

**LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN KE
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**PENANGGULANGAN PENYAKIT MENULAR MELALUI PELATIHAN
ETIKA BATUK YANG BENAR PADA ANAK USIA DINI
DI KELURAHAN TOMANG JAKARTA BARAT**

Diusulkan oleh:

Ketua Tim:

dr. Novendy, MKK, FISPH, FISCM (10414005)

Anggota:

dr. Susy Olivia Lontoh, M.Biomed (10401003)

dr. Yoanita Widjaja, M.Pd.Ked (10408009)

dr. Silviana Tirtasari, M. Epid

**PROGRAM STUDI PROFESI DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2020**

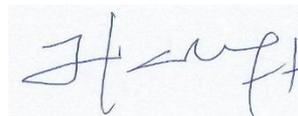
**HALAMAN PENGESAHAN
PROPOSAL PENELITIAN
Periode I / Tahun 2020**

1. Judul : Penanggulangan Penyakit Menular Melalui Pelatihan Etika Batuk Yang Benar Pada Anak Usia Dini Di Kelurahan Tomang Jakarta Barat
2. Nama Mitra : Warga Kelurahan Tomang
3. Nama Tim Pengusul
 - a. Nama dan gelar : dr. Novendy, MKK
 - b. NIK/NIDN : 10414005
 - c. Jabatan/Golongan : Dosen tetap / IIIb
 - d. Program studi : Profesi Dokter
 - e. Fakultas : Kedokteran
 - f. Bidang keahlian : Ilmu Kesehatan Masyarakat
 - g. Alamat kantor : Jln. Letjen S. Parman No. 1, Jakarta Barat
 - h. Nomor HP/Telpon : 081282276090
 - i. Email : novendy@fk.untar.ac.id
4. Anggota Tim PKM (Dosen)
 - a. Jumlah Anggota : Dosen 3 orang
 - b. Nama Anggota I/Keahlian : dr. Susy Olivia Lontoh, M. Biomed / Ilmu Faal
 - c. Nama Anggota II/Keahlian : dr. Yoanita Widjaja, MPd. Ked / Patologi Klinik
 - d. Nama Anggota III/Keahlian : dr. Silviana Tirtasari M. Epid / IKM
5. Lokasi Kegiatan Mitra
 - a. Wilayah mitra : Tomang
 - b. Kabupaten/kota : Jakarta Barat
 - c. Provinsi : DKI Jakarta
 - d. Jarak PT ke lokasi mitra : ± 2 km
6. Luaran yang dihasilkan : Modul, Publikasi dan Poster
7. Jangka Waktu Pelaksanaan : Januari-Juni
8. Pendanaan : Rp 10.000.000, -
Biaya yang disetujui

Jakarta, 18 September 2020

Menyetujui,
Ketua LPPM

Ketua Tim Pengusul



Jap Tji Beng, Ph.D.
NIDN/NIK: 0323085501/10381047

dr. Novendy, MKK,
NIDN/NIK: -/10414005

RINGKASAN

Penyakit infeksi masih merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia, termasuk di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Kondisi lingkungan dan budaya yang ada di negara ini sangat mempengaruhi tingginya kejadian infeksi. Untuk mencegah penularan semua infeksi pernafasan dalam pengaturan perawatan kesehatan, termasuk influenza diperlukan langkah-langkah untuk pengendalian infeksi. Salah satu gejala yang sering muncul adalah batuk. Dalam kehidupan sehari-hari tanpa sadar reflek batuk sering terjadi, hal ini sangatlah normal. Tetapi efeknya menjadi tidak normal apabila tidak menyadari atau mengetahui akibat yang ditimbulkan dari batuk yang dapat mengeluarkan spora dari mulut. Penting untuk diketahui etika batuk yang harus dipatuhi setiap kali batuk. Banyak orang dewasa dan anak-anak yang saat batuk, tidak menutup mulutnya sama sekali. Virus pun menyebar ke sekeliling dan menjangkiti banyak orang di sekitarnya. Belum lagi kebiasaan meludah di jalan. Tentunya sangat tidak beretika dan bisa menyebarkan penyakit. Sehingga diperlukan kegiatan bakti kesehatan untuk mngedukasi masyarakat mengenai etika batuk. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dengan memberikan informasi mengenai etika batuk. Penilaian peningkatan pengetahuan peserta dinilai dengan menggunakan pretes dan postes. Nilai rata-rata pretes adalah sebesar 43.33, sedangkan nilai rata-rata sebesar 72. Didapatkan peningkatan pengetahuan dari nilai rata-rata pretes ke nilai rata-rata postes sebesar 66.2%. Penyuluhan terkait informasi tentang etika batuk merupakan upaya untuk menambah pengetahuan dalam bidang kesehatan terutama sangat dibutuhkan pada masa pandemi ini. Maka diharapkan dengan peningkatan pengetahuan ini, masyarakat dapat lebih waspada akan penyebaran penyakit terutama melalui saluran pernafasan, sehingga masyarakat terhindar dari penyakit dikemudian hari dan tercipta masyarakat dengan tingkat kesehatan yang baik.

Kata kunci: batuk, etika batuk, penyuluhan

PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya atas terlaksananya kegiatan “**Penanggulangan Penyakit Menular Melalui Pelatihan Etika Batuk Yang Benar Pada Anak Usia Dini Di Kelurahan Tomang Jakarta Barat**“ terlaksana dengan baik dan lancar serta sampai terselesaikannya laporan akhir. Laporan akhir PKM dibuat sebagai pertanggungjawaban secara tertulis kegiatan yang didanai oleh DPPM Universitas Tarumanagara tahun 2020.

Kegiatan bakti kesehatan ini terselenggara atas kerja keras semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil. Kami mengucapkan banyak terima kasih, khususnya kepada:

- a. Yayasan Tarumanagara, baik Pimpinan (Pembina, Pengawas dan pengurus) yang mendukung kegiatan pengabdian masyarakat di Untar
- b. Rektor Universitas Tarumanagara
- c. Ketua LPPM UNTAR Jap Tji Beng, PhD
- d. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Dr. dr. Meilani Kumala, MS, SpGK (K) beserta Wadek
- e. Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
- f. Warga Kelurahan Tomang yang berpartisipasi
- g. Pihak lain yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu, yang telah membantu terwujudnya kegiatan bakti kesehatan .

Semoga laporan akhir ini dapat memberikan gambaran tentang kegiatan bakti kesehatan FK UNTAR. Mohon maaf atas segala kekurangan yang terjadi. Atas perhatian dan kerjasama semua pihak, kami ucapkan terima kasih

Jakarta, September 2020

Panitia

DAFTAR ISI

Halaman Sampul.....	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Ringkasan.....	iii
Prakata.....	iv
Daftar Isi.....	v
Daftar Tabel.....	vi
Daftar Gambar.....	vii
Bab 1. Pendahuluan.....	1
1.1. Analisa Situasi.....	1
1.2. Permasalahan Mitra.....	4
Bab 2. Target dan Luaran.....	5
Bab 3. Metodologi Pelaksanaan.....	7
3.1. Tahapan/Langkah – Langkah Solusi Bidang.....	7
3.2. Partisipas Mitra.....	8
3.3. Uraian Kepakaran dan Tugas Masing – Masing Anggota Tim.....	8
Bab 4. Hasil dan Luaran yang di Capai.....	12
4.1. Hasil Kegiatan.....	12
4.1.1. Susunan Acara Kegiatan.....	12
4.1.2. Skema Alur Pelaksanaan.....	12
4.2. Luaran.....	12
4.2.1. Mekanisme Pendaftaran Kegiatan Bakes.....	12
4.2.2. Rangkaian Pelaksanaan Kegiatan.....	13
Bab 5. Kesimpulan dan Saran.....	18
5.1. Kesimpulan.....	18
5.2. Daftar Pustaka.....	18
Daftar Pustaka.....	19
Lampiran.....	20

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Luaran Kegiatan.....	6
Tabel 2. Susunan Acara Kegiatan.....	12

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Etika Batuk yang Benar.....	4
Gambar 2. Bentuk Flyer Kegiatan Bakti Kesehatan.....	13
Gambar 3. Rapat Persiapan Pertama.....	14
Gambar 4. Rapat Persiapan Kedua.....	14
Gambar 5. Pembukaan Kegiatan Bakti Kesehatan.....	15
Gambar 6. Salah Satu Materi Penyuluhan.....	15
Gambar 7. Penyampaian Pertanyaan oleh Peserta.....	15
Gambar 8. Peserta Kegiatan Bakti Kesehatan 1.....	16
Gambar 9. Peserta Kegiatan Bakti Kesehatan 2.....	16
Gambar 10. Tim PKM.....	16

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Analisa Situasi

Penyakit infeksi masih merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia, termasuk di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Kondisi lingkungan dan budaya yang ada di negara ini sangat mempengaruhi tingginya kejadian infeksi. Untuk mencegah penularan semua infeksi pernafasan dalam pengaturan perawatan kesehatan, termasuk influenza diperlukan langkah-langkah untuk pengendalian infeksi. (CDC, 2009)

Dalam kehidupan sehari-hari tanpa sadar reflek batuk sering terjadi, hal ini sangatlah normal. Tetapi efeknya menjadi tidak normal apabila Anda tidak menyadari atau mengetahui akibat yang ditimbulkan dari batuk yang dapat mengeluarkan spora dari mulut. Penting untuk Anda mengetahui etika batuk yang harus Anda patuhi setiap kali batuk. Batuk merupakan upaya pertahanan paru terhadap berbagai rangsangan yang ada dan refleksi fisiologis yang melindungi paru dari trauma mekanik, kimia dan suhu. Batuk menjadi patologis bila dirasakan sebagai gangguan. Batuk seperti itu sering merupakan tanda suatu penyakit di dalam atau diluar paru dan kadang berupa gejala awal dari suatu penyakit. Batuk merupakan gejala tersering penyakit pernapasan dan masalah yang sering kali dihadapi dokter dalam praktik sehari-hari (Tamaweol et al., 2016), (ECDC,2015)

Batuk adalah tindakan refleksi dari saluran pernapasan yang digunakan untuk membersihkan saluran napas atas. Batuk yang berlangsung selama lebih dari 8 minggu disebut batuk kronis. Penyebab batuk bisa berasal dari kebiasaan merokok, paparan asap rokok, dan paparan polusi lingkungan (Pavort et al., 2008).

