

**SOSIALISASI KEPADA MASYARAKAT DENGAN PENYAKIT TIDAK MENULAR  
(HIPERTENSI DAN DIABETES MELITUS) DALAM PENCEGAHAN COVID -19  
DI KELURAHAN MEDONO KOTA PEKALONGAN**

**Tri Anonim<sup>1</sup>, Suryo Pratikwo<sup>2</sup>, Rosmiati<sup>3</sup>, Sumarni<sup>4</sup>**  
<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Keperawatan Pekalongan, Poltekkes Kemenkes Semarang

Koresponden : [trinonim@gmail.com](mailto:trinonim@gmail.com)

**Abstrak**

Sejak dilaporkannya kasus pertama Covid-19 di Indonesia hingga saat ini, jumlah kasus positif Covid-19 selalu meningkat, termasuk jumlah yang meninggal. Persebarannya semakin meluas, sedangkan kesadaran masyarakat akan protokol kesehatan masih kurang. Kondisi ini menyebabkan dilakukannya berbagai upaya penanggulangan dari pemerintah berbagai negara, termasuk Indonesia. Namun demikian upaya yang dilakukan tidak dapat memberikan hasil yang efektif jika tidak didukung oleh masyarakat. Pasien Covid-19 dapat memiliki gejala yang parah dan memberatkan jika disertai dengan penyakit penyerta. Terdapat beberapa penyakit penyerta yang bisa menyebabkan kematian pada pasien Covid-19. Beberapa penyakit penyerta yang dapat memperparah hingga menyebabkan kematian pada pasien Covid-19: hipertensi, diabetes, penyakit paru-paru, penyakit jantung, Tujuan: meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan penularan Covid-19 dan meningkatkan keterampilan dalam penerapan protokol kesehatan. Metode: memberikan edukasi, informasi, demonstrasi, Hasil kegiatan: meningkatnya pengetahuan dan keterampilan sasaran. Kesimpulan: meningkatnya pengetahuan sasaran dibuktikan, nilai rerata pre-tes para peserta 72,08 (cukup baik) menjadi 81,4 (baik) pada nilai rerata post-test, dan meningkatnya keterampilan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat khususnya protokol kesehatan. Saran: untuk mencegah penularan Covid-19, masyarakat dengan hipertensi dan diabetes mellitus diharapkan disiplin menerapkan protokol kesehatan, mengkonsumsi makanan bergizi seimbang dan mengandung anti oksidan tinggi, berhenti merokok serta menunda bepergian ke daerah yang memiliki angka kasus tinggi Covid-19.

**Kata kunci:** Hipertensi, Diabetes Melitus, Covid -!9

**SOCIALIZATION TO COMMUNITIES WITH NON- INFECTIOUS DISEASES  
(HYPERTENSION AND DIABETES MELLITUS) IN COVID-19 PREVENTION  
IN WARD MEDONO, PEKALONGAN CITY**

**Tri Anonim<sup>1</sup>, Suryo Pratikwo<sup>2</sup>Rosmiati<sup>3</sup>, Sumarni<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Pekalongan Nursing Study, Semarang Health Polytechnic Of Ministry Of Health

Correspondent : trinonim@gmail.com

**Abstract**

Since the Covid-19 case was first reported in Indonesia to date, the number of positive cases has always increased, including the number of deaths. The transmission is increasingly widespread, while public awareness of health protocols is still lacking. This condition has led to various countermeasures by the governments of various countries, including Indonesia. However, the efforts made will not be effective if it is not supported by the wider community. Covid-19 patients can experience severe and aggravating symptoms if accompanied by co-morbidities. Some comorbidities that can worsen to cause death in Covid-19 patients: hypertension, diabetes, lung disease, heart disease. Objective: increase participants' knowledge about preventing the transmission of Covid-19 and improve skills in implementing health protocols. Methods: provide education, information, demonstration. Result: increased target knowledge and skills. Conclusion: the increase in target knowledge is evidenced by the average pre-test score of participants from 72.08 (good enough) to 81.4 (good) in the post-test, and increased skills in implementing clean and healthy living behaviors, especially health. protocol. Suggestion: To prevent the transmission of Covid-19, patients with hypertension and diabetes mellitus are expected to be disciplined in implementing health protocols, consuming balanced nutritious foods containing high anti-oxidants, stopping smoking, and delaying traveling to areas with high numbers. coronavirus case

Keywords: Hypertension, Diabetes Mellitus, Covid-19

## PENDAHULUAN

*Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Sars-CoV-2. Virus corona adalah zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia). Penelitian menyebutkan bahwa SARS ditransmisikan dari kucing luwak (*civet cats*) ke manusia dan MERS dari unta ke manusia. Adapun, hewan yang menjadi sumber penularan COVID-19 ini sampai saat ini masih belum diketahui.

