

Upaya Peningkatan Kewaspadaan Terhadap Serangan COVID-19 bagi Lansia di Kelurahan Babakansari

Umar Sumarna¹, Mamat Lukman², Adelse Prima Mulya³

¹Universitas Padjadjaran, Jalan Raya Bandung-Sumedang Km 21 Jatinangor 45363

Email: umar.sumarna@unpad.ac.id*

(Diajukan: 11 Desember 2021, Direvisi: 01 Maret 2022, Diterima: 01 April 2022)

ABSTRAK

COVID-19 merupakan penyakit yang sedang menggemparkan dunia karena virusnya mudah menyebar. Virus ini berasal dari kota Wuhan, Tiongkok. Beberapa negara di dunia telah tertular dengan kasus yang sangat banyak dan beberapa diantaranya meninggal dunia. COVID-19 kini sudah menyebar di seluruh provinsi di Indonesia dengan jutaan kasus dan sudah banyak menewaskan ratusan ribu jiwa manusia. Upaya pemerintah Indonesia dalam menanggulangi masalah ini selain mempercepat upaya pengobatan juga dengan cara menerapkan pembatasan kegiatan masyarakat dan penyuluhan untuk meminimalisir terjadinya penularan. Untuk membantu pemerintah melaksanakan upaya tersebut tim pengabdian terjun langsung ke lapangan mengadakan penyuluhan untuk meningkatkan kewaspadaan lansia di Kelurahan Babakansari Kecamatan Kiarasondong Kota Bandung. Namun karena situasinya sangat darurat untuk mencegah terjadinya penularan, maka metoda yang digunakan adalah *telenursing*. Peserta penyuluhan terdiri dari 32 lansia, 11 laki-laki dan 22 perempuan. Hasil yang dicapai adalah terjadinya peningkatan pengetahuan lansia, yaitu dari nilai mean 35 pada Pre-test menjadi nilai mean 70 pada Post-test, sementara nilai maksimum 60 pada Pre-test menjadi nilai maksimum 100 pada Post-test. Keberhasilan penyuluhan ini terjadi karena disesuaikan dengan tingkat intelektualitas lansia peserta dan isi penyuluhan sesuai dengan kebutuhan informasi saat ini. Dampak dari penyuluhan ini akan membuat lansia waspada pada resiko penularan dan kematian akibat serangan COVID-19.

Kata kunci : COVID-19, Penularan, Lansia

ABSTRACT

COVID-19 is a viral disease that is spreading the world. This virus originated in Wuhan, China. Several countries have been infected with very many cases and some of them have died. COVID-19 has now spread to all provinces in Indonesia with millions of cases and has killed hundreds thousands of people. The Indonesian government's efforts in tackling this problem through accelerating treatment efforts and limiting on community activities and educating to minimize of contagion. To help the government's efforts, the team participated directly to hold educating to increase the elderly awareness in Babakansari Village in Bandung. But due to an emergency situation, the method used is *telenursing*. The educating participants consisted of 32 elderly, 11 male and 22 female. The result was increase in knowledge, from mean value of 35 at Pre-test to mean value of 70 at posttest, maximum value of 60 at Pre-test to maximum value of 100 at posttest. The success of this educating caused it accordance with intellectual level of the elderly as participants and the educating content was accordance with current information needs. The educating impact will make elderly alert of the contagion and death risk of COVID-19 attack.

Keywords: COVID-19, Contagion, Elderly

PENDAHULUAN

Dewasa ini komunitas dunia termasuk sedang digemparkan oleh pandemi yang disebarkan oleh sejenis virus yang dikenal dengan virus corona, maka penyakit yang ditimbulkannya disebut *Corona Virus Deases* (COVID -19) yang mulai muncul pada tahun 2019, maka penyakit tersebut dinamakan COVID-19.

Alkhajar dan Wijaya (2020) mendefinisikan bahwa COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus corona yang baru-baru ini ditemukan. Sebagian besar orang yang tertular COVID-19 akan mengalami gejala ringan hingga sedang, dan akan pulih tanpa penanganan khusus. Virus yang menyebabkan COVID-19 terutama ditransmisikan melalui droplet atau percikan air liur yang dihasilkan saat orang yang terinfeksi batuk, bersin, atau mengembuskan nafas. Droplet ini terlalu berat dan tidak bisa bertahan di udara, sehingga dengan cepat jatuh dan menempel pada lantai atau permukaan lainnya (Taufiq dkk, 2020). Seseorang dapat tertular saat menghirup udara yang mengandung virus jika orang tersebut berada terlalu dekat dengan orang yang sudah terinfeksi COVID-19. Penularan juga dapat terjadi jika seseorang menyentuh permukaan benda yang terkontaminasi lalu menyentuh mata, hidung, atau mulut orang tersebut. Virus itu mulai muncul di kota Wuhan Tiongkok (She dkk., 2020).

