

Edukasi Masyarakat dalam Meningkatkan Sikap Waspada dan Tenang di Masyarakat Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Demi Terciptanya Imunitas Yang Kuat

Latifah Khumairah^{1,*}, Mutia Pawitri², Wahyudi H³, Henni Wijayanti⁴

¹Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

²Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

³Jurusan Ilmu Politik, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

latifah.khumairoh@gmail.com

ABSTRAK

Covid-19 merupakan virus yang meresahkan dunia hingga saat ini. Berbagai belahan dunia telah merasakan dampak dari adanya serangan virus ini. Salah satu hal yang perlu kita waspadai adalah bahwa virus ini ditularkan melalui kontak langsung melalui percikan dari saluran napas orang yang terinfeksi (yang keluar melalui batuk dan bersin). Selain itu, seseorang juga dapat terinfeksi hanya dengan menyentuh permukaan benda yang terkontaminasi. Walaupun virus ini terus menyebar, tindakan preventif yang dapat mencegah penularan lebih jauh perlu terus dilakukan. Ditengah meningkatnya kasus Covid-19 saat ini berbagai himbauan dari pemerintah dalam menangani pandemi ini yaitu dengan mencuci tangan dengan sabun, memakai handsanitizer atau antiseptik ketika hendak keluar, memakai masker, menyemprotkan disinfektan, menghindari kerumunan massa, menjaga jarak dengan orang lain, belajar dirumah, beribadah dirumah, dan himbauan lainnya yang harus kita patuhi. Ketika ada himbauan dari pemerintah, Pertahanan untuk menghadapi Covid-19 sendiri adalah imun masing-masing dari individu. Karenanya, imun setiap individu harus kuat serta dibarengi dengan yakin atau optimis bahwa masyarakat Indonesia mampu menghadapi Covid-19 dengan tenang tidak gegabah.

Kata kunci: Covid-19, Waspada, Tenang, Imun yang Kuat

ABSTRACT

Covid-19 is a virus that is troubling the world today. Various parts of the world have felt the impact of this virus attack. One of the things we need to be aware of is that this virus is transmitted through direct contact through the respiratory tract of an infected person through coughing and sneezing. In addition, a person can also be infected just by touching the surface of a contaminated object. Although this virus continues to spread, preventive measures that can prevent further transmission need to be carried out. In the midst of various Covid-19 cases when the government is handling this pandemic, namely by washing hands with soap, using hands or antiseptic when going out, wearing masks, spraying disinfectant water, avoiding crowds, keeping a distance from others, studying at home, worshipping at home, and other advice that we must obey. When there is an appeal from the government, the defense to deal with Covid-19 itself is the immunity of each individual. Therefore, each individual's immune system must be strong and accompanied by confidence or optimism that the Indonesian people are able to face Covid-19 calmly and not rashly.

Keywords: Covid-19, Wary, Calm, Strong Immune

1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah salah satu program yang harus ditempuh oleh mahasiswa di perguruan tinggi. Program tersebut dilaksanakan sebagai implementasi dari salah satu Catur Dharma Perguruan Tinggi yaitu pengabdian masyarakat. Karena perguruan tinggi merupakan lembaga yang mempersiapkan generasi yang cerdas secara intelektual dan terampil maka perlu dibekali kemampuan beradaptasi dan berperan aktif dalam kehidupan bermasyarakat. Dengan kata lain, perguruan tinggi mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan keberhasilan pembangunan sumber daya manusia yang tercermin jelas pada tugas utamanya yang umumnya dikenal dengan Catur Dharma Perguruan Tinggi, yakni: (a) Pendidikan dan Pengajaran, (b) Penelitian, (c) Pengabdian Masyarakat, (d) Al-Islam dan Kemuhammadiyah.

Corona virus merupakan virus yang menyebabkan infeksi covid-19. Infeksi pertama kali diidentifikasi pada bulan desember 2019 di Wuhan, China, corona virus mempunyai sifat sangat mudah menular sehingga dalam waktu singkat infeksi menyebar ke seluruh dunia dan menimbulkan pandemi global. WHO menyatakan COVID-19 sebagai pandemi dunia dan Pemerintah Indonesia menetapkan sebagai bencana non alam berupa wabah penyakit yang perlu dilakukan penanggulangan terpadu melalui beberapa langkah termasuk keterlibatan seluruh komponen masyarakat. Total kasus konfirmasi COVID-19 global per tanggal 01 Maret 2021 adalah 113,859,451 kasus dengan 2,528,890 kematian (CFR 2,2%) di 222 Negara Terjangkit dan 187 Negara Transmisi lokal. Berdasarkan data dialporkan sampai 01 Maret 2021 ditemukan 1.341.314 orang terkonfirmasi COVID-19. Jumlah kasus meninggal mencapai 36,325 orang dengan CFR 2,7 %. Jumlah kasus Covid juga bertambah di wlayah Banten sampai dengan 01 Maret 2021 jumlah kasus terkonfirmasi Covid-19 sebanyak 29.497 orang, meninggal 614 orang (Kemenkes, 2021). Penularan virus corona terjadi secara droplet atau melalui

