker harus menutupi hidung sampai dengan dagu, tidak boleh jika masker hanya menutupi mulut.

**TEKAN BAGIAN ATAS MASKER**  
Pada bagian atas masker terdapat kawat penyangga untuk hidung, jadi tekan kawat penyangganya hingga membentuk hidung, agar partikel-partikel tidak masuk melalui rongga atas masker.

Or : Syarifah Najwa

### CARA MEMBUANG MASKER YANG BENAR

UM BANJARMASIN 2021

**SUDAHKAN ANDA MEMBUANG MASKER DENGAN BENAR ?**

BIAR TIDAK SALAH LAGI AYO IKUTI CARA DI BAWAH INI 😊

1. Jangan pernah menyentuh atau memegang secara langsung bagian depan masker.
2. Saat melepas masker, pegang talinya (bukan bagian depan masker).
3. Sebelum dibuang disarankan masker dipotong dengan gunting agar tidak disalah gunakan orang lain.
4. Cuci tangan hingga bersih menggunakan air dan sabun.

CR : SYARIFAH NAJWA | KELOMPOK 2

**Gambar 2.** Brosur atau Leaflet "Edukasi dan Informasi Cara Penggunaan Masker yang Benar"

Dapat diamati tanggapan warga Tanjung Berkat Ujung pada saat pelaksanaan kegiatan yaitu ketika berinteraksi dengan warga yang mendapatkan edukasi dan informasi, dilihat secara langsung para warga dapat menerima paparan secara baik tentang informasi yang disampaikan. Bahkan ada beberapa warga yang antusias hingga berbagi cerita bagaimana salah satu warga menggunakan masker selama ini. Setelah dipaparkan edukasi dan informasi tentang penggunaan masker ini, telah terjadinya peningkatan terhadap warga tentang pengetahuan bagaimana penggunaan masker yang benar. Dan sebagaimana tujuan awal pada kegiatan ini, semoga warga Tanjung Berkat Ujung benar-benar dapat memahami apa yang telah disampaikan dan dicontohkan, juga sangat diharapkan kepada semua warga Tanjung Berkat Ujung semoga mengalami peningkatan dalam kepatuhan penggunaan masker dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya perlindungan diri dari penularan virus corona atau Covid-19 ini.



**Gambar 3.** Pelaksanaan kegiatan "Edukasi dan Informasi Cara Pemakaian Masker Yang Benar" serta pembagian Masker dan Vitamin C gratis kepada warga Tanjung Berkat Ujung.  
(Pada gambar ini, partisipan sengaja diburamkan karna masalah privasi).

## KESIMPULAN

Kegiatan Program Kerja (Proker) individu dari Kuliah Kerja Nyata (KKN) Mandiri Universitas Muhammadiyah Banjarmasin tentang "Edukasi dan Informasi Cara Pemakaian Masker Yang Benar" ini bertujuan agar warga Tanjung Berkat Ujung dapat mengetahui informasi tentang bagaimana cara pemakaian masker yang benar. Kegiatan telah terlaksana secara baik dan berjalan dengan lancar, begitu pula dengan respon warga Tanjung Berkat Ujung yang sangat terbuka tentang bagaimana mereka menggunakan masker selama ini dan dapat menerima paparan informasi yang diberikan secara baik juga.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ini diberikan kepada seluruh pihak-pihak yang sudah membantu sehingga dapat terlaksananya program kerja individu ini, yaitu kepada seluruh warga Tanjung Berkat Ujung yang sudah bersedia menjadi partisipan dalam kegiatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Armiani, S., Fajri, S. R., Sukri, A., & Pidiawati, B. Y. (2020). Pelatihan Pembuatan Masker Sebagai Upaya Antisipasi Penyebaran Covid-19 di Desa Anyar Kabupaten Lombok Utara. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*. <https://doi.org/10.33394/jpu.v1i1.2550>
- Kaidah, S., Budiarti, L. Y., Yasmina, A., & Heriyani, F. (2020). Edukasi Penggunaan Masker Dan Handsanitizer Bagi Petugas Kebersihan Di Fakultas Kedokteran ULM. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*. <https://doi.org/10.37695/pkmcsr.v3i0.760>
- Karina, R., Christian, N., Itan, I., Yulianto, R., Dita, A., Tan, C., Henokh, E., Pramanda, F., Galang, Y. P., & Batam, U. I. (2020). *Penggunaan Masker Untuk Budaya Hidup Sehat Yang Baru Pada Masa Pandemi Covid-19*.

- Malik, F., Bafadal, M., Wahyuni, & Sahidin. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Gerakan Menggunakan Masker (GEMAS), serta penggunaan antiseptik dan desinfektan di Desa La Nipa Nipa, Kecamatan Katoi, Kolaka Utara, Provinsi Sulawesi Tenggara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <http://jppipa.unram.ac.id/index.php/jpmpi/article/view/440>
- Meri, M., Khusnul, K., Suhartati, R., Mardiana, U., & Nurpalah, R. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Penggunaan Hand Sanitizer dan Masker Sebagai Upaya Preventif Terhadap Covid-19. *Bantenese - Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.30656/ps2pm.v2i1.2340>
- Pratiwi, A. D. (2020). Gambaran Penggunaan Masker di Masa Pandemi Covid-19 Pada Masyarakat di Kabupaten Muna. *Literacy Institute*. [https://www.mendeley.com/catalogue/ee828287-9e25-37b2-aeb8-a92b94ed347c/?utm\\_source=desktop&utm\\_medium=1.19.4&utm\\_campaign=open\\_catalog&userDocumentId=%7Bb93b070a-115c-4260-854c-e57f42c47e86%7D](https://www.mendeley.com/catalogue/ee828287-9e25-37b2-aeb8-a92b94ed347c/?utm_source=desktop&utm_medium=1.19.4&utm_campaign=open_catalog&userDocumentId=%7Bb93b070a-115c-4260-854c-e57f42c47e86%7D)
- Sari, D. P., & 'Atiqoh, N. S. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Masyarakat Dengan Kepatuhan Penggunaan Masker Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Covid-19 Di Ngronggah. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i1.850>
- Siahaineinia, H. E., & Bakara, T. L. (2020). Persepsi Masyarakat Tentang Penggunaan Masker Dan Cuci Tangan Selama Pandemi Covid-19 Di Pasar Sukaramai Medan. *Wahana Inovasi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat UISU*. <https://jurnal.uisu.ac.id/index.php/wahana/article/view/2874>
- Sunaryo, D. (2020). Pembuatan Masker Kain Sebagai Pencegahan Penularan Virus serta Mengoptimalkan Pendapatan di Masa Pandemi COVID-19 bagi Masyarakat di Desa Sukaratu. *Jurnal Abdidas*. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i4.40>