

**EFEKTIFITAS EDUKASI KESEHATAN TENTANG UPAYA
PENINGKATAN DAYA TAHAN TUBUH DALAM MASA
PANDEMI COVID-19 PADA KELUARGA
DI KELURAHAN PINARAS
KOTA TOMOHON**

Ratulangkow, Destria¹, Rakinaung, Natalia², Sumilat, Vervando³

Fakultas keperawatan Universitas Katolik De La Salle manado

Email: dratulangkow@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Sistem pertahanan tubuh atau peningkatan imunitas tubuh merupakan cara alami pertahanan tubuh dalam menjauhi segala macam infeksi. Sistem imunitas juga menyerang berbagai macam bakteri dan menjaga tubuh tetap sehat. Pengetahuan dan pemahaman serta edukasi kesehatan yang baik dan tepat pada masyarakat di Kelurahan Pinaras Daya tahan tubuh atau sistem imunitas merupakan benteng pertahanan pertama dari berbagai kuman penyebab infeksi. Bila daya tahan tubuh atau imunitas kuat, kuman yang berusaha menyerang akan dapat dikalahkan sehingga tubuh terhindar dari infeksi dan dapat membantu memutuskan mata rantai penularan Covid-19 di Kota Tomohon.

Tujuan: Penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas edukasi kesehatan tentang upaya peningkatan daya tahan tubuh dalam masa pandemi covid-19 pada masyarakat di kelurahan Pinaras Kota Tomohon.

Metode: Penelitian ini menggunakan penelitian yang kuantitatif dan beserta sebuah desain yakni *pre-eksperimen (Non equivalent group desing)* dengan rancangan *one group pre dan posttest*. Responden dari penelitian ini adalah masyarakat Kelurahan Pinaras yang berjumlah 39 orang dengan menggunakan perhitungan Slovin. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Peningkatan daya tahan tubuh di masa pandemi Covid-19.

Hasil : Nilai signifikansi pengetahuan tentang peningkatan daya tahan tubuh di masa pandemi Covid-19 sebelum dan sesudah di berikan edukasi menggunakan audio visual menunjukkan *p value* yaitu besar 0,000 ($p < 0,05$). Dan nilai signifikansi tentang peningkatan daya tahan tubuh sebelum dan sesudah pemberian edukasi menggunakan video menunjukkan *p value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Kesimpulan : Terdapat perbedaan tentang pengetahuan dan peningkatan daya tahan tubuh di masa pandemi covid-19 di kelurahan Pinaras lingkungan VIII sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan Audio Visual

Kata kunci: Peningkatan Daya tahan Tubuh, Edukasi Kesehatan, Pengetahuan,

Kepustakaan : 3 buku dan 23 jurnal (2010-2021)

**EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION ABOUT EFFORTS
INCREASED ENDURANCE IN TIME
COVID-19 PANDEMIC IN FAMILIES
IN KELURAHAN PINARAS
TOMOHOH CITY**

Ratulangkow, Destria¹, Rakinaung, Natalia², Sumilat, Vervando³

Faculty of nursing De La Salle Catholic University Manado

Email: dratulangkow@gmail.com

Abstract

Blakang Background: The body's defense system or increased body immunity is the body's natural way of defense in staying away from all kinds of infections. The immune system also attacks various kinds of bacteria and keeps the body healthy.. Knowledge and understanding as well as good and appropriate health education in the community in Pinaras Village The immune system or immune system is the first defense against various germs that cause infection. If the immune system or immunity is strong, germs that try to attack will be defeated so that the body avoids infection and can help break the chain of transmission of Covid-19 in Tomohon City.

Objective: This study is to determine the effectiveness of health education about efforts to increase endurance during the COVID-19 pandemic in the community in the Pinaras sub-district of Tomohon City.

Method: This study uses quantitative research and along with a design, namely *pre-experiment (Non equivalent group desing)* with *one group pre* and *posttest design*. The respondents of this study were the people of Pinaras Village which amounted to 39 people using Slovin's calculation. Data collection using questionnaires Increasing endurance during the Covid-19 pandemic.

Results: The significance value of knowledge about increasing endurance during the Covid-19 pandemic before and after education using audio visual shows a *p value* of 0.000 ($p < 0.05$). And the significance value of increasing endurance before and after providing education using video shows a *p value* of 0.000 ($p < 0.05$).

Conclusion: There are differences in knowledge and immune system improvement during the COVID-19 pandemic in Pinaras sub-district of environment VIII before and after education is given using Audio Visual

Keywords: Immune Enhancement, Health Education, Knowledge,

Bibliography : 3 books and 23 journals (2010-2021)