percikan saat orang batuk atau berbicara, hal inilah yang menyebabkan virus ini mudah sekali menular ke orang lain. Tanda dan gejala yang tidak spesifik juga menyebabkan infeksi virus ini susah dikenali. Sebagian besar kasus infeksi corona virus memiliki tanda dan gejala seperti influenza seperti demam, batuk, pilek, pusing dan dalam kondisi berat bisa mengalami sesak napas yang berat (Quyumi & Alimansur, 2020). Masa pandemi COVID-19 terdapat begitu banyak stressor atau stimulus yang dapat menyebabkan stress. Stressor ini menyebabkan seseorang menjadi lebih waspada. Sikap waspada terhadap ancaman yang terjadi disekitar menjadi hal yang perlu dimiliki dalam rangka melindungi diri dan melakukan upaya pencegahan pada diri sendiri dan orang lain (Advokasi, 2020). Sikap waspada dan taat protokol kesehatan merupakan bentuk kepedulian terhadap mereka yang terpuruk secara ekonomi karena pandemi. Hal ini dianggap penting, agar pandemi cepat berlalu dan tidak berlarut-larut. Adapun cara mencegah penularan Covid-19 masyarakat perlu menerapkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat), mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, tetap tinggal dirumah dan membatasi aktivitas diluar rumah, melakukan *physical distancing* minimal 1 meter, masyarakat tetap tenang dan tetap waspada apabila mempunyai riwayat perjalanan ke negara/wilayah terjangkit yang sedang mengalami transmisi lokal, lakukan pemantauan kesehatan secara mandiri dan apabila mengalami gejala pernafasan segera ke fasilitas kesehatan, memakai masker dan membatasi kontak dengan orang lain (1). Pertahanan untuk menghadapi Covid-19 sendiri adalah imun masing-masing dari individu. Karenanya, imun setiap individu harus kuat. Cara agar imun tetap kuat adalah makan makanan yang halal, istirahat yang cukup, menjaga kebersihan, menjaga fisik dan mental, dan tidak lupa untuk berpikir positif, yaitu Al-Insyiroh: Jurnal Studi Keislaman Vol. 6, No. 2 September 2020 P-ISSN: 2477-4928, E-ISSN: 2656-6680 Partono dan Amrina Rosada 124 yakin atau optimis

bahwa masyarakat Indonesia mampu menghadapi Covid-19 dengan tenang tidak gegabah (2).

Dalam Islam wabah virus korona ini merupakan sebuah ujian bagi suatu kaum agar selalu mendekatkan diri kepada Allah. Islam juga mengajarkan istilah lockdown dan social distancing dalam rangka pencegahan penularan penyakit, sebagian para ulama menyebutkan istilah penyakit ini disebut dengan Tho'un yaitu wabah yang mengakibatkan penduduk sakit dan berisiko menular. Sikap muslim dalam menghadapi Covid 19, Pandangan islam terhadap new normal, serta korelasi antara new Normal dengan Konsep maqashid syari'ah: (1) Covid 19 merupakan bagian dari ujian dalam kehidupan, karenanya penting bagi mereka yang beriman kembali menguatkan keimanannya kepada ketetapan dan takdir Allah, dan apa yang menimpa manusia terkait dengan hukum kausalitas (sebab akibat). (2) Sikap muslim dalam menghadapi Covid 19 antara lain: Adapun sikap yang diajarkan islam bagi setiap muslim antara lain: Tidak menjadikan isu Covid 19 ini semakin liar dengan memberikan statemen dan pernyataan serta membagi informasi yang tidak dapat dipertanggung jawabkan kevalidasian dan kebenarannya. Mengembalikan urusan Covid ini kepada para ahli untuk memberikan informasi yang dapat diyakini keakuratannya. Sabar dan tabah dalam menghadapi ujian Allah. Berbaik sangka kepada Allah. Tawakkal serta ikhtiyar menghindari dari penyakit dengan mengikuti protokol kesehatan. Menetapkan prioritas dalam menjalankan agama bahwa menolak kemudharatan didahulukan dibandingkan mendatangkan kemashlahatan. Menambah keyakinan akan keindahan dan kebenaran islam. Menjadikan waktu bekerja di rumah sebagai momen menjadikan keluarga sebagai benteng pertahanan terakhir. Saling membantu sesama dan meningkatkan semangat berkorban demi kepentingan umum. (3) Islam mengajarkan konsep al-ta'ayusy atau hidup berdampingan (bukan berdamai) dengan Covid-19. Sebab, menurut para ahli epidemi corona akan tetap eksis dalam

