

## PENINGKATAN PEMAHAMAN PANDEMI COVID-19 DAN DAMPAK PSIKOLOGISNYA

Waridi Hendro Saputro<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Universitas Sebelas Maret

\*waridihendro@staff.uns.ac.id

### ABSTRAK

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi yang jelas mengenai virus Corona, mengajak untuk memahami dan mematuhi protokoler kesehatan yang ada, mengajarkan kepada anak-anak untuk belajar dengan efektif walaupun di rumah saja, memberikan bimbingan mengenai pentingnya di rumah saja pada masa pandemi. Virus Corona dapat menyebabkan gangguan ringan pada sistem pernafasan, infeksi paru-paru yang berat, hingga kematian. Adapun cara pencegahannya adalah mematuhi protokol kesehatan. Pemahaman masyarakat tentang Covid-19 perlu ditingkatkan, Kegiatan ini terwadahi dalam berbagai program kerja yang dirumuskan mahasiswa KKN UNS Era Covid-19 yang berlokasi di berbagai wilayah di Indonesia sesuai tempat tinggalnya masing-masing. Salah satunya di RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo Kabupaten Karanganyar. Metode yang digunakan dengan cara langsung dan tidak langsung. Cara langsung, dengan menempelkan poster di papan kampung dan berdialog langsung kepada warga masyarakat mengenai cara pencegahan virus Corona. Cara tidak langsung, dengan mengirim dan menjelaskan melalui media whatsapp. Materinya berupa edukasi dan pendampingan yang berkaitan dengan dampak psikologis masyarakat dalam menghadapi masa pandemi Corona dalam rangka menyambut tatanan kehidupan baru dengan kebiasaan baru. Kebiasaan baru tersebut antara lain pola hidup bersih dengan rajin mencuci tangan, berolahraga, menggunakan masker, selalu menjaga jarak dengan social and physical distancing, serta menjaga kesejahteraan psikologis.

Kata kunci : Dampak psikologis, Dusun Geneng, edukasi Covid-19, dan kebiasaan baru.

### ABSTRACT

*This activity aims to provide clear information about the Corona virus, invite them to understand and comply with existing health protocols, teach children to study effectively even at home, provide guidance on the importance of being at home during the pandemic. The Corona virus can cause minor disorders of the respiratory system, severe lung infections, and death. The way to prevent it is to comply with health protocols. Public understanding of Covid-19 needs to be improved. This activity is contained in various work programs formulated by the KKN UNS of Covid-19 Era located in various regions in Indonesia according to their respective places of residence. One of them is RT 01 RW 07 Dusun Geneng, Kwangsan Village, Jumapolo District, Karanganyar Regency. The method used is direct and indirect. The direct way, by*

*sticking posters on village boards and having direct dialogue with community members about how to prevent the Corona virus. Indirect way, by sending and explaining via whatsapp. The material is in the form of education and assistance related to the psychological impact of society in facing the Corona pandemic period in order to welcome a new life order with new habits. These new habits include a clean lifestyle by diligently washing hands, exercising, using masks, always maintaining a distance from social and physical distancing, and maintaining psychological well-being.*

*Keywords: Psychological impact, Dusun Geneng, Covid-19 education, and new habits.*

## PENDAHULUAN

### a. Latar Belakang Permasalahan

Kemunculan Covid-19 pada akhir tahun 2019 lalu di Wuhan, Cina menimbulkan kegemparan luar biasa di seluruh dunia. Covid-19 sendiri merupakan kependekan dari Coronavirus Disease 2019. WHO (2020) menjelaskan bahwa coronavirus merupakan suatu kelompok virus yang dapat menyerang hewan dan manusia, dengan beberapa jenisnya diketahui menyebabkan infeksi saluran pernafasan pada manusia mulai dari batuk pilek hingga penyakit yang lebih serius seperti MERS dan SARS. Gejala yang paling umum dari orang yang terinfeksi Covid-19 adalah demam, rasa lelah dan batuk kering. Gejala-gejala yang dialami biasanya ringan dan muncul secara bertahap, bahkan beberapa orang tidak menunjukkan gejala apapun. Hal ini menjadi tantangan tersendiri karena sulitnya mendeteksi orang yang mungkin terinfeksi.

