

SOSIALISASI PENCEGAHAN COVID-19 DENGAN GERAKAN 5 M DI FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS GRAHA NUSANTARA PADANGSIDIMPUAN

Rizky Febriani Pohan¹, Muhammad Rahman Rambe²

Jurusan Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Graha Nusantara, Padangsidempuan, Indonesia

*Penulis Korespondensi: rizkypohan17@gmail.com

Abstrak

Sosialisasi ini diperuntukkan bagi mahasiswa dan dosen di lingkungan Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara. Tujuannya adalah mengajak mahasiswa dan dosen di lingkungan Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara untuk menerapkan protokol kesehatan melalui pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M. Melalui sosialisasi ini, diharapkan mahasiswa dan dosen dapat menerapkan gerakan 5 M baik pada saat pembelajaran tatap muka maupun di lingkungan masyarakat. Sosialisasi ini dilakukan dengan seminar yang diselenggarakan pada hari Sabtu tanggal 14 November 2020 di Ruang Kuliah Teknik Sipil (RKTS) D Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara Padangsidempuan. Seminar dilaksanakan dengan tatap muka dan setiap peserta wajib menggunakan masker dan mencuci tangan menggunakan hand sanitizer. Setelah pelaksanaan sosialisasi, mahasiswa dan dosen mulai memahami arti penting pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M dan mulai menerapkan protokol kesehatan melalui pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M, khususnya pada saat pembelajaran tatap muka. Penelitian ini diharapkan dapat berimplikasi pada 1) pembiasaan menerapkan protokol kesehatan melalui pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M. 2) memberikan semangat kepada mahasiswa dan dosen agar tetap belajar dan berkarya selama pandemi Covid-19. 3) mendukung kebijakan publikasi di kampus dengan kolaborasi bersama antara dosen dan mahasiswa.

Kata kunci: Covid-19, gerakan 5 M, protokol kesehatan, tatap muka, pandemi

Abstract

This socialization is intended for students and lecturers in the Faculty of Engineering, Graha Nusantara University. The aim is to invite students and lecturers in the Faculty of Engineering, Graha Nusantara University to implement health protocols through the prevention of Covid-19 with the 5M movement. Through this socialization, it is hoped that students and lecturers can apply the 5M movement both during face-to-face learning and in the community. This socialization was carried out with a seminar held on Saturday, November 14, 2020 in the Civil Engineering Lecture Room (RKTS) D, Faculty of Engineering, University of Graha Nusantara Padangsidempuan. The seminar was held face-to-face and each participant was required to wear a mask and wash their hands using a hand sanitizer. After the socialization, students and lecturers began to understand the importance of preventing Covid-19 and began to implement health protocols through the prevention of Covid-19 with the 5M movement, especially during face-to-face learning. This research is expected to have implications for 1) getting used to implementing health protocols through the prevention of Covid-19 with the 5M movement. 2) encourage students and lecturers to keep learning and working during the Covid-19 pandemic. 3) support the publication policy on campus with joint collaboration between lecturers and students.

Keywords : Covid-19, 5M movements, health protocol, face to face, pandemic

A. PENDAHULUAN

Covid-19 merupakan penyakit baru yang sebelumnya tidak diketahui dan akhirnya muncul di Wuhan, China pada Desember 2019 (Aditia, 2021). Wabah ini telah ditetapkan sebagai darurat kesehatan global. Virus ini sempat membuat semua kegiatan sehari-hari terhambat (Putri, 2020). Penularan dari orang ke orang diperkirakan terjadi melalui droplet ketika orang yang terinfeksi batuk atau bersin, mirip dengan bagaimana *influenza* dan *patogen* pernafasan lainnya yang dapat terhirup ke dalam paru-paru (Redaksi Halodoc, 2021).

Penularan Covid-19 dapat juga terjadi dengan menyentuh permukaan atau objek yang memiliki virus di atasnya dan kemudian orang tersebut menyentuh mulut, hidung, atau mungkin mata mereka sendiri (Jaya, 2020). Gejala-gejala umum yang terjadi pada penderita Covid-19, antara lain: demam, batuk, bersin, dan sesak nafas. Gejala lain yang ditemukan adalah batuk produktif, sesak nafas, sakit tenggorokan, nyeri kepala, *mialgia/artralgia*, menggigil, mual/muntah, *kongesti nasal*, *diare*, nyeri *abdomen*, *hemoptisis*, dan *kongesti konjungtiva*. Lebih dari 40% demam pada penderita Covid-19 memiliki suhu puncak antara 38,1-39°C (Seran dan Herak, 2021).

