

**A Descriptive Study of the Implementation of 3M in the Prevention of Covid-19 in Adolescents in Wonosekar Village, Gembong District, Pati Regency**  
*Studi Deskriptif Pelaksanaan 3M dalam Pencegahan Covid-19 Pada Remaja di Desa Wonosekar Kecamatan Gembong Kabupaten Pati*

Danang Puspa Andungjaya<sup>1</sup>, Noor Faidah<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cendekia Utama Kudus, Indonesia

\*Corresponding Author: Noor Faidah ; e-mail: [mamiinung96@gmail.com](mailto:mamiinung96@gmail.com)

Received: 21 Maret 2022 ; Revised: 28 Maret 2022 ; Accepted : 31 Maret 2022

**ABSTRACT**

*Infectious diseases are often called infectious diseases because they are suffered through viral, bacterial, or parasitic infections that are transmitted through various media such as air, syringes, blood transfusions, places to eat or drink, and so on (Vatimatunnimah, 2013). One of the infectious diseases caused by a virus and which can be transmitted to humans is the Corona Virus (Ministry of Health, 2020). And the main key to breaking the chain of transmission of the Covid-19 virus is implementing 3M: wearing a mask, keeping your distance. This type of research is descriptive quantitative. The population in this study were 85 adolescents in Wonosekar Village, Gembong District, Pati Regency, with a sampling technique using purposive sampling, so that the sample size used in this study was 70 respondents. The results of this study found that the number of adolescents who have implemented 3M in Wonosekar village with good categories, namely 31 respondents (44.2%), adequate categories were 35 respondents (50%), and inadequate categories were 4 respondents (5.8%). From the results of research on the implementation of 3M in adolescents in Wonosekar Village, Gembong District, Pati Regency, it can be seen that there are still teenagers who have not implemented 3M properly and correctly.*

**Keywords :** Youth, COVID-19, 3M Implementation

**ABSTRAK**

Penyakit menular sering juga disebut penyakit infeksi karena penyakit ini diderita melalui infeksi virus, bakteri, atau parasit yang ditularkan melalui berbagai macam media seperti udara, jarum suntik, transfusi darah, tempat makan atau minum, dan lain sebagainya (Vatimatunnimah, 2013). Salah satu penyakit menular yang disebabkan oleh virus dan dapat menular ke manusia ialah Virus Corona (Kemenkes, 2020). Serta kunci utama memutus mata rantai persebaran virus Covid-19 adalah menerapkan 3M: memakai masker, menjaga jarak, dan rajin mencuci tangan. Jenis penelitian adalah deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Desa Wonosekar Kecamatan Gembong Kabupaten Pati berjumlah sebanyak 85 responden dengan teknik sampling menggunakan purposive sampling, sehingga besaran sampel yang digunakan dalam penelitian ini ada sebesar 70 responden. Hasil penelitian ini mendapatkan jumlah remaja yang sudah melakukan pelaksanaan 3M di desa Wonosekar dengan kategori baik yaitu sebanyak 31 responden (44,2%), kategori cukup sebanyak 35 responden (50%), dan kategori kurang sebanyak 4 responden (5,8%). Dari hasil penelitian tentang pelaksanaan 3M pada remaja di Desa Wonosekar Kecamatan Gembong Kabupaten Pati bisa dilihat bahwa masih ada remaja yang belum melaksanakan 3M dengan baik dan benar.

**Kata Kunci :** Remaja, Pencegahan COVID-19, Pelaksanaan 3M

## LATAR BELAKANG

Penyakit menular sering juga disebut penyakit infeksi karena penyakit ini diderita melalui infeksi virus, bakteri, atau parasit yang ditularkan melalui berbagai macam media seperti udara, jarum suntik, transfusi darah, tempat makan atau minum, dan lain sebagainya (Vatimatunnimah, 2013). Penyakit menular merupakan hasil perpaduan berbagai faktor yang saling mempengaruhi. Penyakit menular maupun gangguan kesehatan pada manusia, tidak terlepas dari peran faktor lingkungan. Hubungan interaktif antara manusia serta perilakunya dengan komponen lingkungan yang memiliki potensi bahaya penyakit, juga dikenal sebagai proses kejadian penyakit. Sedangkan proses kejadian penyakit satu dengan yang lain masing-masing mempunyai karakteristik tersendiri. Dalam hal ini faktor lingkungan memegang peranan sangat penting. Interaksi manusia dengan lingkungan telah menyebabkan kontak antara kuman, virus, dan bakteri dengan manusia. Sering terjadi mikroorganisme yang tinggal di tubuh host kemudian berpindah ke manusia karena manusia tidak mampu menjaga kebersihan lingkungan. Hal ini tercermin dari tingginya kejadian penyakit menular berbasis lingkungan yang masih merupakan masalah kesehatan terbesar masyarakat Indonesia. Salah satu penyakit menular yang disebabkan oleh virus dan dapat menular ke manusia ialah Virus Corona (Kemenkes, 2020).

