

## PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DENGAN MENYEBARLUASKAN PENTINGNYA MENJAGA KESEHATAN TUBUH DAN PEDULI SESAMA DITENGAH PANDEMIC COVID-19

Rifqi Fadhiil Yudhistira<sup>1,\*</sup>, Devi Wastiti Ari<sup>2</sup>, Muhammad Ihsan<sup>3</sup>, Daniel Handoko<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Manajemen Perbankan Syariah, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cirende, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

<sup>2</sup>Jurusan Gizi, Fakultas Kedokteran dan kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cirende, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

<sup>3</sup>Jurusan Administrasi Publik, Fakultas Ilmu Sosial Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cirende, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

<sup>4</sup>Jurusan Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cirende, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

\*Email : Rifqifadhiil94@gmail.com

### ABSTRAK

Kuliah Kerja Nyata (KKN) UMJ tahun 2021, telah dilaksanakan dengan bermitra Rukun Warga (RW) di Perum. Griya Serpong Kademangan, Setu yang merupakan perwujudan dari pengabdian mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jakarta (UMJ) kepada masyarakat setempat. Bertujuan membantu pemberdayaan masyarakat dan sosialisasi ditengah pandemic covid-19. Program yang dilaksanakan adalah pembagian poster tentang menjaga kesehatan tubuh selama pandemic covid-19 di sekeliling perumahan dan sosialisasi singkat serta membantu membuat makan siang untuk warga yang sedang melaksanakan isolasi mandiri.

**Kata kunci:** Covid-19, Isolasi mandiri, Kesehatan

### ABSTRACT

*The UMJ Student Study Service (KKN) in 2021 has been carried out in partnership with the Rukun Warga (RW) in Perum. Griya Serpong Kademangan, Setu which is the embodiment of the dedication of the students of the University of Muhammadiyah Jakarta (UMJ) to the local community. Aims to help community empowerment and socialization amid the COVID-19 pandemic. The program implemented was the distribution of posters about maintaining physical health during the covid-19 pandemic around housing and brief socialization and helping to make lunch for residents who were carrying out self-isolation.*

**Keywords:** Covid-19, Self Isolation, Healthy

## 1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah sebuah bentuk kegiatan yang memadukan antara pendidikan dan pengajaran, penelitian, serta pengabdian terhadap masyarakat dalam bentuk kegiatan. Kegiatan ini memiliki konsep sebuah pendidikan sebagai bahan pengalaman yang praktis. KKN sendiri dijadikan sebagai pengikat dan perangkuman semua isi kurikulum dan dituangkan dalam bentuk program pengabdian masyarakat sebagai pengalaman belajar dengan realita kehidupan di masyarakat.

KKN sendiri merupakan kegiatan wajib dalam kurikulum di berbagai universitas, termasuk Universitas Muhammadiyah Jakarta. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Universitas Muhammadiyah dilaksanakan secara daring selama sebulan. Dengan adanya kegiatan KKN ini Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jakarta, membuat program kerja yang mumpuni sehingga dapat membantu permasalahan yang ada ditengah masyarakat selama pandemic Covid 19.

KKN pada masa pandemic covid 19 tentu sangat berbeda, yang biasanya dilakukan offline dan berkumpul secara langsung dalam 1 kelompok, kali ini dibatasi dengan masing masing kelompok dibagi menjadi 5 kelompok kecil dan kegiatan KKN dilakukan dengan prokes kesehatan yang ketat seperti menggunakan masker 2 lapis dan selalu menjaga jarak selama kegiatan berlangsung.

Covid 19 telah dinyatakan oleh WHO sebagai pandemic dan di Indonesia sendiri telah menyatakan COVID-19 sebagai bencana non alam berupa wabah penyakit yang wajib dilakukan upaya dalam pencegahannya sehingga diperlukan panduan untuk masyarakat dalam melakukan upaya pencegahan covid 19 menyerbar secara luas di lingkungan sekitar. Virus covid 19 ini telah menelan banyak nyawa selama 1 tahun belakangan ini. Pemerintah sudah melakukan banyak upaya untuk menanggulangi pencegahan covid 19. Dimulai dari pemasangan pamphlet untuk menggunakan masker, Mencuci tangan, Menjaga Jarak minimal 1 meter, serta diberlakukannya PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat). Banyak sektor yang terganggu akibat Covid-19 ini tak terkecuali kegiatan KKN di Universitas Muhammadiyah Jakarta. Namun ditengah gelombang pasang dan surut

Pandemic ini mahasiswa tidak kehabisan akal untuk menjalankan berbagai kegiatan program kerja untuk KKN. Kegiatan KKN mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jakarta melakukan banyak kegiatan di daerah sekitar tempat tinggal mahasiswa.

Di era pandemic covid-19 ini banyak menyebabkan perubahan dalam kehidupan sehari-hari. Kita dianjurkan untuk sadar akan menjaga tubuh agar tetap sehat ditengah tengah terjadinya bencana covid-19. Meningkatkan imunitas tubuh menjadi suatu hal yang wajib agar tubuh tidak terserang penyakit terutama virus covid-19. Berbagai upaya pemerintah sudah dikerahkan untuk masyarakat agar menjaga diri masing masing dengan baik, seperti yang kelompok kami lakukan di kegiatan KKN kali ini.