Selain bidang kesehatan, dampak Covid-19 juga mempengaruhi bidang lainnya, seperti pendidikan, integrasi sosial, dan sektor produksi. Untuk melakukan pencegahan penyebaran virus ini, beberapa negara seperti Cina, Italia, Spanyol, dan Perancis menerapkan kebijakan lockdown. Dalam kamus Cambridge, lockdown merupakan istilah untuk situasi di mana orang tidak boleh masuk atau keluar dari sebuah bangunan atau kawasan dengan bebas karena alasan sesuatu yang darurat. Di Indonesia kebijakan serupa juga dilakukan di tingkat daerah. Peraturan Pemerintah (PP) No 21 Tahun 2020 yang diikuti dengan Peraturan Menteri Kesehatan No 9 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar merupakan langkah pemerintah dalam rangka

percepatan penanganan Covid-19. Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi juga telah mengeluarkan Surat Edaran Nomer 8 Tahun 2020 tentang Desa Tanggap Covid-19 sebagai upaya meningkatkan kesiapan dan partisipasi masyarakat dalam penanggulangan Covid-19.

Meski berbagai kebijakan telah diberlakukan oleh pemerintah, namun masyarakat di lapangan masih menghadapi berbagai macam tantangan. Dalam bidang kesehatan, kebijakan untuk melakukan social distancing dan perilaku hidup bersih dan sehat belum diimbangi dengan pengetahuan dan partisipasi aktif dari masyarakat. Penanganan kesehatan berbasis lingkungan (RT/RW/desa/kelurahan) belum sepenuhnya merata. Pencegahan budaya mudik juga belum maksimal. Di Desa Songgom misalnya, sejak larangan mudik diberlakukan masih banyak pemudik dari kota-kota besar yang berdatangan. Selain itu, kegiatan di luar rumah juga masih berjalan seperti biasanya, seperti kegiatan pasar yang sangat ramai dan berdesakan tanpa memperhatikan jarak fisik. Warga di Desa Kwangsang juga keluar rumah tanpa menggunakan masker. Hal ini menunjukkan pemahaman masyarakat yang rendah mengenai resiko penularan dan dampak Covid-19.

Kampus sebagai salah satu agen intelektual yang memiliki tugas Tri Dharma Perguruan Tinggi terpanggil untuk turut berkontribusi bersama masyarakat dalam menghadapi Covid-19. Kontribusi yang dapat diberikan berupa kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dalam bentuk Mahasiswa UNS Tanggap Wabah Covid-19.

Dalam pelaksanaan program KKN UNS ini ditekankan pada bidang pendidikan, karena bidang pendidikan inilah tampaknya yang cocok

untuk diterapkan di kawasan ini. Dengan demikian kegiatan ini lebih berfokus pada pemberian informasi kepada masyarakat setempat tentang Covid-19. Apabila di lingkungan ini mengenal dengan baik tentang Covid-19 dan seluk-beluknya tentu saja akan terselamatkan dari bahaya ini, sehingga masyarakat akan lebih faham dan mengetahui informasi yang seharusnya dibutuhkan.

Berdasarkan tantangan yang harus dilakukan dan demi pemahannya pengetahuan masyarakat setempat tentang Covid-19, maka perlu dilakukan upaya optimalisasi melalui berbagai program kerja, salah satunya dengan keterlibatan mahasiswa melalui KKN dalam berkontribusi pada masa pandemi Covid-19 ini.

### **b. Tujuan dan Manfaat**

Tujuan yang hendak dicapai melalui program pelaksanaan KKN UNS Tanggap Wabah Covid-19 di RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo Kabupaten Karanganyar adalah sebagai berikut.

- 1) Mendampingi dan mengedukasi pemahaman masyarakat RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo, mengenai Covid-19 termasuk bahaya, cara penularan, dan cara pencegahannya.
- 2) Memberikan pemahaman kepada masyarakat RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo tentang Covid-19 dan cara pencegahan melalui media sosial media.
- 3) Meningkatkan kesadaran masyarakat RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo, tentang pentingnya menggunakan APD berupa masker di masa pandemi ini.
- 4) Memberikan pemahaman kepada masyarakat RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo, mengenai dampak psikologis dari Covid-19.

Adapun manfaat dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kewaspadaan masyarakat dalam menghadapi pandemi Covid-19 sehingga mereka bisa melawan Covid-19 dengan cara hidup sehat sesuai protokoler kesehatan yang sudah ditetapkan oleh pemerintah.

