

## EDUKASI SOSIAL DISTANCING PADA LANSIA DIDESA LENGKONG LANGSA BARO KOTA LANGSA

Meliani Sukmadewi Harahap<sup>1</sup>, Kasad<sup>2</sup>, Lina<sup>3</sup>, Nora Hayani<sup>4</sup>, Henniwati<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Keperawatan Langsa, Poltekkes Kemenkes Aceh

<sup>5</sup> Program Studi Kebidanan Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh

email: melianisukmadewi@gmail.com

### Abstrak

Banyak korban jiwa membuat setiap negara menerapkan kebijakan social distance, termasuk di Indonesia. Hal ini ditandai dengan menetapkan wabah Covid-19 sebagai bencana nasional. Pemerintah telah mengesahkan kebijakan Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2020 tentang Gugus Tugas Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19). Merujuk pada aturan tersebut maka setiap kabupaten/kota di Indonesia termasuk Kota Langsa telah menetapkan gugus percepatan penanganan Covid-19 yang telah dikenal sebagai Virus Corona menjadi perhatian negara didunia. Orientasi penyebarannya yang sifatnya cepat dan telah menimbulkan-19 yaitu dengan disahkannya Keputusan Wali kota LangsaNo278/440/2020 tentang Gugus Tugas Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 di Kota Langsa. Berbagai himbauan telah ditetapkan meruju kepada kebijakan nasional terkait penanggulangan covid-19, salah satunya yang telah diterapkan di Kota Langsa adalah social distancing, terakhir disahkan berdasarkan Surat Edaran Walikota Langsa Nomor: 443.1/1066/2020 tentang Pencegahan Penyebaran Wabah CoronaVirus Disease (Covid-19) di Kota Langsa, diketahui lebih banyak menyerang orang-orang dengan usia tua Lansia adalah kelompok yang lebih rentan terinfeksi COVID-19, yang artinya lebih penting lagi bagi lansia untuk melakukan *social distancing*. Lansia bisa jadi menghadapi banyak persoalan kesehatan. Melalui kegiatan tatap muka berupa Edukasi pemaparan materi tentang manfaat dan tata cara pelaksanaan *Sosial Distancing* bagi Lansia saat berada dirumah, diluar rumah, di tempat Ibadah (Mesjid) dan kendaraan umum. Upaya Penanganan Corona Virus Covid -19 dapat terlaksana dengan adanya pengetahuan dan pemahaman Lansia terhadap cara pencegahan penyebaran wabah Corona Virus Desases di Kota Langsa,. Perlu dilakukan Eduasi secara continue sehingga masyarakat dapat membiasakan diri dan menjadikan *sosial Distancing* suatu kebiasaan dalam kegiatan sehari-hari baik saat berada di dalam rumah maupun di luar rumah..

**Kata Kunci:** Sosial Distancing, Lansia, Pencegahan Covid-19

### Abstract

The large number of fatalities has forced every country to implement a social distance policy, including Indonesia. This was marked by declaring the Covid-19 outbreak a national disaster. The government has ratified the policy of Presidential Decree of the Republic of Indonesia Number 7 of 2020 concerning the Task Force for the Acceleration of Handling Corona Virus Disease 2019 (COVID-19). Referring to these regulations, every district/city in Indonesia, including Langsa City, has established an acceleration group for handling Covid-19, which has become known as the Corona Virus, which is of concern to countries around the world. The orientation of its spread is fast and has caused 19, namely with the ratification of Langsa Mayor Decree No. 278/440/2020 concerning the Task Force for the Acceleration of Handling Corona Virus Disease 2019 in Langsa City. Various appeals have been made referring to national policies regarding the handling of Covid-19, one of which has been implemented in Langsa City is social distancing, most recently approved based on the Circular Letter of the Mayor of Langsa Number: 443.1/1066/2020 concerning Prevention of the Spread of the Corona Virus Disease (Covid-19) Outbreak ) in Langsa City, it is known that it attacks older people more. The elderly are a group that is more vulnerable to being infected with COVID-19, which means it is even more important for the elderly to practice social distancing. Elderly people can face many health problems. Through face-to-face activities in the form of educational material presenting the benefits and procedures for implementing Social Distancing for the Elderly when at home, outside the home, in places of worship (mosques) and public transportation. Efforts to handle the Covid-19 Corona Virus can be carried out with the knowledge and understanding of the elderly regarding how to prevent the spread of the Corona Virus Desases outbreak in Langsa City. Education needs to be carried out continuously so that people can get used to it and make social distancing a habit in their daily activities both at home and outside the home.