Penelitian berskala besar menemukan bahwa prevalensi batuk pada negara USA sebanyak (18%) dari 1109 orang batuk kronis yang disebabkan kebiasaan merokok. Survei berskala besar juga dilaporkan di negara Sweden sebanyak (11%) batuk tidak produktif; (8%) batuk produktif; (38%) batuk yang terjadi malam hari, dari ketiga hal tersebut diperoleh sebanyak 623 orang (usia 31 tahun) yang disebabkan asma, rhinitis alergi, relux lambung, dan merokok (Chung and Pavord, 2008).

Data survei European Respiratory Society terhadap 18.277 subyek dengan usia 20-48 tahun, dimana dilaporkan batuk nokturnal sebanyak 30%, batuk produktif 10% dan batuk non produktif 10%. Beberapa penelitian telah dilakukan tentang hubungan antara batuk kronis dengan polusi udara. Batuk kronis menjadi perhatian utama di negara berkembang, sebagai tanda gangguan saluran pernafasaan, seperti tuberkolosis paru (TB). Gejala batuk terus menerus yang berlangsung selama 2-3 minggu dapat diduga sebagai indikasi penyakit TB di beberapa negara Asia Tenggara (Song et al., 2015).

Penting semua pihak memelihara, meningkatkan, dan melindungi kesehatan bagi kesejahteraan seluruh masyarakat Indonesia. Pencegahan terhadap berbagai penyakit dapat dilakukan melalui penanaman perilaku hidup bersih dan sehat. Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat lebih optimal apabila dilakukan sejak dini. Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat dapat dilakukan melalui pendidikan Taman Kanak-kanak (TK). Program pembelajaran TK memungkinkan siswa mendapat pelayanan yang bersifat perbaikan sesuai dengan potensi, tahap perkembangan, dan kondisi siswa TK dengan tetap memperhatikan keterpaduan pengembangan pribadi siswa yang berdimensi pada agama, moral dan budaya. Pembelajaran untuk siswa TK dapat dilakukan secara konstruktif, aktif, dan kreatif melalui pendekatan yang terintegrasi dan mengacu pada karakteristik program pembelajaran TK (Direktorat Pembinaan Anak Usia Dini, 2013, p. 33).

Etiket batuk / higienis pernafasan dapat didefinisikan sebagai tindakan pengendalian sumber yang dimaksudkan untuk mengandung sekresi pernafasan untuk mencegah penularan tetesan patogen pernafasan di lingkungan perawatan kesehatan; terutama selama wabah musiman infeksi saluran pernafasan virus di masyarakat. (Siegel dkk,2007)

Etika batuk perlu untuk diketahui, karena dari hal ini Anda telah bertindak dalam proses pencegahan infeksi. Mungkin saat batuk, Anda akan menutup mulut dengan telapak tangan. Tujuan Anda mungkin baik, namun belum tentu benar dan justru cara ini akan menjadi media penyebaran infeksi yang cepat. Dengan menutup telapak tangan, tanpa sadar Anda telah memindahkan bakteri dari telapak tangan Anda ke orang lain melalui bersentuhan atau bersalaman.

Menariknya dari sisi kesehatan, batuk memiliki etiket tanpa memandang apakah batuk tersebut disebabkan oleh gejala dari suatu penyakit menular atau hanya merupakan refleksi

pertahanan tubuh akibat adanya benda asing atau iritan. Berikut adalah etiket batuk yang baik dan benar.

- Jika Anda ingin batuk, segeralah ambil tisu untuk menutupi tidak hanya mulut Anda tetapi juga hidung Anda.
- Langsung buang tisu setelah digunakan menutup mulut dan hidung yang Anda gunakan saat batuk ke dalam tempat sampah.
- Karena batuk merupakan refleks yang tidak dapat dikontrol, ada kalanya Anda tidak dalam kondisi memegang atau membawa tisu. Batuklah pada bagian lengan atas Anda. Jangan pada telapak tangan Anda. Mengapa? Bagian lengan atas merupakan bagian yang jarang melakukan kontak baik dengan benda (seperti gagang pintu, alat makan, atau telepon) maupun orang lain seperti saat jabat tangan.
- Cucilah tangan dengan sabun dan air mengalir.
- Jika sabun dan air tidak tersedia, kita dapat menggunakan hand sanitizer berbahan dasar alkohol dengan konsentrasi alkohol setidaknya 60%.

Etika batuk hanya memiliki satu tujuan, yaitu untuk mengendalikan penyebaran infeksi yang terjadi saat batuk. Tidak hanya di fasilitas kesehatan, tetapi juga di kantor, sekolah, pusat keramaian maupun rumah Anda. Batuk yang disebabkan adanya iritan mungkin tidak mengandung kuman berbahaya. Namun, kuman atau flora normal yang ada di dalam rongga mulut yang dikeluarkan saat batuk, besar kemungkinan akan membentuk koloni yang dapat memicu infeksi. Terakhir, gunakan masker jika Anda batuk atau berada di dekat orang batuk. Cobalah untuk menjauhkan diri dari orang lain saat Anda batuk sehingga Anda tidak menyebarkan kuman. Jika batuk terkait gejala penyakit, ada baiknya Anda beristirahat di rumah dan menghindari tempat ramai seperti kantor dan sekolah bila memungkinkan. (ECDC,2015)

Untuk itu, Kementerian Kesehatan dan WHO telah mengeluarkan imbauan kesehatan untuk anda yang sedang batuk yang kemudian dikenal sebagai “Etika Batuk”. Merupakan 4 langkah pencegahan penularan penyakit melalui udara, terutama untuk anda yang sedang batuk atau bersin. Terdengar sederhana, tapi langkah ini dapat menghindarkan lingkungan kita dari berbagai jenis penyakit yang dapat menular melalui udara.

Etika batuk terdiri dari:

1. Tutup hidung dan mulut anda menggunakan tisu/saputangan atau lengan bagian dalam baju anda saat anda batuk maupun bersin
2. Segera buang tisu yang sudah dipakai ke dalam tempat sampah

3. Cuci tangan dengan menggunakan air bersih dan sabun atau pencuci tangan berbasis alkohol.
4. Selalu gunakan masker saat masih sedang berada di tempat umum dan berinteraksi dengan orang lain.



Gambar 1. Etika batuk yang benar

1.2. Permasalahan Mitra

Anak-anak mudah meniru apa yang ia dengar, lihat dan rasakan. Tak peduli itu benar atau salah. Hal ini dikarenakan ia belum bisa membedakan mana yang baik atau buruk. Maka, penting bagi orang tua untuk mengajarkan contoh yang baik bagi si kecil sedari dini. Salah satunya adalah mengajarkannya etika batuk atau bersin yang benar. Memang terlihat sepele, namun ini sangat penting bagi kesehatan bersama. Dikutip dari laman resmi Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), batuk atau bersin merupakan gejala utama infeksi saluran respiratori akut yang mengandung *droplet nuclei* (percik renik). Dalam renik tersebut terdapat virus dan bakteri. Etika bersin dan batuk tidak dilakukan dengan benar, virus atau bakteri bisa tersebar cukup jauh, hingga mencapai jarak beberapa meter dan bisa terhirup oleh orang lain. Oleh karenanya, penting sekali anak diajarkan etika batuk yang benar

BAB 2

TARGET DAN LUARAN

Target Kegiatan:

1. Jangka pendek (saat kegiatan):

- Peningkatan pengetahuan etika batuk yang benar
- Peningkatan kepedulian para dosen mengenai pengabdian masyarakat

2. Jangka menengah:

- Kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilakukan berkelanjutan
- Terjadi perubahan sikap dari peserta kegiatan yaitu warga Tomang agar tetap konsisten menerapkan perilaku etika batuk pada kehidupan sehari-hari serta diajarkan ke anaknya
- Terjalin kerjasama warga Tomang dengan civitas Tarumanagara

3. Jangka panjang:

Meningkatkan wawasan masyarakat dalam bidang kesehatan yang terkait pentingnya pendidikan kesehatan melalui pola hidup sehat

Banyak orang dewasa dan anak-anak yang saat batuk, tidak menutup mulutnya sama sekali. Virus pun menyebar ke sekeliling dan menjangkiti banyak orang di sekitarnya. Belum lagi kebiasaan meludah di jalan. Tentunya sangat tidak beretika dan bisa menyebarkan penyakit. Ludah dan bersin dengan mudah menyebarkan virus dan bakteri. Secara etika kesehatan, saat batuk sebenarnya seseorang harus menutup mulutnya bisa dengan tisu atau pun tangan. Begitu juga saat meludah, tak boleh dilakukan di sembarang tempat, apalagi di jalan serta tempat umum yang terdapat banyak orang.

Etika batuk adalah tata cara batuk yang baik dan benar, dengan cara menutup hidung dan mulut menggunakan tissue atau lengan baju. Sehingga bakteri tidak menyebar ke udara dan tidak menular ke orang lain. Tanpa kita sadari inilah kebiasaan batuk yang salah tidak menutup mulut dan hidung saat batuk atau bersin, membuang dahak di sembarang tempat, tidak menggunakan masker saat batuk maupun bersin, membuang atau meletakkan tisu

yang sudah di pakai disebarkan tempat dan tidak mencuci tangan setelah digunakan untuk menutup hidung dan mulut.

Maka dalam kegiatan ini akan di terapkan langkah-langkah etika batuk yang benar: tutup hidung dan mulut anda dengan menggunakan tisu atau sapu tangan saat bersin atau batuk, tutup hidung dan mulut anda dengan menggunakan lengan dalam baju bukan dengan telapak tangan saat batuk atau bersin, segera buang tisu yang sudah di pakai ke dalam tempat sampah, cuci tangan dengan menggunakan air bersih dan sabun atau pencuci tangan berbasis alkohol dan gunakan masker.