WHO (2020) mengumumkan masalah penyakit COVID-19 ini menjadi epidemi per Januari 2020. Pada tahun 2021 sekarang ini penyakit tersebut telah menyebar hampir ke tiap negara di seluruh dunia, serta sudah menewaskan puluhan juta jiwa penderitanya. Mereka berasal dari berbagai belahan dunia, seperti Amerika Serikat, Brazil, India, Meksiko, dan Rusia. Negara negara tersebut di atas saat ini merupakan lima negara yang memiliki jumlah kasus COVID-19 terbesar di dunia.

Sampai saat ini penyebaran COVID-19 telah sampai ke seluruh provinsi di Indonesia dan telah mencapai puncaknya pada tanggal 18 Juli 2021 dimana jumlah kasus baru pada hari tersebut mencapai 44.721 jiwa. Pada saat itu Indonesia menempati urutan ke dua setelah Amerika Serikat dan India dalam hal besarnya jumlah kasus. Keppres RI no.7 menimbang bahwa telah terjadi keadaan tertentu dengan adanya penularan COVID-19 di Indonesia yang perlu diantisipasi dampaknya (Kemensesneg, 2020).

Berkat antisipasi yang luar biasa dari para petugas kesehatan dan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) dari pemerintah maka di hari-hari berikutnya kasus tersebut terus menurun karena banyak penderita yang sembuh. Namun dari segi jumlah angka kematian karena COVID-19 masih tetap tinggi dibanding penyakit lainnya

(Sitohang dkk, 2020). Selain PPKM pemerintah juga memberi instruksi kepada masyarakat agar selalu menerapkan protokol kesehatan 5M. Menurut Makarim (2021), penularan COVID-19 dapat dihambat dengan menerapkan 5M (Mencuci tangan, Memakai masker, Menjaga jarak, Menjauhi kerumunan, Mengurangi mobilitas).

Salah satu provinsi di Indonesia antara lain Provinsi Jawa Barat adalah salah satu provinsi yang terdampak penyebaran COVID-19 ini cukup parah. Dalam hal ini Provinsi Jawa Barat mendapat urutan ke 2 terbanyak setelah DKI Jakarta. Pada saat terjadinya ledakan kasus, rumah sakit-rumah sakit di beberapa kabupaten/kota di Jawa Barat penuh dengan pasien COVID-19, bahkan banyak juga pasien yang harus dirawat di tenda-tenda darurat, karena kapasitas ruang perawatan di rumah sakit sudah tidak mampu lagi menampung seluruh pasien yang datang membutuhkan perawatan dan pengobatan. Oleh karena itu Jawa Barat menjadi salah satu provinsi yang beberapa wilayahnya dikenai pemberlakuan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB).

Pasien COVID-19 di Jawa Barat tersebut tersebar juga di seluruh kabupaten/kota antara lain di Kota Bandung sebagai pusat pemerintahan di Provinsi Jawa Barat, maka PSBB pun diberlakukan di kota ini. Namun dampak dari PSBB tersebut ternyata cukup luas, terutama pada sektor ekonomi masyarakat, karena banyaknya pekerja-pekerja swasta yang tidak bisa bekerja dan pengusaha-pengusaha yang gulung tikar. Alhasil dapat disimpulkan bahwa pemberlakuan PSBB tidak bisa dilakukan secara terus menerus. Maka untuk mengantisipasinya, pada saat penyebaran kasus mulai menurun, Gubernur Jawa Barat memberlakukan Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB), yaitu tindakan menerapkan tatanan hidup baru guna menjaga produktivitas selama masa pandemi COVID-19 dengan menerapkan perilaku pencegahan penularan COVID-19. Pemberlakuan AKB dilakukan bertahap sesuai kondisi wilayah (Kemenkes RI, 2020).