**Keywords:** Social Distancing, Elderly, Prevention of Covid-19

## PENDAHULUAN

Corona virus Disease 2019 (COVID-19) telah dinyatakan oleh WHO sebagai pandemic dan Indonesia telah menyatakan COVID-19 sebagai bencana non alam berupa wabah penyakit yang wajib dilakukan upaya penanggulangan sehingga tidak terjadi peningkatan kasus. Dalam upaya penanggulangan COVID-19, diperlukan panduan bagi masyarakat dalam melakukan upaya pencegahan penyebaran COVID-19 baik untuk diri sendiri maupun kemungkinan penularan kepada orang-orang di sekitar termasuk keluarga.

Virus corona yang sejatinya dikenal dengan istilah COVID-19 telah mewabah seluruh negara sebagai bentuk penyakit menular yang berbahaya. Pandemi virus corona menyebabkan banyak korban jiwa dari berbagai negara sehingga beberapa negara menerapkan kebijakan status bencana dengan berbagai macam model, tidak terkecuali dengan Indonesia. Indonesia masih bergelut melawan virus Corona hingga saat ini, sama dengan negara lain di dunia. Jumlah kasus virus Corona terus bertambah dengan beberapa melaporkan kesembuhan, tapi tak sedikit yang meninggal. Usaha penanganan dan pencegahan terus dilakukan demi melawan COVID-19 dengan gejala mirip flu. Kasus virus Corona diketahui lewat penyakit misterius yang melumpuhkan Kota Wuhan, China. Tragedi pada akhir 2019 tersebut terus berlanjut hingga penyebaran virus Corona mewabah ke seluruh dunia. Dikutip dari CNN, berikut beberapa hal yang wajib diketahui seputar perkembangan Coronavirus, yang biasa disebut virus Corona atau COVID-19, hingga mewabah dan jadi pandemi.<sup>1</sup>

Covid-19 telah menyerang Indonesia sejak awal tahun 2020 dan angka konfirmasi positif terus meningkat hingga saat ini. Pada Oktober 2020, total angka konfirmasi positif di Indonesia adalah 320 ribu dengan kasus kematian mencapai 11 ribu kematian. Di Sumatra Barat sendiri kasus konfirmasi positif mencapai 7824 kasus dengan kematian mencapai 162 kematian per Oktober 2020 (Kemenkes, 2020).

Peningkatan jumlah kasus terjadi dalam waktu singkat hingga butuh penanganan secepatnya. Sayangnya, hingga kini belum ada obat spesifik untuk menangani kasus infeksi virus Corona atau COVID-19. WHO menyatakan saat ini Eropa telah menjadi pusat pandemi virus Corona secara global. Eropa memiliki lebih banyak kasus dan kematian akibat COVID-19 dibanding China. Jumlah total

kasus virus Corona, menurut WHO, kini lebih dari 136 ribu di sedikitnya 123 negara dan wilayah. Dari jumlah tersebut, nyaris 81 ribu kasus ada di wilayah China daratan. Italia, yang merupakan negara Eropa yang terdampak virus Corona terparah, kini tercatat memiliki lebih dari 15 ribu kasus.

