



PERILAKU ADAPTASI KEBIASAAN BARU MASYARAKAT DALAM UPAYA PENCEGAHAN COVID-19

Adhistie Indah Sari Nama¹, Aras Mulyadi², Nofrizal³, Nopriadi⁴.

¹Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Laksamana Pekanbaru

²Universitas Riau

³Universitas Riau

⁴Universitas Ria

Corresponding Author: Adhistie Indah Sari, Program Studi Kebidanan, akademi Kebidanan Laksamana.

E-Mail: adhistieoke@gmail.com

Received 04 Agustus 2022 ; **Accepted** 12 Agustus 2022 ; **Online Published** 30 Oktober 2022

Abstrak

Adapatasi kebiasaan baru merupakan tindakan menerapkn tatanan hidup baru guna menjaga produktifitas selama masa pandemic Covid-19 dengan menerapkan perilaku pencegahan Covid-19. Artikel ini bertujuan untuk mengetahui perilaku adaptasi kebiasaan baru masyarakat dalam mencegah Covid-19 dengan menggunakan metodologi *literatur Review*. Data yang digunakan dalam penelitian ini bersumber dari database publikasi *Google Scholar*, *Springlink* dengan kata kunci Adapatsai kebiasaan baru, Covid -19. Berdasarkan review jurnal, dapat di ambil dari beberapa artikel menunjukkan bahwa perilaku kebiasaan masyarakat memakai masker, mencuci tangan masih rendah. Diharapkan dengan review ini dapat juga menjadi bahan kajian lebih lanjut dan menjadi informasi tambahan dalam bidang dunia kesehatan

Keyword : *adaptasi Kebiasaan Baru; Covid-19.*

PENDAHULUAN

Coronavirus (Covid-19), penyakit yang sangat mudah menular mengancam keselamatan jiwa manusia di seluruh dunia serta dianggap menjadi pandemi ketiga di abad ke-21 (Perlman, 2020). Awal munculnya Coronavirus sindrom pernapasan (SARS-CoV) di China tahun 2002-2003, sindrom pernafasan Coronavirus (MERS-CoV) di Arab Saudi tergolong akut dan parah pada tahun 2012-2013, dan yang paling heboh

Coronavirus mirip SARS ditemukan Desember 2019 lalu, virus ini terkait dengan makanan laut pasar grosir di Wuhan, Cina. Cina mengidentifikasi pneumonia yang tidak diketahui etiologinya tersebut sebagai jenis baru Coronavirus (Zhu, et al., 2020; Fan, et al., 2020).

Meningkatnya kasus Covid-19 di Pekanbaru karena masih banyak masyarakat yang tidak melaksanakan ajuran pemerintah

dalam menjalankan adaptasi kebiasaan baru dalam menerapkan protokol kesehatan dengan istilah 5M (mencuci tangan pakai sabun, memakai masker dan menjaga jarak, menghindari kerumunan, mengurangi mobilitas). Kepatuhan terhadap adaptasi kebiasaan baru mutlak menjadi prasyarat memutus rantai penularan Covid-19 dan dapat menekan penyebaran virus tersebut kepada orang lain yang dapat berujung kepada kematian seseorang. Hal ini senada dengan (Guo, et al. 2020) yang menyatakan Covid-19 memiliki tingkat mortalitas 2-3%.

Gerakan mencegah daripada mengobati terhadap pandemi Covid-19 menjadi satu satunya pilihan yang dapat dilakukan (Zendrato 2020). Gerakan ini dapat dilakukan dengan memberi perhatian khusus pada upaya promotif preventif. Upaya preventif dapat dilakukan sosialisasi kepada masyarakat umum melalui kebijakan kota Pekanbaru yang dituangkan melalui peraturan daerah nomor: 05 tahun 2021 pada tanggal 05 mei 2021 tentang perlindungan masyarakat dari penyebaran dan dampak covid-19. Sosialisasi ini dinilai belum efektif, karena masih banyak masyarakat yang belum mengetahui tentang keberadaan peraturan daerah tersebut. Hal ini menjadi penting mengingat penyakit coronavirus disease ini adalah penyakit yang baru dikenal oleh masyarakat dan mengalami perkembangan

yang dinamis pada pencegahan maupun cara penularannya.