Penyebaran virus corona tengah menjadi ancaman serius dunia. Sejak adanya kasus positif covid -19, di Indonesia sampai saat ini, update jumlah kasus positif virus corona selalu meningkat, termasuk jumlah kasus positif covid yang meninggal , maupun yang sembuh. Persebarannya pada kota maupun kabupaten juga makin meluas di setiap propinsi. Penyebaran Covid 19 yang sangat cepat dan mudah menjadi kekhawatiran yang sangat besar bagi negara. Karena menimbulkan akibat yang sangat fatal hingga kematian dalam jumlah yang sangat tinggi.

Berdasarkan informasi dari WHO dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, gejala berat dan komplikasi serius akibat COVID-19 lebih sering dialami oleh orang lanjut usia dan orang dengan kondisi medis tertentu, misalnya orang yang menderita penyakit tidak menular (PTM) kronis.

Berdasarkan data Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, lima (5) jenis penyakit tidak menular yang paling banyak ditemukan di Indonesia pada saat dilakukan riset tersebut adalah: hipertensi, diabetes melitus, stroke, penyakit sendi, gagal ginjal kronis. Asma dan Kanker ([Kompas.com](#))

Penyakit tidak menular sebagian besar bersifat kronis, artinya terjadi secara perlahan dan dapat menetap dalam jangka waktu yang lama. Tidak hanya berlangsung lama, penyakit kronis juga menyebabkan kondisi kesehatan penderitanya menurun secara bertahap sehingga rentan terinfeksi penyakit, termasuk virus corona. Hal ini karena penyakit kronis menyebabkan system kekebalan tubuh penderitanya melemah dan lebih sulit melawan infeksi. Akibatnya tubuh penderita penyakit kronis akan lebih mudah terserang penyakit, termasuk virus corona Covid - 19

Pasien positif terinfeksi virus corona (Covid-19) dapat memiliki gejala yang parah dan memberatkan jika mempunyai komorbid atau penyakit penyerta ([CNNIndonesia.com](#)). Terdapat beberapa penyakit penyerta yang bisa menyebabkan kematian pada pasien Covid-19. Berikut 5 (lima) penyakit penyerta yang dapat memperparah hingga menyebabkan

kematian pada pasien Covid-19, yaitu : hipertensi, diabetes, penyakit paru-paru, penyakit jantung, demam berdarah dengue (DBD). Hipertensi, diabetes, penyakit paru-paru, penyakit jantung merupakan penyakit tidak menular.

## TINJAUAN PUSTAKA

### A. Penyakit tidak menular

#### 1. Pengertian

Penyakit tidak menular adalah jenis penyakit yang tidak dapat ditularkan dari orang ke orang

lain melalui bentuk kontak apa pun. Meski demikian, beberapa macam penyakit tidak menular tersebut memiliki angka kematian yang cukup tinggi

## 2. Penyakit Tidak Menular Yang Rentan Terkena COVID-19

Daya tahan tubuh yang lemah dapat membuat seseorang mudah terpapar virus SARS-CoV-2 penyebab Covid-19 oleh sebab itu, angka kasus positif Covid-19 pada penderita Penyakit Tidak Menular (PTM) cenderung lebih tinggi. Mereka juga lebih berisiko mengalami gejala berat virus baru tersebut. (Siska Permata Sari, 2020).

Menurut data dari PHEOC Kementerian Kesehatan, PTM tersebut meliputi hipertensi, diabetes, penyakit jantung, gagal ginjal, stroke, kanker, penyakit paru kronik, dan sebagainya. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)

## 3. Pengertian

Coronavirus Disease 2019 (**Covid-19**) adalah penyakit yang disebabkan oleh Coronavirus jenis baru bernama **Sars-CoV-2**. (Kemenkes RI. 2020)

## 4. Gejala Klinis

Demam > 38,0 C, Batuk, pilek, letih, lesu, sakit tenggorokan, gangguan (sesak) Pernapasan