Pada saat pemberlakuan AKB, para petugas kesehatan dihimbau untuk banyak melakukan penyuluhan tentang COVID-19 secara gencar agar masyarakat mengenal lebih dekat tentang penyakit tersebut, seperti karakter virusnya, penularannya, maupun pencegahannya. Dalam hal ini jelas, bahwa penyuluhan kesehatan tentang protokol kesehatan di era Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) diperlukan sebagai upaya peningkatan kewaspadaan dengan menerapkan protokol kesehatan di era AKB dalam menghadapi pandemic COVID-19 yang belum berakhir sampai saat ini (Herdiana, 2020).

AKB di Jawa Barat ini merupakan nama lain dari istilah *New Normal* di tingkat nasional yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar tetap mematuhi penerapan protokol kesehatan 5M selama pandemi belum tuntas. Beberapa kegiatan

pengabdian dalam bentuk edukasi atau penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat sudah dilakukan di *New Normal* (Irawan dkk, 2020).

Sementara itu, fenomena yang ditemukan tim pengabdian di salah satu kelurahan yang ada di kota Bandung, yaitu Kelurahan Babakansari Kecamatan Kiaracondong menjadi salah satu kelurahan dengan kasus tertinggi positif aktif COVID-19. Kondisi ini terjadi karena didukung oleh lingkungan dan perilaku masyarakat yang beresiko tinggi untuk mempercepat terjadinya penyebaran kasus. Lingkungan yang mendukung resiko penularan tersebut adalah tempat-tempat pemukiman warga cukup padat, sehingga sering terjadi kerumunan, apalagi kalau ada acara-acara khusus seperti acara pernikahan, sunatan, panggung hiburan, pusat perbelanjaan, aktivitas peribadatan dan sebagainya. Sementara perilaku yang mendukung terjadi penularan adalah tingkat mobilitas warga yang tinggi dalam mencari nafkah dan kepatuhan warga dalam menerapkan protokol kesehatan yang rendah. Menurut Notoatmodjo (2012), faktor lingkungan dan perilaku merupakan faktor yang paling besar pengaruhnya pada status kesehatan masyarakat.

COVID-19 dapat terjadi pada setiap kelompok umur, namun dampak yang paling berat adalah bila penyakit ini menimpa kelompok usia lanjut. Seperti kata Bauwman (2004) bahwa lanjut usia adalah seseorang yang karena usianya mengalami perubahan biologis, fisik, kejiwaan dan sosial. Semakin bertambahnya usia seseorang beberapa fungsi vital dalam tubuh ikut mengalami kemunduran fungsional. Kemenkes RI (2020) melaporkan, bahwa angka kematian tertinggi ditemukan pada pasien dengan usia di atas 60 tahun.

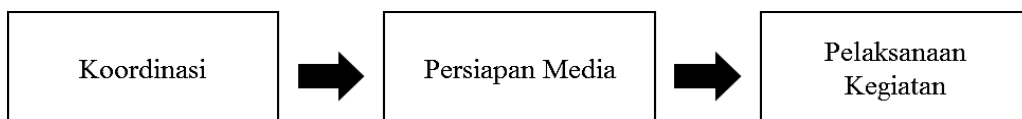
Mengingat hal tersebut, maka tim pengabdian bertujuan untuk memberikan penyuluhan dalam rangka meningkatkan kewaspadaan lansia terhadap serangan COVID-19 di Kelurahan Babakansari Kecamatan Kiaracondong Kota Bandung. Hal ini berkaitan dengan tugas dan fungsi tenaga kesehatan di masyarakat antara lain memberikan informasi mengenai kesehatan dasar (Angelina dkk, 2020).

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui penyuluhan secara daring dengan metode *telenursing*. Menurut Fadhila & Afriani (2020) Salah satu bentuk pemanfaatan teknologi informasi dibidang kesehatan adalah penggunaan metode *telenursing* (edukasi daring). *Telenursing* dapat membantu melakukan skrining dan deteksi awal, efisiensi tugas perawat, waktu kunjungan dan memonitor klien dan pasien pada layanan praktik keperawatan

(Rahmawati, 2020) yang dilaksanakan oleh tim pengabdian bersama mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran selama 3 hari dari tanggal 26 s.d 28 Desember 2020 dimana pesertanya adalah oleh para lansia warga Kelurahan Babakansari Kecamatan Kiaracondong Kota Bandung. Dalam hal ini mahasiswa Fakultas Keperawatan Unpad berperan sebagai asisten. Pelaksanaan PKM di masa pandemi yang dilakukan secara daring bertujuan untuk mengurangi potensi penyebaran COVID-19 melalui pengurangan interaksi fisik dengan masyarakat (Huwaidi dkk, 2021). Maka dalam hal ini interaksi fisik antara tim pengabdian dengan para lansia.

