

**PERILAKU REMAJA DALAM MENERAPKAN PROTOKOL KESEHATAN
DAPAT MEMINIMALISIR PENYEBARAN COVID-19 DAN
MENCEGAH PENYEBARAN COVID-19**

*Good Youth Behavior In Implementing Health Protocols Can Minimize
The Spread Of Covid-19 And Prevent The Spread Of Covid-19*

Lindawati Tampubolon¹ Vina Yolanda Sigalingging² Desi Samosir³

^{1,2,3} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth, (linda.tampubolon@gmail..com)

ABSTRAK
ABSTRACT

Pendahuluan : Tingkah laku adalah respon atau reaksi seseorang terhadap rangsangan dari luar (stimulus). Perilaku yang muncul sebagai akibat dari beberapa hal antara lain karena adanya hubungan timbal balik antara stimulus dan respon yang lebih dikenal dengan respon. Perubahan karena perubahan penghargaan atau hukuman. Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan perilaku remaja dalam penerapan protokol kesehatan pencegahan penyebaran covid-19 di SMP Negeri 3

Metodologi : Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik cluster sampling, dimana jumlah sampel sebanyak 187 orang dan populasi sebanyak 351 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket berupa google form

Pembahasan : Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku remaja dalam menerapkan protokol kesehatan pencegahan penyebaran covid-19 dapat dikategorikan baik sebanyak 33 orang (17,6%), 153 orang (81,1%) dan kurang dari 1 orang (0,5%)

Kesimpulan : Maka dapat dikatakan bahwa secara umum perilaku remaja cukup dominan. Diharapkan para remaja dapat menerapkan protokol kesehatan secara maksimal untuk mencegah penyebaran COVID-19

Kata Kunci : Protokol Kesehatan, Perilaku Remaja, Covid-19

Introduction : *Behavior is a person's response or reaction to external stimuli (stimulus). Behavior that appears as a result of several things, among others, because of the reciprocal relationship between stimulus and response, which is better known as response. Changes due to changes in rewards or punishments. The purpose of this study was to describe the behavior of adolescents in the application of health protocols to prevent the spread of covid-19 in State Junior High School 3*

Method : *This type of research is descriptive. Sampling in this study used a cluster sampling technique, where the number of samples was 187 people and the population was 351 people. The instrument used in this study was a questionnaire in the form of a google form*

Result : *The results of this study indicate that the behavior of adolescents in implementing health protocols to prevent the spread of covid-19 can be categorized as good as many as 33 people (17.6%), 153 people (81.1%) and less than 1 person (0.5%)*

Conclusion : *It can be said that in general, adolescent behavior is quite dominant. It is hoped that teenagers can apply health protocols to the maximum to prevent the spread of COVID-19*

Key Word : *Health Protocols, Adolescent Behavior, Covid-19*

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 (*Coronavirus Disease-2019*) disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2*) menjadi salah satu peristiwa yang dapat mengancam kesehatan masyarakat dan menjadi perhatian dunia (Yanti *et al.*, 2020). Pandemi *Covid-19* merupakan fenomena yang menyita perhatian seluruh dunia di semua kalangan lapisan masyarakat (Saputra & Simbolon, 2020). Penyebaran penyakit *Covid-19* dapat menyerang siapa saja tanpa ketentuan usia.

Dari Laporan Pusat Pengendalian Dan Pencegahan Penyakit Amerika (CDC) didapatkan bahwa anak-anak dan remaja lebih rentan terkena komplikasi penyakit *Covid-19*. Usia remaja disebut sebagai masa transisi atau peralihan karena terjadi pertumbuhan, perkembangan, dan perubahan secara biologis serta psikologis (Anggreni & Safitri, 2020). Perubahan kondisi yang disebabkan oleh pandemi covid-19 dapat mempengaruhi psikososial dan pola konsumsi remaja sehingga remaja perlu mempersiapkan diri dalam menghadapi penyebaran covid-19 (Efrizal *et al.*, 2020).

