

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Covid 19

Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) yang lebih dikenal dengan nama virus Corona adalah jenis baru dari coronavirus yang menular ke manusia. Virus ini bisa menyerang siapa saja, seperti lansia (golongan usia lanjut), orang dewasa, anak-anak, dan bayi, termasuk ibu hamil dan ibu menyusui.

Infeksi virus Corona disebut COVID-19 (*Corona Virus Disease 2019*) dan pertama kali ditemukan di kota Wuhan, China pada akhir Desember 2019. Virus ini menular dengan sangat cepat dan telah menyebar ke hampir semua negara, termasuk Indonesia, hanya dalam waktu beberapa bulan. Coronavirus adalah kumpulan virus yang bisa menginfeksi sistem pernapasan.

Pada banyak kasus, virus ini hanya menyebabkan infeksi pernapasan ringan, seperti flu. Namun, virus ini juga bisa menyebabkan infeksi pernapasan berat, seperti infeksi paru-paru (pneumonia). Virus ini menular melalui percikan dahak (droplet) dari saluran pernapasan, misalnya ketika berada di ruang tertutup yang ramai dengan sirkulasi udara yang kurang baik atau kontak langsung dengan droplet.

Selain virus SARS-CoV-2 atau virus Corona, virus yang juga termasuk dalam kelompok ini adalah virus penyebab *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS) dan virus penyebab *Middle-East Respiratory Syndrome* (MERS). Meski disebabkan oleh virus dari kelompok yang sama, yaitu coronavirus, COVID-19

memiliki beberapa perbedaan dengan SARS dan MERS, antara lain dalam hal kecepatan penyebaran dan keparahan gejala.

Coronavirus 2 (SARS-COV2), dan menyebabkan penyakit Corona, Virus corona termasuk superdomain biota, kingdom virus. Virus corona adalah kelompok virus terbesar dalam ordo Nidovirales. Semua virus dalam ordo Nidovirales adalah non-segmented positive-sense RNA viruses. Virus corona termasuk dalam familia Coronaviridae, sub familia Coronavirinae, genus Betacoronavirus, subgenus Sarbecovirus. Pengelompokan virus pada awalnya dipilah ke dalam kelompok-kelompok berdasarkan serologi tetapi sekarang berdasar pengelompokan filogenetik.

Corona virus ini menyebabkan penyakit yang terjadi pada hewan dan manusia. Virus ini dapat menyebar dan menginfeksi pada saluran pernafasan manusia. Gejala bisa berupa batuk, pilek hingga mencapai pada masalah yang serius seperti adanya MERS (Middle East Respiratory) dan SARS (*Severe Acute Respiratory Syndrome*). Ini merupakan virus baru dan merupakan jenis penyakit yang sebelumnya tidak dikenal sebelum adanya wabah virus di Wuhan, Tiongkok yang terjadi sekitar Bulan Desember tahun 2019 lalu (WHO, 2019).

Penularan bisa melalui percikan yang keluar dari mulut dan hidung yang keluar dari orang yang terjangkit virus ini. Bisa juga berasal dari batuk ataupun saat mengeluarkan nafasnya. Percikan yang jatuh dan terinhalasi langsung kepada orang lain akan bisa menyebarkan virus ini. Penularan bisa terjadi jika menghirup percikan tersebut. Oleh karena itu protokol pencegahan sangat dibutuhkan. Misalnya dengan menjaga jarak minimal adalah 1 meter dari orang yang sudah terjangkit (WHO, 2019).

Pada dasarnya penyebaran pada virus (corona) ini tergolong sangat cepat dan memudahkan para manusia yang ada di bumi untuk lebih cepat terinfeksi oleh wabah virus tersebut.

Hal tersebut menyebabkan pemerintah Indonesia mengantisipasi dengan membuat kebijakan – kebijakan untuk bisa menutup bentuk jenis aktivitas dalam menghindari wabah corona tersebut yang bertambah tiap waktunya .Coronavirus Disease 2019 (yang sering disingkat COVID-19) merupakan penyakit jenis baru yang ada di Indonesia dan belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada jiwa manusia. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan sebagai Sars-CoV-2 (Wibowo dkk., 2020).

Untuk mengurangi resiko terjadinya infeksi atau penyebaran virus pada kita, bisa melakukan beberapa hal diantaranya adalah dengan cara rajin mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau menggunakan handsanitizer (antiseptik), menjaga jarak setidaknya minimal adalah 1 meter dari orang yang batuk – batuk atau yang sedang bersin, sedapat meungkin menyentuh hidung, mulut atau mata sebelum mencuci tangan dengan sabun, memastikan bahwa orang – orang disekitar jika batuk atau bersin sesuai dengan etika, melakukan isolasi diri jika merasa badan atau tubuh kurang sehat, selalu mengikuti informasi terbaru tentang hotspot covid -19 (WHO, 2019).

B. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan , pengengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

(Notoatmodjo,2003)

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh factor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungan dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuan.

2. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (ovent behavior). Dari pengalamandan penelitian ternyata perilaku yang di dasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak di dasari oleh pengetahuan. Pengetahuan yang cukup di dalam dominan kognitif mempunyai 6 tingkat yaitu :

(Notoatmodjo,2003)

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang

dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

b. Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat Aplikasi (*Aplication*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi lainnya.

c. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

d. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

e. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek.

1. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo, (dalam Wawan dan Dewi, 2010)

faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut :

A. Faktor Internal

1. Pendidikan

Pendidikan merupakan bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju impian atau cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan agar tercapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi berupa hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Menurut YB Mantra yang dikutip oleh Notoatmodjo, pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berpesan serta dalam pembangunan pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi.

2. Pekerjaan

Menurut Thomas yang kutip oleh Nursalam, pekerjaan adalah suatu keburukan yang harus dilakukan demi menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya. Pekerjaan tidak diartikan sebagai sumber kesenangan, akan tetapi merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang, dan memiliki banyak tantangan. Sedangkan bekerja merupakan kegiatan yang menyita waktu.

3. Umur

Menurut Elisabeth BH yang dikutip dari Nursalam (2003), usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat di lahirkan sampai berulang tahun . Sedangkan menurut Huclok (1998) semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya.

B. Faktor External

1. Faktor Lingkungan

Lingkungan ialah seluruh kondisi yang ada sekitar manusia dan pengaruhnya dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku individu atau kelompok.

2. Sosial Budaya

Sistem sosial budaya pada masyarakat dapat memberikan pengaruh dari sikap dalam menerima informasi.

C. Pengetahuan Memakai Masker

Sederhana untuk mencegah penyebaran virus corona adalah dengan selalu menggunakan masker jika berada di luar rumah. Seperti yang telah dilakukan oleh masyarakat China, bahwa penggunaan masker sudah menjadi kewajiban yang harus diterapkan (Matthay, Aldrich, & Gotts, 2020).

Hal tersebut dikarenakan penyebaran Covid-19 dapat terjadi melalui saluran pernapasan (tetesan dari orang lain yang terinfeksi Covid-19) Keadaan masyarakat

masih belum seluruhnya memahami tentang Covid-19 dan masih belum sepenuhnya melakukan upaya pencegahan terhadap penyebaran Covid-19.

Penggunaan masker merupakan salah satu langkah awal untuk melakukan pencegahan preventif dari Covid-19. Dengan menggunakan masker kita dapat melakukan proteksi atau perlindungan kepada diri kita sendiri serta untuk melindungi orang yang berada di sekitar kita dan dapat membantu dalam mengurangi penyebaran dari pandemi Covid-19. Sampai saat ini masih terdapat masyarakat yang belum menggunakan masker ketika menjalankan aktivitas di luar rumah dikarenakan kurangnya pemahaman masyarakat tentang bahaya dari Covid-19.

Manfaat masker yaitu sebagai salah satu untuk melindungi, mencegah, dan mengurangi efek negatif dari partikel polusi atau kuman di udara yang dapat mengganggu kesehatan, Masker berfungsi untuk melindungi pernafasan dari debu/partikel yang lebih besar yang masuk kedalam organ pernafasan. Organ pernafasan terutama paru harus dilindungi apabila udara tercemar atau ada kemungkinan kekurangan oksigen dalam udara. Masker dapat terbuat dari kain dengan pori-pori tertentu (Budiono, 2003).

Sebagaimana kita ketahui bahwa penularan Covid-19 dapat melalui saluran pernapasan, maka penggunaan masker oleh seluruh masyarakat dirasakan perlu di masa pandemic Covid-19 ini. Masker dapat menjadi penghalang pertama jika ada droplet/tetes air baik dari diri sendiri maupun dari orang lain. Alat pelindung pernapasan atau masker merupakan alat yang digunakan untuk melindungi mulut dan hidung dengan bahan yang dapat menyaring masuknya debu atau uap (Harrianto, 2009).

Mekanisme yang terjadi adalah dengan cara menangkap partikel atau aerosol dari udara dengan metode penyaringan atau penyerapan, sehingga udara yang melewati masker menjadi bersih dari partikulat (Moeljosoedarmo, 2008).

Menjalankan aktivitas di luar rumah dengan menggunakan masker ketika berada di luar rumah artinya kita telah menjalankan salah satu pencegahan dari penyebaran Covid-19. Oleh karena itu, penggunaan masker di tengah pandemi Covid-19 sangat perlu dilaksanakan. Selanjutnya di ikuti dengan memberikan edukasi tentang cara membersihkan masker non-medis yang baik dan benar. Pengetahuan tersebut perlu diberikan kepada masyarakat di tengah pandemi ini.

Pengetahuan masyarakat masih kurang dalam pencegahan penyebaran virus corona. Memberikan edukasi pada masyarakat tentang pencegahan virus corona dapat meningkatkan peran masyarakat dalam pencegahan virus tersebut. Mereka sudah menyadari pentingnya memakai masker penutup mulut untuk pencegahan dalam penularan virus corona.

D. Pengetahuan Mencuci Tangan

Mencuci tangan dengan [sabun](#) dan air bersih merupakan cara paling sederhana yang terbukti secara ilmiah efektif membantu melindungi Anda dari patogen seperti bakteri, virus dan mikroorganisme lainnya yang berbahaya.