Alat penyuluhan berupa *laptop*, *handphone*, aplikasi *zoom*, dan *Power Point*. Peserta yang menjadi sasaran penyuluhan ini sebanyak 32 orang terdiri dari 11 laki-laki, 22 perempuan. Peserta yang dijadikan sasaran penyuluhan ini dipilih secara *purposive sampling* berupa lansia yang tampak sehat baik secara fisik dan mental dan diperkirakan dapat mengikuti proses penyuluhan dengan baik dan menangkap isi materi walaupun secara alaksadarnya. Tahap kegiatan dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Tahapan Kegiatan

1. Melakukan koordinasi

Koordinasi dimulai dengan menghubungi tokoh-tokoh masyarakat Kelurahan Babakansari baik melalui *whatsapp* maupun *chatting* yang nomor-nomor *handphone* diperoleh Lurah Babakansari. Kemudian melalui tokoh tersebut tim pengabdian mendapatkan nomor-nomor *handphone* sasaran penyuluhan. Nomor-nomor tersebut bisa milik langsung sasaran maupun anggota keluarga lainnya, bisa anaknya, menantunya, maupun cucunya. Pada kesempatan ini juga tim pengabdian memohon dukungan para tokoh-tokoh masyarakat untuk turut mendukung kegiatan ini dengan cara turut menghadiri acara ini secara daring. Ternyata ada pula diantara tokoh masyarakat yang merupakan kelompok sasaran penyuluhan. Menurut Susilowati (2016) peran tokoh masyarakat sangat penting untuk keberhasilan promosi kesehatan.



Gambar 1. Tim pengabdian melakukan koordinasi pada tokoh masyarakat

2. Persiapan Media

Media yang pertama dipersiapkan adalah materi penyuluhan tentang COVID-19 yang dituangkan dalam media Power Point, kemudian menyiapkan laptop dan media *link zoom* untuk mengundang para peserta. Materi yang disampaikan pada intinya berkaitan dengan: Alasan mengapa lansia berisiko tinggi terkena COVID-19, Gejala-gejala COVID-19, dan Cara efektif untuk mencegah terkena COVID-19.

3. Melaksanakan Kegiatan

Sebelum melakukan penyuluhan, tim pengabdian melakukan tahap pembukaan berupa Pre-test untuk mengetahui sejauhmana pengetahuan lansia serta keluarga tentang COVID-19. Pengisian kuisisioner Pre-test diperbolehkan juga diisi oleh anggota keluarga lainnya dengan pertimbangan bahwa anggota keluarganyaapun akan terlibat dalam upaya mengantisipasi bahaya penularan COVID-19. Kemudian penyuluhan dilakukan secara *telenursing* selama 50 menit dengan materi yang disesuaikan dengan isi dari kuisisioner dalam Pre-test. Setelah itu dilanjutkan dengan proses diskusi selama 10 menit dimana peserta diberi waktu untuk menanyakan isi materi yang dianggap belum jelas dan perlu diberi penjelasan ulang. Kegiatan diakhiri dengan menyelegarakan Post-test untuk mengevaluasi hasil penyuluhan yang telah dilaksanakan. Maka dalam hal ini, kuisisioner pada Pre-test dibuat identik dengan kuisisioner pada Post-test.

HASIL, PEMBAHASAN, DAMPAK

Pendataan tentang karakteristik demografi lansia yang jadi peserta penyuluhan dilakukan diselipkan di halaman awal kuisioner test pengetahuan antara lain: nama, umur, pendidikan, pekerjaan, status dalam keluarga, dan apakah sedang menderita penyakit kronis atau tidak. Karakteristik demografi tersebut dapat digambarkan pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Penyuluhan tentang COVID-19

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Usia		
	60-69 th	21	51,21
	70 th keatas	20	48,78
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	16	39,02
	Perempuan	25	60,97
3	Pendidikan		
	SD	35	85,37
	SLP	4	9,76
	SLA	2	4,87
4	Pekerjaan		
	Bekerja	12	29,27
	Tidak bekerja	29	70,73
5	Status dalam keluarga		
	Kepala keluarga	10	24,39
	Anggota keluarga	31	75,61
6	Penyakit kronis		
	Ada	28	68,29
	Tidak ada	13	31,71