### **c. Landasan Teori**

Kegiatan ini menggunakan analisis kualitatif. Analisis data kualitatif terdiri dari tiga alur kegiatan yang dilakukan secara bersamaan, yaitu: reduksi data, sajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemfokusan, penyederhanaan, abstraksi dan transformasi terhadap data 'kasar' yang diperoleh dari catatan lapangan. Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis data yang bertujuan untuk menajamkan, mengelompokkan, memfokuskan, pembuangan yang tidak perlu, dan mengorganisasikan data untuk memperoleh kesimpulan final.

Penyajian data dilakukan dengan menyajikan sekumpulan informasi yang tersusun dalam suatu kesatuan bentuk yang disederhanakan, selektif dalam konfigurasi yang mudah dipakai sehingga memberi kemungkinan adanya pengambilan keputusan. Setelah data tersaji secara baik dan terorganisasi maka dilakukan penarikan kesimpulan atau verifikasi (Moleong, 2017: 20-29).

### **METODE/APLIKASI**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi: observasi dan wawancara dengan berbagai pihak terutama sekali yang memangku kepentingan. Dalam observasi, pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara langsung tentang berbagai hal yang dibutuhkan. Dalam wawancara pengumpulan data yang dilakukan dengan cara melaksanakan tanya jawab langsung kepada warga, perangkat desa, dan organisasi-organisasi desa yang dianggap mengetahui tentang informasi yang dibutuhkan. Kemudian diteruskan dengan model pengembangan berdasarkan kepentingan masyarakat. Untuk mendapatkan data yang akurat sehingga dapat menentukan langkah-langkah berikutnya. Dengan demikian akan dapat diperoleh suatu hasil yang sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

### **HASIL, PEMBAHASAN DAN DAMPAK**

- a. Sosialisasi Pemahaman Mengenai Covid-19 Pelaksanaan KKN UNS Era Covid-19 di RT

01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo Kabupaten Karanganyar dibagi menjadi kelompok-kelompok tertentu, walaupun dalam pelaksanaannya nanti dilakukan secara individu. Sebelum pembagian kelompok dari UPKKN, penulis dan beberapa mahasiswa berinisiatif untuk membentuk kelompok kecil. Kelompok kecil ini bertujuan untuk koordinasi serta saling membantu satu sama lain saat pelaksanaan KKN berlangsung. Untuk mempermudah koordinasi dibentuklah WA Grup yang anggotakan tujuh mahasiswa UNS dengan rincian dua laki-laki dan lima perempuan. Koordinasi yang dilakukan terkait dengan usulan program yang dapat diajukan pada pelaksanaan KKN, serta jobdesk tiap mahasiswa untuk program KKN yang sama.

Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini tidak mengandalkan melalui WA saja, tetapi perlu ada kombinasi secara langsung dengan tidak meninggalkan protokoler kesehatan. Dengan demikian komunikasi yang harus disampaikan bisa sesuai dengan harapan dan tidak akan memunculkan kesalahan-kesalahan yang ditimbulkan. Komunikasi semacam ini dipandang lebih efektif dan menghasilkan kegiatan yang dimaksudkan.

b. Bersih Lingkungan Cegah Corona

Dalam upaya mengurangi penyebaran virus salah satu hal yang perlu diperhatikan adalah dengan menjaga kebersihan lingkungan, baik di rumah, kantor maupun ketika berada di lingkungan publik. Selain rumah lingkungan sekitar juga dapat berperan dalam penyebaran virus corona.

Membersihkan lingkungan adalah salah satu program kerja yang dilakukan setiap hari Sabtu. Dalam pelaksanaannya program kerja ini dibantu oleh teman-teman Karang Taruna di dusun sermpat. Karang Taruna merupakan sakaguru bagi masyarakat RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo. Bersama Karang Taruna dan warga desa bersatu padu untuk membersihkan lingkungan sehingga dengan

lingkungan yang bersih ini akan membentuk masyarakat yang sehat

c. Sosialisasi Cara Mencuci Buah dan Sayur di Masa Pandemi

Di tengah wabah virus corona atau Covid-19 kita dituntut untuk hidup lebih sehat. Mulai dari memperbanyak makan buah dan sayur, olahraga, hingga memperhatikan kebersihan diri. Untuk itu perlu melakukan sosialisasi ini agar masyarakat Desa Kwangsan tahu bagaimana cara mencuci buah dan sayur yang benar di masa pandemi ini