Virus Corona (Covid-19) ini dapat mengakibatkan kematian. Virus ini terdeteksi muncul pertama kali di Wuhan China pada bulan Desember 2019. Serta sampai saat ini menurut angka terbaru dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), jumlah kasus Covid-19 di seluruh dunia telah melampaui 90 juta kasus, tepatnya mencapai 90.054.813 pada Rabu (13/1/2021). Sedangkan pemerintah Indonesia memperlihatkan bahwa penularan virus corona hingga saat ini, Minggu (17/1/2021), masih terjadi di masyarakat. Hal ini terlihat dengan masih bertambahnya kasus Covid-19, berdasarkan data yang masuk hingga Minggu (17/1/2021) pukul 12.00 WIB. Data pemerintah memperlihatkan bahwa ada 11.287 kasus baru Covid-19 dalam 24 jam terakhir. Penambahan itu menyebabkan jumlah kasus Covid-19 di Indonesia saat ini mencapai 907.929 orang, terhitung sejak diumumkannya pasien pertama pada 2 Maret 2020. Serta untuk di Asia sendiri Indonesia berada pada peringkat 4 dan untuk di ASEAN Indonesia berada di peringkat pertama dengan penderita positif virus corona terbanyak. Serta untuk wilayah Indonesia yang

mengalami atau dengan penderita positif virus corona terbanyak yaitu Jakarta yaitu sebanyak 256 ribu kasus, 230 ribu yang sembuh, dan 4.111 yang meninggal dunia. Serta untuk Jawa Tengah berada pada peringkat ke 3 di Indonesia untuk jumlah penderita positif virus corona sebanyak 120 ribu kasus, 78,356 yang sembuh, dan 5.238 yang meninggal dunia (17/1/2021) (Satgas Penanganan COVID-19, 2021).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ratna Kartika Sari, 2021) penelitian yang dilakukan oleh (Dwiharini Puspitaningsih, 2021) berjudul Peningkatan Pengetahuan Dan Kesadaran Masyarakat Dalam Penerapan Protokol Kesehatan 3M Di Wilayah Pasar Kemlagi dimana hasil penelitian didapat 34 responden yang melakukan penggunaan masker berjumlah 33 orang dan yang tidak menggunakan 1 orang, responden yang melakukan cuci tangan berjumlah 26 orang dan yang tidak melakukan 8 orang, dan responden yang melakukan menjaga jarak yaitu berjumlah 22 orang dan yang tidak melakukan menjaga jarak 11 orang. Kesimpulan dari penelitian tersebut yaitu setelah diberikannya pendidikan kesehatan tentang Penerapan Protokol Kesehatan Pencegahan dan Pengendalian COVID-19 diharapkan dapat menjadi dorongan untuk perubahan perilaku masyarakat terhadap protokol kesehatan COVID-19. Sehingga diharapkan mampu meningkatkan kesadaran Penerapan Protokol Kesehatan 3M untuk pencegahan penularan COVID-19.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian adalah deskriptif kuantitatif apabila dalam mendeskripsikan, peneliti menggunakan angka-angka dengan analisa univariat berupa presentase dan ukuran tendensi sentral seperti rerata, maupun standar deviasi, kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi (Sugiyono, 2008). Metode penelitian deskriptif hanya digunakan untuk menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada saat sekarang ini (Notoatmodjo, 2010). Penelitian dilakukan untuk mengetahui gambaran mengenai "Pelaksanaan 3M Dalam Pencegahan Covid-19 Pada Remaja Di Desa Wonosekar Kecamatan Gembong Kabupaten Pati".

