

# AKU, KAMU & PANDEMI COVID-19

*Usaha Masyarakat Kota Cilegon  
dalam Menghadapi Pandemi Virus Covid-19*

**Kartika, Irvan Pangestu**  
**Ilmawati, Imam Rivaldi, Lilis Cahyati**  
*Editor: Azizah Alawiyyah, B.Ed., M.A.*

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirahiim*

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT atas segala Rahmat dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga buku ini yang berjudul “Aku, Kamu & Pandemi Covid-19” dapat diterbitkan. Sholawat serta salam tercurah limpahkan kepada junjungan Nabi besar kita yakni Nabi Muhammad Saw yang menjadi rahmatan lilalamin, serta para keluarganya, para sahabatnya dan seluruh umatnya hingga akhir Zaman.

Buku ini merupakan karya mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada Kuliah Kerja Nyata tahun 2021. Sehingga kepenulisan buku ini diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan tugas Kuliah Kerja Nyata UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

### ***Aku, Kamu & Pandemi Covid-19***

Penulis: Kartika, Irvan Pangestu, Ilmawati,  
Imam Rivaldi, Lilis Cahyati

ISBN: 978-623-368-226-8

Editor: Azizah Alawiyyah, B.Ed., M.A.  
Layout: Indah  
Cover: Nita

Diterbitkan oleh:



#### **Farha Pustaka**

Anggota IKAPI Nomor 376/JBA/2020  
Nagrak Jl. Taman Bahagia, Benteng, Warudoyong, Sukabumi  
WA +62 877-0743-1469, FB Penerbit Farha Pustaka.  
Email: farhapustaka@gmail.com

Cetakan pertama, September 2021  
Sukabumi, Farha Pustaka 2021  
14 x 20 cm, viii + 137 hlm

Hak cipta dilindungi undang-undang  
*All right reserved*

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

Isi di luar tanggung jawab percetakan.

Terwujudnya buku ini tidak terlepas dari keseriusan mahasiswa serta bantuan pihak yang mendorong dan membimbing penulis, baik tenaga, ide-ide maupun pemikiran. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan terimakasih yang tulus kepada:

1. Prof. Dr. H. Fauzul Iman, MA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Periode 2017-2021.
2. Prof. Dr. KH. Wawan Wahyudi, M.Pd., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Periode 2021-2021.
3. Dr. Wazin, M.SI selaku Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Dr. Masykur, M.Hum selaku Kepala Pusat Pengabdian Kepada Masyarakat (PPM) Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
5. Azizah Alawiyyah, B.Ed.,M.A selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) dan sekaligus sebagai penulis kedua yang penuh kesabaran, kelembutan, dan penuh pengorbanan dari segi waktu dan tenaga. Sehingga beliau mampu membimbing dan mengarahkan kami.
6. Ayah, Ibu serta seluruh keluarga yang selalu memberikan do'a, dukungan, semangat dan bantuan materi sehingga penulis dapat menyelesaikan buku ini.
7. Teman-teman mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten angkatan 2018, terimakasih atas bantuan, dukungan, dan semangat selama penulis menyelesaikan buku ini.

Penulis berharap tahun selanjutnya mahasiswa Kuliah Kerja Nyata dapat meningkatkan karyanya melalui tulisan. Dengan ini penulis sangat menyadari bahwa bahwa buku ini masih ada kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Penulis adalah manusia biasa yang tidak terlepas dari kekeliruan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan buku ini.

Serang, Agustus 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>ABSTRAK</b> .....	1
<b>PENDAHULUAN</b> .....	2
<b>METODE</b> .....	5
<b>CHAPTER I Mengenal Virus Covid-19</b> .....	6
<i>Kartika</i>	
<b>CHAPTER II Covid-19, Virus, Bisnis Atau Konspirasi</b> .....	25
<i>Irvan Pangestu</i>	
<b>CHAPTER III Dampak Covid-19 di Masyarakat (Ekonomi dan Pendidikan)</b> .....	48
<i>Ilmawati</i>	
<b>CHAPTER IV “Tetap Sehat di Era Pandemi Covid-19 ...</b> .....	72
<i>Imam Rivaldi</i>	
<b>CHAPTER V Self Healing di Era Pandemi</b> .....	94
<i>Lilis Cahyati</i>	
<b>KESIMPULAN</b> .....	117
<b>SARAN</b> .....	117
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	121
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	132

## **ABSTRAK**

Covid-19 dapat diartikan sebagai suatu virus yang menyerang pernapasan makhluk hidup. Virus corona menyebar mulai dari satu individu lalu ke individu berikutnya melalui butiran kecil dari hidung atau mulut yang jatuh saat seseorang batuk, pilek, atau menghembuskan nafas.