Penyebab Covid-19 ditemukan tidak hanya berdampak pada kesehatan sekaligus faktor ekonomi secara global. Namun juga berdampak pada berbagai sektor lainnya, terutama di bidang pendidikan. Oleh karena itu, perlu dilakukan langkah yang bersifat antisipatif dan preventif karena banyaknya peristiwa penting dalam pendidikan nasional yang mengharuskan untuk mengadakan pembelajaran tatap muka (Amalia dan Sa'adah, 2020). Berbagai negara melakukan

kebijakan *lockdown* (karantina) untuk membatasi penyebaran virus ini secara total. Namun, mengubah perilaku sosial masyarakat bukanlah pekerjaan mudah. Kebijakan *lockdown* kemudian dimodifikasi sedemikian rupa agar dapat diterapkan untuk meminimalisir penyebaran Covid-19 (Muhyiddin, 2020).

Salah satu bentuk pencegahan yang dapat diterapkan untuk meminimalisir penyebaran Covid-19 adalah dengan menerapkan gerakan 5 M, yaitu menjaga jarak, memakai masker, mencuci tangan dengan sabun atau *hand sanitizer*, mengurangi mobilitas serta menghindari kerumunan (Pittara, 2022). Namun masih banyak mahasiswa dan dosen di Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara yang belum dan masih ragu dalam menjalankan protokol kesehatan guna pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M.

Menurut Alwendi (2022) Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pemanfaatan teknologi informasi pada usaha makro kecil dan menengah, Untuk kepentingan tersebut dilakukan survai pada pelaku usaha UMKM di Tabagsel. Keberhasilan penerapan gerakan 5 M yang dilakukan untuk pencegahan Covid-19 didukung oleh hasil penelitian Siahaan (2020), yang menunjukkan bahwa mahasiswa dan dosen menjadi lebih kreatif beraktivitas karena adanya tuntutan untuk meningkatkan kesadaran dalam berperilaku hidup sehat. Dengan demikian, mahasiswa dan dosen diharapkan dapat menerapkan gerakan 5 M guna mencegah penyebaran Covid-19.

Penelitian Kartini dkk. (2021) juga menunjukkan bahwa pandemi Covid-19 memberi tantangan terhadap mahasiswa dan dosen untuk lebih terampil dan mampu beradaptasi dalam menjalankan pembelajaran

DOI: <https://doi.org/10.1234/jurnal%20nauli.v1i3.902>

di masa pandemi Covid-19 melalui penerapan TIK sehingga gerakan 5 M mampu mencegah penularan virus Covid-19 dengan efektif dan efisien.

Oleh karena itu, perlu diadakan sosialisasi tentang pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M di Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara Padangsidempuan. Tujuan diadakannya sosialisasi ini adalah mengajak mahasiswa dan dosen di lingkungan Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara untuk menerapkan protokol kesehatan melalui pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M. Melalui sosialisasi ini, diharapkan mahasiswa dan dosen dapat menerapkan gerakan 5 M baik pada saat pembelajaran

tatap muka maupun di lingkungan masyarakat. Sehingga mereka menjadi lebih siap dalam menghadapi tantangan pada pembelajaran di era pandemi Covid-19.

B. METODE

Sosialisasi ini dilakukan dengan seminar yang diselenggarakan pada hari Sabtu tanggal 14 November 2020 di Ruang Kuliah Teknik Sipil (RKTS) D Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara Padangsidempuan. Seminar dilaksanakan dengan tatap muka dan setiap peserta wajib menggunakan masker dan mencuci tangan menggunakan *hand sanitizer*. Adapun jadwal kegiatan dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Jadwal Kegiatan Sosialisasi Covid-19