Target luaran yang akan dihasilkan adalah seminar dan karya ilmiah. Dengan karya ilmiah diharapkan dapat meningkatkan wawasan ilmu pengetahuan terkait etika batuk dan pola hidup sehat, selain itu, kami juga akan membuat paper mengenai kegiatan yang kami lakukan di fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara, dimana paper tersebut akan diseminarkan dalam Senampenmas atau forum lainnya. Sekaligus membuat poster, mengenai kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang akan kami lakukan, untuk disertakan di *Research Week* yang diadakan oleh Universitas Tarumanagara. Target luaran dari kegiatan ini dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Target Luaran

No.	Jenis Luaran	Keterangan
Luaran Wajib		
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN atau	Minimal draft
2	Prosiding dalam Temu ilmiah	Minimal draft
Luaran Tambahan (boleh ada)		
3	Rekayasa Sosial	
4	Publikasi Ilmiah Media Sosial	
5	Video kegiatan	Berupa video kegiatan

BAB 3

METODE PELAKSANAAN

3.1 Tahapan/langkah-langkah solusi bidang

Masih banyak warga yang belum mampu menerapkan etika batuk yang benar. Kondisi ini dapat menjadi masalah untuk peningkatan penyakit menular dan perlu upaya untuk meningkatkan kesadaran perilaku hidup sehat

Pendidikan kesehatan khususnya pada anak-anak maupun pada orang dewasa dengan metode demonstrasi (*pedagogic*) merupakan metode terbaik dan metode paling efektif karena anak langsung mempraktekkan demonstrasi yang diberikan. Metode demonstrasi merupakan metode aktif yang mengaktifkan seluruh unsur pancaindera sehingga mampu disimpan oleh memori otak sebanyak 75-85% sehingga cocok untuk dipraktekkan sebagai metode pelatihan untuk kegiatan etika batuk dikalangan anak usia 3-5 tahun (Cochran-Smith dan Zeichner,2010)

Kegiatan ini mengajarkan anak tentang cara etika. Anak didik diterangkan pentingnya etika batuk, bagaimana etika batuk yang benar. Kegiatan dilanjutkan anak didik melakukan sendiri gerakan etika batuk. Hal ini dapat dibiasakan pada anak-anak usia dini dengan cara terus menerus atau berulang-ulang. Kebiasaan hidup sehat yang seharusnya ditanamkan sejak dini mengingat anak-anak umumnya lebih rawan mengalami gangguan kesehatan di bandingkan dengan orang dewasa. Demonstrasi adalah peragaan atau pertunjukan cara melakukan atau mengerjakan sesuatu. Demonstrasi dalam hubungannya dengan penyajian informasi dapat diartikan sebagai upaya peragaan tentang suatu cara melakukan sesuatu. Metode demonstrasi adalah metode mengajar dengan cara memperagakan barang, kejadian, aturan, dan urutan melakukan suatu kegiatan baik secara langsung maupun melalui penggunaan media pengajaran yang relevan dengan pokok bahasan yang sedang disajikan dengan tujuan untuk memperjelas pengertian konsep dan memperlihatkan cara melakukan sesuatu atau proses terjadinya sesuatu.

Dengan penyuluhan dan pelatihan diharapkan masyarakat selain diberikan informasi tentang kesehatan lingkungan tetapi juga mendidik dan melatih masyarakat untuk memperbaiki perilaku kesehatan dalam menjaga lingkungan sekitarnya. Penyuluhan kesehatan merupakan bagian dari suatu pendidikan kesehatan kepada masyarakat dan

kegiatan memberikan informasi secara jelas, mudah dimengerti serta dapat dilakukan berkelanjutan

3.2 Partisipasi Mitra

Berdasarkan survei didapatkan beberapa permasalahan yang dihadapi. Maka dilakukan persiapan yaitu menyiapkan materi kegiatan PKM, melakukan penyuluhan dan pelatihan cara batuk yang baik. Tim pengabdian membuat kuisisioner penilaian dengan memberikan pretest dan posttest, pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan serta pendampingan dalam praktek. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui sejauh mana efektivitas program ini untuk mencapai tujuan kegiatan yang telah dicanangkan. Adapun aspek yang dievaluasi meliputi: efektivitas pelaksanaan dilihat dari: manfaat kegiatan, tingkat pengetahuan dan pemahaman efektivitas pelatihan etika batuk.

3.3 Uraian kepakaran dan tugas masing-masing anggota tim

Pengusul kegiatan PKM adalah dosen-dosen Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang berasal dari berbagai disiplin ilmu; dr. Novendy, MKK FISPH, FISCM dari bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat, dr. Yoanita Widjaja, MPd. Ked dari bagian Patologi Klinik, dr. Susy Olivia Lontoh, M. Biomed bagian Ilmu Fisiologi dan dr. Silviana Tirtasari, M. Epid dari bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat. Dengan kompetensi sebagai dokter dengan keahlian yang berbeda-beda diharapkan dapat saling melengkapi dalam terlaksananya kegiatan ini, sehingga mampu mencapai target yang diharapkan.

Dengan kompetensi sebagai dokter dengan keahlian yang berbeda-beda diharapkan dapat saling melengkapi dalam terlaksananya kegiatan ini, sehingga mampu mencapai target yang diharapkan yaitu anak usia dini mendapatkan pelatihan,, penyuluhan serta menambah wawasan pengetahuan dibidang kesehatan. Kegiatan bakti kesehatan akan dilakukan oleh tenaga medis yaitu dokter-dosen FK UNTAR dibantu mahasiswa serta partisipasi karyawan FK UNTAR untuk membantu sarana dan prasarana agar kegiatan ini dapat berlangsung.

Ketua bertugas:

1. Mencari Mitra yang bersedia untuk menerima kami dalam melakukan pengabdian kepada masyarakat.
2. Melakukan survei kepada Mitra untuk mengetahui permasalahan apa yang mereka hadapi, terkait dengan bidang kami.

3. Mencari solusi untuk mengatasi permasalahan Mitra.
4. Berkomunikasi dengan mitra untuk kelancaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
5. Mengkoordinir pembuatan proposal yang ditujukan ke DPPM.
6. Menyerahkan proposal ke DPPM.
7. Mengkoordinir pembuatan materi yang akan diberikan kepada Mitra.
8. Mengkoordinir persiapan awal pembekalan kepada Mitra.
9. Mengkoordinir pembelian perlengkapan yang akan digunakan di lokasi Mitra maupun yang akan digunakan dalam pelaporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
10. Mengkoordinir persiapan akhir pembekalan kepada Mitra.
11. Mengkoordinir pelaksanaan kegiatan pembekalan di Mitra sesuai dengan jadwal kegiatan.
12. Mengkoordinir pembuatan laporan kemajuan untuk monitoring dan evaluasi.
13. Menyerahkan laporan kemajuan ke DPPM sekaligus hadir saat pelaksanaan monitoring dan evaluasi.
14. Mengkoordinir pembuatan modul, laporan akhir, dan laporan pertanggungjawaban keuangan.
15. Menyerahkan laporan akhir untuk ditandatangani oleh Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Tarumanagara.
16. Menyerahkan laporan akhir, laporan pertanggungjawaban keuangan, modul, logbook, maupun CD yang berisi laporan kegiatan dan laporan pertanggungjawaban keuangan ke DPPM.
17. Mengkoordinir pembuatan paper, yang akan diseminarkan di Senapenmas ataupun forum lainnya, dan poster untuk *Research Week*.

Anggota 1 bertugas:

1. Melakukan survei kepada mitra untuk mengetahui permasalahan apa yang mereka hadapi, terkait dengan bidang kami.
2. Membantu ketua membuat proposal.
3. Membantu ketua untuk membuat materi pembekalan.
4. Memperbanyak materi pembekalan yang akan diberikan kepada Mitra.
5. Menyiapkan konsumsi saat pelaksanaan.
6. Bersama dengan anggota 2 memberikan pembekalan kepada Mitra.

7. Bersama dengan ketua membuat laporan kemajuan dan hadir saat pelaksanaan monitoring dan evaluasi.
8. Bersama dengan ketua membuat modul, laporan akhir, dan paper.

Anggota 2 bertugas:

1. Melakukan survei kepada mitra untuk mengetahui permasalahan apa yang mereka hadapi, terkait dengan bidang kami.
2. Membantu ketua membuat proposal.
3. Membantu ketua untuk membuat materi pembekalan.
4. Bersama dengan anggota 1 membuat daftar perlengkapan apa saja yang diperlukan saat pelaksanaan dan untuk pelaporan kegiatan.
5. Mendokumentasikan pelaksanaan pembekalan kepada Mitra.
6. Bersama dengan anggota 1 memberikan pembekalan kepada Mitra.
7. Bersama dengan ketua membuat laporan kemajuan dan hadir saat pelaksanaan monitoring dan evaluasi serta membuat modul, laporan pertanggungjawaban keuangan, dan poster.

MANFAAT

- Menambah wawasan kesehatan terutama tentang etika batuk pada semua kelompok umur sehingga muncul kemauan merubah perilaku yang salah
- Berkontribusi dalam kegiatan kepedulian bagi sesama di bidang kesehatan terutama penerapan pelaksanaan upaya promotif dan preventif.
- Mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan ketrampilan medis sesuai salah satu butir tri dharma perguruan tinggi yaitu pengabdian masyarakat.
- Menambah wawasan dosen akan kondisi kesehatan masyarakat, dengan terlibat langsung dalam kegiatan bakti kesehatan serta meningkatkan kepedulian terhadap masyarakat sekitar.
- Bagi karyawan yang terlibat, mereka bisa mengembangkan ilmu koordinasi dan komunikasi atas kegiatan bakti kesehatan, mulai dari penyusunan tempat kegiatan sampai pengaturan perlengkapan.
- Mempererat hubungan kerjasama antara Fakultas Kedokteran UNTAR dengan masyarakat di sekitar Jakarta Barat, yaitu Kelurahan Tomang dan Grogol, sehingga

nantinya diharapkan dapat dilanjutkan untuk pengembangan dan penerapan disiplin ilmu kedokteran dan disiplin ilmu yang lain.

- Mempererat hubungan dan kerjasama antar bagian disiplin ilmu serta dosen
- Menjadi *pilot project* untuk kegiatan pengabdian masyarakat, sehingga strategi dan hasil kegiatan pengabdian masyarakat dapat ditindak lanjuti

SASARAN:

Sasaran langsung warga di Sekitar Jakarta Barat, yaitu anak usia dini melalui perwakilan dari keluarga dari Kelurahan Tomang dan Grogol yang berusia 20-44 tahun.