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Desa Wonosekar Kecamatan Gembong Kabupaten Pati berjumlah sebanyak 85 orang. Dari populasi tersebut diambil sampel sejumlah 70 responden dengan menggunakan rumus slovin. Serta

metode sampling penelitian ini yaitu dengan Purpose Sampling teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu atau yang memenuhi kriteria inklusi (Sugiyono, 2012). Penelitian ini dilakukan di Desa Wonosekar Kecamatan Gembong Kabupaten Pati pada 17-21 Maret 2021.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### 1. Karakteristik Responden

##### a. Usia Responden

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia Responden di Desa Wonosekar bulan Maret Tahun 2021  
(N = 70)

Usia Responden	f	%
10-13 Tahun	20	29
14-16 Tahun	35	50
17-19 Tahun	15	21
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa usia responden yang paling banyak kategori 14-16 tahun sebanyak 35 responden (50%), kategori 10-13 tahun sebanyak 20 responden (29%) dan kategori 17-19 tahun tidak ada (21%).

##### b. Jenis Kelamin

Tabel 2  
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Jenis Kelamin di Desa Wonosekar bulan Maret Tahun 2021  
(N = 70)

Jenis Kelamin	f	%
Laki-laki	27	39
Perempuan	43	61
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa jenis kelamin paling banyak kategori perempuan sebanyak 43 responden (61%) dan kategori laki-laki sebanyak 39 responden (39%).

c. Pendidikan Responden

Tabel 3  
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pendidikan Responden di Desa Wonosekar bulan Maret Tahun 2021 (N = 70)

Pendidikan Responden	f	%
SD	20	29
SMP	35	50
SMA	15	21
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa pendidikan responden paling banyak kategori SMP sebanyak 35 responden (50%), kategori SD sebanyak 20 responden (29%) dan kategori SMA sebanyak 15 responden (21%).

**2. Analisa Univariat**

Tabel 4  
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pelaksanaan 3M di Desa Wonosekar bulan Maret Tahun 2021 (N = 70)

Pelaksanaan 3M	f	%
Baik	31	44,2
Cukup	35	50
Kurang	4	5,8
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 4 dapat diketahui bahwa pelaksanaan 3M paling banyak kategori cukup sebanyak 35 responden (50%), baik sebanyak 31 responden (44,2%), dan kategori kurang sebanyak 4 responden (5,8%).

## PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini peneliti mengambil data dari responden yaitu meliputi pada usia responden yang menunjukkan paling banyak kategori 14-16 tahun sebanyak 35 responden (50%), kategori 10-13 tahun sebanyak 20 responden (29%) dan kategori 17-19 tahun tidak ada (21%). Tingkat pendidikan responden sebagian besar yaitu sebanyak 35 responden (50%) untuk siswa SMP, sebanyak 20 responden (29%) untuk siswa SD, dan sebanyak 15 responden (21%) siswa SMA. Sehingga remaja yang menjadi responden di desa Wonosekar yaitu paling banyak pada umur antara 14-16 tahun dan untuk pendidikan yang respondenya paling banyak yaitu tingkat SMP. Sehingga remaja yang menjadi responden di desa Wonosekar yaitu paling banyak pada umur antara 14-16 tahun dan untuk pendidikan yang respondenya paling banyak yaitu tingkat SMP. Pada saat sebelum memberikan kuisioner kepada remaja yang menjadi responden peneliti memberikan masker dan juga menyuruh responden agar tetap menjaga jarak.

Hasil penelitian ini mendapatkan jumlah remaja yang sudah melakukan pelaksanaan 3M di desa Wonosekar dengan kategori baik yaitu sebanyak 31 responden (44,2%), kategori cukup sebanyak 35 responden (50%), dan kategori kurang sebanyak 4 responden (5,8%). Disini untuk kategori cukup yaitu hasil yang diperoleh responden dengan skor 56-75 dari setelah responden melakukan pengisian kuisioner yang telah diberikan peneliti. Serta juga dari kategori cukup itu sendiri menunjukkan bahwa responden tidak melakukan 3M secara terus menerus, seperti tidak selalu menggunakan masker dan jarang untuk mencuci tangan. Sehingga dari penelitian ini menunjukkan bahwa masih adanya remaja yang belum melakukan pelaksanaan 3M yang baik dan benar sesuai apa yang telah dihimbaukan dari pemerintah. Pada saat ditanya oleh peneliti alasan mereka tidak melakukan pelaksanaan 3M yang baik dan benar yaitu remaja menyebutkan bahwa merasa tidak nyaman saat sedang memakai masker dan mereka juga menyebutkan bosan berada dirumah terus sehingga mereka keluar rumah untuk bermain dengan teman- temannya dan tanpa menjaga jarak.

