



Efektivitas Penerapan *Physical Distancing* dalam Upaya Pengendalian Covid-19 di Kelurahan Siwalankerto

Pinky Ayu Marsela Arindis^{1✉}, Agus Aan Adriansyah²

¹²Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

¹pinkyayu006.km17@student.unusa.ac.id / 0857 5500 8XXX

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima 05 November 2021
Disetujui 01 Januari 2022
Di Publikasi 01 Mei 2023

Keywords:

Covid-19 control, Physical distancing, efektivitas

DOI

<https://doi.org/10.32763/juke.v16i1.446>

Abstrak

Latar Belakang: Penerapan *physical distancing* sering tidak dilakukan oleh masyarakat, sehingga pencapaian efektivitas *physical distancing* diperlukan sebagai upaya pengendalian Covid-19. Pengukuran efektivitas mengidentifikasi faktor *physical distancing* yang dilakukan oleh masyarakat. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas penerapan *physical distancing* dalam upaya pengendalian Covid-19 di Kelurahan Siwalankerto. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan desain deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah 324 orang di Kelurahan Siwalankerto. Sampel ini yaitu kelompok rentan terkena Covid-19 yang dominan pada usia lansia (< 55 tahun). Besar Sampel yang digunakan sebanyak 116 orang dengan teknik *cluster random sampling*. Analisis data dengan univariat. Analisis mengukur program dengan rumus efektivitas. **Hasil:** Penelitian ini menunjukkan bahwa 7 indikator *physical distancing* pada durasi aktivitas di luar rumah (34,5%), batas aktivitas di luar rumah (48,3%), menjaga jarak (44,8%), bepergian (65,5%), berjabat tangan (73,3%), berdiam diri (69,8%), sentuh benda publik (86,2%). Kebijakan *physical distancing* ini cukup efektif jika dilakukan dalam pengendalian Covid-19. **Kesimpulan:** Penelitian ini menggambarkan bahwa tujuh kebijakan *physical distancing* yang cukup efektif dalam upaya pengendalian Covid-19, yang paling dekat efektif adalah menjaga jarak.

The Effectiveness of The Implementation of Physical Distancing in The Effort to Control Covid-19 in Siwalankerto Share

Abstract (Times New Roman, 10 pt)

Background: The implementation of physical distancing is often not carried out by the community, so achieving the effectiveness of physical distancing is needed as an effort to control Covid-19. Measuring the effectiveness of identifying physical distancing factors carried out by the community. **Purpose:** This study aims to analyze the effectiveness of implementing physical distancing in an effort to control Covid-19 in Siwalankerto Village. **Methods:** This research is a quantitative research with a descriptive design approach with a cross sectional approach. The population of this research is 324 people in Siwalankerto Village. This sample is a group susceptible to Covid-19, which is dominant in the elderly (< 55 years). The sample size used is 116 people with cluster random sampling technique. Data analysis with univariate. Analysis measures the program with the effectiveness formula. **Results:** This study shows that 7 indicators of physical distancing on the duration of activities outside the home (34.5%), limiting activities outside the home (48.3%), keeping a distance (44.8%), traveling (65.5%), shake hands (73.3%), remain silent (69.8%), touch public objects (86.2%). This physical distancing policy is quite effective if it is carried out in controlling Covid-19. **Conclusion:** This study illustrates that seven physical distancing policies that are quite effective in controlling Covid-19, the closest effective one is keeping a distance.

✉ Alamat korespondensi:

Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Surabaya – Jawa Timur, Indonesia
Email: pinkyayu006.km17@student.unusa.ac.id

ISSN 2597-7520

Pendahuluan

Corona virus disease (Covid-19), sebuah pandemi yang muncul pada awal tahun 2020. Virus ini menyebar dengan sangat cepat ke negara-negara di seluruh dunia (WHO, 2020). Desember 2019 rumah sakit di Wuhan, Cina melaporkan sejumlah kasus pneumonia idiopatik yang sumber infeksiya diduga berasal dari pasar grosir makanan laut (Wella, 2020). Penyebaran virus ini terjadi dengan cepat. Sumber infeksi penderita dengan pneumonia Covid-19. Kementerian kesehatan mengeluarkan Keputusan Menteri No. HK.01.07/MENKES/413/2020 tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Covid-19, keputusan ini menguraikan perubahan istilah PDP dan ODP yang sebelumnya digunakan tidak lagi berlaku. Perubahan dengan istilah baru meliputi kasus suspek, *probable*, konfirmasi, dan kontak erat (Kemenkes RI, 2021). Berbagai masalah kesehatan pada saat pandemi Covid-19 yaitu gangguan kecemasan, depresi, dan rasa takut yang luar biasa jika tertular virus Corona, Pemerintah menghimbau untuk mengontrol kesehatannya agar kasus ini segera menurun dan dapat beraktivitas normal lagi (Waluyo, 2020). Kebijakan pada *physical distancing* akan mencapai tujuan, bila masyarakat taat menjalankannya, tanpa adanya keterpaksaan (Supriyadi *et al.*, 2021). Pemutusan penularan pada virus Corona ini dengan menjaga pola hidup bersih sehat, tidak bepergian, menjaga jarak, membatasi durasi aktivitas di luar rumah, tidak berjabat tangan dan tidak sentuh benda publik (Almi, 2020).