WAKTU PELAKSANAAN KEGIATAN:

Kegiatan bakti kesehatan diselenggarakan

Hari/Tanggal : 11 Agustus 2020

Waktu : 13.00 - 14.30 WIB

Tempat : Zoom

BAB 4

HASIL DAN LUARAN YANG DI CAPAI

4.1. Hasil Kegiatan

4.1.1. Susunan Acara Kegiatan

Susunan acara pada kegiatan bakti kesehatan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Susunan acara kegiatan

Waktu (WIB)	Kegiatan
12.45 – 13.00	Persiapan
13.00 – 13.20	Pembukaan dan Pretes
13.20 – 13.40	Penyampaian materi mengenai etika batuk
13.40 – 14.00	Penyampaian materi mengenai cuci tangan yang benar (Tim PKM lain)
14.00 – 14.30	Sesi tanya jawab dan pos tes

4.1.2. Skema Alur Pelaksanaan

Penyuluhan dilakukan dengan sistem daring. Peserta penyuluhan yang sudah terdaftar diberikan link zoom sehingga dapat mengikuti acara penyuluhan. Hanya peserta yang sudah daftar yang diijinkan untuk mengikuti kegiatan penyuluhan.

4.2. Luaran

4.2.1. Mekanisme Pendaftaran Kegiatan Bakes

Sebelum mengikuti kegiatan bakti kesehatan ini, peserta harus melakukan pendaftaran dengan menggunakan formulir elektronik yang telah disediakan oleh panitia. Formulir pendaftaran tersebut kemudian disebarakan melalui flyer yang telah dibuat oleh panitia. Panitia membatasi kegiatan ini untuk 40 orang peserta saja. Kemudian flyer tersebut disebarakan 2 minggu sebelum kegiatan bakti kesehatan melalui perwakilan dari warga kelurahan Tomang.



Gambar 2. Bentuk Flyer kegiatan bakti kesehatan

4.2.2 Rangkaian Pelaksanaan Kegiatan

Rangkaian pelaksanaan kegiatan bakti kesehatan dibagi menjadi 2 bagian, yaitu persiapan pelaksanaan kegiatan dan hasil kegiatan bakti kesehatan. Keterangan lebih lanjut mengenai persiapan dan hasil kegiatan dapat dilihat pada keterangan di bawah ini.

A. Persiapan Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan bakti kesehatan ini awalnya sudah terencana akan diselenggarakan pada tanggal 15 Maret 2020. Namun dikarenakan adanya instruksi untuk tidak mengadakan kegiatan yang mengumpulkan orang banyak akibat adanya pandemi penyakit Covid-19, maka kegiatan kemudian dihentikan sementara. Kemudian tim mengubah kegiatan bakti kesehatan ini dengan menggunakan sistem daring. Sebelum pelaksanaan, tim melakukan 2 kali rapat untuk persiapan kegiatan. Rapat pertama membicarakan mengenai bagaimana proses pelaksanaan bakti kesehatan secara daring ini. Bagaimana proses pendaftaran, pelaksanaan hingga penggantian biaya bagi peserta. Rapat berikutnya, tim memastikan persiapan terakhir, semua soal pretes postes sudah tersedia, menentukan moderator hingga proses alur kegiatan.



Gambar 3. Rapat Persiapan Pertama



Gambar 4. Rapat Persiapan Kedua

B. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Persiapan kegiatan bakti kesehatan dimulai sekitar pukul 12.45 WIB. Peserta mulai diijinkan masuk ke dalam kegiatan bakti kesehatan dengan aplikasi zoom mulai pukul 13.00 WIB. Acara di mulai dengan pembukaan oleh salah satu anggota tim, yaitu dr. Novendy dan sebelum memulai penyuluhan mengenai etika batuk, peserta diminta untuk mengisi pretes terlebih dahulu. Total sebanyak 31 orang peserta yang ikut kegiatan ini, dari 32 orang peserta yang telah mendaftar. Kegiatan bakti kesehatan ini dipandu oleh dr. Yoanita Widjaja. Setelah itu materi penyuluhan mengenai etika batuk yang dibenar dibawakan oleh dr. Novendy. Setelah penyampaian materi etika batuk, tim bakti kesehatan lain

menyampaikan mengenai materi pentingnya cuci tangan. Setelah itu dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.



Gambar 5. Pembukaan Kegiatan Bakti Kesehatan



Gambar 6. Salah satu materi penyuluhan



Gambar 7. Penyampaian pertanyaan oleh peserta



Gambar 8. Peserta kegiatan bakti kesehatan 1



Gambar 9. Peserta kegiatan bakti kesehatan 2



Gambar 10. Tim PKM

Peningkatan pengetahuan dari peserta mengenai etika batuk dinilai dengan menggunakan perbandingan antara nilai rata-rata pretes dan postes. Hasil pretes yang telah diberikan kepada peserta didapatkan bahwa nilai rata-rata sebesar 43.33. Sedangkan dari hasil postes didapatkan nilai rata-rata sebesar 72. Dengan demikian didapatkan adanya peningkatan pengetahuan dari nilai rata-rata pretes ke nilai rata-rata postes sebesar 66.2%. Hal ini menunjukkan suatu peningkatan yang cukup baik dikarena dari pengetahuan yang kurang mengenai etika batuk, setelah penyuluhan peningkatan pengetahuan mengenai etika batuk menjadi baik.

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penyuluhan terkait informasi tentang etika batuk merupakan upaya untuk menambah pengetahuan dalam bidang kesehatan terutama sangat dibutuhkan pada masa pandemi ini. Didapatkan peningkatan pengetahuan sebesar 66.2% bagi peserta pada kegiatan bakti kesehatan ini. Hal ini menunjukkan suatu peningkatan yang cukup baik dikarenakan dari pengetahuan yang kurang mengenai etika batuk, setelah penyuluhan peningkatan pengetahuan mengenai etika batuk menjadi baik. Maka diharapkan dengan peningkatan pengetahuan ini, masyarakat dapat lebih waspada akan penyebaran penyakit terutama melalui saluran pernafasan, sehingga masyarakat terhindar dari penyakit dikemudian hari dan tercipta masyarakat dengan tingkat kesehatan yang baik.

5.2 Saran

1. Menindak lanjuti hasil laporan kegiatan bakti kesehatan sehingga dapat melakukan kegiatan pengabdian berkelanjutan serta membuat rancangan strategi bakti kesehatan selanjutnya.
2. Kegiatan bakti kesehatan dilakukan secara multidisplin dengan menjalin kerjasama dengan berbagai disiplin ilmu baik di dalam fakultas kedokteran maupun dengan fakultas lain masyarakat setempat untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

Tamaweol, D., Ali, R.H., Simanjuntak, M.L. 2016. Gambaran Foto Toraks Pada Penderita Batuk Kronis di Bagian/SMF Radiologi FK Unsrat/RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. Jurnal e-Clinic (eCl).Vol. 4, No.1

<https://www.otsuka.co.id/id/health-info/detail/11/cough%20with%20etiquettes>

Chung, K.F., Pavord, I.D. 2008. Prevalence, pathogenesis, and causes of chronic cough. Experimental Studies Airway Disease Section. 371: 1364 – 74.

Pavord, I.D., Klan, F.C. 2008. Management of Chronic Cough. Vol. 371. pp.1375-1384.

Rona, Z.P. 1997. Childhood Illness and the Allergy Connection: A Nutritional Approach to Overcoming and Preventing Childhood Illness.

Song, W.J., Faruqi, S., Klaewsongkram, J., Lee, S.E., Chang, Y.S. 2015. Chronic Cough: an Asian Perspective. Part 1: Epidemiology. Asia Pacific allergy. Vol.5. pp.136-144

Direktorat Pembinaan Anak Usia Dini. (2013). *NSPK (norma, standar, petunjuk, dan kriteria): Petunjuk teknis penyelenggaraan taman kanak-kanak*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan,
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Formal dan Non-Formal

CDC. Respiratory Hygiene/Cough Etiquette in Healthcare Settings. 2009. Diunduh: <https://www.cdc.gov/flu/professionals/infectioncontrol/resphygiene.htm> diakses 30 Januari 2020

Siegel JD, Rhinehard E, Jackson M, Chiarello WH, and the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee. 2007 Guideline for Isolation Precautions: Preventing Transmission of Infectious Agents in Healthcare Settings. 2007.

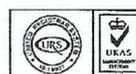
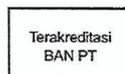
Cochran-Smithn, M.; Zeichner, K.M. 2010. *Studying Teacher Education: The Report of the AREA Panel Research and Teaching*. Routledge, New York

European Centre for Disease Prevention and Control. Personal protective measures (non-pharmaceutical) for reducing the risk of acquiring or transmitting human influenza. ECDC; 2015

http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/seasonal_influenza/protective_measures/Pages/protective_measures.aspx

LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Perjanjian Kerjasama



PERJANJIAN
PELAKSANAAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
PERIODE I TAHUN ANGGARAN 2020
NOMOR: 797-Int-KLPPM/Untar/V/2020

Pada hari ini Kamis tanggal Duapuluh delapan bulan Mei tahun Dua ribu duapuluh yang bertanda tangan dibawah ini:

1. Nama : Jap Tji Beng, Ph.D
Jabatan : Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Alamat : Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440
selanjutnya disebut **Pihak Pertama**
2. Nama : dr. Novendy, MKK, FISIPH, FISCM
Jabatan : Dosen Tetap
Fakultas : Kedokteran
Alamat : Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440
Bertindak untuk diri sendiri dan atas nama anggota pelaksana Pengabdian Kepada Masyarakat:
 - a. Nama : dr. Susy Olivia, M. Biomed
Jabatan : Dosen Tetap
 - b. Nama : dr. Yoanita Widjaja, M.Pd.,Ked
Jabatan : Dosen Tetap
 - c. Nama : dr. Silviana Tirtasari, M.Epid
Jabatan : Dosen Tetapselanjutnya disebut **Pihak Kedua**

Pihak Pertama dan **Pihak Kedua** sepakat mengadakan Perjanjian Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat sebagai berikut:

Pasal 1

- (1). **Pihak Pertama** menugaskan **Pihak Kedua** untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat atas nama Universitas Tarumanagara dengan judul **"Penanggulangan Penyakit Menular Melalui Pelatihan Etika Batuk yang Benar pada Anak Usia Dini di Kelurahan Tomang Jakarta Barat"**
- (2). Biaya pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat sebagaimana dimaksud ayat (1) diatas dibebankan kepada **Pihak Pertama** melalui anggaran Universitas Tarumanagara.
- (3). Besaran biaya pelaksanaan yang diberikan kepada **Pihak Kedua** sebesar Rp 10.000.000,- (Sepuluh juta rupiah), diberikan dalam 2 (dua) tahap masing-masing sebesar 50%.
- (4). Pencairan biaya pelaksanaan Tahap I akan diberikan setelah penandatanganan Perjanjian Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat.
- (5). Pencairan biaya pelaksanaan Tahap II akan diberikan setelah **Pihak Kedua** melaksanakan pengabdian kepada masyarakat, mengumpulkan laporan akhir, *logbook*, laporan pertanggungjawaban keuangan dan luaran/draf luaran.
- (6). Rincian biaya pelaksanaan sebagaimana dimaksud dalam ayat (3) terlampir dalam Lampiran Rencana dan Rekapitulasi Penggunaan Biaya yang merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam perjanjian ini.