d. Memberikan Panduan Menyusui pada Ibu Menyusui di Masa Pandemi

Covid-19 sangat mudah menular ke siapa saja, termasuk ibu hamil dan menyusui. Mereka membutuhkan perhatian khusus, pemberdayaan, dan edukasi bagi ibu hamil dan menyusui. Meskipun berdasarkan informasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) hingga saat ini Covid-19 belum terdeteksi pada ASI dari ibu yang terdiagnosa Covid-19, walaupun hingga saat ini belum terdeteksi adanya Covid-19 pada ASI dari ibu yang terjangkit atau diduga terinfeksi Covid-19, namun dikhawatirkan adanya paparan selama proses menyusui. Oleh karenanya, memberikan edukasi mengenai panduan menyusui di masa pandemi sangat penting. Untuk kepentingan ini, maka kami mengambil materi edukasi dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

e. Sosialisasi Bagaimana Menjaga Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis akan sangat berpengaruh pada kesejahteraan atau kesehatan fisik seseorang sehingga pada masa pandemi Covid-19, selain memberikan asupan pada tubuh, kita juga harus beri asupan vitamin untuk psikis kita. Salah satu program kerja yang dilakukan adalah memberikan penyuluhan kepada masyarakat untuk tetap menjaga kesehatan psikologisnya.

f. Memberikan Edukasi Cara Menghilangkan Psikosomatis pada Lansia

Lansia rentan terhadap beberapa penyakit, terutama penyakit-penyakit yang infeksi. Karena daya tahan tubuh para lansia ini relatif lebih turun sehingga tubuh tidak dapat melawannya. Para lansia juga terkena degenerative, yaitu penurunan fungsi-fungsi organ tubuh seiring bertambahnya usia. Dengan adanya penyakit degeratif yang sudah ada sebelumnya, ini akan meningkatkan resiko para lansia untuk terkena Covid-19 dan penyakit infeksi lainnya. Oleh karena itu harus tetap menjaga daya tahan tubuh dengan asupan nutrisi yang cukup. Selain asupan nutrisi yang sehat, para lansia ini juga jangan sampai stress. Jangan sampai wabah Covid-19 yang memakan banyak korban membuat mereka takut dan stress. Pikirannya sebisa mungkin harus tetap tenang dan positif, dengan demikian imunitas akan terjaga dengan baik. Dengan mengingat permasalahan ini, maka perlu membuat program edukasi untuk lansia, dengan cara mengendalikan stress akibat Covid-19.

- g. Memberikan Edukasi Cara Cegah Penularan Covid-19 (Pengasuhan Bayi di Rumah)

Mengasuh anak selama masa pandemi seperti ini merupakan hal yang penting untuk diperhatikan. Selain melindungi si kecil dari paparan virus Covid-19, pengasuhan anak selama pandemi ini juga menuntut orang tua untuk multiperan. Mereka sangat berhati-hati dalam melakukan protokoler kesehatan demi keselamatan putra dan putrinya.

- h. Mencuci Tangan 60 Detik

Mengajarkan anak-anak di Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo tentang tata cara mencuci tangan yang benar dan sesuai ketentuan dan memberikan fasilitas bagi masyarakat desa Nglaroh, yaitu sebuah tempat cuci tangan beserta sabun di posko penanggulangan Covid 19 yang telah disediakan, dan turut membangun posko tempat untuk mencuci tangan warga desa tersebut.

## **PENUTUP**

### **a. Simpulan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dimaksudkan untuk membentuk interaksi, perubahan pola pikir (positif), dan pendekatan kepada masyarakat RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo Kabupaten Karanganyar dalam menghadapi pandemi Covid-19. Program kerjanya memberikan pemahaman kepada masyarakat yang berkaitan dengan kesadaran warga mengenai Covid-19, social distancing, pola hidup bersih mencuci tangan menggunakan sabun dengan air yang mengalir, pola hidup sehat dengan berolahraga. Program kerjanya memberikan pemahaman kepada masyarakat yang berkaitan dengan kesadaran warga mengenai Covid-19, social distancing, pola hidup bersih mencuci tangan menggunakan sabun dengan air yang mengalir, pola hidup sehat dengan berolahraga. Dusun Geneng RT 01 RW 07 Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo Kabupaten Karanganyar dalam menghadapi Era Covid-19 ini memiliki kesadaran yang cukup tinggi. Protokol kesehatan dipatuhinya dengan baik, yang meliputi hal-hal sebagai berikut: (1) Sosialisasi Pemahaman Mengenai Covid-19; (2) Sosialisasi Pentingnya Melakukan Social Distancing; (3) Sosialisasi Pentingnya dampak psikologis (4) Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS); (5) Sosialisasi Penggunaan Masker; dan (6) Penempelan poster dan penyaluran hand sanitizer ke Pos Ronda. Langkah-langkah kegiatan ini dipatuhi dengan baik oleh masyarakat setempat sehingga penerapan di lapangan dapat berjalan sesuai dengan harapan bersama.