WHO juga menyebutkan, virus corona telah menyebar ke 18 negara. Menurut WHO jumlah penyebaran ini telah meningkat per tanggal 30 Januari 2020, yang sebelumnya hanya 15 negara bertambah tiga negara yang melaporkan kasus virus ini yaitu Finlandia, India dan Filipina. Negara lainnya yang menyusul memberi konfirmasi adalah Jepang (11), Singapura (10), Malaysia (7), Prancis (5), Korea Selatan (4), Vietnam (2), Kamboja (1), Thailand (14), Nepal (1), Sri Lanka (1), Amerika Serikat (5), Kanada (3), Jerman (4), dan Uni Emirat Arab (4).<sup>2</sup>

Virus Corona penyebab COVID-19 bisa menyerang siapa saja, ada beberapa kelompok tertentu yang lebih rentan terpapar virus yang berasal dari Wuhan, China, Empat kelompok tersebut adalah orang lanjut usia (lansia), kalangan pria, perokok, dan mereka yang memiliki riwayat penyakit. Lansia yang dimaksud adalah mereka yang berusia 60 tahun ke atas. Perlu lebih waspada apabila ada kombinasi, seperti lansia yang memiliki riwayat penyakit tertentu, yakni penyakit kanker, pengidap darah tinggi, penyakit jantung, penyakit paru, dan diabetes.<sup>3</sup>

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), orang tua atau orang dengan kondisi medis yang sudah ada sebelumnya seperti diabetes atau kanker paru-paru rentan terinfeksi oleh virus corona karena kekebalan mereka yang lebih rendah. Mereka dua kali lebih mungkin untuk mendapatkan komplikasi kesehatan yang serius jika mereka terkena COVID-19.<sup>3</sup>

Lansia bisa jadi menghadapi banyak persoalan kesehatan sehingga pemeriksaan rutin sangat penting untuk kesehatan mereka. Namun, CDC menyarankan lansia untuk berhati-hati saat mengunjungi dokter untuk terapi fisik atau sesi kesehatan apa pun. Coba untuk menunda dan hanya mengunjungi dokter apabila sangat mendesak. Pengecualian buat lansia yang dengan masalah jantung serius atau penyakit Parkinson. Mereka perlu mempertahankan kunjungan rutin ke dokter.<sup>3</sup> Lansia adalah kelompok yang lebih rentan terinfeksi COVID-19, yang artinya lebih penting lagi bagi lansia untuk melakukan *social distancing*. Dalam upaya-upaya *social distancing*, jumlah kegiatan keluar rumah dan orang yang berkunjung ke rumah harus sangat dibatasi. Di era modern ini, para dewasa muda tentunya lebih akrab dengan teknologi sehingga dapat memanfaatkan teknologi untuk

berkegiatan di rumah tanpa perlu bepergian. namun, kelompok lansia yang mungkin tidak sefasih itu menggunakan teknologi dapat merasakan dampak yang lebih ekstrim, mulai dari munculnya rasa kesepian, kecemasan, maupun depresi. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan social distancing bagi lansia agar tidak menimbulkan rasa kesepian pada lansia.<sup>4</sup>

Kegiatan rutin yang terjadwal juga penting untuk mencegah rasa cemas dan tak punya kontrol terhadap situasi. Bagi lansia yang biasanya memiliki kegiatan sosial di luar rumah, tentunya akan bingung ketika harus berdiam dirumah. Rencanakan jadwal kegiatan harian keluarga yang tinggal serumah selama melakukan social distancing, dari pagi hingga malam. Interaksi sosial sangat mungkin dilakukan sembari tetap menjaga jarak fisik. Selera humor dan kreativitas akan sangat membantu dalam menemukan cara beraktivitas bersama.

Pada masa social distancing penting untuk diperhatikan agar para lansia tetap beraktivitas fisik, meskipun harus disesuaikan dengan keadaan. Jika terbiasa berolahraga bersama kelompok lansia lainnya, dapat diganti dengan berjalan kaki di sekitar rumah dengan ditemani satu orang dari rumah, tidak dilakukan beramai-ramai dan membatasi.<sup>4</sup> Jika terpaksa bertemu dokter, pastikan tangan mereka dicuci dan peralatan yang ada didesinfeksi dengan baik dengan desinfektan berbasis alkohol. Pengecualian buat lansia yang dengan masalah jantung serius atau penyakit Parkinson. Mereka perlu mempertahankan kunjungan rutin kedokter.<sup>4</sup>