Hari/Tanggal	No.	Agenda	Waktu (WIB)
Sabtu/14 November 2020	1	Registrasi	07.30-08.00
	2	Check in peserta	08.00-08.30
	3	Pembukaan	08.30-09.00
	4	Pembacaan ayat suci Al-qur'an	09.00-09.10
	5	Menyanyikan Lagu Indonesia Raya	09.10-09.20
	6	Mars UGN	09.20-09.30
	7	Kata Sambutan Dekan FT UGN	09.30-10.00
	8	Kata Sambutan Ketua Panitia beserta laporan	10.00-10.20
	9	Do'a	10.20-10.40
	10	Penyampaian Materi I: Bahaya Covid-19 Terhadap Masyarakat	10.40-11.10
	11	Sesi Tanya Jawab	11.10-11.20
	12	Istirahat	11.20-11.30
	13	Penyampaian Materi II: Tantangan Pembelajaran di Era Pandemi Covid-19	11.30-12.00
	14	Sesi Tanya Jawab	12.00-12.10
	15	ISHOMA	12.10-13.00
	16	Penyampaian Materi III: Usaha-Usaha Pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M	13.00-13.30

DOI: <https://doi.org/10.1234/jurnal%20nauli.v1i3.902>

		Melalui Gerakan 5M	
	17	Sesi Tanya Jawab	13.30-13.40
	18	Penutup	13.40-14.00

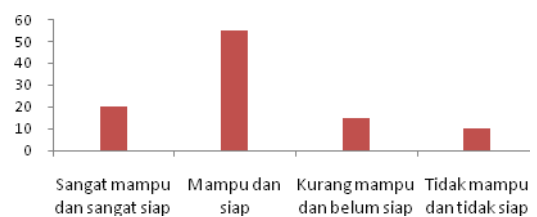
Setelah sosialisasi dilaksanakan, maka diadakan monitoring langsung ke Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara Padangsidimpuan selama 2 bulan untuk memastikan luaran (*output*) dari kegiatan ini dilaksanakan dengan sebaik-baiknya.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dijelaskan bahwa peserta sosialisasi sangat antusias dan senang dalam mengikuti acara ini. Hal ini dapat dilihat dari tingkat kehadiran peserta dari awal sampai akhir acara 100% (terpenuhi dengan baik). Pada saat penyampaian materi yang dilakukan oleh para narasumber, para peserta sosialisasi menyimak dan mendengarkan pemaparan dengan serius. Selain itu juga, pada saat sesi tanya jawa, para peserta antusias dalam bertanya mengenai permasalahan yang tidak dimengerti.

Hasil pengisian awal angket mengenai pemahaman tentang pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M dan kesiapan dalam menjalani perkuliahan di masa pandemi menunjukkan bahwa 20% peserta sosialisasi sangat mampu memahami pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M dan sangat siap untuk melaksanakan perkuliahan di masa pandemi, 55% peserta sosialisasi mampu memahami pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M dan siap untuk melaksanakan perkuliahan di masa pandemi, 15% peserta kurang memahami pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M dan belum siap melaksanakan perkuliahan di

masa pandemi, sedangkan 10% peserta lagi tidak memahami pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M dan tidak siap menjalani perkuliahan di masa pandemi Covid-19. Hasil pengisian angket tersebut dapat dilihat pada Gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Hasil Pengisian Angket

Hasil yang diharapkan dari kegiatan sosialisasi ini adalah timbulnya kesadaran mahasiswa dan dosen di Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara Padangsidimpuan akan bahaya Covid-19 bagi keselamatan jiwa manusia dan tindakan nyata dari mereka dalam berperilaku sehat yakni adanya upaya untuk pencegahan penyebaran Covid-19 dengan cara menyiapkan air kran dan sabun atau *hand sanitizer* untuk selalu mencuci tangan, bila keluar rumah selalu memakai masker dan senantiasa menjaga jarak. Setelah pelaksanaan sosialisasi, mahasiswa dan dosen mulai memahami arti penting pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M dan mulai menerapkan protokol kesehatan melalui pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M, khususnya pada saat pembelajaran tatap muka.

Berdasarkan monitoring yang dilakukan setelah selesainya kegiatan ini, diperoleh hasil sebagai berikut :

DOI: <https://doi.org/10.1234/jurnal%20nauli.v1i3.902>

1. Adanya dukungan dari pihak Rektorat (Universitas) maupun Dekanat (Fakultas) untuk mengingatkan seluruh civitas akademika khususnya Fakultas Teknik agar selalu menyiapkan fasilitas pencegah Covid-19.
2. Pada mulanya belum semua mahasiswa dan dosen di Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara menyiapkan fasilitas pencegah Covid-19 dan memanfaatkannya secara benar. Tetapi secara perlahan, mereka mulai menunjukkan keseriusan untuk beradaptasi segera dengan perilaku hidup dalam pandemi Covid-19.
3. Pada akhir masa monitoring, hampir seluruh mahasiswa dan dosen di Fakultas Teknik Universitas Graha Nusantara memiliki kesadaran dan berusaha semampu mungkin untuk menerapkan gerakan 5 M dalam pencegahan Covid-19.