## 5. Cara Penularan

- a. Droplet atau tetesan cairan yang berasal dari batuk/bersin
- b. Kontak pribadi seperti menyentuh dan berjabat tangan
- c. Menyentuh benda atau permukaan yang terkontaminasi virus kemudian menyentuh

mulut, hidung atau mata sebelum mencuci tangan

## 6. Cara Pencegahan pada level individu

- a. Kebersihan Personal Dan Rumah
  - 1). Lebih sering mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir (CTPS) atau gunakan *hand sanitizer*
  - 2). Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut dengan tangan yang belum dicuci
  - 3). Hindari interaksi fisik dekat dengan orang yang memiliki gejala sakit.
  - 4). Menerapkan etika batuk dan bersin
  - 5). Memakai masker
  - 6). Tetap di rumah dan menjaga jarak sosial/fisik (*social/ physical distancing*)
  - 7). Tidak berjabat tangan
  - 8). Segera mengganti baju/mandi sesampai di rumah setelah bepergian
  - 9). Bersihkan dan berikan disinfektan secara berkala pada benda yang sering disentuh
- b. Peningkatan Imunitas Diri
  - 1). Konsumsi gizi
  - 2). Berjemur di pagi hari selama 15 menit
  - 3). Istirahat cukup

- 4). Tidak merokok
- 5). Suplemen vitamin (jika diperlukan)
- 6). Kendalikan penyakit penyerta seperti diabetes melitus, hipertensi, asma
- 7). Tetap tenang menyikapi informasi dan situasi

## **METODE PENGABMAS**

### **Sasaran**

Masyarakat dengan penyakit tidak menular khususnya hipertensi dan diabetes melitus serta kader posbindu di wilayah kelurahan Medono, Kecamatan Pekalongan Barat, Kota Pekalongan sebanyak 25 orang

### **Metode Pelaksanaan**

1. Sebelum kegiatan sosialisasi dilaksanakan, dilakukan pembagian masker dan hand sanitizer
2. Melakukan Pre tes sebelum kegiatan sosialisai atau pemaparan materi
3. Pemaparan materi oleh nara sumber, ( Ceramah, tanya jawab/ diskusi)
4. Demonstrasi dan redemonstrasi cara cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir yang benar melalui pemutaran video dan praktek langsung
5. Demontrasi cara pakai masker yang benar oleh nara sumber dan redemonstrasi oleh beberapa peserta secara acak
6. Demonstrasi dan Redemonstrasi etika batuk dan bersin yang benar
7. Evaluasi : pos tes

### **Keterkaitan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan kepada beberapa pihak terkait antara lain: Dokter Puskesmas Sebagai nara sumber penyampaian informasi/materi kepada

para peserta, Kader Posbindu sebagai sumber informasi dalam mendapatkan data masyarakat dengan penyakit tidak menular khususnya hipertensi dan diabetes mellitus, Masyarakat dengan penyakit tidak menular (Hipertensi dan DM) Sebagai peserta / sasaran kegiatan pengabmas, Tokoh masyarakat/ kepala kelurahan, pemberi izin terselenggaranya kegiatan di Wilayah Kelurahan Medono Kota Pekalongan

### **Evaluasi**

Rancangan evaluasi meliputi:

1. Evaluasi pengetahuan meliputi pre tes dan pos tes terhadap para peserta oleh team pelaksana pengabdi
2. Parameter keberhasilan pengetahuan dikatakan kurang, bilamana nilai rata-rata < 60, cukup, bilamana nilai antara 60-70, baik bila mana 76-85 dan sangat baik bila lebih dari 85
3. Evaluasi ketrampilan prosedur cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir yang benar pada beberapa peserta pelatihan sebagai sampel oleh team pelaksana pengabdi
4. Evaluasi ketrampilan prosedur pakai masker yang benar pada beberapa peserta pelatihan sebagai sampel oleh team pelaksana

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

1. Meningkatnya pengetahuan peserta/ sasaran tentang pencegahan penularan covid -19 melalui pemberian edukasi dan informasi. Hal ini dibuktikan dari nilai pre tes rata-rata para peserta 72,08 (cukup baik) menjadi 81,4 (

baik) pada nilai post test Pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu pada hal-hal tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, dan raba. (Notoatmodjo, 2018). Tingkat pengetahuan berpengaruh terhadap sikap perilaku