### **b. Saran**

- 1) Bagi Warga Masyarakat

Sehubungan dengan dilaksanakannya kegiatan KKN ini semoga bisa membuat warga masyarakat RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo Kabupaten Karanganyar menjadi lebih memahami dan menerapkan program-program kerja KKN yang telah berjalan, seperti memahami mengenai Covid-19 termasuk bahaya, dan cara penularannya, pen-

tingnya melakukan pola hidup bersih dan sehat. Selain itu agar masyarakat dapat lebih terbuka dan dapat menerima masukan-masukan serta pengetahuan-pengetahuan baru yang datang dari luar, termasuk dari mahasiswa KKN.

## 2) Bagi Pemerintah Daerah

Sehubungan dengan dilaksanakannya kegiatan KKN ini semoga dapat memberikan respon yang baik dari Pemerintah Daerah Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo agar dapat menindaklanjuti program-program yang telah terlaksana oleh KKN UNS 2020 agar masyarakat dapat lebih mengembangkan potensi yang dimilikinya.

### c. Kebermanfaatan Kegiatan bagi Masyarakat

Kegiatan ini memiliki manfaat yang sangat besar terhadap masyarakat, khususnya di Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo yang saat ini masih membutuhkan dukungan dari pihak lain untuk memberikan penjelasan yang lebih kongkret tentang protokoler kesehatan untuk dapat melawan pandemi corona yang sedang mewabah di wilayah ini. Dengan adanya sosialisasi yang baik dan benar tentang cara mengatasi pandemi ini tentu saja akan menambah pengalaman mereka dalam menghadapi wabah Covid-19.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Pertama-tama Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Rektor Universitas Sebelas Maret yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan kegiatan ini. Selanjutnya ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bapak Kepala RT 01 RW 07 Dusun Geneng Desa Kwangsan Kecamatan Jumapolo Kabupaten Karanganyar yang telah mengizinkan para mahasiswa peserta KKN UNS 2020 di desa tersebut. Kemudian, ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada para mahasiswa peserta KKN di lokasi tersebut yang telah banyak membantu kegiatan ini.

### REFERENSI

- Keputusan Presiden Nomor 11 tahun 2020. Tentang Penetapan Kedaruratan Kesehatan masyarakat, Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi RI membentuk Desa Tanggap Covid-19. Jakarta : Sekretariat Negara
- Mantovani, C. 2020. "1 PDP Colomadu Karanganyar Meninggal, Warga Gotong Royong Siapkan Makam". Diakses pada tanggal 21 Juni 2020, tersedia dari : <https://www.solopos.com/1-pdp-colomadu-karanganyar-meninggal-warga-gotong-royong-siapkan-makam-1056028>
- Moleong, Lexy J., 2017. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Musmulyadi. 2020. 19 Covid-Pandemi dalam 19 Perspektif. Parepare : IAIN Parepare Nusantara Press.
- World Health Organization. 2020. Mental Health And Psychosocial Considerations During The Covid-19 Outbreak. Diakses tanggal 20 Juni 2020, tersedia dari : [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf?sfvrsn=6d3578af\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf?sfvrsn=6d3578af_2).
- Yurianto, A. 2020. Pasien Sembuh Covid-19 Terus Tumbuh Jadi 17.883, Kasus Positif Naik 1.226. Diakses pada tanggal 20 Juni 2020, tersedia dari [Covid19.go.id/p/berita/pasien-sembuh-covid-19-terus-tumbuh-jadi-17883-kasus-positif-naik-1226](https://www.covid19.go.id/p/berita/pasien-sembuh-covid-19-terus-tumbuh-jadi-17883-kasus-positif-naik-1226).