

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengetahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia, atau hasil seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Dengan sendirinya pada waktu pengindraan sehingga menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga) dan indra penglihatan (mata). Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda (Notoadmojo,2012).

Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (over behavior). Dengan sendirinya, pada waktunya pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek (Notoatmodjo,2012). Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata).

2.1.2 Cara Memperoleh Pengetahuan

Cara-cara penemuan pengetahuan pada periode ini antara lain meliputi:

1) Cara Coba Salah (Trial and Error)

Cara memperoleh kebenaran non ilmiah, yang pernah digunakan oleh manusia dalam memperoleh pengetahuan adalah mengetahui cara coba- coba atau dengan kata yang lebih dekat “Trial and Error”. Cara ini telah dipakai

orang sebelum adanya peradaban. Pada waktu itu seseorang apabila menghadapi persoalan atau masalah, upaya pemecahannya dilakukan dengan coba-coba saja.

2) Secara Kebetulan

Penemuan kebenaran secara kebetulan terjadi karena tidak sengaja oleh orang yang bersangkutan, salah satu contoh adalah penemuan Enzim uruases oleh Summers pada tahun 1926.

3) Cara Kekuasaan atau Otoritas

Para pemegang otoritas, baik pemimpin pemerintah, tokoh Agama, maupun ahli ilmu pengetahuan pada prinsipnya mempunyai mekanisme yang sama didalam penemuan pengetahuan. Prinsip inilah, orang lain menerima pendapat yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas, tanpa terlebih dahulu menguji atau membuktikan sebenarnya, baik berdasarkan fakta empiris ataupun berdasarkan penalaran sendiri.

4). Berdasarkan Pengalaman Pribadi

Pengalaman adalah guru yang baik, demikian bunyi pepatah. Pepatah ini mengandung maksud bahwa pengalaman itu merupakan sumber pengetahuan, atau pengalaman itu merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Oleh sebab itu pengalaman pribadi yang dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan.

5). Kebenaran Melalui Wahyu

Ajaran dan norma Agama adalah suatu kebenaran yang diwahyukan dari Tuhan melalui para Nabi. Kebenaran ini harus diterima dan diyakini oleh pengikut Agama yang bersangkutan, terlepas dari apakah kebenaran tersebut rasional atau tidak. Sebab kebenaran ini diterima oleh para Nabi adalah sebagai wahyu dan bukan karena hasil usaha penalaran atau penyelidikan manusia.

6). Kebenaran Secara Intutif

Kebenaran secara intuitif diperoleh manusia secara cepat sekali melalui proses diluar kesadaran dan tanpa melalui proses penalaran atau berfikir. Kebenaran yang diperoleh melalui intuitif sukar dipercaya karena kebenaran ini tidak menggunakan cara-cara yang rasional dan yang sistematis. Kebenaran ini diperoleh seseorang hanya berdasarkan intusi atau suarahati atau bisikan hati aja.

7) Melalui Jalan Fikiran

Sejalan dengan perkembangan kebudayaan umat manusia cara berfikir manusiapun ikut berkembang dari sini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuannya.

8) Induksi

Sebagaimana telah disebutkan sebelumnya, bahwa induksi adalah proses penarikan kesimpulan yang dimulai dari pernyataan-pernyataan khusus ke pernyataan yang bersifat umum. Hal ini berarti dalam berfikir induksi pembuatan kesimpulan tersebut berdasarkan pengalaman-pengalaman empiris yang ditangkap oleh indra

9) Deduksi

Deduksi adalah pembuatan kesimpulan dari pernyataan-pernyataan umum ke khusus. Aristoteles (384-332 SM) mengembangkan cara berfikir deduksi ini kedalam suatu cara yang disebut “Silogisme”. Silogisme ini merupakan suatu bentuk deduksi yang memungkinkan seseorang untuk dapat mencapai kesimpulan yang lebih baik.

Dari kutipan buku Notoatmodjo (2012). Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan (ovent behavior). Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu:

1. Tahu (*know*)

Tahu diartikan hanya sebagai *recall* (memanggil) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.

2. Memahami (*comprehension*)

Memahami suatu objek bukan sekedar tahu objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi orang tersebut harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut.

3. Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain.

4. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan/atau memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang itu sudah sampai pada tingkat analisis adalah apabila orang tersebut telah dapat membedakan, atau memisahkan, mengelompokkan, membuat diagram (bagan) terhadap pengetahuan atas objek tersebut.

5. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki.

6. Evaluasi (*evaluation*)

Penilaian ini dengan sendirinya didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau norma-norma yang berlaku di keluarga. Dalam penelitian ini, peneliti akan mengetahui tentang pengetahuan keluarga lansia usia 55-64 tahun pada tingkat “tahu” artinya responden hanya mengingat sesuatu yang pernah ia ketahui. Pengukuran tingkat

pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian.

2.1.3 faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Budiman dan Riyanto (2013) faktor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi

1). Pendidikan

Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dan merupakan usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan (Budiman & Riyanto, 2013).

2). Informasi/Media Massa

Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu informasi diperoleh dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Semakin berkembangnya teknologi menyediakan bermacam-macam media massa sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat.

3). Sosial Budaya dan Ekonomi

Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu sehingga ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seseorang yang mempunyai sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik. Status ekonomi seseorang mempengaruhi tingkat pengetahuan karena seseorang yang memiliki status ekonomi dibawah rata rata maka seseorang tersebut akan sulit untuk memenuhi fasilitas yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan.

4). Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan kedalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik.

5). Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman orang lain maupun diri sendiri sehingga pengalaman yang sudah diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengalaman seseorang tentang suatu permasalahan akan membuat orang tersebut mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan masalah yang sama.