Masyarakat menyadari pengendalian Covid-19 dengan cara membatasi aktivitas di luar rumah, namun masyarakat beraktivitas di luar rumah hanya untuk memenuhi kebutuhan dan keperluannya sehari-hari (Siagian, 2020). Hasil survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti adalah masyarakat belum sepenuhnya menjalankan pengendalian Covid-19. Masyarakat dengan durasi keluar rumah lebih dari 3 jam 58,3% dan yang melakukan aktivitas di luar rumah sebanyak 4-7 kali dalam seminggu 73,3%. Masyarakat tidak menggunakan disinfektan tetapi hand sanitizer, jarang mencuci tangan sebelum makan dengan persentase 86,6%, sering menjaga jarak dengan warga sekitar. Tokoh masyarakat sudah menghimbau tetapi hanya beberapa warga yang mau melaksanakannya. Apabila pengendalian ini belum dilakukan semua, maka *physical distancing* kurang diterapkan dalam mencegah wabah Covid-19 pada kelompok rentan (Satria, 2020).

Beberapa laporan survei menurut epidemiolog Budiman (2020), kasus pasien positif Covid-19 sebagian besar terjadi pada orang yang mempunyai penyakit bawaan atau komorbid (Budiman, 2020). Dishub Kutai Kartanegara (2020) melakukan survei langkah pengendalian Covid-19 dengan mengurangi pergi ke luar rumah, kecuali membeli bahan makanan atau periksa ke rumah sakit, tidak

melakukan berjabat tangan walaupun dengan keluarganya sendiri, tidak menyentuh barang yang sering dipegang oleh orang lain, menjaga jarak 2 meter dari orang lain jika berada di tempat umum, dan membatasi durasi aktivitas di luar rumah (Dishub Kutai Kartanegara, 2020). Iswahyudi, *et al.* (2020) melakukan studi kuantitatif terkait *physical distancing* pada masyarakat, hasilnya menunjukkan bahwa hanya beberapa masyarakat yang tidak melakukan kebijakan ini dan itu akan menjadi bumerang untuk dirinya sendiri saat berada di lingkungan zona merah (Iswahyudi *et al.*, 2020).

Penerapan dan inovasi dalam pengendalian Covid-19 menjadi sangat penting sebagai langkah antisipasi terhadap keadaan tersebut. Peneliti mengambil penelitian di Kelurahan Siwalankerto, karena kasus Covid-19 saat ini semakin banyak dan *physical distancing* hanya diterapkan beberapa orang saja, masih banyak yang bergerombol saat berkelompok. Peneliti ingin menganalisis efektivitas penerapan *physical distancing* dalam upaya pengendalian Covid-19 di Kelurahan Siwalankerto.

Metode

Metode Penelitian ini penelitian kuantitatif menggunakan deskriptif. Populasi penelitian ini sebanyak 324 orang di Wilayah Kelurahan Siwalankerto Kota Surabaya. Sampel penelitian ini yaitu masyarakat tergolong kelompok rentan terkena Covid-19 yang dominan pada usia lansia (< 55 tahun). Besar sampel yang diperlukan penelitian diperoleh dengan menggunakan rumus Slovin adalah 116 responden kategori usia lansia dengan teknik *cluster random sampling* (Notoatmodjo, 2018; Sugiyono, 2017). Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner *online (google form)*. Analisa univariat penelitian berupa karakteristik individu dalam bentuk tabel frekuensi (Arikunto, 2010; Gumanti *et al.*, 2018). Analisis yang digunakan untuk mengukur efektivitas *physical distancing* sebagai upaya pengendalian Covid-19 dengan cara menjumlah skor total (riil) yang diperoleh dibagi dengan jumlah skor ideal (harapan) setelah itu dikali 100%. Skor yang diperoleh akan dikonversikan melalui standar ukuran efektivitas untuk melihat tingkat pencapaian efektivitas (Litbang Depdagri, 1991), sebagai berikut:

< 20%	: Sangat tidak efektif
20%-40%	: Tidak efektif
41%-69,9%	: Cukup efektif
70%-100%	: Sangat efektif

Hasil dan Pembahasan

Pengumpulan data dilakukan di Kelurahan Siwalankerto Kecamatan Wonocolo Kota Surabaya. Data hasil penelitian analisis univariat.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Umum	Jumlah	Persentase
	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	68	58,6
Perempuan	48	41,4
Umur (Tahun)		
≤ 55	83	77,3
> 55	33	22,7
Pendidikan		
Tidak sekolah	3	2,6
SD	9	7,8
SMP	14	12,1
SMA	68	58,6
Perguruan tinggi	22	18,9
Pekerjaan		
Tidak bekerja	12	10,3
Bekerja	104	89,7

Sumber: Data Primer

Berdasarkan Tabel 1. dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 68 orang (58,6%), sebagian besar responden yang masuk kedalam kelompok lanjut usia yang terdiri 50 sampai dengan < 55 tahun sebanyak 83 orang (77,3%). Pendidikan pada masyarakat Siwalankerto sebagian besar responden tingkat pendidikannya yaitu 68 orang (58,6%), sebagian besar responden masih bekerja sebanyak 104 orang (89,7%).

Tabel 2. Karakteristik Penerapan *Physical Distancing*

Variabel	Frekuensi	
	N	%
Durasi Aktivitas di Luar Rumah		
< 1 jam	17	14,7
1-3 jam	40	34,5
> 3 jam	59	50,9
Batas Aktivitas di Luar Rumah		
Tidak pernah	11	9,5
1-3 kali	49	42,2
4-7 kali	56	48,3
Menjaga Jarak		
Sering melakukan	44	37,9
Jarang melakukan	52	44,8
Tidak pernah	20	17,2
Bepergian		
Sering bepergian	24	20,7
Jarang bepergian	76	65,5
Tidak pernah	16	13,8
Berjabat Tangan		
Sering berjabat	85	73,3

Variabel	Frekuensi	
	N	%
Jarang berjabat	27	23,3
Tidak pernah	4	3,4
Berdiam diri		
Sering berdiam	81	69,8
Jarang berdiam	26	22,4
Tidak pernah	9	7,8
Sentuh Benda Publik		
Sering sentuh	11	9,5
Jarang sentuh	100	86,2
Tidak pernah	5	9,5

Sumber: Data Primer

Berdasarkan Tabel 2. terdapat 3 kriteria durasi aktivitas di luar rumah pada 116 responden (50,9%) yang memiliki angka tertinggi adalah > 3 jam, sementara yang terendah (14,7%) yaitu < 1 jam. Skor yang diperoleh dari jawaban responden. Pada 3 kriteria batas aktivitas di luar rumah menunjukkan bahwa 116 responden (48,3%) yang memiliki angka tertinggi adalah 4-7 kali, sementara yang terendah (9,5%) yaitu tidak pernah.

Menjaga jarak pada 116 responden (44,8%) yang memiliki angka tertinggi adalah jarang melakukan, sementara yang terendah (17,2%) yaitu tidak pernah. Bepergian pada 116 responden (65,5%) yang memiliki angka tertinggi adalah jarang bepergian, sementara yang terendah (13,8%) yaitu tidak pernah. Berjabat tangan pada 116 responden (73,3%) yang memiliki angka tertinggi adalah tidak pernah, sementara yang terendah (3,4%) yaitu sering melakukan.

Berdiam diri pada 116 responden (69,8%) yang memiliki angka tertinggi adalah sering melakukan, sementara yang terendah (7,8%) yaitu tidak pernah. sentuh benda publik pada 116 responden (86,2%) yang memiliki angka tertinggi adalah jarang melakukan, sementara yang terendah (4,3%) yaitu sering melakukan. Masyarakat jarang melakukan berdiam diri karena banyak aktivitas di luar rumah.

Tabel 3. Efektivitas Penerapan *Physical Distancing* dalam Upaya Pengendalian Covid-19 di Kelurahan Siwalankerto

<i>Physical Distancing</i>	Persentase	Pencapaian
Durasi Aktivitas di Luar Rumah	51,6	Cukup efektif
Batas Aktivitas di Luar Rumah	54,0	Cukup efektif
Menjaga Jarak	66,6	Cukup efektif
Bepergian	52,6	Cukup efektif
Berjabat Tangan	59,2	Cukup efektif
Berdiam diri	65,8	Cukup efektif

<i>Physical Distancing</i>	Persentase	Pencapaian
Sentuh Benda Publik	46,0	Cukup efektif

Sumber: Data Primer

Berdasarkan Tabel 3. menunjukkan bahwa 7 indikator *physical distancing* yang cukup efektif. Keseluruhan yang mendekati efektif adalah menjaga jarak fisik dari orang sekitarnya dengan persentase 66,6%, walaupun sudah menjaga jarak tetapi tetap menjaga tubuh tetap bersih terhindar dari virus Corona. Mengukur keefektifan pada kebijakan *physical distancing* dapat mengetahui mana yang efektif dan mana yang tidak efektif sebagai upaya pengendalian Covid-19.