Pandemi COVID-19 tidak hanya berdampak pada sektor kesehatan saja, namun juga sektor lainnya seperti pendidikan, ekonomi, pariwisata, dan sebagainya (Uddin et al. 2020). Kebijakan mengenai adaptasi kebiasaan baru yang menerapkan protokol kesehatan 5M oleh pemerintah harus diikuti dengan adanya sosialisasi kepada masyarakat secara berkelanjutan. Strategi untuk mencegah penyebaran Covid-19 dengan memberikan pendidikan kesehatan atau edukasi yang dapat meningkatkan pengetahuan adaptasi kebiasaan baru dalam penerapan 5M.

ISI

METODE PENELITIAN

Metodelogi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Systematic literatur Review*. Data yang digunakan dalam penelitian ini bersumber dari database publikasi *Google Scholar*, *Springlink* dengan kata kunci Adaptasi kebiasaan baru, Covid - 19.

Adapun jurnal artikel yang digunakan dalam review ini sebanyak 103 berdasarkan kata kunci, 20 Artikel fulltext terpilih dan 14 artikel terpilih yang sesuai dengan kriteria inklusi.

HASIL PENELITIAN

Hasil review yang dilakukan terhadap 14 artikel menunjukkan bahwa adaptasi kebiasaan baru untuk mencegah Covid-19 masih tergolong rendah karena dipengaruhi oleh faktor internal (karakteristik responden) dan faktor eksternal. Hsu, *et al.*, (2020) menyatakan karakteristik masyarakat juga mempengaruhi perilaku adaptasi kebiasaan baru masyarakat dalam pencegahan Covid-19 di Taiwan meliputi umur, tempat tinggal, jenis kelamin, pekerjaan. Hal ini dapat sejalan dengan hasil dari survey yang dilakukan secara online melalui situs *covid19.go.id* pada bulan Maret 2020 yang dikelola oleh gugus tugas dalam Persepsi Masyarakat dalam Covid-19 tentang penerapan adaptasi kebiasaan baru, usia yang mengikuti survey kurang dari 45 tahun sebesar 69,01%, dapat dilihat bahwa usia dibawah umur 45 tahun lebih peduli dalam perilaku kesehatan. Hanifah, W; *et al* (2021) juga menyebutkan bahwa Usia 20-29 tahun memiliki perilaku yang baik mengenai adaptasi kebiasaan baru sebesar 57,9% dibandingkan usia 30-39 tahun. Penelitian ini sejalan dengan Fajri, *et al* (2021) perilaku baik dalam adaptasi kebiasaan baru mayoritas berada pada kelompok umur 18-25 tahun (59,7%). Rakhmawati; F., (2022) juga menyebutkan bahwa Responden didominasi oleh kaum milenial dengan range umur sekitar 20-30 tahun (64,2%). Pada usia

tersebut para kaum milenial memiliki gairah untuk memenuhi keingintahuannya. Identitas yang ingin mereka cari diekspresikannya lewat sikap dan gaya hidup mereka cenderung bebas. Semakin usia bertambah, bertambah pula kedewasaan mereka dalam menyikapi sesuatu khususnya dalam pembelian alat kesehatan. Sedangkan penerapan perilaku hygiene dan jarak sosial di Arab Saudi lebih susah diterapkannya pada usia 65 tahun keatas dibandingkan dengan usia 18-24 tahun (Alkaldi, *et al.*, 2020).

Menurut Down, *et al* (2020); Bish & Michie (2020) karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin, berhubungan terhadap tingkat kematian akibat covid-19. Gender berperan penting dalam mempengaruhi perilaku adaptasi kebiasaan baru. Perempuan lebih sering terlibat dalam perilaku pencegahan covid-19 dari pada pria (Geldsetzer, 2020). Hal ini disebabkan karena perempuan memiliki perilaku perlindungan diri dari penularan COVID-19 dan pengetahuan mengenai definisi sehat yang lebih baik. Sesuai dengan penelitian Fajri, *et al* (2021) menyebutkan bahwa jenis kelamin perempuan (54,4%) lebih tinggi peran serta dalam adaptasi kebiasaan baru. Perempuan lebih banyak sekitar 68,3% daripada laki-laki sebesar 31,7% yang mewakili kaum masyarakat urban di kota Jakarta dan kota Bandung. Responden

perempuan berpeluang 2.29 kali untuk menerapkan perilaku adaptasi kebiasaan baru yang lebih baik dibandingkan responden laki-laki (Rakhmawati, F.,2022). Perempuan lebih bertanggung jawab, peduli terhadap kesejahteraan diri dan orang lain, mudah cemas terhadap risiko. Berbeda dengan laki-laki yang bersifat bebas, agresif, berani mengambil risiko, sehingga lebih berpeluang untuk berperilaku yang kurang baik dan bertentangan dengan aturan (Wiranti *et al.*, 2020). Status ekonomi yang tinggi memiliki perilaku yang sesuai dengan protokol Covid-19 (Zhong, *et al.*, 2020).