Kehidupan masyarakat menjadi berubah sejak adanya pandemi Covid-19. Perubahan tersebut dirasakan dibidang ekonomi, pendidikan, pariwisata, dan masih banyak factor lainnya. Pandemi ini mempengaruhi keberadaan individu di seluruh dunia dalam berbagai faktor. Pandemi Covid-19 berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan ancaman kesehatan mental yang harus diperhatikan. Oleh karena itu Permasalahan kesehatan mental menjadi isu yang tidak dapat dihindari di tengah pandemi virus Covid-19 ini.

## PENDAHULUAN

Dunia sedang digemparkan dengan adanya virus yang dinamakan virus covid-19. Virus ini bisa menular dan menginfeksi sistem pernafasan. Virus covid-19 pertama kali ditemukan di wuhan, china. Virus covid-19 sudah menyebar keseluruh indonesia termasuk di kota cilegon.

Sebagian besar masyarakat di Kota Cilegon sudah mengetahui informasi tentang virus Covid-19 baik dari sosial media, internet maupun berita di televisi, beberapa masyarakat pernah mengalami gejala-gejala pada orang yang terinfeksi virus Covid-19 seperti demam tinggi, batuk, pilek, sesak nafas dan diare.

Dampak yang ditimbulkan dengan adanya pandemi covid-19 pun cukup signifikan. Masyarakat Kota Cilegon merasakan dampak tersebut di bidang ekonomi terutama bagi para pelaku UMKM dan dibidang pendidikan.

Berbagai upaya yang dilakukan pemerintah Kota Cilegon untuk mengurangi penyebaran virus covid-19 mulai dari kebijakan psbb, ppkm dan vaksinasi. Upaya tersebut diharapkan dapat memutus rantai penyebaran covid-19 dan tidak ada lagi korban atau pasien yang meninggal akibat terinfeksi covid-19. Dilansir dari media social *facebook* dinas Kesehatan Kota Cilegon, untuk total kasus covid-19 tercatat di Kota Cilegon pertanggal 11 September 2021 dirawat 43 orang, pasiensembuh bertambah 2 orang menjadi 12.181 orang, dan pasien meninggal 301 orang.

Di masa pandemi ini, sebagian orang pasti akan mengalami ketakutan, kecemasan, stress terhadap informasi-informasi yang beredar mengenai isu-isu covid-19. Ketakutan, kecemasan, dan stress adalah sesuatu yang tidak bisa dihindari. Ketika dalam kondisi stress seperti dimasa pandemi covid-19. Salah satu kunci yang penting dalam mengelola kecemasan adalah tentang seleksi informasi yang diterima dalam jangka waktu tertentu.

Jika mulai mengalami gejala gangguan kesehatan mental langkah pertama adalah meminta bantuan lingkungan yang terpercaya, seseorang yang bisa menjadi partner, orang tua, saudara, atau teman, dan melakukan kegiatan yang membuat pikiran positif dan produktif.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam pembuatan buku ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penulisan buku ini dilakukan di kota Cilegon. Pengambilan data dilakukan dengan teknik wawancara langsung maupun online, kuesioner online, dan studi literatur.

# CHAPTER I

## MENGENAL VIRUS COVID-19

*Oleh: Kartika*

### ABSTRAK

Penyakit menular yang sedang menjadi masalah di muka bumi dan juga di Indonesia yang disebabkan oleh infeksi, lebih spesifiknya Penyakit Covid sering disebut Coronavirus. Virus corona menyebar mulai dari satu individu lalu ke individu berikutnya melalui butiran kecil dari hidung atau mulut yang jatuh saat seseorang batuk, pilek, atau menghembuskan nafas. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyaknya pemahaman dan sudut pandang masyarakat setempat terhadap Covid. Motivasi di balik tinjauan ini adalah untuk mengetahui seberapa banyak informasi atau pemahaman daerah tentang infeksi virus Corona dan bagaimana perspektif individu dalam

menghadapi Covid. Hasil dari penelitian ini adalah sebagian masyarakat telah mengetahui dan memahami apa itu virus Covid-19, banyaknya informasi di media sosial maupun berita di televisi memudahkan masyarakat untuk mengetahui penyebaran virus Covid-19.