6). Usia

Semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah (Rudi Haryono,2016).

2.1.4 Kategori Pengetahuan Menurut Notoatmodjo (2012)

Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden.

- 1). Baik : Bila subjek mampu menjawab dengan benar $>76-100\%$ dari seluruh pertanyaan.
- 2). Cukup : Bila subjek mampu menjawab dengan benar $56-76\%$ dari seluruh pertanyaan
- 3). Kurang : Bila subjek mampu menjawab dengan benar $<56\%$ dari seluruh pertanyaan.

2.2 Konsep Peran keluarga

2.2.1 Definisi peran

(Andarmoyo, 2012) Peran menunjuk kepada beberapa set perilaku yang kurang lebih bersifat homogen, yang didefinisikan dan diharapkan secara normative dari seseorang okupan dalam situasi sosial tertentu. Peran didasarkan pada preskripsi dan harapan peran yang menerangkan apa yang individu harus lakukan dalam suatu situasi tertentu agar dapat memenuhi harapan mereka sendiri atau harapan orang lain menyangkut peran tersebut (Andarmoyo, 2012). Peran adalah seperangkat tingkah laku yang diharapkan oleh orang lain terhadap seseorang sesuai kedudukannya dalam suatu sistem. Peran dipengaruhi oleh keadaan sosial baik dari dalam maupun dari luar dan bersifat stabil. Peran adalah ketika seseorang memasuki lingkungan masyarakat, baik dalam skala kecil (keluarga) maupun skala besar (masyarakat luas), setiap orang dituntut untuk belajar mengisi peran tertentu. Peran sosial yang perlu dipelajari meliputi dua aspek, yaitu belajar untuk melaksanakan kewajiban dan menuntut hak dari suatu peran, dan memiliki sikap, perasaan, dan harapan-harapan yang sesuai dengan peran tersebut.

2.2.2 Definisi keluarga

Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat. Keluarga didefinisikan dengan istilah kekerabatan dimana individu bersatu dalam suatu ikatan perkawinan dengan menjadi orang tua. Dalam arti luas anggota keluarga merupakan mereka yang memiliki hubungan personal dan timbal balik dalam menjalankan kewajiban dan memberi dukungan yang disebabkan oleh kelahiran, adopsi, maupun perkawinan (Stuart, 2014). Menurut Duval keluarga merupakan sekumpulan orang yang dihubungkan oleh ikatan perkawinan, adopsi, kelahiran yang bertujuan menciptakan dan mempertahankan upaya yang umum, meningkatkan perkembangan fisik mental, emosional dan sosial dari tiap anggota keluarga (Harnilawati, 2013).

2.2.3 Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia

Peran keluarga dalam merawat lansia lanjut usia antara lain merawat dan menjaga lanjut usia, mempertahankan dan meningkatkan status mental, mengantisipasi perubahan sosial ekonomi serta memberikan motivasi dan memfasilitasi kebutuhan lanjut usia. Peranan keluarga antara lain menjaga atau merawat lansia, mempertahankan dan meningkatkan status mental, mengantisipasi perubahan status sosial eksternal serta memberikan motivasi dan memfasilitasi kebutuhan spiritual bagi lansia (Padila, 2013).

Dengan meningkatnya usia, terjadi pula penurunan kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari – hari. Pada umumnya usia lanjut memerlukan bantuan keluarga untuk meningkatkan kualitas hidup dan menjalani hari tua yang menyenangkan. Peran keluarga dan masyarakat sangat penting dalam meningkatkan derajat kesehatan dan kualitas hidup lansia, yaitu melalui perubahan perilaku kearah perilaku hidup bersih dan sehat dalam tatanan keluarga dan masyarakat, perbaikan lingkungan (fisik, biologis, sosial-budaya, ekonomi), membantu penyelenggaraan yankes (promotif, preventif, kuratif, rehabilitatif), dan ikut dalam proses kontrol dan evaluasi pelaksanaan pelayanan bagi lansia. Selain itu, yang terpenting dari pelayanan kesehatan itu sendiri adalah kesadaran dari setiap individu untuk menjaga kesehatan dan menyiapkan hari tua dengan sebaik dan sedini mungkin

2.2.3.1 Cara merawat lansia di rumah dan mencegah penyakit COVID-19:

1. Menjaga Kesehatan Diri Sendiri

Sebagai orang yang akan merawat mereka, artinya kita juga akan melakukan kontak langsung dengan lansia di rumah. Untuk itu menjaga kesehatan dimulai dari kita sendiri dulu sebelum kita merawat lansia yang ada di rumah dan berhati-hati ketika keluar rumah. Dengan melindungi diri sendiri dari paparan virus artinya kita juga turut melindungi mereka dari penularan. Lakukan protokol kesehatan dengan disiplin, *social distancing*, tidak terlalu lama menghabiskan waktu di luar dan membatasi kontak langsung dengan orang lain di luar rumah.

2. Siapkan Vitamin yang Cukup untuk Meningkatkan Imun Lansia

Minum vitamin secara rutin cara yang paling ampuh setelah rajin memakan makanan sehat dalam meningkatkan sistem imun tubuh. Vitamin disini tidak harus berbetuk pil atau tablet. Alternatif lain juga bisa seperti madu, buah-buahan dan sayuran yang memiliki kandungan vitamin C dan D yang cukup banyak.

3. Mempersiapkan APD yang Lengkap Setiap akan Keluar Rumah

Terlalu lama menghabiskan waktu di dalam rumah bisa cukup melelahkan dan menimbulkan stress juga kepada para lansia. Jika mereka ingin keluar rumah sebentar jangan lupa mempersiapkan APD (alat pelindung diri) yang lengkap seperti sarung, masker, face shield, baju lengan panjang (bisa jaket), hand sanitizer, tisu basah dan kering juga disinfektan ukuran kecil untuk disemprotkan kesetiap objek yang akan disentuh.