Tabel 1. menunjukkan datanya bahwa semua peserta sudah termasuk kelompok lansia, perempuan (60,97%) lebih banyak daripada laki-laki (39,02%), peserta yang berpendidikan SD (85,37%) jauh lebih banyak dari peserta yang berpendidikan SLP dan SLA, peserta yang tidak bekerja (70,73%) jauh lebih banyak daripada yang bekerja, kebanyakan dari peserta berstatus anggota keluarga (75,61%). Sebagian besar (68,29%) peserta memiliki penyakit kronis yang sedang dideritanya.

Setelah Karakteristik demografi peserta, dapat tergambarkan pula hasil Pre-test dan Post-test. Dengan membandingkan hasil Pre-test dan Post-test, maka efektivitas penyuluhan dapat tergambarkan dengan jelas. Adapun secara lebih jelas akan dapat tergambarkan pada tabel 2.

Tabel 2. Nilai Pre-test dan Post-test

Parameter	Nilai Pre-test	Nilai Post-test
Jumlah	1120	2240
Mean	35	70
SD	12,70	16,63
Range	50	50
Min	10	50
Max	60	100

Dari data karakteristik tentang pendidikan lansia terdapat 85,37% berpendidikan SD. Kondisi ini merupakan faktor yang kurang mendukung untuk mendapat tambahan pengetahuan, apalagi fungsi intelektual maupun pendengarannya mulai berkurang seiring dengan usia tuanya. Menurut Masyitoh dkk (2021) aspek intelegensi, memori, dan bentuk-bentuk lain dari fungsi mental menurun seiring bertambahnya usia. Maka solusinya dengan cara membuat isi pertanyaan pada Pre-test dan Post-test dibuat sesederhana mungkin dan memberikan penjelasan yang berulang-ulang pada saat melakukan penyuluhan, terutama berkaitan dengan cara pencegahan agar terhindar dari serangan COVID-19.

Hasil yang didapatkan antara lain: dari nilai mean 35 pada Pre-test menjadi 70 pada Post-test, sebagai bukti bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang cukup besar. Waryana (2016) mengatakan bahwa keberhasilan penyuluhan diasumsikan berkorelasi positif dengan kualitas penyuluhan di lapangan yang sesuai dengan tuntutan masyarakat dan perkembangan zaman. Jadi keberhasilan penyuluhan ini dapat dihubungkan dengan kondisi kesehatan lingkungan saat ini yang sedang dibayang-bayangi oleh pandemi COVID-19 yang juga mengancam masyarakat Kelurahan Babakansari. Jadi materi penyuluhan yang disampaikan juga sesuai dengan kebutuhan peserta. Hal ini sesuai juga dengan yang dikatakan Nurmala dkk (2018), bahwa materi atau pesan yang disampaikan dalam penyuluhan kesehatan harus disesuaikan dengan kebutuhan kesehatan individu, keluarga, kelompok dan masyarakat.

Nilai mean yang ditargetkan adalah 90, namun mengingat tingkat pendidikan peserta 85,37% SD, sementara menurut Budiman dan Riyanto (2013) salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan, maka hasil ini kami anggap sudah memadai. banyak lansia yang tidak bekerja (70,73%) daripada lansia yang bekerja (29,27%). Hal ini sangat menguntungkan, karena lebih banyak lansia yang memiliki tingkat mobilitas rendah, maka jarang melakukan kontak sosial diluar rumah. Sejalan dengan hal itu, lansia

yang bertatus sebagai anggota keluarga jauh lebih banyak (75,61%) daripada lansia yang berstatus sebagai kepala keluarga (24,39%) yang notabene memiliki resiko lebih besar tertular COVID-19 sehubungan dengan tingkat mobilitasnya yang tinggi. Lansia dengan tingkat mobilitas tinggi lebih beresiko untuk tertular penyakit infeksi (Brown, 2014).

Namun data yang membuat tim pengabdian miris adalah banyak lansia yang menderita penyakit kronis (68,29%). Kondisi ini kami anggap sangat rentan, karena penyakit kronis tersebut akan menjadi co-morbid (penyakit penyerta) yang dapat memperburuk body imun dan kesehatan fisiknya secara keseluruhan (Yanti dkk, 2020). Penyakit kronis yang diderita lansia peserta penyuluhan tersebut antara lain: tuberkulosis, rematik, penyakit jantung, hipertensi dan asma. Resiko terburuk diterima lansia penderitanya COVID-19 dengan co-morbid adalah kematian.