### PENDAHULUAN

Menjelang awal tahun 2020, dunia dihebohkan dengan merebaknya variasi infeksi lain, yakni jenis baru Covid (SARS-CoV2) dan penyakitnya bernama Covid Illness 2019 (Coronavirus). Disadari bahwa awal mula infeksi ini berasal dari Wuhan, China. Ditemukan menjelang akhir Desember 2019. Pada awalnya, infeksi ini secara singkat dinamai 2019 novel Covid (2019-nCoV), kemudian WHO melaporkan nama lain pada 11 Februari 2020, khususnya Penyakit Covid (Coronavirus) yang ditimbulkan oleh Gangguan Pernafasan Intensif



Serius Covid 2 (SARS-CoV2). Infeksi ini dapat menular mulai dengan satu manusia kemudian ke manusia berikutnya dan telah menyebar secara umum di Cina dan lebih dari 190 negara dan domain yang berbeda. Selanjutnya, pada tanggal 12 Maret 2020 WHO mengumumkan infeksi Coronavirus sebagai pandemi.<sup>1</sup>

Covid adalah sekelompok besar infeksi yang menyebabkan penyakit pada manusia dan makhluk. Penyakit yang menginfeksi manusia biasanya mengganggu sistem pernapasan, seperti flu biasa hingga penyakit serius seperti East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Variasi baru infeksi yang ditemukan pada manusia itu diberi nama Severe Acute Respiratory

---

<sup>1</sup> Adityo Susilo, dkk., “Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini”, *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, Vol. 7, No. 1 (Maret 2020), h. 45.

Syndrome Covid 2 (SARS-COV2), dan menyebabkan Covid Sickness 2019 (Coronavirus). Namun, beberapa orang yang terinfeksi tidak menunjukkan gejala apa pun dan tidak merasa tidak enak badan. Sebagian besar yang terinfeksi dapat sembuh dari penyakitnya tanpa memerlukan terapi khusus, dan sebagian kecil dari mereka yang menunjukkan gejala Coronavirus akan merasakan penderitaan yang luar biasa dan mengalami masalah relaksasi.<sup>2</sup>

Indonesia mengumumkan adanya kasus Covid-19 tepat pada bulan Maret 2020. Sejak pemerintah menyampaikan informasi mengenai penyebaran virus Covid-19, masyarakat mulai sibuk untuk mengakses media guna mendapatkan informasi tentang apa itu virus

---

<sup>2</sup> Suharmanto, “Perilaku Masyarakat dalam Pencegahan Penularan Covid-19”, *JK Unila*, Vol. 4, No. 2 (Oktober 2020), h. 92.

Covid-19. Informasi-informasi yang banyak ingin diketahui oleh masyarakat antara lain yaitu apa itu virus covid-19, bagaimana ciri-ciri atau gejala yang timbul jika terinfeksi virus Covid-19 dan cara pencegahannya agar tidak terpapar virus Covid-19.

Coronavirus telah ditetapkan oleh WHO atau orrganisasi kesehatan dunia sebagai pandemi dunia. Oleh karena itu, setiap negara memiliki cara tersendiri dalam menangani pandemi. Namun, ada beberapa persamaan di beberapa negara untuk mengalahkan infeksi ini, termasuk melakukan pemisahan sosial, membatasi pertemuan fisik, penguncian wilayah dan Pembatasan Sosial Lingkup Besar (PSBB). Strategi-strategi tersebut memiliki tujuan yang sama, khususnya untuk memutus mata rantai virus corona (WHO, 2020).

Namun, eksekusi dan pendekatan khusus jelas kembali ke setiap negara. Seperti yang ditunjukkan oleh WHO, Coronavirus dapat menyebar mulai dari satu orang kemudian ke orang berikutnya melalui butiran kecil dari hidung atau mulut yang jatuh ketika seseorang menghirup, batuk, pilek atau menghembuskan napas. Tetesan ini kemudian, kemudian jatuh dan menyebar ke benda-benda yang disentuh oleh orang lain

Otoritas publik telah melakukan pengaturan untuk membatasi jarak komunikasi, tetapi tidak sedikit orang yang tidak tahu tentang risiko Covid ini dan tampaknya tidak terlalu memikirkan dan menganggap wabah ini sebagai infeksi yang umum dan tidak berbahaya. Memang, bahkan orang-orang tertentu memiliki penilaian bahwa infeksi virus corona hanya berisiko bagi orang-orang yang sudah berusia lanjut. Namun, setelah berita

dan jumlah kasus positif virus corona terus berkembang, masyarakat akhirnya lebih mengenal dan mengamankan diri serta mengikuti protokol kesehatan yang disarankan oleh otoritas publik. Protokol kesehatan yang dilakukan mencakup pemisahan sosial dan menjauhi kerumunan. Tidak terkecuali beberapa orang yang melakukan isoman (isolasi mandiri) atau mengisolasi diri di rumah masing-masing dan juga membatasi hubungan sosial selama pandemi Coronavirus. Upaya ini dilakukan dengan penuh kesadaran bersama oleh masyarakat setempat untuk membantu pendekatan pemerintah untuk menghentikan atau memutus mata rantai penularan infeksi virus Corona.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Novian Agung Pratama, dan Dasrun Hidayat, "Pengetahuan dan Perilaku Masyarakat Memaknasi *Social Distancing*", *Jurnal Media Digital & Relationship (JDMR)*, Vol. 2, No. 1 (Juni 2020), h. 2.