Penerapan protokol kesehatan sangat diperlukan guna memutuskan mata rantai dan menjadi salah satu kesiapan remaja dalam mencegah Covid-19 ini. Membersihkan tangan secara teratur dengan cuci tangan pakai sabun dan air mengalir selama 40-60 detik,

menghindari menyentuh mata, hidung dan mulut dengan tangan yang tidak bersih, menggunakan alat pelindung diri seperti memakai masker untuk menutupi hidung dan mulut jika memerlukan untuk keluar rumah atau sedang berinteraksi dengan orang lain, menjaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter. Selain itu pola hidup yang sehat dan makan makanan bergizi juga sangat berguna meningkatkan imunitas diri guna pencegahan penularan penyakit ini (Anggreni & Safitri, 2020).

Penerapan protokol Kesehatan merupakan suatu kebiasaan baru yang belum dapat dilakukan secara maksimal oleh kaum remaja. Penggunaan masker dalam kegiatan sehari-hari dilakukan oleh 73 orang (78,5%), dan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun menggunakan air mengalir dilakukan oleh 69 orang (74,2%) responden. Responden sulit untuk menjaga jarak (63,7%) dan menghindar dari berkerumun (38,7%), karena remaja pada umumnya menyukai untuk berkumpul bersama teman-teman sebayanya (Yanti *et al.*, 2020).

Dari penelitian yang dilakukan oleh Yanti *et al.*, (2020) menyatakan bahwa untuk memenuhi tujuan pencegahan penyebaran covid-19, tahap-tahap penting yang harus dilaksanakan masyarakat adalah penggunaan masker untuk menutup mulut dan hidung saat bersin ataupun batuk atau berbicara dengan orang lain; mencuci tangan menggunakan sabun atau desinfeksi yang mengandung

setidaknya 60% alkohol; menghindari kontak dengan orang yang terinfeksi Covid-19; menjaga jarak dari orang-orang ketika keluar rumah serta menahan diri untuk menyentuh mata, hidung, dan mulut dengan tangan yang tidak dicuci.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran perilaku remaja dalam penerapan protokol kesehatan untuk mencegah penyebaran covid-19 di SMP Negeri 3 Pematangsiantar tahun 2021.

deskriptif merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan atau menggabungkan antara variabel yang satu dengan yang lainnya (Susilowati, 2017). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Pematang siantar berjumlah 351 orang. Pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan menggunakan metode *probability sampling* dengan teknik *cluster sampling*. Teknik *cluster sampling* merupakan teknik sampling daerah yang dipakai untuk menentukan sampel jika objek yang akan diteliti sangat luas, misalnya penduduk dari suatu negara, provinsi atau dari suatu kabupaten (Siyoto, 2015). Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan lembar kuisioner berbentuk *google form*.

Peneliti melakukan pengumpulan data yang pertama adalah meminta izin kepada pihak kampus STIKes Santa Elisabeth Medan.

Kemudian peneliti meminta izin kepada kepala SMP Negeri 3 Pematangsiantar. Selanjutnya, peneliti akan memberikan informed consent kepada responden sebagai tanda persetujuan keikutsertaan kemudian memberikan kuisioner kepada remaja yang berisi pernyataan yang terkait dengan materi melalui *google form*. Pada pengumpulan data peneliti akan memilih siswa kelas 8 untuk menjadi responden. Siswa kelas 8 yang akan menjadi responden akan dipilih berdasarkan karakteristik jenis kelamin. Jumlah responden di pilih setelah melakukan perhitungan besar sampel dengan memakai rumus *slovin*. Setelah mendapat jumlah besar sampel yang dibutuhkan maka siswa perempuan dan laki-laki tiap kelas 8 berhak menjadi responden hingga jumlah sampel yang dibutuhkan sudah terpenuhi.