Meskipun demikian, masih banyak orang yang sering mengabaikan cara terbaik menjaga kebersihan tangan yang satu ini karena menganggap bahwa tangan yang bersih adalah tangan yang tampak bersih secara kasat mata atau tidak nampak kotoran serta noda di bagian telapak tangan.

Kurangnya edukasi mengenai [manfaat mencuci tangan bagi kesehatan](#), tidak adanya fasilitas kebersihan tangan yang memadai dan juga sulitnya akses ke

sumber air bersih merupakan beberapa faktor eksternal yang dipercaya menghambat masyarakat untuk memulai kebiasaan mencuci tangan dengan baik dan benar.

Masih ada banyak orang yang perlu lebih memahami tujuan utama dari mencuci tangan, khususnya dengan cara yang efektif yaitu dengan menggunakan sabun dan air bersih. Karena faktanya, sekitar 50% pria dan 22% wanita tidak menggunakan sabun ketika mencuci tangan, dan bahkan kebanyakan dari mereka hanya mencuci telapak tangan ketika mencuci tangan.

Tujuan mencuci tangan menurut [WHO](#) adalah:

1. Perlindungan diri dari berbagai macam infeksi dan penyakit Menurut penelitian dari [University of Colorado](#) pada 102 sampel tangan manusia di tahun 2008, rata-rata manusia membawa 4.700 bakteri dari 150 spesies berbeda yang dapat bertahan hidup di tangan hingga 3 jam, Bagian tangan seperti sela-sela kuku dan jari seringkali menjadi tempat pelabuhan bakteri pada tangan Anda. Meskipun ada beberapa jenis bakteri baik untuk tubuh manusia, namun beberapa kuman yang terbawa oleh tangan manusia cenderung berpotensi risiko kesehatan serius bagi manusia, seperti infeksi dan penyakit salah satunya yaitu penyakit corona atau covid 19.

Disisi lain, manusia umumnya sering menyentuh beberapa bagian muka seperti mata, hidung, dan mulut mereka tanpa pernah mengetahui bahwa ada banyak patogen berbahaya seperti bakteri dan virus dapat masuk kedalam tubuh melalui mata, hidung dan mulut lebih cepat dari yang pernah dibayangkan sebelumnya.

Oleh karenanya, salah satu manfaat mencuci tangan adalah untuk melindungi diri Anda dari berbagai macam infeksi dan penyakit berbahaya yang umumnya disebabkan oleh tangan, seperti infeksi kulit dan mata, diare, influenza dan penyakit pernapasan serius termasuk virus Corona.

2. Mencegah risiko penyebaran penyakit menular kepada orang lain

Kuman dan bakteri dapat menyebar dengan cepat dari satu orang ke orang yang lain. Bakteri dapat menyebar baik melalui kontak tidak langsung (melalui benda atau permukaan yang tersentuh) maupun kontak langsung misalnya berjabat tangan. Pertimbangkan apa yang terjadi jika Anda mengabaikan untuk mencuci tangan setelah menggunakan kamar mandi. Tangan Anda mungkin membawa kuman dan bakteri, dan setiap kali Anda menyentuh suatu benda atau permukaan; maka kuman dan bakteri tersebut berpindah dengan cepat dari tangan Anda ke suatu benda yang tersentuh.

Apabila orang lain menyentuh benda tersebut, bukan tidak mungkin apabila orang lain juga memiliki risiko untuk mengambil bakteri dan kuman yang tinggalkan pada benda tersebut. Berjabat tangan merupakan kontak langsung dan merupakan media yang paling sempurna untuk menularkan bakteri dan penyakit menular kepada orang lain.

Pernyataan ini tentu bukan tanpa alasan, mengingat menurut data dari [Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit \(CDC\)](#) diperkirakan sekitar 80% kuman penyebab penyakit berbahaya ditularkan melalui kontak melalui tangan (sentuhan manusia ke manusia yang lainnya).

Manfaat mencuci tangan dengan sabun adalah praktik mencuci tangan yang paling umum dilakukan setelah mencuci tangan dengan air saja, walaupun perilaku mencuci tangan dengan sabun diperkenalkan pada abad 19 dengan tujuan untuk memutus mata rantai kuman, namun pada praktiknya perilaku ini dilakukan karena banyak hal di antaranya, meningkatkan status sosial, tangan dirasakan menjadi wangi, dan sebagai ungkapan rasa sayang pada anak, pada fasilitas kesehatan seperti rumah sakit.

Mencuci tangan bertujuan untuk melepaskan atau membunuh patogen mikroorganisme (kuman) dalam mencegah perpindahan mereka pada pasien, penggunaan air saja dalam mencuci tangan tidak efektif untuk membersihkan kulit karena air terbukti tidak dapat melepaskan lemak, minyak, dan protein dimana zat-zat ini merupakan bagian dari kotoran organik.

Karena itu para staf medis, khususnya dokter bedah, sebelum melakukan operasi diharuskan mensteril tangannya dengan menggunakan antiseptik kimia dalam sabunya (sabun khusus atau sabun anti mikroba) atau deterjen. Untuk profesi-profesi ini pembersihan mikroorganisme tidak hanya diharapkan "hilang" namun mereka harus bisa memastikan bahwa mikro organisme yang tidak bisa "bersih" dari tangan, mati, dengan zat kimia antiseptik yang terkandung dalam sabun, aksi pembunuhan mikroba ini penting sebelum melakukan operasi dimana mungkin terdapat organisme-organisme yang kebal terhadap antibiotik (Kirk 2005).