Durasi aktivitas di luar rumah

Arika (2020) menyatakan ada tiga durasi aktivitas di luar rumah yaitu kurang dari 1 jam, 1-3 jam, dan lebih dari 3 jam, kriteria tersebut dapat menunjukkan hasil berapa durasi aktivitas di luar rumah selama seminggu. Hasil menunjukkan bahwa setengah dari responden 1-3 jam (34,5%) berada di luar rumah, masyarakat akan kesulitan bila durasi keluar rumahnya harus dikurangi, yang bisa mempertahankan durasi hanya responden yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga, sehingga cukup efektif dalam upaya pengendalian Covid-19 (Adisasmito, 2020; Permenkes RI, 2021).

Batas aktivitas di luar rumah

Arika (2020) menyatakan ada tiga batas aktivitas di luar rumah yaitu kurang dari 1-3 kali, 4-7 kali, dan tidak pernah, kriteria tersebut dapat menunjukkan hasil berapa batas aktivitas di luar rumah selama seminggu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden menyatakan batas aktivitas di luar rumah 4-7 kali dalam seminggu (48,3%). Masyarakat tidak bisa membatasi dirinya untuk tidak keluar rumah, yang bisa mempertahankan batas aktivitas di luar rumah hanya responden yang tidak bekerja atau di anjurkan oleh nakes (tenaga kesehatan) untuk *bed rest* di rumah, sehingga cukup efektif dalam upaya pengendalian Covid-19 (Sekertariat Kabinet RI, 2020; Thorik, 2020).

Menjaga jarak

Hasil menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden (44,8%) menyatakan jarang menjaga jarak dengan masyarakat sekitar. Masyarakat sulit untuk menjaga jarak pada masyarakat sekitar, karena sudah terbiasa berkumpul dengan jarak 1 meter. Masyarakat yang tidak mempercayai adanya Covid-19 ini sering berkumpul hingga tidak pernah menggunakan masker, sehingga mendekati efektif dalam upaya pengendalian Covid-19 (Arif, 2021; Narina, 2020).

Bepergian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden (65,5%) menyatakan jarang melakukan bepergian. Masyarakat yang sering bepergian ini, karena ingin berlibur ke suatu tempat yang membuat dirinya nyaman dan tidak memikirkan Covid-19. Kasus masyarakat yang setelah bepergian ini kebanyakan menjadi positif Covid-19, tidak menerapkan protokol kesehatan saat di luar kota akan menyebabkan kesehatan menurun dan setelah kembali ke asalnya, menularkan masyarakat sekitar, sehingga cukup efektif dalam upaya pengendalian Covid-19 (Estriyanto, 2020; Iswahyudi *et al.*, 2020).

Berjabat tangan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden (73,3%) menyatakan tidak pernah berjabat tangan dengan keluarga atau kerabat selama pandemi Covid-19. Masyarakat tidak melakukan berjabat tangan, karena mentaati kebijakan dari Pemerintah dan mencegah penularan Covid-19 agar kasus semakin menurun dan mereda. Berjabat tangan adalah salah satu penyebaran yang cepat menularkan ke orang lain, jika masyarakat tersebut tidak mencuci tangan dan tidak menggunakan *hand sanitizer*, sehingga cukup efektif dalam upaya pengendalian Covid-19 (Nurhanisah, 2020; Satria, 2020).

Berdiam diri

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden (69,8%) menyatakan sering berdiam diri selama seminggu. Masyarakat yang sering berdiam diri ingin kasus Covid-19 segera menurun, karena sudah semakin resah dan membuat stres. Stres pada kelompok rentan akan membahayakan kesehatannya dan cepat tertular Covid-19, sehingga cukup efektif dalam upaya pengendalian Covid-19 (Dewantara, 2021; Nareza, 2020).

Sentuh benda publik

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden (86,2%) menyatakan jarang menyentuh benda publik. Masyarakat mengurangi sentuh benda publik dengan alasan tidak ingin tertular Covid-19, orang yang sehat belum tentu tidak terpapar. Masyarakat sangat berhati-hati dalam memegang sesuatu yang sering dipegang oleh banyak orang, setelah menyentuh pun langsung mencuci tangan atau memakai *hand sanitizer*, sehingga cukup efektif dalam upaya pengendalian Covid-19 (Subakti, 2020; Wella, 2020).