Uji validitas dan reliabilitas kuisioner pengetahuan telah dilaksanakan oleh peneliti sebenarnya yaitu , Ni Putu Emi Darma ,dkk (2020) dimana nilai uji validitas dan reliabilitas instrumen yang diperoleh adalah 0,817 dan 0,770 Sedangkan uji validitas dan reliabilitas kuisioner perilaku dilaksanakan oleh Ni Putu Emi Darma,dkk (2020) dengan nilai 0,817 dan 0,770 oleh karena itu peneliti tidak lagi melaksanakan uji validitas dan reliabilitas terhadap kuisioner.

Penelitian ini sudah mendapatkan layak etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan STIKes Santa Elisabeth Medan, dimana peneliti akan menjaga segala kerahasiaan

responden yang terdapat dalam penelitian hanya untuk memenuhi keperluan skripsi dan data tidak akan diseberluaskan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel.1
Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Umur		
12	9	4,8
13	91	48,7
14	80	42,8
15	7	3,7
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	65	34,8
Perempuan		
Total	187	100

Data Primer, 2022

Berdasarkan data yang diperoleh dari tabel 1 didapatkan dari 187 orang responden mayoritas berada pada rentang usia 13 tahun berjumlah sebanyak 91 orang (48,7 %) dan minoritas berada pada rentang usia 15 tahun berjumlah 7 orang (3,7 %). Responden mayoritas adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 122 orang (65,2%) dan yang menjadi minoritas adalah berjenis kelamin laki-laki sebanyak 65 orang (34,8%).

Tabel.2
Perilaku Remaja Dalam Mencegah Covid-19 Di SMP Negeri 3 Pematangsiantar
Tahun 2021

Perilaku Remaja	n	%
Baik	33	17,6
Cukup	153	81,8
Kurang	1	0,5
Total	187	100

Data Primer, 2022

Berdasarkan hasil tabel 2 diperoleh bahwa kategori remaja yang berperilaku baik sebanyak 33 orang (17,6%), berperilaku cukup sebanyak 153 orang (81,8%) dan berperilaku

kurang sebanyak 1 orang (0,5%). Perilaku remaja khususnya siswa SMP Negeri 3 Pematangsiantar sangatlah penting guna membantu remaja itu sendiri dalam mengenali serta mengatasi permasalahan COVID-19 yang menjadi pandemi di masa kini

PEMBAHASAN

Gambaran Perilaku Remaja Dalam Penerapan Protokol Kesehatan Untuk Mencegah Penyebaran Covid-19 Di Smp Negeri 3 Pematangsiantar Tahun 2021. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil bahwasanya usia responden yang berpartisipasi berada pada rentang usia 12 sampai 15 tahun. Responden berusia 12 tahun sebanyak 9 orang, berusia 13 tahun sebanyak 91 orang, berusia 14 tahun sebanyak 80 orang dan berusia 15 tahun sebanyak 7 orang. Anak dengan usia tersebut merupakan fase dimana remaja memiliki perkembangan dan keingintahuan yang tinggi serta adanya perubahan pola pikir dan pola sikap. Remaja yang mempunyai rasa percaya diri akan mempunyai keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya dan mengembangkan penilaian yang positif bagi dirinya sendiri maupun lingkungannya, sehingga mampu menghadapi segala sesuatu dengan tenang. Penerapan protokol kesehatan dalam kehidupan sehari-hari yang lebih dikenal dengan adaptasi tatanan kebiasaan baru belum sepenuhnya diterapkan oleh remaja (Efrizal, 2020).

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil bahwasanya responden yang berpartisipasi adalah laki-laki dan perempuan. Responden laki-laki sebanyak 65 orang dan responden perempuan sebanyak 122 orang. Dari hasil tersebut didapatkan bahwa anak perempuan lebih banyak berpartisipasi karena anak perempuan lebih memperhatikan kesehatan dan kebersihan fisiknya dibandingkan anak laki-laki.