Menurut Daeng, tangan adalah anggota tubuh yang mampu menjangkau daerah manapun. Sehingga kebersihan tangan sangat menentukan kesehatan atau infeksi terhadap tubuh. Itu sebabnya penting untuk memastikan tangan dalam kondisi bersih ketika hendak menyentuh bagian tubuh yang bisa jadi pintu masuk kuman maupun virus. Misalnya mata, hidung atau mulut.

Mencuci tangan pakai sabun adalah salah satu cara paling efektif untuk mencegah penyakit diare dan ISPA, yang keduanya menjadi penyebab utama kematian anak-anak. Setiap tahun, sebanyak 3,5 juta anak di seluruh dunia meninggal sebelum mencapai umur lima tahun karena penyakit diare dan ISPA. Mencuci tangan dengan sabun juga dapat mencegah infeksi kulit, mata, cacic yang tinggal dalam usus, SARS, dan flu burung (Kementrian Kesehatan RI 2014).

Pada sebuah penelitian yang dipublikasikan Jurnal Kedokteran Inggris (*British Medical Journal*) pada November 2007 menyatakan bahwa mencuci tangan dengan sabun secara teratur dan menggunakan masker, sarung tangan, dan pelindung, bisa jadi lebih efektif untuk menahan penyebaran virus ISPA seperti flu dan SARS (Kementrian Kesehatan RI 2014).

Menurut Kementrian Kesehatan RI (2014), penyakit-penyakit yang dapat dicegah dengan mencuci tangan pakai sabun antara lain:

- a. Covid 19 menjadi penyebab kematian tertinggi pada tahun 2020 karna penyakit ini tergolong penyakit baru yang muncul di wuhan china

- b. Diare, menjadi penyebab kematian kedua yang paling umum untuk anak-anak
- c. Infeksi saluran pernapasan
- d. Infeksi cacing, infeksi mata dan penyakit kulit
- e. Pneumonia Atau radang paru

E. Pengetahuan Menjaga Jarak

Sejak beredarnya kabar virus corona masuk ke Indonesia, terjadi kepanikan yang luar biasa. Corona atau COVID-19 virus yang sangat mematikan itu mampu meluluh lantakkan bukan saja masyarakat Indonesia tapi seluruh penduduk di belahan dunia. Mencermati kondisi tersebut pada akhirnya World Health Organization (WHO) atau organisasi kesehatan dunia mengeluarkan keputusan agar masyarakat dapat menjaga jarak sosial ketika berinteraksi (WHO, 2020). Keputusan ini dikenal oleh masyarakat dunia dengan istilah social distancing. Berikut penjabaran pengetahuan dan perilaku masyarakat memaknai social distancing. Salah satu cara yang dianggap dapat mencegah penyebaran virus

Corona saat ini adalah menjaga jarak sosial. Social distancing dinilai bisa mengurangi resiko terkait penyebaran virus COVID-19 karena virus tersebut menular melalui antar manusia disaat orang yang positif menderita flu. Penerapan social distancing yang umum dilakukan oleh masyarakat seperti bekerja dari rumah, belajar di rumah yang dilakukan secara online, menunda untuk bepergian ke tempat ramai yang dinilai banyak dihadiri oleh banyak orang. Jika memang terpaksa harus keluar rumah masyarakat harus mengikuti protokol kesehatan (Kresna & Ahyar, 2020). Protokol yang mengatur interaksi seperti menggunakan

masker ketika keluar rumah, tidak berbicara dalam jarak yang dekat, rajin mencuci tangan, dan membawa handsanitizer ketika akan keluar rumah.

Pasca merebaknya wabah virus corona (COVID-19) banyak institusi, perusahaan ditutup sementara. Situasi ini berdampak pada penurunan pendapatan bahkan tidak sedikit perusahaan yang terpaksa memulangkan karyawannya. Selain itu, social distancing juga berimbas pada sektor pendidikan. Siswa dari tingkat pendidikan usia dini hingga mahasiswa harus melakukan pembelajaran secara daring atau online dari rumah. Tidak terkecuali mahasiswa yang sedang menyusun skripsi atau KTI. Kebijakan tersebut bertujuan untuk memutus mata rantai COVID-19 (Lilis Satriah, Sugandi Miharja, Wiryo Setiana, 2020).

Hal senada diungkapkan oleh para informan bahwa social distancing diterapkan untuk mengurangi angka positif corona sehingga situasi pandemi cepat selesai dan masyarakat bisa hidup normal kembali. Harapan para informan tersebut tentu saja menjadi harapan bersama. Oleh karena itu, menjaga hidup sehat dengan mentaati protokol kesehatan tentu sudah menjadi tanggung jawab yang harus dijalankan oleh tiap individu.

F. Pengertian Perilaku

perilaku sehat menurut Soekidjo Notoatmojo (1997:121) adalah suatu respon seseorang/organisme terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan, serta lingkungan. Kesehatan menurut UU Kesehatan No. 39 tahun 2009 Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis.