Dari data yang terkumpul, serangan jenis baru virus corona yang kemudian disebut sebagai COVID-19 diketahui lebih banyak menyerang orang-orang dengan usia tua. Mengutip Quartz (31/1/2020), sebuah data yang ada di Inggris dan China, disebutkan 41 kematian yang terjadi akibat virus ini, 39 di antaranya terjadi pada usia pasien diatas 50 tahun. Sebagian besar dari korban-korban itu adalah lansia. Mengutip pernyataan Presiden Institusi Tinggi Kesehatan Italia, Silvio Brusafarro, dari The Guardian, rata-rata korban jiwa virus Corona di Italia adalah penduduk dengan usia 80,3 tahun. Selain itu, mereka memiliki rekam medis yang buruk mulai dari darah tinggi, penyakit jantung, hingga kanker.<sup>5</sup>

Lansia adalah kelompok penduduk penduduk paling rentan dengan virus Corona. Ternyata, usia memang memainkan peran penting dalam cepatnya pertumbuhan kasus virus Corona di Italia. Populasi orang tua yang besar di Italia membuat virus Corona mudah merajalela di sana. Mengutip jurnal penelitian dari Universitas Oxford di Demographic Science, Italia memiliki jumlah populasi lansia (di atas 65 tahun) paling besar kedua di dunia. Kurang lebih besarnya 23 persen dari total populasi. Sebagai perbandingan, jumlah populasi lansia di Amerika adalah 16 persen dari total populasi.<sup>5</sup>

Social distancing merupakan salah satu metode kesehatan masyarakat untuk mengurangi interaksi orang-orang dikomunitas. Cara ini efektif untuk mengurangi transmisi penyakit seperti COVID-19 yang terjadi melalui percikan (droplet) dari mulut atau hidung saat batuk, bersin dan berbicara. Transmisi penyakit dengan cara ini umumnya terjadi ketika ada kontak dalam jarak dekatkurangdari 2 meter.<sup>6</sup>

Tujuan utama social distancing adalah mengurangi besarnya wabah, menunda terjadinya puncak epidemi, dan mendistribusikan jumlah penderita infeksi dalam periode waktu yang lebih lama agar beban terhadap sistem kesehatan berkurang. Metode social distancing ini umumnya digunakan ketika sebagian orang yang terinfeksi dimasyarakat belum teridentifikasi sehingga belum dapat diisolasi. Metode ini juga digunakan saat transmisi infeksi telah terjadi di masyarakat tapi isolasi dan karantina pasien saja tidak cukup untuk menghambat penyebaran penyakit infeksi.<sup>6</sup>

Indonesia sendiri sebagai salah satu negarayang terjangkit Covid-19 telah mengambil beberapa kebijakan dengan menetapkan darurat bencana nasional dan diberlakukan kesetiap daerah provinsi, kabupaten dan kota. Kebijakan darurat bencana nasional yang ditetapkan oleh Pemerintah sebagai wujud usaha meminimalisir dampak penyebaran virus Covid-19 dan penanggulangannya. Beberapa dasar hukum yang dijadikan rujukan dalam penetapan kebijakan bencana nasional serta menerbitkan kebijakan baru lainnya sebagai wujud penanggulangannya diambil pemerintah sebagai bentuk kepastian hukum agar tidak bertentangan dengan regulasi yang ada.<sup>7</sup>

Kebijakan perdana yang ditetapkan di Indonesia adalah Keputusan Presiden Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan Bencana Non Alam Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19) Sebagai Bencana Nasional. Dalam pertimbangannya disebutkan bahwa “bencana non alam yang disebabkan oleh penyebaran Corona Virus Desease 2019 (Covid-L9) telah berdampak meningkatnya jumlah korban dan kerugian harta benda, meluasnya cakupan wilayah yang terkena bencana, serta menimbulkan

implikasi pada aspek sosial ekonomi yang luas di Indonesia". Pandemi virus corona (Covid-19) disikapi dengan strategi berbeda-beda di tiap negara. Ada yang membatasi interaksi antar-penduduk (social distancing), adapula yang melakukan karantina penuh atau penutupan akses di suatu wilayah (lockdown).<sup>7</sup>