Pasal 2

- (1). Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat akan dilakukan oleh **Pihak Kedua** sesuai dengan proposal yang telah disetujui dan mendapatkan pembiayaan dari **Pihak Pertama**.
- (2). Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagaimana dimaksud dalam ayat (1) dilakukan dalam Periode I, terhitung sejak Januari-Juni Tahun 2020

Pasal 3

- (1). **Pihak Pertama** mengadakan kegiatan monitoring dan evaluasi terhadap pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh **Pihak Kedua**.
- (2). **Pihak Kedua** diwajibkan mengikuti kegiatan monitoring dan evaluasi sesuai dengan jadwal yang ditetapkan oleh **Pihak Pertama**.
- (3). Sebelum pelaksanaan monitoring dan evaluasi, **Pihak Kedua** wajib mengisi lembar monitoring dan evaluasi serta melampirkan laporan kemajuan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dan *logbook*.
- (4). Laporan Kemajuan disusun oleh **Pihak Kedua** sesuai dengan Panduan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah ditetapkan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat.
- (5). Lembar monitoring dan evaluasi, laporan kemajuan dan *logbook* diserahkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat sesuai dengan batas waktu yang ditetapkan.

Pasal 4

- (1). **Pihak Kedua** wajib mengumpulkan Laporan Akhir, *Logbook*, Laporan Pertanggungjawaban Keuangan, dan luaran/draf luaran.
- (2). Laporan Akhir disusun oleh **Pihak Kedua** sesuai dengan Panduan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah ditetapkan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat.
- (3). *Logbook* yang dikumpulkan memuat secara rinci tahapan kegiatan yang telah dilakukan oleh **Pihak Kedua** dalam pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat
- (4). Laporan Pertanggungjawaban yang dikumpulkan **Pihak Kedua** memuat secara rinci penggunaan biaya pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat yang disertai dengan bukti-bukti.
- (5). Luaran Pengabdian Kepada Masyarakat yang dikumpulkan kepada **Pihak Kedua** berupa luaran wajib dan luaran tambahan.
- (6). **Luaran wajib** hasil Pengabdian Kepada Masyarakat berupa artikel ilmiah yang dipublikasikan di Senapenmas, jurnal ber-ISSN atau prosiding internasional.
- (7). **Luaran tambahan** hasil Pengabdian Kepada Masyarakat berupa publikasi di media massa, HKI, dan luaran lainnya (Teknologi Tepat Guna, Model, Purwarupa (*prototype*), Karya Desain/Seni/Kriya/Bangunan dan Arsitektur), Produk Terstandarisasi, Produk Tersertifikasi, Buku ISBN, dan Video Kegiatan.
- (8). Draft luaran wajib dibawa pada saat dilaksanakan Monitoring dan Evaluasi (*Monev*) PKM.
- (9). Batas waktu pengumpulan Laporan Akhir, *Logbook*, Laporan Pertanggungjawaban Keuangan, dan luaran adalah **Juni 2020**

Pasal 5

- (1). Apabila **Pihak Kedua** tidak mengumpulkan Laporan Akhir, *Logbook*, Laporan Pertanggungjawaban Keuangan, dan Luaran sesuai dengan batas akhir yang disepakati, maka **Pihak Pertama** akan memberikan sanksi.
- (2). Sanksi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) proposal pengabdian kepada masyarakat pada periode berikutnya tidak akan diproses untuk mendapatkan pendanaan pembiayaan oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat.

Pasal 6

- (1). Apabila terjadi perselisihan menyangkut pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini, kedua belah pihak sepakat untuk menyelesaikannya secara musyawarah.
- (2). Dalam hal musyawarah sebagaimana dimaksud pada ayat (1) tidak tercapai, keputusan diserahkan kepada Pimpinan Universitas Tarumanagara.
- (3). Keputusan sebagaimana dimaksud dalam pasal ini bersifat final dan mengikat.

Demikian Perjanjian Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dibuat dengan sebenarnya pada hari, tanggal dan bulan tersebut diatas dalam rangka 3 (tiga), yang masing-masing mempunyai kekuatan hukum yang sama.

Pihak Pertama

Jap Tji Beng, Ph.D.

Pihak Kedua



dr. Novendy, MKK, FISIPH, FISCM

**RENCANA PENGGUNAAN BIAYA
(Rp)**

Rencana Penggunaan Biaya	Jumlah
Honorarium	Rp. 3.000.000,-
Pelaksanaan kegiatan	Rp. 7.000.000,-

**REKAPITULASI RENCANA PENGGUNAAN BIAYA
(Rp)**

NO	POS ANGGARAN	TAHAP I (50 %)	TAHAP II (50 %)	JUMLAH
1	Honorarium	Rp. 1.500.000,-	Rp. 1.500.000,-	Rp. 3.000.000,-
2	Pelaksanaan Kegiatan	Rp. 3.500.000,-	Rp. 3.500.000,-	Rp. 7.000.000,-
	Jumlah	Rp. 5.000.000,-	Rp. 5.000.000,-	Rp.10.000.000,-

Jakarta, 29 Mei 2020
Pelaksana PKM

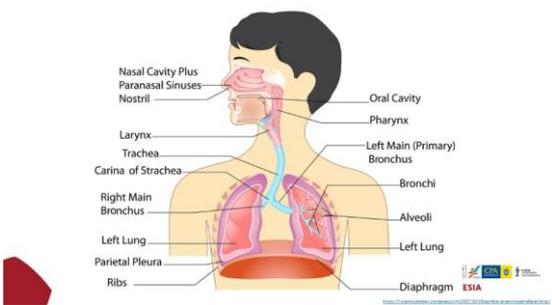


(dr. Novendy, MKK, FISIPH, FISCM)

Lampiran 2: Materi Penyuluhan



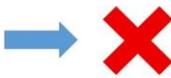
BAGAIMANA BENTUK SALURAN PERNAFASAN KITA ?



APA ITU BATUK dan BERSIN ?



• APA ITU PENYAKIT ?



• MEKANISME

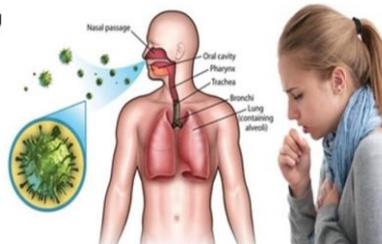


KARENA SUATU PENYAKIT

KENAPA BISA BATUK ATAU BERSIN ?



KUMAN ATAU BENDA ASING MASUK KE SALURAN NAFAS



ASAP ATAU DEBU



BAGAIMANA CARA MENGGUNAKAN MASKER DENGAN BENAR?



Cegah Penularan COVID-19, #PakaiMasker Dengan Benar

#PakaiMasker yang benar dapat menjaga diri dan orang sekitar dari risiko tertular COVID-19. Berikut ini adalah cara pakai yang benar:

1. Sebelum pasang masker, cuci tangan dengan sabun atau gunakan hand sanitizer
2. Masker menutupi mulut, hidung dan dagu, tak ada sela antara wajah dan masker
3. Hindari menyentuh bagian depan masker saat digunakan.
4. Ganti masker yang lembab, basah atau mulai kotor
5. Saat buka masker, lepas dari belakang, jangan sentuh bagian depannya, dilakukannya dengan tangan bagian belakang atau gunakan hand sanitizer

Catatan: Masker medis hanya 1x pakai, buang di tempat sampah tertutup usai digunakan. Masker kain dapat berulang pakai, segera cuci dengan deterjen usai digunakan.

Source: covid19.go.id | Chat-WhatsApp: 08000000000

INDONESIA

#PAKAIMASKER BUKAN UNTUK HIASAN DAGU

#PakaiMasker harus yang benar. Menurunkan masker ke dagu justru berakibat bagian dalam masker terpapar kuman, virus atau bakteri. Berikut ilustrasinya:

Bagian bawah dagu yang terbuka ini mudah bagi kuman, virus atau bakteri (apapun jenisnya) akan mencemari bagian dalam masker.

Ketika masker diturunkan ke posisi dagu, maka justru akan mencemari bagian dalam masker.

Saat masker diabaikan kembali, malah mulut dan hidung tercemar dari masker kotor.

"Saat kondisi harus lepas masker, semisal saat makan atau berbicara di forum, masker sebaiknya benar-benar dilepas saja, bukan menurunkannya ke dagu"

INDONESIA

BAGAIMANA CARA MENCUCI MASKER KAIN DENGAN BENAR?