2. Terbentuknya perubahan perilaku dan berperan aktif pada sasaran dalam upaya pencegahan penularan covid 19. Sebelum seseorang mengadopsi perilaku (berperilaku baru), ia harus tahu terlebih dahulu apa arti atau manfaat perilaku tersebut bagi dirinya atau keluarganya. Perilaku adalah bentuk respon atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dari luar organisme (orang) namun dalam memberikan respon sangat tergantung pada karakteristik ataupun faktor-faktor lain dari orang yang bersangkutan (Azwar, 2016).
3. Meningkatnya ketrampilan sasaran dalam menerapkan protokol kesehatan dalam upaya pencegahan penularan covid -19, seperti: cara mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir yang benar, cara memakai masker yang benar, etika batuk dan bersin yang benar serta cara jaga jarak yang benar. Dengan kemampuan menerapkan protokol kesehatan secara benar dan menjadi bagian perilaku kebiasaan hidup bersih dan sehat, dapat memutus mata rantai penyebaran covid-19

Gambar 1.  
Penandatanganan Daftar Hadir Oleh Peserta



Gambar 2  
Sambutan Kepala Kelurahan



Gambar 3.  
Sosialisasi Oleh Nara Sumber



Gambar 4.  
Demonstrasi Cuci tangan



## KESIMPULAN

1. Meningkatnya pengetahuan

peserta/ sasaran tentang pencegahan penularan covid -19 melalui pemberian edukasi dan informasi. Hal ini dibuktikan dari nilai pre tes rata-rata para peserta semula 72,08 (cukup baik) menjadi 81,4 ( baik) pada nilai post test

2. Terbentuknya perubahan perilaku dan berperan aktif pada sasaran dalam upaya pencegahan penularan covid - 19
3. Meningkatnya ketrampilan sasaran menerapkan protokol kesehatan dalam upaya pencegahan penularan covid -19 ( cara mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir yang benar, cara memakai masker yang benar, ,dan etika batuk dan bersin yang benar serta cara jaga jarak yang benar)

## SARAN

Masyarakat penderita DM atau hipertensi sebaiknya selalu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan menerapkan protokol kesehatan pencegahan COVID-19 agar tidak terinfeksi COVID-19 dan batasi konsumsi gula, garam, dan lemak, mengingat risiko yang ditimbulkan pada penderitanya tersebut berupa gejala berat dan komplikasi serius apabila terinfeksi COVID-19

Sebaiknya relawan penanganan Covid-19, tokoh-tokoh masyarakat dan satuan tugas Covid-19 termasuk kader posbindu gencar mengedukasi masyarakat terkait istilah era new normal, mengingat persepsi masyarakat yang salah dalam memaknai istilah tersebut, menganggapnya bahwa era sudah kembali normal sehingga tidak perlu menerapkan

protokol kesehatan pencegahan covid-19

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih pengabdian kepada semua pihak terkait yaitu Poltekkes Kemenkes Semarang Prodi D III Keperawatan Pekalongan, kepala Kelurahan Medono, Kepala Puskesmas Medono serta peserta dari warga Kelurahan Medono yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Kelurahan Medono Kota Pekalongan sehingga kegiatan tersebut dapat terlaksana dan berjalan dengan lancar. .

## DAFTAR PUSTAKA

Azwar, Saifuddin. 2016. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Irawan Sapto Adhi. 2020. *5 Penyakit Tidak Menular yang Paling Banyak Diderita Orang Indonesia*", <https://health.kompas.com/read/2020/02/13/103000768/5-penyakit-tidak-menular-yang-paling-banyak-diderita-orang-indonesia?page=all>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Pedoman Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Covid-19 Di RT/RW//Desa, Disektorat jenderal kesehatan masyarakat Disektora Promosi Kesehatan Dan pemberdayaan masyarakat. Direktorat Jenderal

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Pedoman pencegahan dan pengendalian

Corona Virus disease ( Covid 19).  
Direktorat Jenderal pencegahan dan  
pengendalian penyakit

Notoatmodjo, S. 2018, Metodologi Penelitian  
Kesehatan, Jakarta: Rineke Cipta

Tim, CNN Indonesia. 2020., *5 Penyakit  
Penyerta Penyebab Kematian Pasien  
Covid-19*,  
[,https://www.cnnindonesia.com/gaya-  
hidup/20200415143127-255-493794/5-  
penyakit-penyerta-penyebab-kematian-  
pasien-covid-19](https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20200415143127-255-493794/5-penyakit-penyerta-penyebab-kematian-pasien-covid-19). diakses 20 Mei 2020