Menurut Becker konsep perilaku sehat merupakan pengembangan dari konsep perilaku yang dikembangkan Bloom. Becker menguraikan perilaku kesehatan menjadi tiga domain, yakni pengetahuan kesehatan (*health knowledge*), sikap terhadap kesehatan (*health attitude*) dan praktik kesehatan (*health practice*). Hal ini berguna untuk mengukur seberapa besar tingkat perilaku kesehatan individu yang menjadi unit analisis penelitian. Becker mengklasifikasikan perilaku kesehatan menjadi tiga dimensi :

1. Pengetahuan kesehatan, pengetahuan tentang kesehatan mencakup apa yang diketahui oleh seseorang terhadap cara-cara memelihara kesehatan, seperti pengetahuan tentang penyakit menular, pengetahuan tentang faktor-faktor yang terkait dan atau mempengaruhi kesehatan, pengetahuan tentang fasilitas pelayanan kesehatan, dan pengetahuan untuk menghindari kecelakaan.
2. Sikap, sikap terhadap kesehatan adalah pendapat atau penilaian seseorang terhadap hal-hal yang berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan, seperti sikap terhadap penyakit menular dan tidak menular, sikap terhadap faktor-faktor yang terkait dan atau memengaruhi kesehatan, sikap tentang fasilitas pelayanan kesehatan, dan sikap untuk menghindari kecelakaan.
3. Praktek kesehatan, praktek kesehatan untuk hidup sehat adalah semua kegiatan atau aktivitas orang dalam rangka memelihara kesehatan, seperti tindakan terhadap penyakit menular dan tidak menular, tindakan terhadap faktor-faktor yang terkait dan atau memengaruhi kesehatan, tindakan tentang fasilitas pelayanan kesehatan, dan tindakan untuk menghindari kecelakaan.

Beberapa kutipan lain tentang perilaku kesehatan diungkapkan oleh:

1. Solita, perilaku kesehatan merupakan segala untuk pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungannya, khususnya yang menyangkut pengetahuan dan sikap tentang kesehatan, serta tindakannya yang berhubungan dengan kesehatan.
2. Cals dan Cobb mengemukakan perilaku kesehatan sebagai: “perilaku untuk mencegah penyakit pada tahap belum menunjukkan gejala (*asymptomatic stage*)”.
3. Skinner perilaku kesehatan (*healthy behavior*) diartikan sebagai respon seseorang terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sehat-sakit, penyakit, dan faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan seperti lingkungan, makanan, minuman, dan pelayanan kesehatan.

Dengan kata lain, perilaku kesehatan adalah semua aktivitas atau kegiatan seseorang, baik yang dapat diamati (*observable*) maupun yang tidak dapat diamati (*unobservable*), yang berkaitan dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan. Pemeliharaan kesehatan ini mencakup mencegah atau melindungi diri dari penyakit dan masalah kesehatan lain, meningkatkan kesehatan, dan mencari penyembuhan apabila sakit atau terkena masalah kesehatan.

Perilaku kesehatan merupakan suatu respon seseorang (organisme) terhadap stimulus atau obyek yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan minuman serta lingkungan. Dalam konteks pelayanan kesehatan, perilaku kesehatan dibagi menjadi dua : 1) Perilaku masyarakat yang dilayani atau menerima pelayanan (*consumer*), Perilaku pemberi pelayanan atau

petugas kesehatan yang melayani (*provider*). Dimensi Perilaku kesehatan dibagi menjadi dua (Soekidjo Notoatmojo, 2010: 24), yaitu:

1. Healthy Behavior yaitu perilaku orang sehat untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatan. Disebut juga perilaku preventif (Tindakan atau upaya untuk mencegah dari sakit dan masalah kesehatan yang lain: kecelakaan) dan promotif (Tindakan atau kegiatan untuk memelihara dan meningkatkannya kesehatannya). Contoh: 1) Makan dengan gizi seimbang, 2) Olah raga/kegiatan fisik secara teratur, 3) Tidak mengkonsumsi makanan/minuman yang mengandung zat adiktif , 4) Istirahat cukup, 5) Rekreasi /mengendalikan stress.
2. Health Seeking Behavior yaitu perilaku orang sakit untuk memperoleh kesembuhan dan pemulihan kesehatannya. Disebut juga perilaku kuratif dan rehabilitative yang mencakup kegiatan:
 - a. Mengenali gejala penyakit
 - b. Upaya memperoleh kesembuhan dan pemulihan yaitu dengan mengobati sendiri atau mencari pelayanan (tradisional, profesional)
 - c. Patuh terhadap proses penyembuhan dan pemulihan (compliance) atau kepatuhan.

G. Perilaku Memakai Masker

Diketahui Banyak kalangan masyarakat jarang menggunakan masker terutama di tempat umum seperti contohnya dipasar, di karnakan mereka tidak biasa tetapi pada saat pandemi covid 19 ini memakai masker menjadi suatu keharusan di karnakan suatu upaya untuk mencegah salah satu penyebaran covid 19, pasar merupakan salah satu tempat paling cepat penyebaran covid 19 karena di

pasar banyak para pedagang dan pengunjung tidak memperhatikan protokol kesehatan terutama memakai masker banyak faktor alasan masyarakat untuk tidak memakai masker yaitu :

1. Ketersediaan masker terbatas di masyarakat
2. Tidak nyaman
3. Kehabisan Masker
4. Merasa tidak perlu menggunakan masker
5. Merasa sulit bernafas menggunakan masker.