4. Rutin Melakukan Olahraga Kecil untuk Lansia

Menjaga kesehatan paling baik dengan berolahraga. Tapi khusus untuk lansia, pilihan jenis olahraganya pun harus lah disesuaikan dengan kemampuan tubuh mereka. Banyak jenis olahraga ringan yang bisa dicari diinternet dan bisa dilakukan oleh para lansia, seperti senam ringan lansia, jalan pagi atau sore, bersepeda dan lain sebagainya selama 20-30 menit perhari.

5. Fasilitas Hiburan di Rumah agar Tidak Cepat Bosan

Untuk mengurangi keinginan lansia keluar rumah artinya fasilitas hiburan dirumah haruslah lengkap agar mereka tidak cepat bosan. Ajak lansia di rumah untuk menonton televisi, mengisi waktu luang dengan kegiatan seperti bercocok tanam (agroterapi), merajut, menyulam dan lain lain.

2.2.3.2 Lansia membutuhkan perhatian khusus, perawatan untuk lansia dapat lebih mudah beberapa hal yang penting untuk diperhatikan dalam merawat lansia.

1. Memprioritaskan keamanan lansia

Dalam perawatan lansia, salah satu hal yang perlu Anda perhatikan adalah keamanannya, seperti yang telah disebutkan sebelumnya, pertambahan usia memang membuat tubuh menjadi tidak sekuat dahulu. Hal ini membuat lansia lebih rentan jatuh. Untuk menghindari hal tersebut, lakukan modifikasi terhadap tempat tinggal lansia.

2. Perhatikan kebutuhan nutrisi

Penting memerhatikan kebutuhan gizi untuk lansia sebagai bagian dari perawatan lansia. Sama seperti orang kebanyakan, lansia juga memerlukan zat gizi yang seimbang dan beragam. Menerapkan pola makan sehat lansia dapat membantu mencegah timbulnya penyakit.

Untuk mengatasi selera makan yang menurun, Dapat mencoba tips berikut:

- a) Beralih ke porsi makan untuk lansia yang lebih sedikit tetapi memberikannya dengan frekuensi yang lebih sering.
- b) Meningkatkan asupan kalori dengan mengonsumsi olahan susu seperti keju.
- c) Menghindari mengonsumsi makanan tinggi lemak dan gula seperti minuman ringan, kue, dan biskuit.

Untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya lansia dapat Anda lakukan dengan cara memasukkan buah dan sayur dalam menu sehari-hari untuk mencukupi kebutuhan vitamin dan mineral harian lansia.

3. Memenuhi kebutuhan lainnya

Dalam perawatan lansia, selain memenuhi kebutuhan gizi anda juga perlu memenuhi kebutuhan lansia lainnya. Sebagai contoh,perlu membantu lansia untuk berbelanja kebutuhannya, melakukan pekerjaan rumah, dan menemaninya selama berada berada dalam rumah.

4. Membantu lansia untuk tetap aktif berkegiatan

Salah satu kunci untuk hidup lebih lama lansia yang sehat dan bahagia, perawatan untuk lansia agar senantiasa berbahagia membantunya agar tetap aktif berkegiatan dan bersosialisasi dengan banyak orang. Lansia yang terlalu banyak menghabiskan waktu sendirian di rumah tanpa melakukan kegiatan yang berarti cenderung mudah merasa kesepian, terisolasi, hingga terjadi gangguan kesehatan mental pada lansia seperti depresi dan stres.

5. Menerima bantuan dari orang lain

Merawat lansia seorang diri bukan perkara mudah. Apalagi, perawatan lansia sering kali menguras pikiran dan tenaga. Demi kesehatan fisik dan mental tetap terjaga, jangan ragu untuk menerima atau bahkan meminta pertolongan kepada orang lain, khususnya anggota keluarga, teman, dan tetangga.

6. Memahami kondisi kesehatan lansia

Perawatan lansia merupakan salah satu hal yang sangat penting, khususnya bagi penyandang disabilitas atau memiliki penyakit tertentu. Tidak hanya sendirian perlu mengajak orang lain yang berkaitan, misalnya anggota keluarga, untuk sama-sama memahami kondisi kesehatan lansia. Hal ini disebabkan, ada kemungkinan bahwa mereka suatu saat akan ikut merawat dan menjaganya.

7. Membuat jadwal dengan anggota keluarga lain

Melakukan perawatan bersama dengan anggota keluarga lain, cobalah untuk menyusun jadwal untuk bergantian merawat dan menjaga lansia. Hal ini akan memudahkan anggota keluarga lain untuk adil dalam berbagi tugas dan mentaatinya.

8. Memastikan lansia selalu dalam pengawasan

Meski masih bisa melakukan banyak hal secara mandiri, bukan berarti boleh melepaskan pengawasan kepada lansia. Usahakan untuk selalu memastikan lansia berada dalam pengawasan untuk mencegah terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan.

2.3 Konsep Protokol Kesehatan

2.3.1 Definisi Protokol kesehatan

Protokol kesehatan adalah panduan atau tata cara kegiatan yang dilakukan dalam rangka menjamin individu dan masyarakat tetap sehat terlindung dari penyakit tertentu. Kementerian kesehatan telah mengeluarkan protokol kesehatan pencegahan dan pengendalian secara spesifik tentang protokol kesehatan bagi masyarakat ditempat dan fasilitas umum dalam rangka pencegahan dan pengendalian *coronavirus disease*. Protokol kesehatan yang dilakukan dalam rangka menjamin individu dan masyarakat tetap sehat terlindung dari penyakit tertentu. Tujuan penerapan protokol kesehatan adalah untuk meningkatkan upaya pencegahan dan pengendalian COVID-19 bagi masyarakat di tempat dan fasilitas umum dalam rangka mencegah terjadinya episenter/kluster baru selama masa pandemi. Prinsip utama protokol kesehatan untuk perlindungan kesehatan individu dan perlindungan kesehatan masyarakat.