Rukun Warga(RW) merupakan salah satu mitra pemerintah yang berfungsi sebagai pengkoordinasi antara warga, dan sebagai jembatan aspirasi sesama masyarakat dengan pemerintahan daerah. Peran RW dimasa pandemic ini cukup penting, mengingat lingkungan masyarakat saat ini cukup padat. Rukun warga bisa menjadi salah satu jembatan bagi masyarakat agar tertib mematuhi prokes di era pandemic covid-19, mampu mengingatkan warganya untuk selalu menjaga kesehatan tubuh agar imunitas tubuh tidak down.

Kuliah kerja nyata (KKN) kami memiliki program yaitu pemberdayaan masyarakat dengan cara menyebarluaskan pentingnya makanan bergizi dengan membagikan poster di daerah komplek perumahan. Griya serpong dan juga peduli sesama antar warga dengan cara membuat makan siang dan memberikannya kepada warga yang sedang isoman. KKN dengan mitra Rukun Warga ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat sekitar akan pentingnya menjaga kesehatan di era pandemic covid-19 dan tetap bisa melakukan kebaikan dengan peduli sesama antar tetangga.

## 2. METODE

Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) berbasis online 2021, penulis menggunakan teknik observasi dan juga wawancara.

Observasi dilakukan untuk menentukan titik yang memang sering dilalui oleh warga untuk penyebaran poster sehingga warga sekitar dapat melihat poster tersebut dan

membacanya, dan sosialisasi agar warga mampu menumbuhkan kesadaran diri akan pentingnya menjaga kesehatan tubuh di masa pandemic covid 19.

Wawancara dilakukan melalui Tanya jawab secara langsung dengan Ketua RW untuk mengetahui info yang relevan. Dengan mengetahui info relevan berapa banyak warga yang sedang isolasi mandiri mempermudah kami dalam menyesuaikan jumlah makanan yang disajikan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Pelaksanaan

Dalam pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) penulis akan menjabarkan sesuai dengan kegiatan program kerja yang penulis laksanakan sebagai berikut :

- a) Melakukan kegiatan penyebaran Poster dan sosialisasi "Jaga kesehatan tubuh selama pandemic Covid-19"

Dalam pelaksanaan program ini dilakukan 1 hari pada tanggal 17 Juli 2021. Kegiatan nya meliputi penyebaran poster di daerah perumahan Griya Serpong dan Sosialisasi kepada warga sekitar secara keliling. Poster ditempel di berbagai titik yang sering di lewati oleh warga sekitar.



**Gambar 1.** Melakukan penyebaran Poster tentang menjaga kesehatan tubuh di masa pandemic covid-19 di taman Perum. Griya Serpong, Kademangan, Setu.



**Gambar 2.** Melakukan sosialisasi tentang pentingnya menjaga tubuh di masa Pandemic Covid-19 dengan Pak RW 06 di Perum. Griya Serpong, Kademangan, Setu.

- b) Kegiatan Masak makan siang untuk warga yang sedang isoman dan membagikannya

Beriringan dengan kegiatan pembagian poster di perum. Griya Serpong. Anggota kami sebagian memasak kemudian membagikan makan siang tersebut kerumah rumah warga yang sedang melaksanakan isolasi mandiri.



**Gambar 3.** Memasak Makan Siang untuk Warga yang sedang melaksanakan isolasi mandiri.



**Gambar 4.** Pembagian Makan Siang kerumah-rumah warga yang sedang melaksanakan Isolasi Mandiri



**Gambar 5.** Bento box yang dibagikan untuk warga yang sedang Isolasi mandiri. Berisikan

ayam oblok, telur dadar, tumis buncis, dan sambal goreng

#### B. Hasil Evaluasi pelaksanaan

Menurut penulis untuk hasil evaluasi kegiatan program kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) terlaksanakan dengan baik dan sukses bersama mitra Pak Rw perum. Griya Serpong serta dukungan dan antusiasme dari warga setempat.

### 5. KESIMPULAN

Program KKN yang bertempat di Perum. Griya Serpong, Kademangan Setu, bersama dengan Ketua Rukun Warga (RW) menyimpulkan bahwa KKN menjadi wadah yang baik dan menguntungkan untuk mahasiswa dan masyarakat. Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jakarta mampu memberikan program kerja yang mumpuni serta mampu mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah didapat mahasiswa dari pembelajarannya melalui program KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta. Mitra KKN dan Warga setempat menyambut antusias dan mendukung kehadiran mahasiswa KKN serta membantu menjalankan program-program yang disusun dan dilaksanakan. Program yang telah disusun dilaksanakan dengan baik dan lancar dengan bantuan serta dukungan dari warga setempat serta mitra kami ketua RW 06 Perum. Griya Serpong yang berpartisipasi dalam pelaksanaan program KKN

### DAFTAR PUSTAKA

- Ulil Albab, Savitri Anava, Pradani Yolanda, dkk. (2021) Peranan Kuliah Kerja Nyata Sebagai Wujud Pengabdian Kepada Masyarakat di Tengah Pandemic Covid-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. E-Amal.
- Zuhdi Silaiman, Ferizko Adia, Melinda Pebriani. (2019) Penguatan Kelembagaan Rukun Tetangga dan Rukun Kampung (RT/RW) di Kelurahan Rintis Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru. *Jurnal Unpad*
- Kementrian Kesehatan RI.(2020) Panduan Gizi Seimbang pada Masa Pandemic Covid-19

Asri Indra, Lestari Yuniar, Husni Muhammad dkk. (2021) Edukasi Pola Hidup Sehat di Masa Covid-19. *Abdi Populika Vol.02.1*

Akhmad Mustofa, Nanik Suhartatik. (2020) Meningkatkan Imunitas Tubuh dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 di Karang Taruna Kedunggupit, Sidoharjo, Wonogiri Jawa Tengah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*