Pada saat ini, perkuliahan sudah dilakukan dengan tatap muka dan menerapkan protokol kesehatan melalui gerakan 5 M. Kegiatan ini hendaknya tidak berhenti atau selesai begitu saja. Tetapi, tetap diterapkan pada saat menjalani aktivitas kampus lainnya. Melalui kegiatan sosialisasi yang sudah dilaksanakan, pembiasaan penerapan protokol kesehatan terlaksana dengan baik dan sesuai dengan yang diharapkan. Dengan demikian, para civitas akademika siap menjalani tantangan di dunia pendidikan pada era *New Normal*.

D. KESIMPULAN

Penelitian ini diharapkan dapat berimplikasi pada 1) pembiasaan menerapkan protokol kesehatan melalui

pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M. 2) memberikan semangat kepada mahasiswa dan dosen agar tetap belajar dan berkarya selama pandemi Covid-19. 3) mendukung kebijakan publikasi di kampus dengan kolaborasi bersama antara dosen dan mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Dekan Fakultas Teknik UGN Padangsidempuan beserta jajarannya, Bapak KTU Fakultas Teknik yang banyak membantu dalam urusan administrasi, serta mahasiswa dan dosen Fakultas Teknik yang ikut berpartisipasi pada acara sosialisasi ini. Tidak lupa juga, rasa terima kasih diucapkan kepada para panitia yang telah bersusah payah mempersiapkan acara ini. Serta tidak lupa para narasumber yang telah membagi ilmunya sehingga para peserta memahami konsep pencegahan Covid-19 dengan gerakan 5 M.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditia, A. (2021). Covid-19: Epidemiologi, Virologi, Penularan, Gejala Klinis, Diagnosa, Tatalaksana, Faktor Risiko dan Pencegahan. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(4), Agustus 2021, 653-660.
- Amalia, A. & Sa'adah, N. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kegiatan Belajar Mengajar Di Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 13(2), Desember 2020, 214-225.
- Alwendi, 2022. " Optimalisasi Internet of Things untuk Meningkatkan Produksi pada Sektor Usaha Kecil dan Menengah di Masa Pandemi

DOI: <https://doi.org/10.1234/jurnal%20nauli.v1i3.902>

- Covid-19", Jurnal Informatika dan Rekayasa Perangkat Lunak (JINRPL), Vol. 3, No. 1, Maret 2021, Hal. 16-22.
- Jaya, S.I. (2020). Mengenal Covid-19. Diakses pada 02 Mei 2020, dari <https://vivahealth.co.id/article/detail/13439/mengenal-covid-19>.
- Kartini, E., Mimbar, L. & Izrawati. (2021). Tantangan Dalam Pembelajaran Perguruan Tinggi dan Implementasi Merdeka Belajar di Masa Pandemi Covid-19. *Journal Ilmiah Rinjani (JIR)*, 9(2), 43-50.
- Muhyiddin. (2020). Covid-19, *New Normal* dan Perencanaan Pembangunan di Indonesia. *The Indonesian Journal of Development Planning*, 4(2), Juni 2020, 240-252.
- Pittara. (2022). Virus Corona. Diakses pada 12 Januari 2022, dari <https://www.alodokter.com/virus-corona>.
- Putri, R.N. (2020). Indonesia Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi (JIUBJ)*, 20(2), Juli 2020, 705-709.
- Redaksi halodoc. (2021). Inilah Cara Pencegahan Covid-19. Diakses pada 02 Maret 2021, dari <https://www.halodoc.com/artikel/inilah-cara-pencegahan-covid-19>
- Seran, L. & Herak, R. (2021). Sosialisasi Covid-19: Bahaya dan Pencegahannya Terhadap Masyarakat Nasipanaf Kota Kupang. *Bernas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), Januari 2021, 256-262.
- Siahaan, M. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan. *Jurnal Kajian Ilmiah (JKI)*, 1, Juli 2020, 1-3.