kehidupan kita, padahal roda perekonomian harus terus berjalan. Namun new normal harus dikontekstualisasikan dengan maqashid syari'ah, dan penerapannya harus berpegang pada protokol kesehatan, yang secara umum sejalan dengan ajaran islam.

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini merupakan salah satu program Universitas Muhammadiyah Jakarta sebagai salah satu implementasi Catur Dharma Perguruan Tinggi Muhammadiyah (PTM) yaitu dengan mengedukasi masyarakat menyikapi situasi Pandemi Covid-19 yang sedang merajalela saat ini. Salah satunya dengan meningkatkan sikap waspada dan tenang dalam menghadapi Pandemi Covid-19 demi terciptanya imunitas yang kuat. Oleh karena itu diadakannya Program Kerja 4 dalam bentuk webinar dengan tema "Edukasi Masyarakat Dalam Meningkatkan Sikap Waspada Dan Tenang Dalam Menghadapi Pandemic COVID 19 Demi Terciptanya Imunitas Yang Kuat"..

2. METODE PELAKSANAAN



Gambar 1. Pelaksanaan Webinar Edukasi Masyarakat Dalam Meningkatkan Sikap Waspada dan Tenang Menghadapi Pandemi Covid-19 Demi Terciptanya Imunitas Yang Kuat Via Aplikasi Zoom Meeting

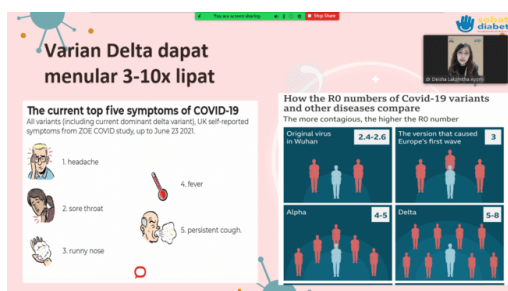
Metode pendekatan yang digunakan dalam kegiatan kali ini adalah dalam bentuk penyuluhan dengan menggunakan *Aplikasi Zoom Meeting* yang memfokuskan pengajaran tentang edukasi masyarakat dalam menghadapi Pandemi Covid-19 yang semakin memburuk setiap waktunya. Proses kegiatan edukasi ini berupa penyampaian informasi, tanya jawab dan juga diskusi dari segi kesehatan oleh Dr. Deisha Laksmitha Ayomi dan segi agama

oleh Bapak Mustopa, S.Sos.I. kegiatan webinar ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 24 Juli 2021 pada pukul 09.00 WIB sampai selesai. Target sasaran kegiatan berbasis *Online* ini adalah Masyarakat Umum, Mahasiswa, Lembaga Instansi terkait, dan Komunitas.

Seperti yang sudah dipaparkan bahwa pencegahan dan sikap yang benar mampu mencapai tujuan bersama yaitu menghindari terpaparnya virus Covid-19 bahkan munculnya varian baru. Dengan memperdalam pengetahuan dasar yang disampaikan dalam webinar kali ini dapat meningkatkan kewaspadaan dan perubahan perilaku serta tindakan yang baik dan benar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan webinar ini menjadikan para peserta mengetahui dan memperdalam wawasan mereka terkait bahayanya virus Covid-19 yang sedang merajalela saat ini. Mengetahui secara akurat dan jelas kondisi Indonesia bahkan dunia saat ini yang masih diselumti oleh keganasan virus tersebut. Para peserta pun mengetahui cara menyikapi sebuah pandemi sebagai seorang muslim. Perubahan perilaku akan menjadi kunci optimisme dalam menghadapi Covid-19 dengan meningkatkan kewaspadaan dan ketenangan yaitu dengan menerapkan protokol kesehatan yang sesuai anjuran pemerintah.