Dengan masih adanya remaja yang belum melakukan pelaksanaan 3M tersebut muncul juga penyebab yang dapat menghambat remaja untuk melakukan 3M yaitu contohnya minimnya masker yang dimiliki oleh remaja tersebut dan masih

minimnya pemahaman remaja tentang pentingnya menjaga jarak pada saat pandemi Covid-19 seperti saat ini. Dari masalah yang menghambat untuk melakukan pelaksanaan 3M tersebut sehingga pemerintah desa bisa untuk memberikan masker gratis untuk seluruh masyarakat desa, serta puskesmas setempat bisa memberikan sosialisasi serta pemahaman kepada remaja dan masyarakat desa tentang pentingnya pelaksanaan 3M. Sehingga jika nanti masyarakat sudah melakukan pelaksanaan 3M dengan baik dan benar dapat meminimalkan masyarakat untuk terinfeksi virus COVID-19. Serta Pemerintah Republik Indonesia juga menerbitkan protokol kesehatan. Protokol tersebut akan dilaksanakan di seluruh Indonesia oleh pemerintah dengan dipandu secara terpusat oleh Kementerian Kesehatan. Adapun salah satu protokolnya yaitu jika merasa tidak sehat dengan kriteria demam lebih dari 38° C, batuk, flu, nyeri tenggorokan maka beristirahatlah yang cukup di rumah dan minumlah air yang cukup (Kemenkes, 2020).

Dari penelitian yang dilakukan oleh (Ratna Kartika Sari, 2021) berjudul Identifikasi Penyebab Ketidakpatuhan Warga Terhadap Penerapan Protokol Kesehatan 3m Di Masa Pandemi Covid-19 hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak semua warga mematuhi peraturan tersebut. Ketidakpatuhan warga terhadap penerapan protokol kesehatan 3M terjadi setiap hari dan di berbagai tempat, baik di dalam maupun di luar ruangan. Bentuk pelanggaran yang jelas terlihat antara lain tidak menggunakan masker, menggunakan masker dengan cara tidak benar, dan beraktifitas atau berkumpul tanpa menjaga jarak fisik. Beberapa pelanggar bersedia menjalani sanksi yang diberikan, namun beberapa yang lain menolak dengan alasan melakukan pelanggaran secara tidak sengaja, misalnya karena lupa atau terburu-buru. Pelanggaran yang dilakukan ternyata tidak sepenuhnya karena ketidakpatuhan. Masih banyak warga yang melakukan pelanggaran karena belum memahami secara pasti tentang Covid-19, bahaya penularannya, serta manfaat penerapan 3M.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukukan oleh (Ratna Kartika Sari, 2021) penelitian yang dilakukan oleh (Dwiharini Puspitaningsih, 2021) berjudul Peningkatan Pengetahuan Dan Kesadaran Masyarakat Dalam Penerapan Protokol Kesehatan 3M Di Wilayah Pasar Kemplagi dimana hasil penelitian didapat 34 responden yang melakukan penggunaan masker berjumlah 33 orang dan yang tidak menggunakan 1 orang, responden yang melakukan cuci tangan berjumlah 26 orang

dan yang tidak melakukan 8 orang, dan responden yang melakukan menjaga jarak yaitu berjumlah 22 orang dan yang tidak melakukan menjaga jarak 11 orang. Kesimpulan dari penelitian tersebut yaitu setelah diberikannya pendidikan kesehatan tentang Penerapan Protokol Kesehatan Pencegahan dan Pengendalian COVID-19 diharapkan dapat menjadi dorongan untuk perubahan perilaku masyarakat terhadap protokol kesehatan COVID-19. Sehingga diharapkan mampu meningkatkan kesadaran Penerapan Protokol Kesehatan 3M untuk pencegahan penularan COVID-19.