Pemerintah Indonesia hingga saat ini masih sebatas menyerukan pembatasan interaksi sosial. Namun pada praktiknya di lapangan, masih banyak masyarakat yang pergi keluar rumah. Meski sejumlah moda transportasi telah dikurangi kegiatan operasionalnya. Memburuknya wabah virus Corona mengharuskan pemerintah mengambil sikap. Baru-baru ini, presiden Republik Indonesia, Joko Widodo, menyarankan setiap individu untuk menerapkan social distancing guna menghadapi pandemi COVID-19. Social distancing merupakan salah satu langkah pencegahan dan pengendalian infeksi virus Corona dengan menganjurkan orang sehat untuk membatasi kunjungan ketempat ramai dan kontak langsung dengan orang lain. Kini, istilah social distancing sudah diganti dengan physical distancing oleh pemerintah.<sup>7</sup> Guna menanggapi Keputusan Presiden yang telah ditetapkan oleh Presiden Joko Widodo, Menteri Dalam Negeri (Mendagri) Tito Karnavian mengeluarkan Surat Edaran (SE) Nomor 440/2622/SJ tentang Pembentukan Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 di daerah. Dengan dasar tersebut pula maka setiap kabupaten/kota di Indonesia mulai membentuk Tim Khusus guna penanggulangan covid-19. Berdasarkan Surat Edaran (SE) Nomor 440/2622/SJ maka tanggung jawab berada penuh pada Kepala Daerah masing-masing. Pemerintah Aceh melakukan evaluasi menyeluruh tentang kebijakan terkait penanggulangan Covid-19 yang telah dilakukan selama tiga bulan terakhir (Januari-Maret) 2020. Evaluasi juga menyangkut upaya meningkatkan ketertiban kehidupan masyarakat dengan mempertimbangkan pembatasan sosial sebagai emergency response, yang salah satunya dengan Maklumat Bersama Forkopimda.<sup>8</sup>

Seluruh organisasi Perangkat Daerah (OPD) kabupaten/kota termasuk di Kota Langsa secara bersama-sama menghimbau kepada seluruh masyarakat untuk saling menjaga kebersihan dan social distancing. Himbauan tersebut yang disusun dalam berbagai regulasi bertujuan untuk keselamatan masyarakat banyak. Namun, tidak sedikit masyarakat yang tidak peduli dengan himbauan yang telah ditetapkan tersebut, sehingga terkesan terjadinya ketidak patuhan masyarakat ditengah pandemi Covid-19 yang telah menyebar luas.

Bersamaan dengan itu Pemerintah Aceh menghimbau masyarakat untuk tetap tinggal di rumah, ibadah di rumah, belajar di rumah, bekerja di rumah, serta menerapkan kaidah-kaidah menjaga jarak antar sesama (physical distancing). Pemerintah Aceh mengimbau agar tetap menjaga persatuan, kesatuan dan kekompakan serta kerjasama semua elemen untuk memerangi Covid-19.<sup>8</sup> Kota Langsa telah menetapkan Tim Gugus penanganan covid-19 berdasarkan Keputusan Walikota Langsa No 278/440/2020 tentang Gugus Tugas Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 di Kota Langsa. Dimana salah satu tugas dari tim gugus ini adalah melakukan pengawasan pelaksanaan percepatan penanganan covid-19 di Kota Langsa.<sup>11</sup> Selanjutnya himbauan tersebut dikuatkan kembali dengan Surat Edaran Walikota Langsa Nomor: 443.1/1066/2020 tentang Pencegahan Penyebaran Wabah Corona Virus Disease (Covid-19) di Kota Langsa, dimana dalam Masyarakat juga diminta tetap mengutamakan berada dirumah. Apabila melakukan kegiatan di luar rumah, hanya untuk keperluan yang bersifat penting dan mendesak dengan ketentuan wajib menggunakan masker, hindari berjabat tangan, jaga jarak, dengan setiap orang, sering mencuci tangan dengan sabun, serta melaksanakan etika saat batuk dan bersin, Selanjutnya, diminta kepada masyarakat untuk tidak melakukan kegiatan keramaian yang melibatkan banyak orang, tidak melakukan kegiatan keluar daerah, dan mudik Lebaran Idulfitri/Idul adha/hari besar keagamaan lain.<sup>8</sup>