Selama ini sebagian besar masyarakat masih berasumsi bahwa protokol kesehatan itu hanyalah perlindungan kesehatan individu. Sehingga jika seseorang telah melakukan perlindungan individu seolah-olah telah melakukan seluruh protokol kesehatan. Padahal aktivitas dalam rangka perlindungan kesehatan masyarakat belum dilakukan dengan baik.

Protokol kesehatan dalam rangka perlindungan kesehatan individu dapat kita akronimkan dengan kegiatan 6 M. Namun yang paling dikenal masyarakat hanya 3 M:

- a. Menggunakan masker yang menutupi hidung dan mulut hingga dagu, jika harus keluar rumah atau berinteraksi dengan orang lain yang tidak diketahui status kesehatannya (yang mungkin dapat menularkan COVID-19).
- b. Membersihkan tangan secara teratur dengan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan cairan antiseptik berbasis alkohol/handsanitizer.

- c. Menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain untuk menghindari terkena droplet dari orang yang bicara, batuk, atau bersin.

Agar perlindungan kesehatan individu semakin baik perlu ditambah 3 M lainnya, yaitu:

- d. Menghindari menyentuh mata, hidung, dan mulut dengan tangan yang tidak bersih (yang mungkin terkontaminasi droplet yang mengandung virus).
- e. Menghindari kerumunan, keramaian, dan berdesakan.
- f. Meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seperti mengkonsumsi gizi seimbang, aktivitas fisik minimal 30 menit sehari dan istirahat yang cukup (minimal 7 jam), serta menghindari faktor risiko penyakit, seperti diabetes, hipertensi, gangguan paru, gangguan jantung, gangguan ginjal, kondisi immunocompromised/penyakit autoimun, kehamilan, lanjut usia, anak-anak.

Menurut penelitian yang dilakukan penerapan protokol kesehatan dalam bentuk perlindungan kesehatan individu ini terutama aktivitas cuci tangan dengan sabun dapat menurunkan risiko tertular Covid-19 $\pm 35\%$, menggunakan masker biasa $\pm 45\%$, menggunakan masker bedah $\pm 70\%$, Jaga jarak minimal 1 meter $\pm 85\%$, (Derek, *et al.*, 2020 dan Andrew, *et al.*, 2020). Khusus penggunaan masker bedah menurut rekomendasi WHO diperuntukkan untuk tenaga kesehatan, orang sakit dan orang tua yang berumur 60 tahun ke atas. Namun demikian bagi kita yang sehat tidak perlu khawatir hanya menggunakan masker biasa/ kain, sepanjang kita juga disiplin untuk jaga jarak maka efektivitasnya semakin tinggi dalam pencegahan penularan Covid-19. Disamping itu hal yang perlu ditekankan adalah penggunaan masker yang benar. Banyak peristiwa yang menunjukkan penggunaan masker yang salah diantaranya jika berbicara maskernya dibuka, maskernya hanya menutup mulut tanpa menutup hidung dan malah dibuka hanya menutup dagu saja.

Protokol kesehatan dalam rangka perlindungan kesehatan masyarakat dapat kita akronimkan dengan kegiatan 3 M dalam upaya penapisan dan pemantauan kondisi kesehatan melalui pemeriksaa

- a. Memeriksa diri jika ada sedang sakit ke fasilitas kesehatan
- b. Menyetujui untuk dilakukan Rapid test dan atau Swab test
- c. Menyetujui jika harus isolasi mandiri dan atau di RS.

2.3.2 Mencuci tangan

2.3.2.1 Mencuci tangan pakai sabun

Rutin mencuci tangan hingga bersih adalah salah satu protokol kesehatan yang cukup efektif untuk mencegah penularan COVID-19. Untuk hasil yang maksimal, cucilah tangan setidaknya selama 20 detik beberapa kali sehari, terutama saat: Sebelum memasak atau makan, Setelah menggunakan kamar mandi, Setelah menutup hidung saat batuk, atau bersin. Untuk membunuh virus dan kuman-kuman lainnya, gunakan sabun dan air atau pembersih tangan dengan alkohol setidaknya dengan kadar 60 persen

Cuci tangan pakai sabun terbukti efektif pencegahan penularan virus corona karena tangan yang bersih setelah dicuci pakai sabun dapat mengurangi resiko masuknya virus masuk ke dalam tubuh, sabun dapat dengan mudah menghancurkan membrane lipid covid-19 membuat virus corona tidak aktif.

Cara mencuci tangan yang benar harus menggunakan sabun dan air mengalir sebagai berikut :

- a. Di bawah air yang mengalir, basahi kedua tanganmu dari telapak tangan sampai pertengahan lengan.
- b. Tuangkan sabun secukupnya dan oleskan ke kedua tanganmu hingga menutupi seluruh permukaan tangan.
- c. Gosok kedua telapak dan punggung tanganmu secara bergantian.
- d. Jangan lupa gosok juga jari-jari tangan dan sela-sela jari sampai bersih.
- e. Bersihkan juga ujung jari kamu secara bergantian dengan cara mengatupkannya.