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian efektivitas *physical distancing* sebagai upaya pengendalian Covid-19 pada kelompok rentan yang telah dilakukan dalam

penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu hasil *physical distancing* pada pengukuran efektivitas, 7 indikator cukup efektif. Efektivitas tersebut yang paling mendekati efektif yaitu menjaga jarak. Masyarakat Kelurahan Siwalankerto lebih banyak melakukan menjaga jarak, agar Covid-19 ini segera berakhir dan tidak semakin banyak korban pada kasus ini.

Daftar Pustaka

- Adisasmito, W. (2020). Kebijakan Kesehatan pada Wabah Covid-19. *Jurnal Kesmas*, 3(2), 1–7.
- Almi. (2020). *Analisis Penyebab Masyarakat Tidak Patuh pada Prokes Covid-19*. The Conversation.
- Arif, A. (2021). Pengendalian Covid-19 Menyimpang dari Prinsip Epidemiologi. *Jurnal Medikes*, 1(1), 1–8.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Budiman, D. (2020). *Mayoritas Kematian Pasien Covid-19 dikarenakan Komorbid*. Kompas.
- Dewantara, J. A. (2021). Efektivitas Physical Distancing di Masa Pandemi COVID 19 Bagi Mahasiswa Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 324–330.
- Dishub Kutai Kartanegara. (2020). *Penerapan Jaga Jarak Fisik/Physical Distancing dalam Pencegahan Covid-19*. Dinas Perhubungan Kutai Kartanegara.
- Estriyanto, Y. (2020). Penguatan Ketahanan Masyarakat terhadap Pandemi Covid-19. *Community Service Report*, 2(2), 66–78.
- Gumanti, T. A., Moeljadi, & Utami, E. S. (2018). *Metode penelitian keuangan*. Mitra Wacana Media.
- Iswahyudi, F., Darwin, M., Hadna, A. H., & Kutaneegara, P. M. (2020). Kontekstualisasi Adopsi Kebijakan: Studi Kasus Kebijakan Pengendalian Covid-19 di Korea Selatan. *Jurnal Borneo Administrator*, 16(2), 117–136.
- Kemenkes RI. (2021). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2020 Tentang Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Litbang Depdagri, 1991. *Pengukuran Kemampuan Keuangan Daerah Tingkat II dalam Rangka Otonomi Daerah yang Nyata dan Bertanggung Jawab*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Departemen Dalam Negeri.
- Nareza, M. (2020). *Covid-19 Lebih Berbahaya bagi Lansia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Narina, M. (2020). Pengaruh Batas Aktivitas dengan Pencegahan Covid-19. *Jurnal Kesmas*, 2(1), 62–66.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Nurhanisah, Y. (2020). *Physical Distancing Demi Meminimalisir Potensi Penularan Covid-19*. Indonesia Baik.
- Permenkes RI. (2021). *Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)*. Menkes RI.
- Satria, B. (2020). *Komorbid yang Bisa Perparah Kondisi jika Terpapar Covid-19*. Kompas Gramedia Digital Group.
- Sekretariat Kabinet RI. (2020). *Rangkuman Arahan Presiden Kepada 34 Gubernur Hadapi Covid-19*. Humas Sekretariat Kabinet RI.
- Siagian, T. H. (2020). Mencari Kelompok Berisiko Tinggi Terinfeksi Virus Corona dengan Discourse Network Analysis. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 9(2), 98–106.
- Subakti, R. (2020). *Sentuh Benda Publik Mencegah Covid-19*. PT Kompas Media Nusantara.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Supriyadi, Ardiyani, V. M., & Dewi, N. (2021). Gambaran Pelaksanaan Social Distancing dan Protokol Kesehatan masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 20–24.
- Thorik, S. H. (2020). Efektivitas Pembatasan Sosial Berskala Besar di Indonesia dalam Penanggulangan Pandemi Covid-19. *Buletin Hukum Dan Keadilan*, 4(1), 115–120.
- Waluyo, S. (2020). Physical Distancing: Jaga Jarak Fisik Tapi Dekatkan Hati & Pikiran. *TEKNO & SAINS*, 1(1), 1–5.
- Wella, L. S. (2020). *Risiko Penularan Covid-19 Akibat Sentuh Permukaan Benda yang Sering Disentuh*. PMJ News.
- WHO. (2020). *Naming the Coronavirus Disease (Covid-19) and the Virus that Causes it*. World Health Organization.