Maka dari itu faktor tersebut tidak menjadikan suatu alasan untuk tidak menggunakan masker dan menjadikan memakai masker menjadi suatu keharusan agar terhindar dari beberapa macam penyakit yang menular melalui udara atau melalui percikan ludah dan salah satunya penyakit covid 19.

H. Perilaku Mencuci Tangan Pakai Sabun

Diketahui Jarangnya masyarakat mencuci tangan pakai sabun dan menganggap remeh cuci tangan pada hal cuci tangan sangatlah penting karna masyarakat menganggap cuci tangan bukanlah suatu keharusan atau kebiasaan, namun pada saat pandemi ini cuci tangan sangatlah penting dan menjadi suatu keharusan karna cuci tangan menjadi salah satu pencegah penyakit dan penularan dan salah satunya penyakit covid 19

Kurang ketersediaanya fasilitas cuci tangan di tempat umum seperti contohnya dipasar, ke tidak ketersediaan fasilitas cuci tangan dipasar menjadikan faktor utama terjadinya penyebaran virus corona di pasar dan menjadikan pasar menjadi titik cluster penyebaran karna dipasar banyak pedagang dan pengunjung tidak menerapkan protocol kesehatan salah satunya mencuci tangan, pada saat

pengunjung dan pedagang berinteraksi kadang tanpa mereka sadari menyentuh barang yang ada disekilingnya tanpa disadari di barang tersebut adanya virus yang menyebabkan penyakit covid 19.

Mencuci tangan dengan sabun adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari menggunakan air dan sabun oleh manusia untuk menjadi bersih dan memutuskan mata rantai kuman. Mencuci tangan dengan sabun dikenal juga sebagai salah satu upaya pencegahan penyakit. Hal ini dilakukan karena tangan seringkali menjadi agen yang membawa kuman atau virus dan menyebabkan patogen berpindah dari satu orang ke orang lain, baik dengan kontak langsung ataupun kontak tidak langsung (menggunakan permukaan-permukaan lain seperti handuk, gelas, dan lain-lain) (Kementrian Kesehatan RI 2014).

Mencuci tangan adalah salah satu bentuk kebersihan diri yang paling penting. Selain itu mencuci tangan juga dapat diartikan menggosok dengan menggunakan sabun secara bersamaan seluruh kulit permukaan tangan dengan kuat dan ringkas kemudian dibilas dibawah air yang mengalir (Potter 2005).

I. Perilaku Menjaga Jarak

Diketahui Menjaga jarak adalah salah satu cara agar terhindar dari virus Corona. Menjaga jarak atau social distancing berarti tidak terlalu dekat dengan orang lain yang bukan berasal dari satu rumah. Social distancing harus dilakukan dalam era new normal termasuk memakai masker, tidak menyentuh wajah, dan sering mencuci tangan dengan sabun selama 20 detik untuk mengurangi penyebaran Covid-19. mempraktikkan jaga jarak itu termasuk salah satu cara penting dalam mengantisipasi tertularnya virus Corona Covid-19 merupakan virus

yang menyebar di antara orang-orang yang melakukan kontak dekat dalam intensitas lama. Penyebaran terjadi ketika droplet orang yang terinfeksi batuk, bersin, atau berbicara, meluncur ke udara lalu mendarat di mulut atau hidung orang di sekitarnya. Tetesan kemudian dihirup ke paru-paru.

Studi terbaru menunjukkan bahwa orang yang terinfeksi tetapi tidak memiliki gejala juga berperan dalam penyebaran Covid-19. Karena orang dapat menyebarkan virus sebelum mereka tahu bahwa mereka sakit, oleh karena itu penting untuk menjaga jarak setidaknya 2 meter dari orang lain. Menjaga jarak juga sangat penting bagi orang-orang yang berisiko lebih tinggi karena penyakit bawaan yang mematikan.

Virus Covid-19 dapat hidup berjam-jam atau sehari-hari di permukaan, tergantung pada beberapa faktor seperti sinar matahari, kelembapan, dan jenis permukaan. Seseorang bisa saja tertular Covid-19 dengan menyentuh permukaan atau benda yang menempel virus kemudian menyentuh mulut, hidung, atau matanya sendiri. Namun, ini tidak dianggap sebagai cara utama penyebaran virus. Menjaga jarak membantu membatasi untuk bersentuhan dengan permukaan yang terkontaminasi orang yang terinfeksi Covid-19.

Cara menjaga jarak yang dianjurkan CDC (*Center for Disease Control and Prevention*) atau Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit yaitu :

1. Saat pergi ke tempat umum, penting untuk menjaga jarak setidaknya 2 meter dari orang lain dan mengenakan masker untuk memperlambat penyebaran Covid-19.
2. Sebelum pergi, ketahui dan ikuti panduan dari otoritas kesehatan masyarakat setempat di mana Anda tinggal. Pertimbangkan opsi jaga jarak

saat menjalankan tugas atau pulang pergi ke dan dari tempat kerja, baik berjalan kaki, bersepeda, atau menggunakan angkutan umum, tumpangan, atau taksi. Saat menggunakan angkutan umum, usahakan untuk menjaga jarak setidaknya 2 meter dari penumpang lain.