- f. Bersihkan kedua ibu jari tangan secara bergantian dengan cara menggenggam dan memutar ibu jari secara bergantian.
- g. Letakkan ujung jari-jari kamu ke telapak tangan, kemudian gosok secara perlahan. Lakukan juga hal yang sama dengan tangan yang satunya lagi.
- h. Setelah itu, bilas kedua tangan dengan air yang mengalir.
- i. Keringkan kedua tangan dengan menggunakan handuk atau tisu kering yang bersih.
- j. Gunakan handuk atau tisu tersebut untuk menutup keran air.

2.3.2.2 Membersihkan Tangan Menggunakan Cairan Pembersih Tangan

Mencuci tangan menggunakan cairan pembersih tangan dapat dilakukan dalam situasi tertentu dimana sabun dan air bersih tidak tersedia. Agar hasilnya efektif, cairan pembersih tangan yang digunakan hendaknya mengandung alkohol dengan kadar minimal 60%.

Mencuci tangan pakai sabun dan air bersih akan memberi manfaat yang berbeda dari cairan pembersih tangan berbasis alkohol. Sabun dan air bersih dapat menghilangkan semua jenis kuman dari tangan, sedangkan cairan pembersih tangan berbasis alkohol hanya bisa mengurangi jumlah kuman tertentu di kulit

Cara memakai cairan pembersih tangan :

- a. Oleskan cairan pembersih tangan ke salah satu telapak. Bacalah label produk yang digunakan untuk mengetahui jumlah yang mesti digunakan sekali pakai.
- b. Gosok kedua tangan.
- c. Gosokkan cairan ke seluruh telapak tangan, punggung tangan, dan jari sampai cairan pada tangan Anda mengering. Lakukan tahap ini selama sekitar 20 detik.

2.3.2.3 Waktu Penting untuk Membersihkan Tangan

Agar tetap sehat dengan sering mencuci tangan, terutama pada saat-saat penting berikut dilansir Centers for Disease Control and Prevention (CDC):

- a. Sebelum, selama, dan setelah menyiapkan makanan
- b. Sebelum dan sesudah makan
- c. Sebelum dan sesudah merawat seseorang di rumah yang sakit muntah atau diare
- d. Sebelum dan sesudah merawat luka atau luka
- e. Setelah menggunakan toilet
- f. Setelah membuang ingus, batuk, atau bersin
- g. Setelah menyentuh hewan, pakan ternak, atau kotoran hewan
- h. Setelah memberi makanan hewan atau camilan hewan peliharaan
- i. Setelah menyentuh sampah
- j. Sebelum menyentuh mata, hidung, atau mulut Anda
- k. Setelah menyentuh permukaan benda termasuk gagang pintu, meja, dll
- l. Sebelum dan sesudah mengunjungi teman, keluarga, atau kerabat yang di rumah sakit atau panti jompo.

2.3.3 Memakai masker

Menggunakan masker pada saat pandemi COVID-19 merupakan hal yang wajib dipakai terutama ketika bepergian keluar rumah. Masker menjadi hal yang esensial karena mampu menangkal virus ataupun bakteri yang akan masuk ke mulut ataupun hidung seseorang.

cara memakai masker yang benar:

- a. Pastikan kita telah mencuci tangan dengan benar.
- b. Jika menggunakan masker bedah, pastikan sisi luar adalah yang berwarna hijau dan sisi dalam yang berwarna putih.
- c. Pasang tali masker dengan baik. Jika tali masker perlu diikat, ikat bagian atas terlebih dahulu, kemudian bagian bawahnya.
- d. Pastikan masker menutupi hidung, mulut, dan dagu dengan sempurna. Pastikan pula bagian yang ada logamnya berada di batang hidung.

- e. Lekukkan strip logam mengikuti lekukan hidung hingga tidak ada menyisakan lubang.
- f. Hindari menyentuh bagian tengah masker saat menggunakan dan melepas masker.
- g. Buang masker ke tempat sampah dan cuci tangan hingga bersih setelah menggunakan masker.

2.3.4 Menjaga jarak

Kondisi menjaga jarak dengan orang lain agar tidak terjadi penularan

- a. Menjaga jarak dengan orang minimal 1 meter
- b. Tetap tinggal dirumah tidak pergi kemana-mana kecuali urusan yang penting
- c. Jangan pergi ketempat ramai
- d. Gunakan masker bila berada ditempat ramai
- e. Tidak bersalaman
- f. Tidak berkumpul.

2.4 Konsep Lansia

2.4.1 Definisi lansia

Lansia atau menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi di mulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua. (Dede Nasrullah, 2016).

2.4.2 Batasan-Batasan Lanjut Usia

Menurut WHO, Lanjut usia meliputi :

- 1) Usia pertengahan (middle age), adalah kelompok usia (45-59 tahun).
- 2) Lanjut usia (eldery) antara (60-74 tahun).
- 3) Lanjut usia (old) antara (75 dan 90 tahun).

4) Usia sangat tua (very old) diatas 90 tahun.

Batasan mengenai lanjut usia di indonesia adalah 60 tahun ke atas, dalam Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia pada Bab 1 Pasal 1 Ayat 2 Menurut Undang-Undang tersebut di atas lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun keatas. (Dede Nasrullah, 2016).

2.4.3 Tipe Lanjut Usia

1. Tipe arif bijaksana

Lanjut usia ini kaya dengan hikmah, pengalaman, menyesuaikan diri dengan perubahan zaman, mempunyai kesibukan, bersikap ramah, rendah hati, sederhana, dermawan, memenuhi undangan dan menjadi paanutan.

2. Tipe mandiri

Lanjut usia ini senang mengganti kegiatan yang hilang dengan kegiatan yang baru, selektif dalam mencari pekerjaan dan teman pergaulan, seta memenuhi undangan.