TIPS MENCUCI MASKER KAIN

Masker kain kini sudah fashion sehingga pemilihan di pasar sangat produktif dan beragam dari COVID-19 #PakaiMasker dengan benar dan cucilah tiap hari saat dipaparkan, dengan cara sebagai berikut:

1. Rendam masker dalam air hangat dan deterjen
2. Bersihkan 10 menit, kucuk masker dengan lembut
3. Bilas masker dengan air mengalir hingga bersih
4. Keringkan di bawah sinar matahari langsung
5. Letakkan masker dengan benar sesuai cara pakai
6. Simpan di tempat bersih, siap dipakai kembali

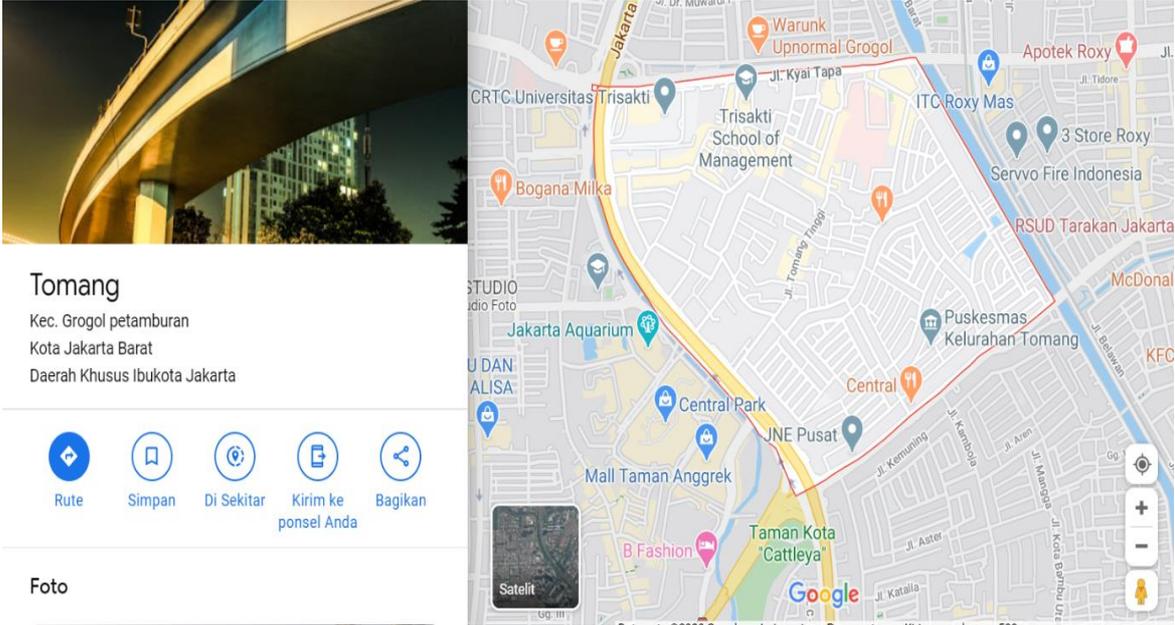
INDONESIA

AYO MARI KITA PRAKTIKAN CARA ETIKA BATUK YANG BENAR & SAAT INI SELALU MENGGUNAKAN MASKER SAAT BERPERGIAN SUPAYA TIDAK MENULAR DAN TERTULAR

TERIMA KASIH SALAM SEHAT UNTUK KITA SEMUA



Lampiran 3: Lokasi kegiatan



Lampiran 4: Biodata Pengusul dan Mahasiswa

Ketua Tim Pengusul: dr. Novendy, MKK

Nama	: dr. Novendy, MKK., FISPH., FISCM
TTL	: Tanjung Batu/ 21 November 1982
NIK	: 10414005
NIDN	: 0321118204
Jenis Kelamin	: Laki-laki
Status pernikahan	: Menikah
Nama Istri	: Hanny Gunawan
Nama Anak	: Aldrich Vaclav Sebastian Anyhove
Golongan/Pangkat	: III/b
JJA	: Asisten Ahli 150
Agama	: Katolik
Kewarganegaraan	: Warga Negara Indonesia
Alamat	: Jln Raya Binong, Perumahan Central Karawaci Blok D No 12 A, Curug, Tangerang 15810
No Telfon	: 0812-8227-6090
Email	: nnovendy@gmail.com

Tahun Lulus	Nama Program Studi	Universitas
2013	Program Parcasarjana Magister Kedokteran Kerja	Universitas Indonesia, Jakarta
2009	Program Studi Profesi Dokter	Universitas Tarumanagara, Jakarta
2006	Program Studi Sarjana Kedokteran	Universitas Tarumanagara, Jakarta

Tanggal	Jenis Kegiatan	Tugas
10 Januari 2014	Bakti kesehatan "Peduli Terhadap Sesama" penyuluhan : "Kiat Sehat dan Bugar di Hari Tua" dan pengobatan gratis dalam rangka HUT Fakultas Kedokteran ke-48 di Poloklinik Kampus IV Universitas Tarumanagara Kelurahan Kelapa Dua-Tangerang	Tim Dokter Pemeriksa
20 September dan 5-6 Oktober 2016	Pelayanan pemeriksaan status gizi berdasarkan antropometri dengan indikator Indeks Massa Tubuh (IMT) dan lingkar pinggang di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	Tim Pelaksana
08 Agustus 2017	Upaya meningkatkan kesehatan kerja pada Nelayan di Desa Pagedangan Ilir, Tangerang, Banten	Ketua Tim
31 Mei-8 Juni 2018	Skrining Kesehatan Mata : Pemeriksaan Visus dan Refraksi pada Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	Anggota Tim Pengusul
Juli 2018	Usaha Meningkatkan Pola Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Bunda Mulia International School Jakarta	Ketua Tim
November - Desember 2018	Pelayanan Kesehatan dalam Pemeriksaan Kesehatan Jiwa : Skrining Awal pada Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara	Anggota Tim Pengusul
Januari 2019	Pelayanan Kesehatan Dalam Penerapan Perilaku Kebersihan Tangan di kalangan Sekolah Taman Kanak Atisa Dipamkara Karawaci	Ketua Tim
Januari 2019	Penerapan Pengetahuan Prilaku Hidup Bersih Sehat di Kalangan Sekolah Playgroup dan Taman Kanak Atisa Dipamkara Villa Permata Karawaci	Anggota Tim Pengusul

Biodata Anggota Tim pengusul : dr. Susy Olivia Lontoh, M.Biomed

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap (dengan gelar)	Dr. Susy Olivia Lontoh M.Biomed
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli 100
4.	NIK	10401003
5.	NIDN	0325107504
6.	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta, 25 Oktober 1975
7.	E-mail	g25olivia@yahoo.co.id
8.	Nomor Telepon/HP	(021) 5662054/ 0818813286
9.	Alamat Kantor	Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jl. S. Parman No. 1, Grogol
10.	Nomor Telepon/Faks	(021) 5671781
12.	Lulusan yang telah dihasilkan	S1 = 45 orang; S2 = 0 orang; S3 = 0 orang
13.	Mata Kuliah yang Diampu	Fisiologi Kedokteran

B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Tarumanagara	Universitas Indonesia
Bidang Ilmu	Kedokteran	Biomedik
Tahun Masuk-Lulus	1993-2001	2010-2014
Judul Skripsi/ Tesis/ Disertasi	-	Pengaruh latihan fisik anaerobik dan detrain terhadap otot jantung tikus wistar
Nama Pembimbing/ Promotor	-	Dr.dr Minarma Siagian, MS dr. Dewi Irawati, MS Dra Puspita

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian
1	2014	Pengaruh latihan fisik anaerobik dan detrain terhadap otot jantung tikus wistar
2	2016	Pengaruh minum kopi dan teh hijau terhadap tekanan darah dan denyut nadi pada mahasiswa kedokteran universitas tarumanagara
2.	2018	Perbandingan Pengaruh Minuman Kopi Hitam Dan Kopi Hijau Terhadap Tekanan Darah Dan Denyut Nadi Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Tarumanagara

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat
1	2013	Bakti kesehatan FK UNTAR “ Peduli Terhadap Sesama”: Penyuluhan “Kiat Sehat dan Bugar di Hari Tua” dan Pengobatan Gratis di Poliklinik Tarumanagara Kampus 4 Legok-Tangerang
2	2014	Bakti kesehatan UNTAR Dari hati Berbagi dan Peduli Terhadap Sesama “ Ayo Tingkatkan Hidup Sehat Melalui Makanan-Minuman Bersih dan Sadar Sehat-Bersih Lingkungan dan Pengobatan gratis Di RW 14 Kelurahan Tomang Jakarta Barat
3	2015	Bakti kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara: FK UNTAR berbagi Ayo Tingkatkan Hidup Sehat dan Bersih Untuk Umur muda di Dusun Lenggang (kampung Nelayan/ kampung bugis Desa Lenggang) Belitung Timur.
4	2016	Pelayanan tekanan darah dan jantung
5	2017	Ayo Tingkatkan Hidup Sehat penyuluhan kesehatan diabetes melitus.

6	2017	Penyuluhan kesehatan upaya meningkatkan kesehatan kerja di Desa Pagedangan Ilir Kecamatan Kronjo
7	2017	Pengenalan hidup sehat Sekolah Bunda Mulia Jakarta
8	2018	Meningkatkan kesadaran atas kesehatan mata dengan melakukan penyuluhan pemeriksaan mata dilingkungan mahasiswa

E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/Tahun
1.	Effect of Long Term Physical Training and Detraining on Myocyte Structure and Connective Tissue of Wistar Rat's Ventricle : preeliminary experiment in rats"	Medical Journal of Indonesia"	Volume 20, Number 4 November 2011 ISSN 0853-1773
2.	Pengaruh Latihan Fisik Anaerobik Intermiten Selama 4 Minggu dan 12 Minggu Terhadap kadar Laktat Darah Tikus Wistar Jantan	Ebers Papyrus Jurnal Kedokteran dan Kesehatan	Vol 20 No1 Juni 2014 ISSN 0854-8862

F. Pengalaman Penulisan Buku dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1.	Modul Belajar Sepanjang Hayat ISBN 978-602-0911-02-1	2017	83	Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
2	Buku pedoman sistem respirasi untuk mahasiswa (978-602-0911-47-2 dan ISBN:978-979-19601-3-7	2017	56 dan 55	Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resiko.

Demikianlah biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah Penelitian Unggulan Perguruan Tinggi.