Kemudian salah satu hal peneliti memilih remaja untuk menjadi responden yaitu dikarenakan remaja sendiri sering untuk keluar rumah dan berkumpul atau berkerumun bersama teman-temannya. Dari remaja sendiri untuk imunnya lebih bagus dari pada orang dewasa tapi dikhawatirkan nanti pada saat remaja itu pulang kerumah dan remaja itu tanpa disadari membawa virus COVID-19 nantinya akan membahayakan keluarga yang dirumah itu sendiri. Serta banyak remaja yang masih tidak menggunakan masker saat keluar rumah dengan alasan tidak nyaman jika memakai masker.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Hasil penelitian tentang pelaksanaan 3M pada remaja di Desa Wonosekar Kecamatan Gembong Kabupaten Pati mendapatkan hasil yaitu pelaksanaan 3M paling banyak kategori cukup sebanyak 35 responden (50%), baik sebanyak 31 responden (44,2%), dan kategori kurang sebanyak 4 responden (5,8%). Sehingga dari hasil tersebut bisa dilihat bahwa masih ada remaja yang belum melaksanakan 3M dengan baik dan benar.

### **Saran**

Peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel penelitian yaitu faktor yang mempengaruhi pelaksanaan 3M dalam pencegahan COVID-19.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2006). Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja. Bandung: RefikaAditama
- Centers for Disease Control and Prevention (2020). 2019 Novel Coronavirus, Wuhan, China.
- Citroner, G. Healthline (2020). China Coronavirus Outbreak: CDC Issues Warning, Multiple Cases in U.S.
- Detikcom (2021). 7 Cara Mencuci Tangan yang Benar Menurut WHO dan Kapan Harus Melakukannya. Diakses dari : <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5276152/7-cara-mencuci-tangan-yang-benar-menurut-who-dan-kapan-harus-melakukannya>
- Evans, M. Patient (2020). Wuhan Coronavirus: What You Need to Know.
- Gugus Tugas Percepatan Covid-19. (2020). Standar Alat Pelindung Diri (APD) untuk Penanganan COVID-19 di Indonesia. Jakarta: Gugus Tugas Percepatan Covid-19.
- Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19. (2020). Peta Sebaran
- Herniwanti, H., Dewi, O., Yunita, J., & Rahayu, E. P. (2020). Penyuluhan Perilaku Hidup Sehat Dan Bersih (PHBS) dan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) kepada Lanjut Usia (LANSIA) Menghadapi Masa Pandemi Covid 19 dan New Normal dengan Metode 3M. *Jurnal Abdidas*, 1(5), 363-372.
- Huang, et al. (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet*, 6736(20), pp. 1-10.
- Isbaniah. 2020. Pedoman Kesiapsiagaan Menghadapi Coronavirus Disease (COVID-19). Kemenkes RI. Jakarta
- Kemenkes RI. (2020). Situasi Infeksi COVID-19. Tersedia: <https://www.kemkes.go.id>. (Diakses pada 8 Januari 2021)

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.01.07/Menkes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19). Kemenkes. Jakarta.

Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (COVID-19).

Lelan Takaeb, AE. 2020. "Pemasaran socia Perilaku Pencegahan Penyebaran Covid-From covert to overt behavior". Dalam Vaksin Ilmiah Kumpulan Esai tentang Covid-19 dari berbagai perspektif ilmu Edisi II Mei 2020 (hal. 121-128). Penerbit Lakeisha.

Lenny Irmawaty S. (2020). Menalar COVID-19: Pemeliharaan Kesehatan Selama Pandemi COVID-19. Indonesia: Hanz book.

Makalah Corona Disease, Nazwa Dwi Archika; 2019.

Notoatmodjo, S. 2010. Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi. Rineka Cipta. Jakarta.

Santrock, J. W. 2003. Adolescence: Perkembangan Remaja. Jakarta: Erlangga.

Sarwono, Wirawan. 1997. Psikologi Remaja. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

Takaeb, A. E. L. (2020). Pemasaran Produk Sosial "Adaptasi New Normal" Pada Masa Pandemi Covid-19 Bagi Kelompok Pemuda Persekutuan Doa Viadolorosa. *Jurnal Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat Undana*, 14(2), 17-22.

Tursina, A. (2020). Bunga Rampai Artikel Penyakit Virus Korona ( COVID-19 ) Editor: Titik Respati. Kopidpedia, 203–215. <http://repository.unisba.ac.id>

The Centre of Evidence-Based Medicine develops, promote, and disseminates better evidence for healthcare CEBM. (2020) Global Covid-19 Case Fatality Rates.

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