Anak laki-laki diduga cenderung lebih tidak memperhatikan keadaan diri mereka sendiri. Hal ini diduga adanya perbedaan kondisi gen dari anak perempuan dan laki-laki. Hal ini sesuai dengan penelitian Mirani yang menyatakan laki-laki sedikit lebih agresif dibandingkan dengan wanita karena pada laki-laki terdapat gen SRY (Gen yang mendeterminasi kromosom Y). Gen ini diduga dapat menyebabkan anak laki-laki memiliki tingkat pengendalian emosi yang lebih rendah dibandingkan anak perempuan (Setya Ningsih, 2015).

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti didapatkan hasil bahwasanya responden yang berpartisipasi dapat digolongkan ke dalam 3 kategori perilaku yaitu baik, cukup dan kurang. Pertama didapatkan remaja dikategorikan berperilaku baik sebanyak 33 orang, berperilaku cukup sebanyak 153 orang dan berperilaku kurang sebanyak 1 orang. Remaja mayoritas berperilaku cukup dikarenakan tingkat

kesadaran remaja dalam penerapan protokol kesehatan dalam pencegahan penyebaran covid-19 yang masih kurang tinggi.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sagala dan Maifita, 2020) bahwa pemahaman dan kesadaran masyarakat terutama remaja untuk melakukan upaya pencegahan penyebaran COVID-19 masih rendah. Tingkat kepatuhan masyarakat juga rendah hal tersebut terlihat dari tidak adanya social distance, tidak memakai masker dan bergerombol atau berkerumun (Widayati, Linda Prasetyanin, 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan jumlah sample 187 responden tentang Gambaran perilaku remaja dalam penerapan protokol kesehatan untuk mencegah penyebaran covid-19 di smp negeri 3 pematangsiantar dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berusia 13 tahun (48,7%) dan berjenis kelamin perempuan (65,2%). Mayoritas responden memiliki perilaku cukup baik dalam penerapan protocol kesehatan untuk mencegah penyebaran covid-19 sebanyak (81,8%).

DAFTAR PUSTAKA

- Anggreni, D., & Safitri, C. A. (2020). *Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Covid-19 Dengan Kepatuhan Dalam Menerapkan Protokol Kesehatan Di Masa New Normal*. 12(2), 134–142.
- Efrizal, W., Kesehatan, D., Kepulauan, P., & Belitung, B. (2020). *Persepsi Dan Pola Konsumsi Remaja Selama Pandemi Covid-19*. 05.
- Saputra, A. W., & Simbolon, I. (2020). *Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang*

- COVID-19 terhadap Kepatuhan Program Lockdown untuk Mengurangi Penyebaran COVID-19 di Kalangan Mahasiswa Berasrama Universitas Advent Indonesia.* Nutrix Jurnal, 4(No. 2), 1–7.
- Setya Ningsih, D. (2015). *Hubungan Jenis Kelamin Terhadap Kebersihan Rongga Mulut Anak Panti Asuhan.* ODONTO : Dental Journal, 2(1), 14. <https://doi.org/10.30659/odj.2.1.14-19>
- Siyoto, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian.* In Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis (Vol. 53, Issue 9)
- Susilowati. (2017). *Kegiatan Humas Indonesia Bergerak Di Kantor Pos Depok II Dalam Meningkatkan Citra Instansi Pada Publik Eksternal.* Jurnal Komunikasi, VIII(2), 47–54.
- Widayati, Linda Prasetyanin, I. M. (2021). *Sikap Remaja Terhadap Upaya Pencegahan Penyebaran Covid19 Pada.* 4(2), 36–44.
- Yanti, N. P. Nugraha, I. M. Wisnawa, G. Agustina, N. P. D., & Diantari, N. (2020). *Gambaran Pengetahuan Masyarakat tentang Covid-19 dan Perilaku Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19.* Jurnal Keperawatan Jiwa, Vol. 8