Bila melihat hasil Pre-test yang dilanjutkan dengan hasil Post-test setelah melalui proses penyuluhan didapatkan hasil yang memuaskan, karena dengan menyimak tabel 2 di atas, data menunjukkan peningkatan nilai pengetahuan yang cukup besar. Dalam hal ini dapat dilihat dari nilai Mean dari 35 menjadi 70, berarti peningkatannya sebesar 100% atau 2 kali lipat. Nilai minimum dari 10 menjadi 50 dan nilai 60 menjadi 100. Dengan melihat peningkatan pengetahuan yang cukup besar, maka peningkatan ini dapat dijadikan gambaran yang nyata tentang adanya peningkatan progresif yang dari hasil penyuluhan.

Peningkatan pengetahuan lansia di Kelurahan Babakansari tentang COVID-19 terjadi di berbagai konten, mulai dari karakter penyakitnya, penularannya, maupun cara pencegahannya. Tingginya pengetahuan tentang COVID-19 pada lansia ini akan berdampak juga pada peningkatan kewaspadaannya, dimana lansia tersebut akan berusaha mencegah terjadinya penularan COVID-19 karena mereka menyadari bahwa bila terkena COVID-19, mereka beresiko tinggi terjadi kematian. Walaupun kewaspadaan lansia meningkat, lansia tidak perlu panik. Bila waspadanya karena disertai peningkatan pengetahuan, maka waspada tidak berarti panik. (Pradipta dan Nazarudin, 2020).

KESIMPULAN

Upaya peningkatan kewaspadaan lansia yang dilakukan tim pengabdian melalui *telenursing* dapat disimpulkan, bahwa terjadi peningkatan pengetahuan para lansia di Kelurahan Babakan Sari Kecamatan Kiara Condong Kota Bandung. Hasil kegiatan menunjukkan, bahwa nilai mean pada Pre-test sebesar 35 menjadi 70 pada Post-test, nilai

minimum pada Pre-test sebesar 10 menjadi 50 pada Post-test, dan nilai maksimum pada Pre-test sebesar 60 menjadi 100 pada Post-test.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih pada rektor Universitas Padjadjaran, dekan Fakultas Keperawatan, Lurah Babakan Sari serta tokoh-tokoh masyarakatnya yang sangat mendukung kami dalam pelaksanaan pengabdian ini. Demikian juga kepada mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Keperawatan atas bantuannya sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terselenggara dengan lancar. Semoga segala kebbaikannya mendapat balasan yang setimpal dari Allah s.w.t. aamiin.

DAFTAR PUSTAKA

- Alkhajar, E. N. S, Wijaya, S.H.B. (2020). *Dinamika Komunikasi Dalam Pandemi Covid-19*. Yogyakarta: KBM Indonesia.
- Angelina, Ria., Fauziah, L., Sinaga, A., Sianipar, I., Yuliani, E.M. (2020). Peningkatan Kinerja Kader Kesehatan Melalui Pelatihan Kader Posyandu di Desa Babakan Kecamatan Ciparay 2019. *JPKMI 1(2)*, 68-76. doi: [10.36596/jpkmi.v1i2.30](https://doi.org/10.36596/jpkmi.v1i2.30)
- Bauwman, A. (2004). Health benefits of physical activity for older adults – epidemiological approaches to the evidence. In *Optimizing Exercise and Physical Activity in Older People* (pp. 1–25). Elsevier. doi: [10.1016/B978-0-7506-5479-1.50004-2](https://doi.org/10.1016/B978-0-7506-5479-1.50004-2)
- Budiman & Riyanto A. 2013. *Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika pp 66-69.
- Brown, W. J., & Lee, C. (2014). Grandmothers on the move: benefits, barriers and best practice interventions for physical activity in older women. *Optimizing Exercise and Physical Activity in Older People*, 26–37. doi: [10.1016/B978-0-7506-5479-1.50005-4](https://doi.org/10.1016/B978-0-7506-5479-1.50005-4)
- Fadhila, R., & Afriani, T. (2020). Penerapan Telenursing dalam Pelayanan Kesehatan : Literature Review. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 3(2), 77–84. doi: [10.36341/jka.v3i2.837](https://doi.org/10.36341/jka.v3i2.837)
- Hanifah, W., Oktaviani, A. D., Syadidurrahmah, F., Kundari, N. F., Putri, R. M., Fitriani, T. A., & Nisa, H. (2021). Adaptasi Kebiasaan Baru pada Masa Pandemi Covid-19: Studi Cross-Sectional di Provinsi DKI Jakarta. In *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan* (Vol. 24, Issue 2, pp. 148–158). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. doi: [10.22435/hsr.v24i2.4162](https://doi.org/10.22435/hsr.v24i2.4162)