Walaupun saat ini belum ada satupun warga Langsa yang terindikasi wabah ini, tapi jangan pernah menganggap remeh dengan ancaman virus corona itu. "Masyarakat harus terus menjaga pola hidup sehat dan kesehatan tubuh, serta mengikuti protokol kesehatan yang telah ditetapkan pemerintah, ". Sosialisasi tentang covid-19, yaitu bagaimana gejalanya, cara mencegahnya, harus dilakukan secara menyeluruh dan jelas agar masyarakat paham dan mau berubah pola hidup. Disamping cuci tangan yang benar dan menjaga kesehatan tubuh, masyarakat disarankan agar selalu mengkonsumsi sayur dan buah, serta berolahraga yang teratur.<sup>11</sup>

## METODE

Pelaksanaan Pengabdian dilaksanakan sebagai wujud pelaksanaan pengabdian Masyarakat Mandiri oleh Tim Dosen dan Mahasiswa Program Studi Keperawatan Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh

dibantu oleh kader dan Tim dari Penyuluh Lansia Puskesmas Kecamatan Langsa Baro yang dilaksanakan di Lengkonng wilayah Desa Puskesmas Langsa baro Kota Langsa. Metode yang digunakan sebagai pendekatan pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah pendidikan Kesehatan berupa pelaksanaan sosial distancing dalam bentuk Edukasi. Diawali dengan penetapan lokasi wilayah di Kota Langsa yang memiliki Lansia berusia 60 tahun keatas berjumlah 30 lansia. Menyiapkan materi berupa manfaat dan cara pelaksanaan social distancing yang dibuat dalam bentuk Booklet. Menyiapkan Bahan dan alat protokol Kesehatan yang diperlukan untuk Kegiatan Pendidikan Kesehatan. Lansia di desa lengkonng dikumpulkan dengan tim pelaksana pengabdian masyarakat dan tenaga kesehatan dari penyuluh Puskesmas dan Kader untuk memberikan petunjuk dan tentang manfaat dan cara pelaksanaan edukasi dalam melaksanakan social distancing selama pemberlakuan bencana nasional covid-19. Pembagian Booklet.Dilanjutkan dengan kegiatan Pemberian materi edukasi yang diberikan terkait dengan manfaat dan tata cara pelaksanaan social distancing, didalam Rumah, diluar rumah, tempat Ibadah (Mesjid) dan di dalam kendaraan Oleh Kader Bersama Tim Pengabmas serta hal-hal penting selama dilaksanakannya social distancing, sesuai dengan tatacara pelaksanaan. Pembinaan dan pendampingan Lansia terhadap pelaksanaan dan pemeriksaan rutin berupa pemeriksaan TB. BB dan TD oleh petugas kesehatan bersama dengan kader dan Penanggung Jawab Puskesmas dan masyarakat Desa Lengkonng. Memdemonstrasikan Pemakaian Protokol Kesehatan dan Alat pelindung diri (APD) pada Lansia. Evaluasi Pemahaman dan kegiatan Pelaksanaan Edukasi Sosial Distancing oleh TIM Pengabmas melalui tanya jawab dan diskusi. Evaluasi sampai sejauh mana pemahaman pelaksanaan edukasi Sosial Distancing oleh Sasaran dengan meminta Lansia mandemonstarsikan pemakaian alat protokol Kesehatan dan cara Sosial Distancing