3. Jaga jarak setidaknya 2 meter dari orang lain yang bukan dari rumah Anda saat berbelanja dan dalam antrian. Jika memungkinkan, gunakan drive-thru atau layanan pengiriman untuk membatasi kontak tatap muka dengan orang lain. Jaga jarak fisik antara Anda dan penyedia layanan pengiriman selama pertukaran dan selalu kenakan masker.
4. Di era yang serba canggih seperti sekarang ini, Anda dapat tetap terhubung secara sosial dengan teman dan keluarga yang tidak tinggal di rumah dengan menelepon, menggunakan panggilan video, atau tetap terhubung melalui media sosial. Jika bertemu orang lain secara langsung tetap menjaga jarak dan patuhi protokol kesehatan.
5. Jika Anda berada di tempat yang ramai, usahakan untuk menjaga jarak 2 meter antara Anda dan orang lain setiap saat, dan kenakan masker. Masker sangat penting terutama pada saat jarak fisik sulit dilakukan.
6. Jika Anda memutuskan untuk mengunjungi taman, jalan setapak, atau fasilitas rekreasi terdekat, pertama-tama periksa jadwal buka tutup. Jika tempat tersebut terbuka untuk umum, pertimbangkan berapa banyak orang yang mungkin ada di sana dan pilih lokasi yang memungkinkan untuk menjaga jarak setidaknya 2 meter antara Anda dan orang lain yang bukan dari rumah Anda.

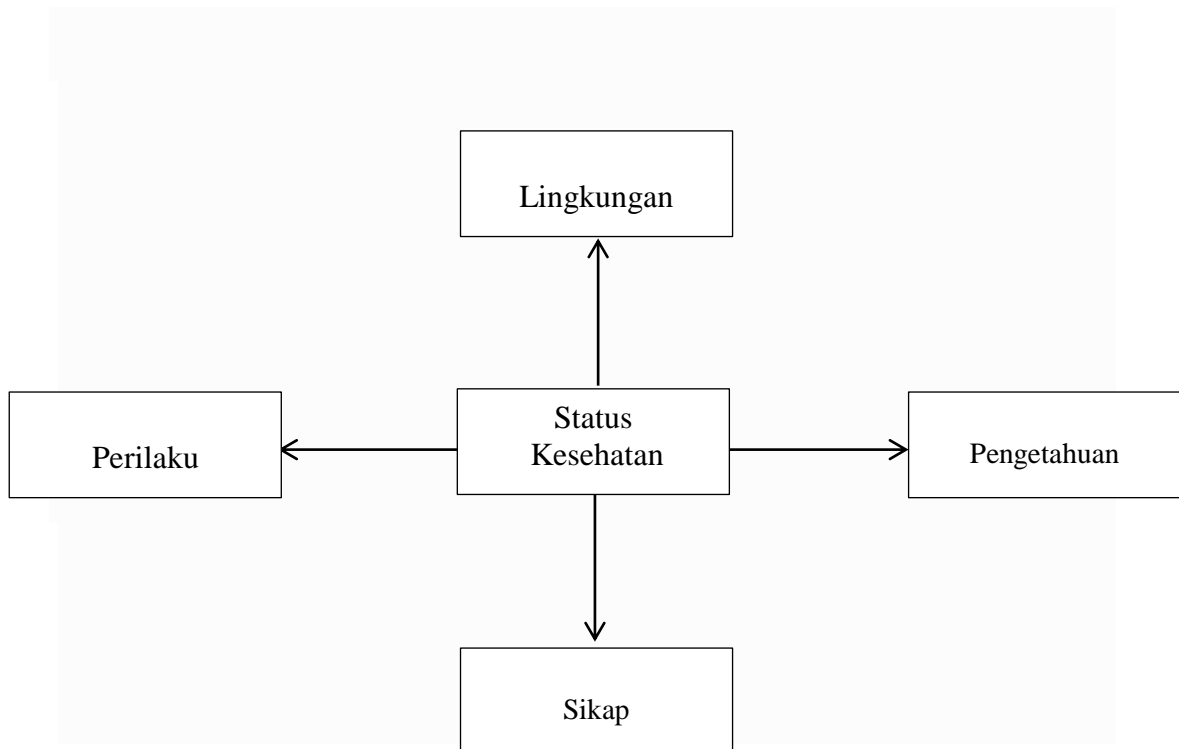
J. Langkah – Langkah Mencuci Tangan

1. Basahi kedua telapak tangan setinggi pertengahan lengan memakai air
2. yang mengalir, ambil sabun kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut.
3. Usap dan gosok kedua punggung tangan secara bergantian.
4. Jangan lupa jari-jari tangan, gosok sela-sela jari hingga bersih.
5. Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan cara mengatupkan.
6. Gosok dan putar kedua ibu jari dengan bergantian.
7. Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan.
8. Bersihkan kedua pergelangan tangan dengan cara memutar, kemudian akhiri dengan membilas seluruh bagian tangan dengan air bersih yang mengalir lalu keringkan memakai handuk atau tisu.