3. Tipe tidak puas

Lanjut usia yang selalu mengalami konflik lahir batin, menentang proses penuaan yang menyebabkan kehilangan kecantikan, kehilangan daya tarik jasmani, kehilangan kekuasaan, status, teman yang disayangi, pemarah, tidak sadar, mudah tersinggung, menuntut, sulit dilayani dan pengkritik.

4. Tipe pasrah

Lanjut usia yang selalu menerima dan menunggu nasi baik, mempunyai konsep habis (habis gelap datang terang), mengikuti kegiatan beribadat, ringan kaki, pekerjaan apa saja dilakukan.

5. Tipe bingung

Lanjut usia yang kagetan, kehilangan kepribadian, mengasingkan diri, merasa minder, menyesal, pasif dan acuh tak acuh.

2.4.4 Proses Menua

Menua (menjadi tua) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri/mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang dideritanya, ini merupakan proses terus-menerus (berkelanjutan) secara alami. Ini dimulai sejak lahir dan umumnya dialami semua makhluk hidup (Ma'rifatul, 2011).

Menua bukanlah suatu penyakit tetapi merupakan suatu proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam maupun luar tubuh. Walaupun demikian, memang harus diakui bahwa ada beberapa penyakit yang menghadapi kaum lansia. Proses menua sudah berlangsung sejak seseorang mencapai usia dewasa, misalnya dengan terjadinya kehilangan jaringan pada otak, susunan syaraf, dan jaringan lain sehingga tubuh mati sedikit demi sedikit (Ma'rifatul, 2011).

Sebenarnya tidak ada batas yang tegas pada usia berapa penampilan seseorang mulai menurun. Pada setiap orang, fungsi fisiologis alat tubuhnya sangat berbeda, baik dalam hal pencapaian puncak maupun menurun. Hal ini juga sangat individu, namun umumnya fungsi fisiologis tubuh mencapai puncak pada usia antara 20 sampai 30 tahun. Setelah mencapai fungsi, alat tubuh akan berada dalam kondisi tetap utuh beberapa saat, kemudian menurun sedikit demi sedikit sesuai dengan bertambahnya umur (Ma'rifatul, 2011).

2.4.5 Perubahan-perubahan yang terjadi pada lanjut Usia

1. Sel

Jumlah sel pada lansia akan berkurang, ukuran sel akan membesar, cairan tubuh akan menurun, dan cairan intraseluler akan menurun.

2. Kardiovaskuler

Katup jantung pada lansia akan menebal dan kaku, kemampuan memompa darah akan menurun (menurunnya kontraksi dan volume) elastisitas pembuluh darah akan menurun, serta meningkatkan relaksi pembuluh darah perifer sehingga tekanan darah meningkat (Maryam, 2010).

3. Respirasi

Otot-otot pernafasan kekuatannya akan menurun dan kaku, elastisitas paru akan menurun, kapasitas residu meningkat sehingga menarik nafas lebih berat, alveoli melebar dan jumlahnya menurun, kemampuan batuk menurun, serta terjadi penyempitan pada bronkus (Maryam, 2010).

4. Persarafan

Saraf panca indra mengecil sehingga fungsinya menurun serta lambat dalam merespon dan waktu bereaksi yang khususnya berhubungan dengan stres. Berkurangnya atau hilangnya lapisan myelin akson, sehingga menyebabkan berkurangnya respon motorik dan reflek.

6. Muskuloskeletal

Cairan tulang menurun sehingga mudah rapuh, bungkuk, persendian membesar dan menjadi kaku, kram, tremor, dan tendon mengeras dan mengalami skelosis.

7. Gastrointestinal

Esofagus melebar, asam lambung menurun, lapar menurun dan peristaltik menurun sehingga daya absorpsi juga ikut menurun. Ukuran lambung mengecil sehingga fungsi organ aksesori menurun sehingga menyebabkan berkurangnya produksi hormon dan enzim pencernaan.

8. Pendengaran

Membran timpani atrofil terjadi gangguan pendengaran. Sehingga tulang-tulang pendengaran mengalami kekakuan.

9. Penglihatan

Respon terhadap sinar menurun, adaptasi terhadap gelap menurun, akomodasi menurun, lapang pandang menurun, dan katarak

10. Kulit

Keriput serta kulit kepala dn rambut menipis rambut dalam hidung dan telinga menebal. elastisitas menurun, vaskularisasi menurun, rambut memutih (ubun), kelenjar keringat menurun, kuku keras dan rapuh, serta kaki tumbuh berlebihan seperti tanduk (maryam, 2010).

2.5 Konsep Covid-19

2.5.1 Definisi Covid-19

Sever acute respiratory syndrome-coronavirus (SARS) merupakan suatu penyakit yang serius dan disebabkan oleh infeksi virus pada paru-paru yang bersifat mendadak dan menunjukkan gejala gangguan pernapasan pada pasien yang mempunyai riwayat kontak dengan pasien SARS (widoyono) *Coronavirus Disease 19* (COVID-19) penyakit yang disebabkan oleh Novel *Coronavirus* (2019-nCoV) atau yang kini dinamakan SARS-CoV-2 yang merupakan virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia (Mulati,E.,2020).