Untuk faktor eksternal, sumber informasi sangat berperan penting dalam perubahan perilaku individu. Li, *et al.*, (2020) menyebutkan bahwa responden yang menerima informasi kesehatan online di Amerika lebih sering terlibat dalam perilaku pencegahan Covid-19. Responden yang memperoleh informasi kesehatan melalui media sosial dan televisi di China memiliki sikap positif dalam menerapkan perilaku pencegahan covid-19 (Zhong, *et al.*, 2020). Sejalan dengan hasil penelitian Zaenudin, M; *et al* (2021) menyebutkan bahwa 69.8% masyarakat memilih media elektronik sebagai media yang paling banyak dan paling seiring digunakan untuk mengakses informasi tentang Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) masyarakat dapat berupa berita di televisi, website resmi baik milik badan kesehatan nasional maupun

internasional, serta artikel/jurnal ilmiah terpublikasi dan selain itu, 68.8% pendapat masyarakat memilih media sosial. Dalam hal ini media sosial yang paling banyak digunakan diantaranya grup Whatapps, Instagram, Line, Twitter,dan Facebook. Sementara itu, 2.1% masyarakat mengklaim bahwa mereka mengetahui Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) melalui media lainnya seperti dari lingkungan kerja dan tempat tinggalnya. Sedangkan menurut Hanifah, W; *et al* (2021) responden umumnya lebih percaya informasi dari tenaga kesehatan, baik melalui konsultasi langsung (96,2%) maupun pers asosiasi profesi (90%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Sudiro & Watimena, 2020) yang menunjukkan bahwa masyarakat lebih percaya informasi terkait COVID-19 dari praktisi dan otoritas kesehatan. Kepercayaan ini didasari karena tenaga kesehatan memiliki pengetahuan dan pengalaman yang lebih baik terkait masalah kesehatan.

Selanjutnya tokoh masyarakat dapat membantu dengan memastikan semua orang mendapat informasi yang benar dan tidak menyebar hoax atau informasi yang salah. Tokoh masyarakat juga dapat membuat WA Group bagi lingkungan setempat agar warga Selalu menerima informasi terkini. Selain itu tokoh masyarakat dapat memberikan sanksi atau teguran kepada masyarakat dalam penerapan adaptasi kebiasaan baru (Kemenkes, 2020).

PEMBAHASAN

Adaptasi kebiasaan baru untuk mencegah Covid-19 masih tergolong rendah karena dipengaruhi oleh faktor internal (umur, jenis kelamin, usia, status social ekonomi, pengetahuan dan pendidikan) dan faktor eksternal (sumber informasi dan dukungan dari tokoh masyarakat).

Faktor Intenal salah satunya adalah persepsi masyarakat terhadap perilaku adaptasi kebiasaan baru, mayoritas masyarakat cenderung menganggap bahwa penerapan protokol kesehatan yang ada saat Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) terlalu ribet. Hal ini dapat disebabkan oleh tidak terbiasanya masyarakat untuk melakukan aktivitas dengan protokol kesehatan yang dapat melindungi masyarakat tersebut seperti, mencuci tangan pakai sabun sesering mungkin, menggunakan masker dan membawa handsinitizer ketika bepergian keluar rumah sedangkan minoritas masyarakat diantaranya mengakui bahwa tidak tahu sama sekali soal AKB, dikarenakan kurangnya sosialisasi AKB di lingkungan tempat tinggal, khususnya daerah-daerah terpencil.

Untuk faktor eksternal, sumber informasi sangat berperan penting dalam perubahan perilaku individu. Beberapa hasil penelitian menyebutkan bahwa responden yang menerima informasi kesehatan online

melalui media sosial dan televisi memiliki sikap positif dalam menerapkan perilaku pencegahan covid-19

Beberapa faktor risiko dapat memperberat covid-19, seperti usia >50 tahun, hipertensi, penyakit kardiovaskular, diabetes mellitus, penyakit paru, dan penyakit jantung (Guo, *et al.*, 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil *review* jurnal dapat diambil kesimpulan dari beberapa artikel bahwa adaptasi kebiasaan baru dapat dipengaruhi oleh faktor internal (umur, jenis kelamin, pekerjaan, sosial ekonomi, pendidikan dan pengetahuan) dan faktor eksternal (sumber informasi, lingkungan, dukungan tokoh masyarakat). Perilaku adaptasi kebiasaan baru masyarakat di masa sekarang ini bisa dilaksanakan dengan optimal apabila edukasi kesehatan dan promosi kesehatan bersinergi pada masyarakat dengan tepat guna.