Biodata Annggota Tim Pengusul : dr. Yoanita Widjaja, MPd. Ked

Nama : dr. Yoanita Widjaja, M.Pd.Ked
Alamat : Jl. Pulo Macan Raya No. 89. Tomang, Jakarta Barat 11440
Tempat/Tanggal lahir : Bogor, 7 Oktober 1983
Jabatan : Dosen tetap
Bagian : Patologi Klinik
Tahun mulai mengajar: 2008
Riwayat pendidikan :
- 2008: S1 Kedokteran Umum. Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
- 2016: S2 Magister Pendidikan Kedokteran. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Pengabdian masyarakat:

- 2014: Tim dokter pengobatan: Bakti kesehatan “Peduli terhadap Sesama”: Penyuluhan “Ayo Tingkatkan Hidup Sehat melalui makanan-minuman bersih serta kesadaran lingkungan” dan pengobatan gratis di RW 14 Kelurahan Tomang, Jakarta Barat.
- 2015: Bakti kesehatan FK Untar “FK Untar berbagi: Ayo tingkatkan hidup sehat dan bersih” Dusun Lenggang (Kampung Nelayan/Kampung Bugis, Desa Lenggang-Belitung Timur)

Penelitian:

- 2016: “Aspek budaya terkait proses umpan balik pada peserta didik dan staf pengajar dalam pendidikan kedokteran tahap akademik: Studi kualitatif di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara”

Riwayat Pelatihan Tambahan:

- Pelatihan Mentor Institusi dan Peer Mentor Program Bimbingan Retaker Khusus UKMPPD
- Workshop Nasional Penguji dan Pelatih SP Osce UKDI
- Certified Courses on Bioethics for Health Professionals HELP “The 3rd Series: The Application of Bioethics in Health Care Services (Part 1)””
- Certified Courses on Bioethics for Health Professionals HELP “The 4th Series: HELP Approach to Bioethical Problems in Health Care Services (Part 2)””
- Certified Courses on Bioethics for Health Professionals HELP “The 5th Series: HELP Approach to Bioethical Problems in Research”

Riwayat Penugasan Selama Menjadi Dosen:

- Anggota Medical Education Unit (MEU) FK Universitas Tarumanagara
- Pelatih Pasien Standar UKMPPD OSCE
- Koordinator Blok Sistem Penginderaan FK Universitas Tarumanagara
- Sekretaris Blok Humaniora FK Universitas Tarumanagara
- Sekretaris Blok Etika Kedokteran, Hukum Kedokteran dan Kedokteran Forensik FK Universitas Tarumanagara
- Pelatih *Workshop on Clinical Teaching and Clinical Assessment: An Introduction to Clinical Teachers in Faculty of Medicine Tarumanagara University*
- Penasihat akademik

Biodata Annggota Tim Pengusul: dr. Silviana Tirtasari, M.Epid

1. Keterangan Perorangan

1	Nama Lengkap	dr. Silviana Tirtasari, M.Epid	
2	NIK	-	
3	Jenjang Jabatan Akademik (JJA)	-	
4	Tanggal Lahir	15 April 1989	
5	Tempat Lahir	Semarang	
6	Alamat	Puri Metropolitan Blok F7/12A, Petir, Cipondoh, Tangerang	
7	No. Telfon	-	
8	No. Hp	0817 731 220 658	
9	E-mail	silviana.tirtasari@gmail.com	

2. Pendidikan di Dalam dan di Luar Negeri

No	Nama Pendidikan	Jurusan	STTB/Tanda Lulus/Ijazah Tahun	Tempat
1	Stata satu (S1)	Kedokteran Umum	2013	Untar
2	Magister Epidemiologi	Ilmu Kesehatan Masyarakat	2019	UI

3. Penelitian

No	Kegiatan	Sifat/Peranan	Keterangan
1	Efektivitas Penggunaan Zinc Terhadap Lama Hari Sakit Penderita Infeksi Saluran Pernapasan Akut Atas Pada Anak di Puskesmas Kelurahan Kembangan Selatan, Kecamatan Kembangan Kotamadya Jakarta Barat Periode 5 – 20 Juni 2012	Anggota	

4. Publikasi (Jurnal Internasional, Jurnal Nasional, Buku, HKI, Seminar, dll)

Biodata Mahasiswa:**Data Diri**

Nama : Paat Natalia Debora Algritha
NIM : 406181019
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
TTL : Jakarta, 23 – 12 – 1993
Tempat tinggal: Apartemen Salemba Residence A2802, JLn Salemba Tengah 2 No.10
Paseban, Jakarta
Alamat email : natalia23paat@yahoo.de

Data Diri

Nama : Nailah Rahmah
NIM : 406181048
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Katolik
TTL : Jakarta, 09 – 03 – 1997
Tempat tinggal: Jln Taruna Jaya, Gang Bronang No.99, Cibubur Jakarta Timur
Alamat email : nailahrahmah1997@gmail.com

Lampiran 5: Manuskrip

PENANGGULANGAN PENYAKIT MENULAR MELALUI PELATIHAN ETIKA BATUK YANG BENAR PADA ANAK USIA DINI DI KELURUHAN TOMANG JAKARTA BARAT

Novendy¹, Susy Olivia Lontoh², Yoanita Widjaja³, Silviana Tirtasari¹

¹ Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta

² Bagian Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta

³ Bagian Ilmu Faal, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta

Abstrak

Penyakit infeksi masih merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia, termasuk di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Kondisi lingkungan dan budaya yang ada di negara ini sangat mempengaruhi tingginya kejadian infeksi. Untuk mencegah penularan semua infeksi pernafasan dalam pengaturan perawatan kesehatan, termasuk influenza diperlukan langkah-langkah untuk pengendalian infeksi. Salah satu gejala yang sering muncul adalah batuk. Dalam kehidupan sehari-hari tanpa sadar reflek batuk sering terjadi, hal ini sangatlah normal. Tetapi efeknya menjadi tidak normal apabila tidak menyadari atau mengetahui akibat yang ditimbulkan dari batuk yang dapat mengeluarkan spora dari mulut. Penting untuk diketahui etika batuk yang harus dipatuhi setiap kali batuk. Banyak orang dewasa dan anak-anak yang saat batuk, tidak menutup mulutnya sama sekali. Virus pun menyebar ke sekeliling dan menjangkiti banyak orang di sekitarnya. Belum lagi kebiasaan meludah di jalan. Tentunya sangat tidak beretika dan bisa menyebarkan penyakit. Sehingga diperlukan kegiatan bakti kesehatan untuk mngedukasi masyarakat mengenai etika batuk. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dengan memberikan informasi mengenai etika batuk. Penilaian peningkatan pengetahuan peserta dinilai dengan menggunakan pretes dan postes. Nilai rata-rata pretes adalah sebesar 43.33, sedangkan nilai rata-rata sebesar 72. Didapatkan peningkatan pengetahuan dari nilai rata-rata pretes ke nilai rata-rata postes sebesar 66.2%. Penyuluhan terkait informasi tentang etika batuk merupakan upaya untuk menambah pengetahuan dalam bidang kesehatan terutama sangat dibutuhkan pada masa pandemi ini. Maka diharapkan dengan peningkatan pengetahuan ini, masyarakat dapat lebih waspada akan penyebaran penyakit terutama melalui saluran pernafasan, sehingga masyarakat terhindar dari penyakit dikemudian hari dan tercipta masyarakat dengan tingkat kesehatan yang baik.

Kata kunci: batuk, etika batuk, penyuluhan

Latar Belakang

Penyakit infeksi masih merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia, termasuk di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Kondisi lingkungan dan budaya yang ada di negara ini sangat mempengaruhi tingginya kejadian infeksi. Untuk mencegah penularan semua infeksi pernafasan dalam pengaturan perawatan kesehatan, termasuk influenza diperlukan langkah-langkah untuk pengendalian infeksi. (CDC, 2009)

Dalam kehidupan sehari-hari tanpa sadar reflek batuk sering terjadi, hal ini sangatlah normal. Tetapi efeknya menjadi tidak normal apabila Anda tidak menyadari atau mengetahui akibat yang ditimbulkan dari batuk yang dapat mengeluarkan spora dari mulut. Penting untuk Anda mengetahui etika batuk yang harus Anda patuhi setiap kali batuk. Batuk merupakan upaya pertahanan paru terhadap berbagai rangsangan yang ada dan refleksi fisiologis yang melindungi paru dari trauma mekanik, kimia dan suhu. Batuk menjadi patologis bila dirasakan sebagai gangguan. Batuk seperti itu sering merupakan tanda suatu penyakit di dalam atau diluar paru dan kadang berupa gejala awal

dari suatu penyakit. Batuk merupakan gejala tersering penyakit pernapasan dan masalah yang sering kali dihadapi dokter dalam praktik sehari-hari (Tamaweol et al., 2016), (ECDC,2015)

Batuk adalah tindakan refleksi dari saluran pernapasan yang digunakan untuk membersihkan saluran napas atas. Batuk yang berlangsung selama lebih dari 8 minggu disebut batuk kronis. Penyebab batuk bisa berasal dari kebiasaan merokok, paparan asap rokok, dan paparan polusi lingkungan (Pavort et al., 2008).

Penelitian berskala besar menemukan bahwa prevalensi batuk pada negara USA sebanyak (18%) dari 1109 orang batuk kronis yang disebabkan kebiasaan merokok. Survei berskala besar juga dilaporkan di negara Sweden sebanyak (11%) batuk tidak produktif; (8%) batuk produktif; (38%) batuk yang terjadi malam hari, dari ketiga hal tersebut diperoleh sebanyak 623 orang (usia 31 tahun) yang disebabkan asma, rhinitis alergi, refluks lambung, dan merokok (Chung and Pavord, 2008).

Data survei European Respiratory Society terhadap 18.277 subyek dengan usia 20-48 tahun, dimana dilaporkan batuk nokturnal sebanyak 30%, batuk produktif 10% dan batuk non produktif 10%. Beberapa penelitian telah dilakukan tentang hubungan antara batuk kronis dengan polusi udara. Batuk kronis menjadi perhatian utama di negara berkembang, sebagai tanda gangguan saluran pernafasaan, seperti tuberkulosis paru (TB). Gejala batuk terus menerus yang berlangsung selama 2-3 minggu dapat diduga sebagai indikasi penyakit TB di beberapa negara Asia Tenggara (Song et al., 2015).