- Herdiana, D. (2020). Penanggulangan COVID-19 Tingkat Lokal Melalui Kebijakan Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) di Provinsi Jawa Barat. *Journal of Governance Innovation*, 131-156. doi: [10.36636/jogiv.v2i2.442](https://doi.org/10.36636/jogiv.v2i2.442)
- Huwaidi, Naufal., Panggabean, E.L., Apriliya, I (2021). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Pengolahan Limbah Ikan Kepada Kelompok Nelayan Tradisional Secara Daring di Belawan, Sumatera Utara. *JPKMI*, 2 (3), 191-201. doi: [10.36596/jpkmi.v2i3.174](https://doi.org/10.36596/jpkmi.v2i3.174)
- Irawan , D., Triana, N., Suwarni, L., dan Selviana. (2020). Edukasi Protokol Kesehatan Dan Strategi Pemasaran Online Melalui Program Kemitraan Masyarakat Di Era Pandemi COVID-19. *JMM*, 655-662. doi: [10.31764/jmm.v4i4.2636](https://doi.org/10.31764/jmm.v4i4.2636)
- Notoatmodjo S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nurmala, Ira., Rahman, F., Nugroho, A., Erliyani, N., Laily, N., Anhar, V.Y.(2018). *Promosi Kesehatan*. Surabaya Airlangga University Press.
- Kemendes RI. (2020). *Pedoman Kesiap Siagaan Menghadapi Infeksi Novel Coronavirus (2019-nCoV)*. Jakarta: Kemendes RI
- Kemensekneg RI. (2020). Keppres Nomor 7 Tahun 2020 tentang Gugus Tugas Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19). Jakarta: Mensekneg RI
- Makarim, Fadhli Rizal. (2021), Mengenal Protokol Kesehatan 5M untuk Cegah COVID-19 <https://www.halodoc.com/artikel/mengenal-protokol-kesehatan-5m-untuk-cegah-covid-19>
- Pradipta, Jaka & Nazaruddin. A.M. (2020) *Antipanic! Buku Panduan Virus Corona*. Jakarta: Garamedia
- Rakhmawati, W. (2020). Is Telenursing a Solution for Managing the Impact of Covid-19 on the Mental Health of School-Aged Children?. *Belitung Nursing Journal*, 6(5), 182–184. doi: [10.33546/bnj.1168](https://doi.org/10.33546/bnj.1168)
- She, J., Jiang, J., Ye, L., Hu, L., Bai, C., & Song, Y. (2020). 2019 novel coronavirus of pneumonia in Wuhan, China: emerging attack and management strategies. *Clin Transl Med*, 9(1), 19. doi: [10.1186/s40169-020-00271-z](https://doi.org/10.1186/s40169-020-00271-z)
- Sitohang, M. Y., Rahadian, A. S., & Prasetyoputra, P. (2020). Indonesian Community Initiative in the Early Phase of the Covid- 19 Pandemic: a Health Development Strategy. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 2902 (Edisi Khusus Demografi dan COVID-19), 33–38.
- Susilowati, Dwi (2016). *Promosi Kesehatan: Bahan Ajar Keperawatan*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Taufiq, A. Gani., Wahyuni, P., Fahrina, A. (2020). *Antologi dari Bumi Paguntaka: Covid-19 Dampak dan Solusi Volume I*. Jakarta: Gramedia.
- WHO. (2020). *Coronavirus Disease 2019 Situation Report-70*. Retrieved from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-corona-virus-2019>

- Waryana. (2016). Promosi Kesehatan, Penyuluhan, dan Pemberdayaan Masyarakat. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yanti, E., Fridalni, N., Harmawati. (2020). Mencegah Penularan Virus Corona. Journal Abdimas Saintika, 2, 7. doi: [10.30633/jas.v2i1.553](https://doi.org/10.30633/jas.v2i1.553)