



Lembaga Penanggulangan Bencana dan Perubahan Iklim Nahdlatul Ulama (LPBI NU) menyelenggarakan Pelatihan Pencegahan COVID-19 Berbasis Masyarakat pada 22 Juli 2020 secara daring.

Hadir dalam pelatihan tersebut Andi Najmi Fuadi (Wakil Sekjen PBNU), M. Ali Yusuf (Ketua LPBI NU), Simon Field (International DRM Advisor Siap Siaga), Syahrizal Syarif (Ahli Epidemiologi), M. Makky Zamzami (Ketua Satgas NU Peduli COVID-19) dan Yayah Ruchyati (Direktur Program PKMM COVID-19) serta jajaran pengurus pusat LPBI NU.

Pelatihan daring ini diikuti Pengurus Cabang LPBI NU dari Kabupaten Lamongan, Kabupaten Gresik, Kabupaten Malang, Kabupaten Pasuruan, Kabupaten Sidoarjo, Kota Kediri, Kabupaten Jember, Kabupaten Buleleng dan Kabupaten Lombok Barat.

Ali Yusuf, Ketua LPBI NU dalam sambutannya menjelaskan program Penguatan Ketahanan Masyarakat dalam Menghadapi (PKMM) COVID-19 dan Adaptasi Tatanan Baru yang akan berlangsung sembilan bulan ini sejatinya dirancang untuk mendukung masyarakat berupaya menginternalisasi dalam kehidupan sehari-hari agar menjadi kebiasaan, bahkan menjadi gaya hidup. Sehingga masyarakat memiliki ketahanan dan ketangguhan dalam menghadapi COVID-19 atau tetap produktif dan aman selama masa pandemi.

Sementara, Simon Field dari International DRM Advisor Siap Siaga mengapresiasi kerjasama dengan LPBI NU. NU memiliki pengalaman dan telah banyak melakukan aktivitas dalam membantu masyarakat agar terhindar dari wabah COVID-19. Kemitraan program dengan LPBI NU yang dilaksanakan di Jawa Timur, Bali dan NTB secara tidak langsung mendekatkan dengan masyarakat, terutama yang terdampak pandemi. Inovasi dalam penyaluran bantuan kepada masyarakat dengan tetap menerapkan protokol kesehatan serta menghidupkan ekonomi lokal terdampak bisa menjadi contoh bagi lembaga lain.

Andi Najmi Fuadi, Wakil Sekjen PBNU, sebelum membuka resmi acara pelatihan menyampaikan apresiasi terhadap pelatihan yang melibatkan beberapa cabang LPBI NU di tiga provinsi. Ia menjelaskan bahwa NU di masa pandemi sejak Maret 2020 telah hadir di 229 titik di Indonesia dengan penerima manfaat sekira 60 juta jiwa. Pengelola program PKMM COVID-19 dan Adaptasi Tatanan Baru baik di pusat maupun daerah diharapkan terus meningkatkan kapasitas dan mengupdate pengetahuan agar edukasi yang dilakukan kepada masyarakat tepat sasaran dan terukur. Informasi-informasi terbaru mengenai COVID-19 sebisa mungkin segera disebar ke masyarakat agar dampak pandemi bisa diminimalisir.

Narasumber pertama, Syahrizal Syarif, Pakar Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, mengatakan Indonesia masih belum memenuhi syarat untuk masuk dalam masa normal baru. Untuk bisa masuk ke dalam masa normal baru dan melonggarkan pembatasan sosial, harus memenuhi 6 syarat yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO).

Enam syarat tersebut antara lain pengendalian transmisi COVID-19, sistem kesehatan yang mumpuni, risiko penyebaran diminimalkan di tempat yang rentan, langkah-langkah pencegahan di tempat kerja dibuat untuk mengurangi risiko, kasus impor di masa mendatang dapat ditangani, dan negara memberikan informasi yang jelas kepada masyarakat.