Menurut WHO, virus corona COVID-19 menyebar orang ke orang melalui tetesan kecil dari hidung atau mulut yang menyebar ketika seseorang batuk atau menghembuskan nafas. Tetesan ini kemudian jatuh ke benda yang disentuh oleh orang lain. Orang tersebut kemudian menyentuh mata, hidung, atau mulut. Berdasarkan studi yang ada saat ini belum ditemukan penyebaran COVID-19 melalui udara bebas. Beberapa waktu lalu, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengumumkan bahwa penyebaran virus Corona bisa terjadi melalui udara. Dalam pedoman terbarunya yang dirilis di laman resminya,

WHO akhirnya memasukkan udara sebagai salah satu transmisi atau cara penularan virus Corona. Pandemi *Corona Virus Deases 19* (Covid -19) merupakan bentuk kasus baru di dunia kesehatan yang mempunyai beragam dampak, baik biologis, psikologis, sosial dan spiritual. Pandemi yang terjadi dari aktivitas virus dengan serangan menginfeksi yang cepat pada setiap individu ini sangatlah mengejutkan di berbagai sektor kehidupan. Lansia yang merupakan salah satu yang terkena dampak Covid-19 karena termasuk dalam kategori usia yang rentan dan berisiko, kondisi itulah yang mengharuskan suatu perlindungan dan pencegahan yang ekstra bagi lansia.

Virus **Corona** atau *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) adalah virus yang menyerang sistem pernapasan. Penyakit karena infeksi virus ini disebut **COVID-19**. Virus **Corona** bisa menyebabkan gangguan ringan pada sistem pernapasan, infeksi paru-paru yang berat, hingga kematian. COVID-19 (*coronavirus disease 2019*) adalah penyakit yang disebabkan oleh jenis coronavirus baru yaitu Sars-CoV-2, yang dilaporkan pertama kali di wuhan tiongkok pada tanggal 31 Desember 2019.

Coronavirus (CoV) adalah keluarga besar dari virus yang menyebabkan penyakit, mulai dari flu biasa hingga penyakit pernapasan yang lebih parah, seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS). Virus ini diberi nama berdasarkan struktur mirip mahkota di permukaannya. “Corona” dalam bahasa Latin berarti “halo” atau “mahkota”.

Penyebaran coronavirus sama seperti virus yang penyebab flu lainnya, yakni dari batuk dan bersin, atau dari sentuhan orang yang terinfeksi. Virus ini juga dapat menular apabila Anda menyentuh barang yang terkontaminasi, lalu menyentuh hidung, mata, dan mulut tanpa mencuci tangan.

2.5.2 Etiologi

Etiologi *coronavirus disease 2019* (COVID-19) adalah virus dengan nama spesies *severe acute respiratory syndrome virus corona 2* yang disebut SARS-CoV-2. Dua virus yang pertama kali dicurigai sebagai penyebab SARS adalah *paramyxovirus* dan *coronavirus* . dan terakhir hanya *coronavirus* yang

diduga sebagai penyebab SARS adalah berdasarkan droplet dan kontak. Penularan fecal-oral juga mungkin terjadi melalui diare. SARS juga bias menyebar jika seseorang menyentuh mata, hidung atau mulut, juga melalui batuk atau bersin dari pasien SARS. Setelah kebutuhan masuk ketubuh manusia *coronavirus* ini dapat menimbulkan infeksi atau saluran pernapasan atas dan juga bawah sehingga mengakibatkan system iimunitas pernapasan menjadi turun dan berakibat batuk yang lama dan akan mengakibatkan kerusakan epitel dan gerakan silia berkurang jika diteruskan akan mengakibatkan infeksi bertambah berat (sumarno).

COVID-19 merupakan penyakit yang disebabkan oleh infeksi virus SARS-CoV-2. Dibandingkan dengan virus corona lain, seperti SARS atau MERS, virus SARS-CoV-2 lebih mudah menular. Penularan virus ini terjadi melalui droplet, baik secara langsung maupun tidak langsung. Secara langsung misalnya melalui percikan droplet penderita saat bersin, batuk, atau menghembuskan napas yang mengenai orang lain secara langsung dalam jarak kurang dari 1 meter. Sementara itu, penularan secara tidak langsung biasanya terjadi ketika droplet yang dikeluarkan penderita menempel pada permukaan benda-benda dan orang lain menyentuh permukaan tersebut, lalu memegang bagian wajahnya. Penggunaan *face shield* menjadi upaya agar kita tidak mudah untuk otomatis menyentuh bagian wajah kita.

2.5.3 Manifestasi klinis

Manifestasi Klinis Covid-19 menjadi perhatian penting pada bidang medis, bukan hanya karena penyebarannya yang cepat dan berpotensi menyebabkan kolaps sistem kesehatan, tetapi juga karena beragamnya manifestasi klinis pada pasien (Vollono dkk., 2020). Spektrum klinis Covid-19 beragam, mulai dari asimtomatik, gejala sangat ringan, hingga kondisi klinis yang dikarakteristikan dengan kegagalan respirasi akut yang mengharuskan penggunaan ventilasi mekanik dan support di *Intensive Care Unit* (ICU). Ditemukan beberapa kesamaan manifestasi klinis antara infeksi SARS-CoV-2 dan infeksi betacoronavirus sebelumnya, yaitu SARS-CoV dan MERS-CoV. Gejala klinis umum yang terjadi pada pasien Covid-19, diantaranya yaitu

demam, batuk kering, dispnea, fatigue, nyeri otot, dan sakit kepala (Lapostolle dkk., 2020; Lingeswaran dkk., 2020).

2.5.4 Penatalaksanaan

2.5.4.1 Penatalaksanaan kasus suspect SARS

- 1) Kasus dengan gejala SARS melewati triase (petugas sudah memakai masker N95). Untuk segera dikirim ke ruangan pemeriksaan atau bangsal yang sudah disiapkan
- 2) Berikan masker bedah pada penderita
- 3) Petugas masuk ke ruang pemeriksaan sudah memakai penggunaan alat proteksi perorangan (PAPP).
- 4) Pemeriksaan fisik
- 5) Pengobatan dirumah diberikan antibiotic bila ada indikasi, vitamin, dan makanan bergizi
- 6) Anjurkan pasien apabila keadaan memburuk segera hubungi dokter, atau rumah sakit.
- 7) Bila foto toraks menunjukkan gambaran infiltrate satu sisi atau dua sisi paru dengan atau tanpa infiltrate intersial lihat penatalaksanaan kasus probable suspek SARS yang dirawat seperti: Isolasi, Perhatikan keadaan umum, kesadaran tanda-tanda vital (Nadi,tensi, suhu, nafas).