Diharapkan hasil *review* ini dapat menjadi referensi dan informasi bagi peneliti selanjutnya untuk menambah wawasan, pengetahuan dan ilmu di bidang kesehatan .

DAFTAR PUSTAKA

Alkhaldi G, Aljuraiban H , Alhurishi S, De Souza R , Lamahewa K , Lau R , Alshaikh F. 2020. Perceptions Towards COVID-19 and Adoption of Preventive Measures Among the Public in Saudi

- Arabia: A Cross Sectional Study. DOI: <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-87494/v1>.
- Akalu Y, Ayelign B, Molla MD. 2020. Knowledge, Attitude and Practice Towards COVID-19 Among Chronic Disease Patients at Addis Zemen Hospital, Northwest Ethiopia. *Infection and Drug Resistance* 2020;13. <https://doi.org/10.2147/IDR.5258736>
- BPS. 2020. Perilaku Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19. ISBN: 978-602-438-352-7.
- Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. Pedoman Kesiapsiagaan Menghadapi Coronavirus Disease (COVID-19) Maret 2020. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020.
- Fan J, Liu X, Shao G, Qi j, Li Y, Pan W, et al. The epidemiology of reswerve transmission of Covid-19 in Gansu Province China. *Travel Med Infect Dis* 2020;101741,doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.tmaid.2020.101741
- Fajri, Ridho Ilham & Zulkarnain, Muhammad & Roffin, Eddy. 2021. Persepsi Masyarakat terhadap Penerapan Adaptasi Kebiasaan Baru Dalam Mencegah PenularanCovid-19 Di Kota Palembang. Universitas Sriwijaya
- Febri Rakhmawati A.R.S.J. 2022. Perilaku Masyarakat Urban Selama Adaptasi Kebiasaan Baru Dengan Penerapan 3M di Masa Pandemi Covid-19. Vol.1 No.10(2022). COMSERVA: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat.
- Guo Y-R, Cao Q-D, Hong Z-S, Tan Y-Y, Chen S-D, Jin H-J, *et al.* The origin, transmission and clinical therapies on virus corona disease 2019 (COVID-19) outbreak - an update on the status. *Mil Med Res.* 2020;7(1):11.
- Geldsetzer P. Use of Rapid Online Surveys to Asses People's Perception During Infectious Didease Out Breaks: a cross-sectional urvey on Covid-19. *J Med Internet Res* 2020 Apr 02;22 (4):e 18790. doi:10.2196/18790
- Hu L, Luo YT, Zhong XN, Lu RR, Wang Y, Sharma M, *et al.* Condom use and related factors among rural and urban men who have sex with men in Western China: based on information-motivation-behavioral skills model. *Am J Men's Health* 2020;14:1e10.
- Hsu CH, Lin HH, Wang CC, Jhang S. 2020. How to Defend COVID-19 in Taiwan? Talk about People's Disease Awareness, Attitudes, Behaviors and the Impact of Physical and Mental Health. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2020, 17, 4694; doi:10.3390/ijerph17134694.
- Kamenidou I, Stavrianea A, Liava C. 2020 . Achieving a Covid-19 Free Country: Citizens Preventive Measures and Communication Pathway. *J. Environ. Res. Public Health* 2020, 17, 4633; doi:10.3390/ijerph17134633
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Jakarta
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Maret Tahun 2020. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Revisi ke-3. Jakarta.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan

- Masyarakat Tahun 2020. Pedoman Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Covid-19 Di RT/RW/ Desa. Jakarta.
- Kelompok Kerja Komunikasi Resiko dan Pelibatan Masyarakat Covid-19. Suara Komunitas. Persepsi Masyarakat Terhadap Covid-19. Edisi Pertama-Agustus Tahun 2020.
- Labarre, P. 2003. The New Normal. Fast Company Article Edisi Mei 2003.
- Luo Y , L. Yao, Zhou L , Yuan F, Zhong X. 2020. Factors influencing health behaviours during the coronavirus disease 2019 outbreak in China: an extended information-motivation behaviour skills model. *Public health* 185 (2020) 298-305. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.06.057>.
- Li S, Feng B, Liao W, Pan Wl. 2020. Internet Use, Risk Awareness, and Demographic Characteristics Associated With Engagement in Preventive Behaviors and Testing: Cross-Sectional Survey on COVID-19 in the United States. *J Med Internet Res* 2020 | vol. 22 | iss. 6 | e19782 | p. 1. doi: 10.2196/19782.
- Murat Yıldırım & Abdurrahim Güler. 2020. COVID-19 severity, self-efficacy, knowledge, preventive behaviors, and mental health in Turkey, *Death Studies*, DOI: 10.1080/07481187.2020.1793434.
- Moch. Zaenudin, Dessy Hasanah Siti Asiah, Meilanny Budiarti Santoso, Aldi Ahmad Rifa'i. 2021. Perubahan Perilaku Masyarakat Jawa Barat Dalam Melaksanakan Aaptasi Kebiasaan Baru Di Masa Pandemi Covid-19. DOI:10.24198/share.v1i1.31681
- Niu Ziu, Twang T, Hu P, Mei J , Tang Z. 2020. Chinese Public's Engagement in Preventive and Intervening Health Behaviors During the Early Breakout of COVID-19: Cross-Sectional Study. *J Med Internet Res* 2020 | vol. 22 | iss. 8 | e19995 | p. 1. doi: 10.2196/19995.
- Pinasti, F, A. 2020. Analisis Dampak Pandemi Corona Virus Terhadap Tingkat Kesadaran Masyarakat Dalam Penerapan Protokol Kesehatan. *Wellness Healthy Magazine*. Volume 2, Issue 2, agustus 2020. ISSN. 2656-0062 (online). DOI: 10.30604/well.022.82000107.
- Perlman S. Another decade, another coronavirus. *N Engl J Med* 2020;, DOI: <http://dx.doi.org/10.1056/nejme2001126>.
- Retnaningsih E, Nuryanto, Oktarina R, KOMalasari O, Maryani S. 2020. The Effect of Knowledge and Attitude toward Coronavirus Disease-19 Transmission Prevention Practice in South Sumatera Province, Indonesia. *Macedonian Journal of Medical Sciences*. 2020 Sep 20; 8(T1):198-202. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2020.5184>
- Satuan Tugas Penanganan Covid-19 Tingkat Nasional. 2020. Pedoman Perubahan Perilaku Penanganan Covid-19. Jakarta
- Sudiro, A & Watimena, L. 2020. Sikap dan Perilaku Masyarakat Indonesia Terhadap Pandemi Covid-19 Di Indonesia. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. 7(3).68-77
- Tim Pakar Gugus Tugas Covid-19. 2020. Adaptasi Kebiasaan Baru Menuju Masyarakat Produktif dan Aman Covid-19.
- WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 – 11 March 2020". www.who.int (dalam

bahasa Inggris). Diakses tanggal 2020-03-22.

Wang, *et al.* (2020). A Novel Coronavirus Outbreak of Global Health Concern. *The Lancet*, 6736(20), pp. 1-4.

World Health Organization (2020). Novel Coronavirus (2019-nCoV).

Wardah Hanifah, Annisa Dwi Oktaviani, FidahSyadidurrahmah, Nurul Fadhillah Kundari, RizkyMuharany Putri, Tri Aulia Fitriani, Hoirun Nisa. 2021. Adaptasi Kebiasaan Baru Pada Masa Pandemi Covid-19 Studi Cross-Sectional Di Provinsi DKI Jakarta. Program Studi Kesehatan Masyarakat. UIN Syarif Hidayatullah.
Ejournal.libang.kemendes.go.id

Wiranti, ayun Sriatmi, Wulan Kusumawati. 2020. Determinan Kepatuhan Masyarakat Kota Depok terhadap kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Pencegahan Covid-19. <https://doi.org/10.22146/jkki.58484>

Zhong B, Luo W, Li HM, Zhang Q, Liu XG, Li W, Li Y. 2020. Knowledge, attitudes, and practices towards COVID-19 among Chinese residents during the rapid rise period of the COVID-19 outbreak: a quick online cross-sectional survey. *International Journal of Biological Sciences* 2020; 16(10): 1745-1752. doi: 10.7150/ijbs.45221

Zhu PerlmanS, Geleris J, Doremalen Nvan, Cao B. 2020. China Novel Coronavirus Investigating and Research Team, & NHC Key Laboratory. A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. *NEJM* 2020; (February) Retrieved from <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMoa2001017>.