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah telah dilaksanakannya Edukasi berupa Pendidikan Kesehatan kepada masyarakat Lansia melalui kegiatan tatap muka berupa pemaparan materi manfaat dan tata cara pelaksanaan Sosial Distancing bagi Lansia saat berada dirumah, diluar rumah ,di tempat Ibadah (Mesjid) dan kendaraan umum. Pentingnya Evaluasi Pemahaman dan kegiatan Pelaksanaan Edukasi Sosial Distancing oleh Tim Pengabmas melalui tanya jawab dan diskusi pada lansia terhadap pemahaman upaya pencegahan penyakit Covid-19. Evaluasi sampai sejauh mana pemahaman pelaksanaan edukasi Sosial Distancing pada Sasaran dengan meminta Lansia mandemonstarsikan pemakaian alat protokol Kesehatan dan cara Sosial Distancing.

Pemberian Pendidikan berupa Edukasi pada Lansia sangat perlu dilakukan mengingat makin meningkatnya kasus lansia di Indonesia khususnya di Kota langsa yang merupakan daerah lintas medan Banda Aceh. Covid-19 telah menyerang Indonesia sejak awal tahun 2020 dan angka konfirmasi positif terus meningkat hingga saat ini. Pada Oktober 2020, total angka konfirmasi positif di Indonesia adalah 320 ribu dengan kasus kematian mencapai 11 ribu kematian. Di Sumatra Barat sendiri kasus konfirmasi positif mencapai 7824 kasus dengan kematian mencapai 162 kematian per Oktober 2020 (Kemenkes, 2020). Covid-19 telah menjadi pandemi ditengah masyarakat, khususnya Kota Langsa mengingat telah ditetapkannya Covid-19 sebagai bencana nasional non alam oleh pemerintah. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/Menkes/104/2020 tentang Penetapan Infeksi Corona virus (Infeksi Covid-19) Sebagai Penyakit yang Dapat Menimbulkan Wabah dan Upaya Penanggulangannya.

Dari data yang terkumpul, serangan jenis baru virus corona yang kemudian disebut sebagai Covid-19 diketahui lebih banyak menyerang orang-orang dengan usia tua. Lansia adalah kelompok yang lebih rentan terinfeksi COVID-19, yang artinya lebih penting lagi bagi lansia untuk melakukan social distancing. Lansia bisa jadi menghadapi banyak persoalan kesehatan sehingga pemeriksaan rutin sangat penting untuk kesehatan mereka. CDC menyarankan lansia untuk berhati-hati saat mengunjungi dokter untuk terapi fisik atau sesi kesehatan apa pun. Coba untuk menunda dan hanya mengunjungi dokter apabila sangat mendesak.<sup>12</sup>

Mengacu pada pernyataan Pusat Pencegahan dan Kontrol Penyakit Menular Amerika Serikat (CDC), orang lanjut usia (lansia) cukup rentan terinfeksi virus Corona SARS-CoV-2 penyebab COVID-19. Meski begitu, justru kalangan lansia ini yang terbilang sulit untuk mematuhi imbauan pemerintah untuk mencegah agar tidak terinfeksi, semisal dengan cara menjaga jarak (physicaldistancing). Dalam beberapa kasus, lansia cenderung berkeras dan tidak acuh terhadap imbauan-imbaun seperti itu. Hal ini membuat putra-putri mereka bahkan hingga cucu, merasa

frustrasi. Di satu sisi, mereka tak ingin melihat orang tua atau kakek dan nenek mereka jauh sakit, terkena COVID-19, di sisi lain mereka tak kuasa "mengatur" sang ayah, ibu, atau kakek nenek.<sup>3</sup> Tujuan adalah Memberikan Informasi dan edukasi serta melatih Kader dan Lansia tentang tehnik pelaksanaan sosial distancing dan menumbuhkan rasa kepedulian dalam melakukan pencegahan penyakit terkait penyakit covid-19 yang merupakan bencana nasional. Memberikan Edukasi kepada dan lansia tentang pentingnya melakukan pencegahan terhadap penyakit covid-19. Melatih kader sebagai pelaksana dan pendamping Edukasi serta Lansia untuk melaksanakan sosial distancing.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

## SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat mengenai Pendidikan kesehatan (Penyuluhan Tentang Sosial Distancing telah dilaksanakan dengan baik.