Gambar 2. Pemaparan Materi oleh Dr. Deisha Laksmitha Ayomi, Medical Doctor of Sobat Diabet



Gambar 3. Pemaparan Materi oleh Mustopa, S.Sos.I

Selama kegiatan webinar berlangsung para peserta memiliki antusias yang tinggi dengan adanya pertanyaan yang diajukan, yaitu:

1. Ketika seseorang sudah vaksin, bagaimana cara membedakan seorang mempunyai gejala Covid-19 dengan bukan dan bagaimana penanganan pertama yang harus dilakukan? Lalu bagaimana penggunaan masker yang aman terlebih dari Covid-19 varian baru?
2. Banyak isu yang beredar di masyarakat seperti seorang pasien dengan saturasi rendah dan diberikan oksigen, sehari setelahnya menyebabkan pasien tersebut meninggal. Hal ini yang menciptakan ketakutan dan kepanikan di masyarakat. Apakah ada penjelasan medis terkait hal itu?
3. Seseorang yang taat agama dan semakin mendekati diri kepada Allah selama pandemi dengan rutin melakukan ibadah wajib maupun sunnah, ketika dihadapkan dengan kenyataan bahwa orang tersebut terpapar Covid-19 orang tersebut sulit menerima dan tidak ikhlas, bagaimana cara menyikapinya? Terlebih orang tersebut mengalami stres berat?

Bekal pengetahuan yang diperoleh para peserta webinar tentang pencegahan meluasnya virus Covid-19 diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran dan kemauan untuk memperbaiki perilaku agar tetap menerapkan protokol kesehatan dan tetap tenang dalam menghadapi kondisi sulit saat ini.

4. KESIMPULAN

Pada pelaksanaan KKN online tahun 2021 kali ini mahasiswa/i UMJ diminta untuk lebih kreatif dan inovatif karena di tengah situasi semakin meningkatnya wabah pandemi covid 19 dimana pemerintah menerapkan beberapa aturan ketat yang membatasi kegiatan masyarakat. Oleh sebab itulah mengapa Kelompok 35 KKN UMJ memilih program Webinar Online yang bertemakan "Edukasi Masyarakat Dalam Meningkatkan Sikap Waspada dan Tenang Saat Menghadapi Pandemi Covid 19 Demi Terciptanya Imunitas yang Kuat". Disamping sebagai bagian dari tugas tahap akhir masa perkuliahan, Kelompok 35 KKN UMJ juga merasa terpanggil untuk memberikan edukasi yang baik kepada masyarakat dan sekaligus berusaha untuk memberikan contoh kepada generasi selanjutnya supaya terus bergerak dan melakukan sesuatu yang bermanfaat tanpa menyalahkan keadaan yang diluar kendali kita. Program webinar dilakukan pada tanggal 24 Juli 2021 pukul 09.00 WIB sampai selesai melalui aplikasi zoom meeting. Kegiatan webinar ini telah mampu meningkatkan pengetahuan dan wawasan serta keyakinan peserta dalam menghadapi pandemi Covid-19 dan membantu menciptakan perilaku preventif dalam mencegah penularan Covid-19. Dengan diselenggarakannya webinar berbasis *Online* ini diharapkan dapat memotivasi masyarakat agar terus bersemangat dalam melanjutkan hidup meskipun di tengah situasi yang semakin sulit. Kondisi pandemi yang tidak bisa lagi diprediksi kapan akan berakhir, besar harapan kepada kalangan muda terutama mahasiswa harus lebih kreatif dengan memanfaatkan sumber daya yang ada agar terus berkontribusi kepada masyarakat dan lingkungan sekitar.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah menyetujui pelaksanaan penelitian sehingga pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik.

2. Dosen Pembimbing Lapangan yang telah membimbing dan membantu sehingga pengabdian ini berjalan dengan lancar
3. Rekan-rekan kelompok 35 yang sudah bekerja sama dengan baik dan banyak membantu dalam mensukseskan acara ini
4. Semua pihak yang telah membantu tim selama melaksanakan kegiatan, sehingga dapat selesai sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Advokasi, D. (2020). Pandemi dan Mental Health: Meringkas Isu Kesehatan Mental selama Satu Tahun di Era Pandemi. Kemenkes. SITUASI TERKINI PERKEMBANGAN NOVEL CORONAVIRUS (COVID-19). 2021;
- Supriatna, Eman. "Wabah Corona Virus Disease Covid 19 Dalam Pandangan Islam." *SALAM; Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*, 2020: 555-564.
- Thaib, Zamakhsyari Bin Hasballah. "PANDANGAN AGAMA ISLAM DALAM MENGHADAPI WABAH COVID 19 DAN NEW NORMAL." *Webinar*. Medan: Universitas Sumatera Utara dengan Pemerintah Kota Medan, 2020. 1.
- Quyumi E, Alimansur M. UPAYA PENCEGAHAN DENGAN KEPATUHAN DALAM PENCEGAHAN PENULARAN COVID-19 PADA RELAWAN COVID. 2020;4(1):81-7.