2.5.4.2 Pertatalaksaan kasus probable SARS

- 1) Rawat dirumah sakit dalam ruangan isolasi dengan kasus sejenis
- 2) Pengambilan darah : untuk darah tepi lengkap, fungsi hati, keratin fosfokinase, urea,dan elektrolit
- 3) Pengambilan sampel untuk membedakan dari kasus pneumonia tipikal/atipikal : pemeriksaan usap hidung dan tenggorokan,biakan darah, urine
- 4) Pemantauan darah 2 hari sekali
- 5) Foto toraks diulang sesuai indikasi
- 6) Pemberian pengobatan : ringan atau sedang, berat.

2.5.4.3 Indikasi keluar dari rumah sakit

- 1) Tidak panas selama 48 jam
- 2) Tidak batuk
- 3) Leukosit kembali normal
- 4) Trombosit kembali normal.

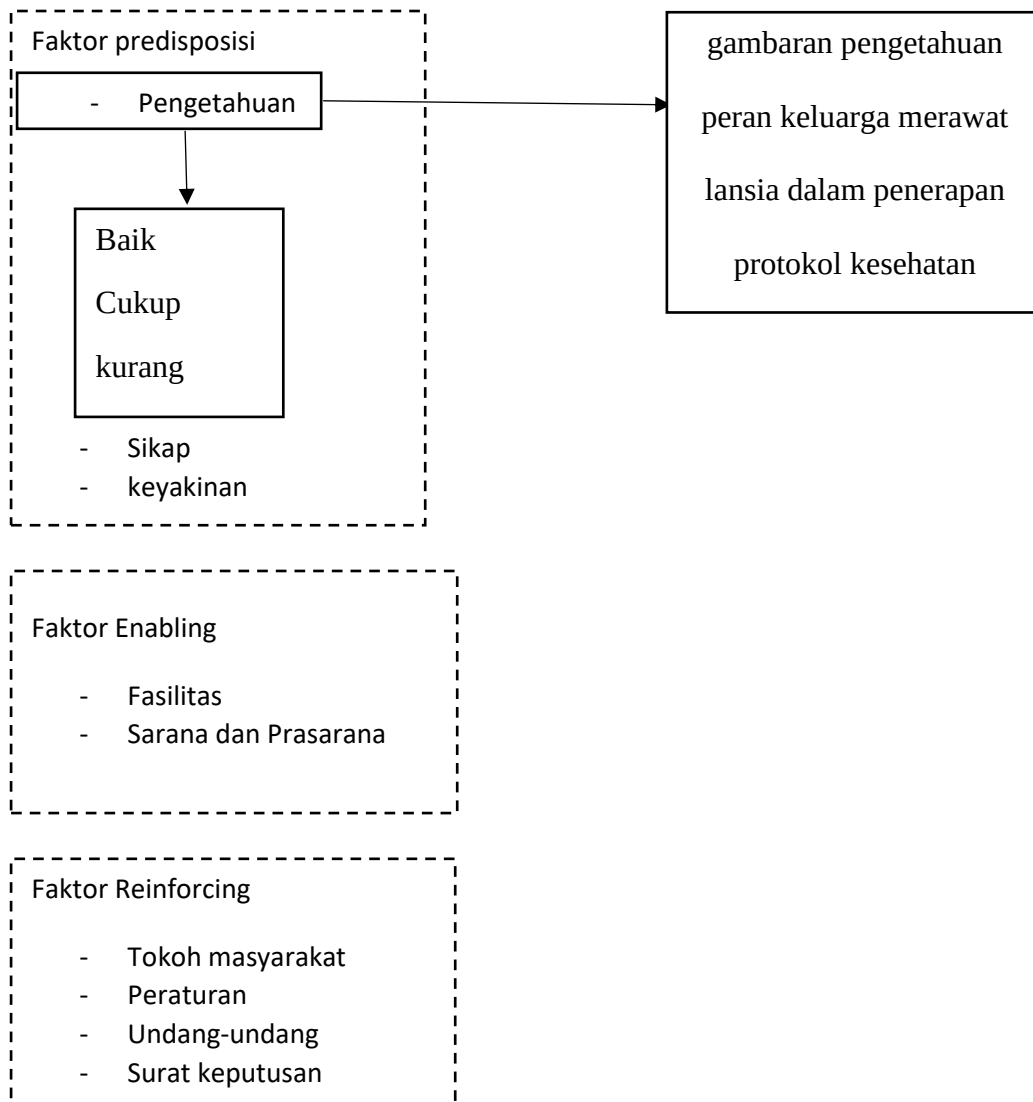
2.5.5 Komplikasi

1. Pneumonia.
2. Gagal napas akut
3. Acute respiratory distress syndrome (ARDS)
4. Kerusakan jantung
5. Infeksi sekunder
6. Gagal ginjal akut

BAGAN 2.6

Kerangka Konsep

Gambaran Pengetahuan Peran Keluarga Merawat Lansia dalam Penerapan Protokol Kesehatan dimasa pandemi covid-19 desacigending Kota Bandung Tahun 2021



Keterangan

= Diteliti

= Tidak diteliti

Sumber : Lawrence Green (1980) dalam Notoatmodjo (2013)