Penting semua pihak memelihara, meningkatkan, dan melindungi kesehatan bagi kesejahteraan seluruh masyarakat Indonesia. Pencegahan terhadap berbagai penyakit dapat dilakukan melalui penanaman perilaku hidup bersih dan sehat. Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat lebih optimal apabila dilakukan sejak dini.

Etiket batuk / higienis pernafasan dapat didefinisikan sebagai tindakan pengendalian sumber yang dimaksudkan untuk mengandung sekresi pernapasan untuk mencegah penularan tetapan patogen pernapasan di lingkungan perawatan kesehatan; terutama selama wabah musiman infeksi saluran pernapasan virus di masyarakat. (Siegel dkk,2007)

Etika batuk perlu untuk diketahui, karena dari hal ini Anda telah bertindak dalam proses pencegahan infeksi. Mungkin saat batuk, Anda akan menutup mulut dengan telapak tangan. Tujuan Anda mungkin baik, namun belum tentu benar dan justru cara ini akan menjadi media penyebaran infeksi yang cepat. Dengan menutup telapak tangan, tanpa sadar Anda telah memindahkan bakteri dari telapak tangan Anda ke orang lain melalui bersentuhan atau bersalaman.

Etika batuk hanya memiliki satu tujuan, yaitu untuk mengendalikan penyebaran infeksi yang terjadi saat batuk. Tidak hanya di fasilitas kesehatan, tetapi juga di kantor, sekolah, pusat keramaian maupun rumah Anda. Batuk yang disebabkan adanya iritan mungkin tidak mengandung kuman berbahaya. Namun, kuman atau flora normal yang ada di dalam rongga mulut yang dikeluarkan saat batuk, besar kemungkinan akan membentuk koloni yang dapat memicu infeksi. Terakhir, gunakan masker jika Anda batuk atau berada didekat orang batuk. Cobalah untuk menjauhkan diri dari orang lain saat Anda batuk sehingga Anda tidak menyebarkan kuman. Jika batuk terkait gejala penyakit, ada baiknya Anda beristirahat di rumah dan menghindari tempat ramai seperti kantor dan sekolah bila memungkinkan.

Menariknya dari sisi kesehatan, batuk memiliki etiket tanpa memandang apakah batuk tersebut disebabkan oleh gejala dari suatu penyakit menular atau hanya merupakan refleksi pertahanan tubuh akibat adanya benda asing atau iritan. Berikut adalah etiket batuk yang baik dan benar.

Banyak orang dewasa dan anak-anak yang saat batuk, tidak menutup mulutnya sama sekali. Virus pun menyebar ke sekeliling dan menjangkiti banyak orang di sekitarnya. Belum lagi kebiasaan meludah di jalan. Tentunya sangat tidak beretika dan bisa menyebarkan penyakit. Ludah dan bersin

dengan mudah menyebarkan virus dan bakteri. Secara etika kesehatan, saat batuk sebenarnya seseorang harus menutup mulutnya bisa dengan tisu atau pun tangan. Begitu juga saat meludah, tak boleh dilakukan di sembarang tempat, apalagi di jalan serta tempat umum yang terdapat banyak orang.

Etika batuk adalah tata cara batuk yang baik dan benar, dengan cara menutup hidung dan mulut menggunakan tissue atau lengan baju. Sehingga bakteri tidak menyebar ke udara dan tidak menular ke orang lain. Tanpa kita sadari inilah kebiasaan batuk yang salah tidak menutup mulut dan hidung saat batuk atau bersin, membuang dahak di sembarang tempat, tidak menggunakan masker saat batuk maupun bersin, membuang atau meletakkan tissue yang sudah di pakai disembarangan tempat dan tidak mencuci tangan setelah digunakan untuk menutup hidung dan mulut.

Maka dalam kegiatan ini akan di terapkan langkah-langkah etika batuk yang benar: tutup hidung dan mulut anda dengan menggunakan tisu atau sapu tangan saat bersin atau batuk, tutup hidung dan mulut anda dengan menggunakan lengan dalam baju bukan dengan telapak tangan saat batuk atau bersin, segera buang tisu yang sudah di pakai ke dalam tempat sampah, cuci tangan dengan menggunakan air bersih dan sabun atau pencuci tangan berbasis alkohol dan gunakan masker.

Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dengan memberikan informasi mengenai etika batuk. Penilaian peningkatan pengetahuan peserta dinilai dengan menggunakan pretes dan postes.

Dengan penyuluhan diberikan informasi tentang kesehatan lingkungan agar dapat menjaga lingkungan sekitarnya. Penyuluhan kesehatan merupakan bagian dari suatu pendidikan kesehatan kepada masyarakat dan kegiatan memberikan informasi secara jelas, mudah dimengerti serta dapat dilakukan berkelanjutan

Penyuluhan dilakukan dengan sistem daring. Peserta penyuluhan yang sudah terdaftar diberikan link zoom sehingga dapat mengikuti acara penyuluhan. Hanya peserta yang sudah daftar yang diijinkan untuk mengikuti kegiatan penyuluhan.

Sebelum mengikuti kegiatan bakti kesehatan ini, peserta harus melakukan pendaftaran dengan menggunakan formulir elektronik yang telah disediakan oleh panitia. Formulir pendaftaran tersebut kemudian disebarakan melalui flyer yang telah dibuat oleh panitia. Panitia membatasi kegiatan ini untuk 40 orang peserta saja. Kemudian flyer tersebut disebarakan 2 minggu sebelum kegiatan bakti kesehatan melalui perwakilan dari warga kelurahan Tomang.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan bakti kesehatan ini awalnya sudah terencana akan diselenggarakan pada tanggal 15 Maret 2020. Namun dikarenakan adanya instruksi untuk tidak mengadakan kegiatan yang menggumpulkan orang banyak akibat adanya pandemi penyakit Covid-19, maka kegiatan kemudian dihentikan sementara. Kemudian tim mengubah kegiatan bakti kesehatan ini dengan menggunakan sistem daring. Sebelum pelaksanaan, tim melakukan 2 kali rapat untuk persiapan kegiatan. Rapat pertama membicarakan mengenai bagaimana proses pelaksanaan bakti kesehatan secara daring ini. Bagaimana proses pendaftaran, pelaksanaan hingga penggantian biaya bagi peserta. Rapat berikutnya, tim memastikan persiapan terakhir, semua soal pretes postes sudah tersedia, menentukan moderator hingga proses alur kegiatan.

Peningkatan pengetahuan dari peserta mengenai etika batuk dinilai dengan menggunakan perbandingan antara nilai rata-rata pretes dan postes. Hasil pretes yang telah diberikan kepada peserta didapatkan bahwa nilai rata-rata sebesar 43.33. Sedangkan dari hasil postes didapatkan nilai rata-rata sebesar 72. Dengan demikian didapatkan adanya peningkatan pengetahuan dari nilai rata-

rata pretes ke nilai rata-rata postes sebesar 66.2%. Hal ini menunjukkan suatu peningkatan yang cukup baik dikarenakan dari pengetahuan yang kurang mengenai etika batuk, setelah penyuluhan peningkatan pengetahuan mengenai etika batuk menjadi baik.

Kesimpulan

Penyuluhan terkait informasi tentang etika batuk merupakan upaya untuk menambah pengetahuan dalam bidang kesehatan terutama sangat dibutuhkan pada masa pandemi ini. Didapatkan peningkatan pengetahuan sebesar 66.2% bagi peserta pada kegiatan bakti kesehatan ini. Hal ini menunjukkan suatu peningkatan yang cukup baik dikarenakan dari pengetahuan yang kurang mengenai etika batuk, setelah penyuluhan peningkatan pengetahuan mengenai etika batuk menjadi baik. Maka diharapkan dengan peningkatan pengetahuan ini, masyarakat dapat lebih waspada akan penyebaran penyakit terutama melalui saluran pernafasan, sehingga masyarakat terhindar dari penyakit dikemudian hari dan tercipta masyarakat dengan tingkat kesehatan yang baik.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat atas pendanaan dalam kegiatan ini. Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh peserta yang telah mengikuti kegiatan bakti kesehatan ini, sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik.

Daftar Pustaka

- Tamaweol, D., Ali, R.H., Simanjuntak, M.L. 2016. Gambaran Foto Toraks Pada Penderita Batuk Kronis di Bagian/SMF Radiologi FK Unsrat/RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. Jurnal e-Clinic (eCl).Vol. 4, No.1
<https://www.otsuka.co.id/id/health-info/detail/11/cough%20with%20etiquettes>
- Chung, K.F., Pavord, I.D. 2008. Prevalence, pathogenesis, and causes of chronic cough. Experimental Studies Airway Disease Section. 371: 1364 – 74.
- Pavord, I.D., Klan, F.C. 2008. Management of Chronic Cough. Vol. 371. pp.1375-1384.
- Rona, Z.P. 1997. Childhood Illness and the Allergy Connection: A Nutritional Approach to Overcoming and Preventing Childhood Illness.
- Song, W.J., Faruqi, S., Klaewsongkram, J., Lee, S.E., Chang, Y.S. 2015. Chronic Cough: an Asian Perspective. Part 1: Epidemiology. Asia Pacific allergy. Vol.5. pp.136-144
- Direktorat Pembinaan Anak Usia Dini. (2013). *NSPK (norma, standar, petunjuk, dan kriteria): Petunjuk teknis penyelenggaraan taman kanak-kanak*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Formal dan Non-Formal
- CDC. Respiratory Hygiene/Cough Etiquette in Healthcare Settings. 2009. Diunduh: <https://www.cdc.gov/flu/professionals/infectioncontrol/resphygiene.htm> diakses 30 Januari 2020
- Siegel JD, Rhinehard E, Jackson M, Chiarello WH, and the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee. 2007 Guideline for Isolation Precautions: Preventing Transmission of Infectious Agents in Healthcare Settings. 2007.
- Cochran-Smith, M.; Zeichner, K.M. 2010. *Studying Teacher Education: The Report of the AREA Panel Research and Teaching*. Routledge, New York
- European Centre for Disease Prevention and Control. Personal protective measures (non-pharmaceutical) for reducing the risk of acquiring or transmitting human influenza. ECDC; 2015
http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/seasonal_influenza/protective_measures/Pages/protective_measures.aspx