Syahrizal menuturkan, meski Indonesia menerapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), bukan lockdown, hal tersebut tetap memberikan gangguan sosial dan ekonomi yang berat. Pasalnya, gerak masyarakat dibatasi, semua kegiatan ditutup, terutama kegiatan di sektor ekonomi.

Menurutnya, boleh-boleh saja melakukan pelonggaran, namun yang perlu diketahui adalah pelonggaran pasti memiliki konsekuensi. Karena pada dasarnya membatasi pergerakan itu bagian penting dari memutuskan rantai penularan virus corona.

Masyarakat juga perlu diberi informasi dengan jelas mengenai istilah-istilah yang muncul selama pandemi, jangan sampai hal itu malah membingungkan. Misalnya perbedaan istilah isolasi dan karantina, definisi operasional kasus COVID-19 yaitu Kasus Suspek, Kasus Probable, Kasus Konfirmasi, Kontak Erat, Pelaku Perjalanan, Discarded, Selesai Isolasi, dan Kematian.

Dalam pembukaan sekolah saat *new normal*, Syahrizal menyarankan sejumlah syarat. Sekolah yang dibuka harus dipastikan di wilayah yang masuk kategori hijau atau bebas penularan virus corona. Menurutnya, yang utama harus dipersiapkan adalah proses *screening* bagi pelajar, guru hingga pegawai administrasi sebelum sekolah dibuka.

Selain itu, sekolah juga harus siaga dalam menerapkan protokol kesehatan yang ketat. Ia juga menganjurkan agar ada langkah pengawasan pelaksanaan pembelajaran dan respon yang tepat jika terjadi indikasi penularan.

Narasumber kedua yang juga Ketua Satgas NU Peduli COVID-19, M. Makky Zamzami mengajak masyarakat jangan terlalu panik menghadapi virus corona. Sebab, selama imunitas tubuh seseorang stabil maka virus apa pun tidak akan berkembang pada tubuh manusia.

Karena itu, dokter yang menjabat Bendahara LKNU ini meminta kepada seluruh warga agar dapat melakukan pencegahan secara individual. Bagi dia itu salah satu langkah utama karena bisa membuat segala penyakit apalagi virus akan menjauh.

Makky menjelaskan, syarat utama imunitas tubuh menjadi kuat bagi seseorang adalah dengan melakukan tidur yang cukup, mengonsumsi makanan bergizi, melakukan aktivitas yang cukup, dan menghindari stres. Sekalipun sudah terkena, jelasnya, pola hidup sehat tersebut akan mempercepat hilangnya virus dalam tubuh seseorang.

Kemudian, terkait konsumsi rempah-rempah agar terhindar dari virus corona baginya bukanlah solusi satu-satunya. Harus dikolaborasikan dengan ikhtiar lain seperti olahraga dan proteksi lain seperti mencuci tangan dengan sabun dan tidak berdekatan dengan orang yang sedang sakit.

NU sudah mengeluarkan protokol-protokol yang diharapkan bisa mengubah perilaku masyarakat untuk bisa beradaptasi dengan tatanan baru. Misalnya protokol yang ditetapkan di pesantren tentu berbeda dengan protokol di lingkungan kantor maupun lingkungan masjid.

Gerakan bermasker di luar rumah harus terus dikampanyekan. Kadang, masyarakat masih melakukan kegiatan di luar rumah, seperti belanja dan lain sebagainya. Maka, kata dia, masyarakat sebaiknya menggunakan masker untuk mengantisipasi penularan COVID-19 bila bertemu Suspek. Jika Suspek memakai masker dan masyarakat yang belum terkena COVID-19 memakai masker, penularan virus akan turun. Ia mengimbau masyarakat untuk sering mencuci tangan, jaga jarak, juga hindari memegang wajah, seperti mata, hidung, dan mulut.

Makky berharap program ini bisa meningkatkan ketahanan masyarakat, terutama di wilayah sasaran program, karena kita tidak tahu sampai kapan pandemi ini akan berakhir.

Kegiatan ini merupakan hasil kerjasama antara PP LPBI NU dengan Pemerintah Australia (DFAT) melalui Siap Siaga Palladium.