Penggunaan sabun khusus cuci tangan baik berbentuk batang maupun cair sangat disarankan untuk kebersihan tangan yang maksimal. Pentingnya mencuci tangan secara baik dan benar memakai sabun adalah agar kebersihan terjaga secara keseluruhan serta mencegah kuman dan bakteri berpindah dari tangan ke tubuh, (Priyoto, 2015)

K. Kerangka Teori

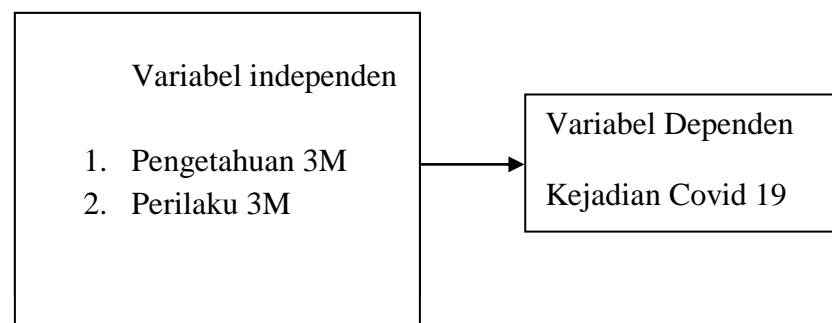
Menurut NotoAtmodjo, bahwa penelitian kejadian covid 19 dapat menggunakan 4 pendekatan yaitu enviromental (lingkungan) , life stely (gaya hidup/perilaku), knowledge (pengetahuan), attitude (sikap),medical care service (pelayanan kesehatan). Pada penelitian ini yang berperan terhadap penyakit covid 19 dapat dilihat dari faktor enviromental (lingkungan), life style (gaya hidup / prilaku), knowledge (pengetahuan), yaitu meliputi 3M (memakai masker, mencuci tangan pakai sabun, menjaga jarak). Berdasarkan teori di atas ,faktor enviromental (lingkungan) dapat di lihat dari gambaran kerangka teori sebagai berikut :



Gambar 2.1 Kerangka Teori

L. Kerangka Konsep

Kerangka konsep pada penelitian ini mengacu dan fokus pada faktor perilaku. Diketahui bahwa faktor lingkungan yang menjadi penyebab terjadinya keluhan covid 19 adalah yang meliputi pengetahuan dan perilaku 3M (memakai masker, mencuci tangan pakai sabun, menjaga jarak) dan kejadian covid19 .



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Kerangka konsep terdiri dari variabel terikat (dependen) dan variabel bebas (independen). Pada penelitian ini yang terjadi variabel independen adalah meliputi pengetahuan 3M dan perilaku 3M, sedangkan variabel dependen yaitu kejadian covid 19 di pasar kecamatan Sukarame kota bandar lampung

M. Hipotesis penelitian

Hipotesis atau dugaan sementara di perlukan untuk memadu jalan pikiran ke arah tujuan yang ingin di capai. Dengan hipotesis peneliti akan di pandu jalan pikiranya akan ke arah mana hasil penelitiannya akan dianalisis hipotesis dalam penelitian ini adalah ada gambaran perilaku pencegahan Covid 19 di pasar kecamatan Sukarame Kota Bandar Lampung. (Notaotmodjo, 2010: 21)

M. Definisi Operasional

Tabel 2.1 Definisi oprasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Cara Ukur	Hasil ukur	Skala
Covid 19	<i>Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2)</i> yang lebih dikenal dengan nama virus Corona adalah jenis baru dari coronavirus yang menular ke manusia. Virus ini bisa menyerang siapa saja tanpa mengenal usia.	Wawancara	Kuisisioner dan ceklis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kontak langsung jarak dekat dengan penderita COVID-19 2. Tidak memenuhi syarat apabila tidak sesuai dengan kriteria di atas 	Ordinal
Memakai Masker	Memakai masker upaya yang dirasa paling efektif dalam	Wawancara	Kuisisioner dan Ceklis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memakai masker dengan standar 	Ordinal

	mencegah persebaran Covid –19 di gunakan pada saat kegiatan di luar rumah			<p>kesehatan WHO atau yang memenuhi standar SNI</p> <p>2. Tidak memenuhi syarat apabila tidak sesuai dengan kriteria di atas</p>	
Mencuci Tangan Pakai Sabun	cuci tangan adalah suatu prosedur/ tindakan membersihkan tangan dengan menggunakan sabun dan air yang mengalir atau Hand rub dengan antiseptik (berbasis alkohol).	Wawancara	Kuisisioner dan Ceklis	<p>1. Mencuci tangan pakai sabun selama 20 - 30 detik, mulai dari telapak tangan hingga sela-sela jari</p> <p>2. Tidak memenuhi syarat apabila tidak sesuai dengan kriteria di atas</p>	Ordinal

Menjaga Jarak	Penjaga jarak yang dimaksud adalah menjaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter dimanapun kita berada.	Wawancara	Kuisisioner dan Ceklis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjaga jarak minimal 1 meter untuk menghindari kerumunan dapat menghentikan pencegahan Covid - 19 2. Tidak memenuhi syarat apabila tidak sesuai dengan kriteria di atas 	Ordinal