Kegiatan mengenai Pendidikan kesehatan tentang Sosial distancing telah dipahami dan di ikuti oleh masyarakat Lansia Desa Lengkong dengan mengikuti peraturan Protokol kesehatan.

Masyarakat (Lansia) telah memahami pentingnya pelaksanaan sosial distancing, baik di rumah, diluar rumah, ditempat Ibadah/Mesjid dan di dalam kendaraan.

## SARAN

Perlunya melaksanakan Kegiatan Pengabdian Masyarakat secara rutin baik dilokasi yang sama maupun lokasi yang berbeda. mengingat dibutuhkan nya pemahaman masyarakat pentingnya melaksanakan sosial Distancing diberbagai tatanan.

Perlunya melaksanakan Kegiatan Pengabdian Masyarakat secara rutin baik materi lainnya serta sasaran masyarakat berbeda

Perlu dilakukan pelaksanaan yg continue sehingga masyarakat dapat membisakan diri dan menjadikan sosial Distancing suatu kebiasaan dalam kegiatan sehari-hari..

## UCAPAN TERIMA KASIH

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan Kehadirat Allah SWT yang telah mempermudah segala upaya selama melakukan pengabdian sehingga terselesaikan penulisan ini, Ucapan terima kasih disampaikan kepada Bapak T, Iskandar Faisal, S,Kp, M.Kes, Bapak Dr,Sumihardi, SKM.M.Kes. Selanjutnya Terima Kasih Kami Ucapkan kepada Bapak Dr, Abdurahman M.Pd, dan Bapak Nasri, S.Si.T, M.Pd yang telah memberikan motivasi dan dukungan sehingga terlaksananya penulisan Jurnal pengabmas ini. Semoga bantuan dan dukungan yang telah diberikan mendapat imbalan dari Yang Maha Kuasa.

## DAFTAR PUSTAKA

Rosmha Widiyani, Latar Belakang Virus Corona, Perkembangan hingga Isu Terkini, <https://news.detik.com/berita/d-4943950/latar-belakang-virus-corona-perkembangan-hingga-isu-terkini>, diakses pada tanggal 07April 2020 “Asal Mula dan Penyebaran Virus Corona dari Wuhan ke Seluruh Dunia”,<https://bali.idntimes.com/health/medical/denny-adhietya/asal-muasal-dan-perjalanan-virus-corona-dariwuhan-ke-seluruh-dunia-regional-bali/full>, diakses pada tanggal 07April 2020

<https://www.bola.com/ragam/read/4215467/8-cara-melindungi-lansia-dari-potensi-terinfeksi-virus-corona>

<https://alzi.or.id/social-distancing-bagi-lansia-di-masa-covid-19/>

<http://unissula.ac.id/c24-berita-unissula/panduan-untuk-lansia-saat-covid-19-atau-virus-corona-mewabah/>

<https://theconversation.com/penerapan-social-distancing-setengah-hati-di-indonesia-berpotensi-gagal-kurangi-kasus-baru-covid-19-134237>

<https://www.alodokter.com/pentingnya-menerapkan-social-distancing-demi-mencegah-covid-19>

<https://humas.acehprov.go.id/pemerintah-aceh-evaluasi-kebijakan-terkait-penanganan-covid-19/>

<https://news.detik.com/berita/d-4943950/latar-belakang-virus-corona-perkembangan-hingga-isu-terkini>

<https://bali.idntimes.com/health/medical/denny-adhietya/asal-muasal-dan-perjalanan-virus-corona-dari-wuhan-ke-seluruh-dunia-regional-bali/full>

<https://humas.acehprov.go.id/pemerintah-aceh-evaluasi-kebijakan-terkait-penanganan-covid-19/>

<https://mediaindonesia.com/read/detail/297447-ini-imbauan-idi-untuk-masyarakat-rumah-sakit-dan-dokter>