## **METODE PENELITIAN**

Ulasan ini menggunakan teknik deskriptif kualitatif. Teknik ini menonjolkan keadaan dinamis dan normal dengan tujuan agar informasi yang diperoleh lebih bervariasi. Penelitian kualitatif membutuhkan kontribusi peneliti secara langsung dalam masalah penelitian (Hidayat, Kuswarno, Zubair, dan Hafiar, 2018). Melalui strategi kualitatif, analis berharap untuk menganalisis ulasan ini memahami apa yang sedang dialami dan mencoba untuk mendapatkan apa yang mampu dilakukan oleh subjek eksplorasi sebagai komponen masalah.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan dua cara yaitu wawancara dan mencari sumber bacaan dari internet, wawancara dilakukan dengan cara online melalui media sosial ataupun secara langsung. Wawancara secara langsung dilakukan hanya dengan beberapa masyarakat

yang memang jarak rumahnya dekat dengan peneliti dan wawancara dilakukan dengan tetap menerapkan protokol kesehatan, Hal ini dilakukan oleh peneliti dikarenakan sedang dalam situasi pandemi Covid-19. Sedangkan beberapa sumber bacaan diperoleh dari internet berupa berita dari media massa dan artikel ilmiah yang telah diterbitkan di jurnal.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Di bagian hasil dan percakapan, penulis akan menggambarkan hasil dari eksplorasi. Berdasarkan hasil pertemuan yang dilakukan dengan masyarakat daerah baik secara online maupun tatap muka, penulis mendapatkan beberapa hasil informasi yang kemudian oleh para penulis digambarkan sebagai percakapan, informasi penelitian yang berisi informasi atau pemahaman dan mentalitas masyarakat lokal tentang

Coronavirus. Dalam tinjauan ini, untuk memperoleh informasi dan data yang dibutuhkan, penulis mendapatkan beberapa sumber dari warga yang pasti mengetahui dan mengikuti perkembangan penyebaran virus Corona.

Narasumber Pertama bernama Auliyanti Savira, seorang mahasiswa berumur 21 tahun. Narasumber mengetahui informasi tentang corona dari media sosial dan televisi, narasumber mengetahui bahwa virus ini adalah virus yang berasal dari Wuhan, China. Dan akhirnya menyebar ke seluruh dunia dan statusnya berubah dari epidemik menjadi pandemik. Narasumber pernah mengalami gejala-gejala Covid-19 diantaranya yaitu demam tinggi, badan terasa nyeri, sesak nafas, dan hilang indra perasa dan penciuman. Narasumber juga dalam menghadapi virus corona ini merasa sangat cemas,

mengapa demikian karena pada masa pandemi banyak kegiatan yang dilarang karena akan menimbulkan kerumunan, apalagi disatu sisi narasumber adalah seorang mahasiswa yang sangat merasa terhambat dalam hal pembelajaran karena kurangnya materi yang disampaikan oleh dosen dan sistem pembelajaran yang dinilai pasif tidak seperti dalam ruang kelas, maka dari itu narasumber berharap semoga virus ini segera hilang agar kita bisa kembali beraktivitas secara normal.<sup>4</sup>

Narasumber Kedua bernama Robbi, narasumber kedua adalah freshgraduate dari Universitas Swasta dan telah menyelesaikan pendidikan S1 nya pada umur 22 tahun. Narasumber mengetahui virus corona dari berita di televisi pertanggal 1 Maret 2020 orang di Indonesia di

---

<sup>4</sup> Auliyanti Savira, wawancara oleh penulis, *rekaman sendiri*, 7 September 2021.

diagnosa positif Covid-19, menurut berita yang di dengar oleh narasumber virus Covid-19 ini berasal dari China yang dibuat oleh tentara untuk melumpuhkan pergerakan Amerika, konon katanya virus ini sangat mematikan karena penyebarannya melalui udara, sekali terjangkit hanya ada sedikit kemungkinan kecil dapat bertahan hidup. Upaya pencegahan yang dilakukan narasumber adalah dengan *Stay at Home* atau dirumah saja dan mengikuti anjuran pemerintah yaitu menerapkan 5M (Memakai Masker, Mencuci Tangan, Menjaga Jarak, Membatasi Mobilitas dan Menjauhi Kerumunan). Narasumber memiliki sikap yang biasa saja dalam menghadapi virus Covid-19 dikarenakan merasa sudah pernah mengalami gejala tersebut dan sudah memproteksi dirinya dengan melakukan vaksinasi, dan menurut

narasumber yang terpenting adalah menaati peraturan pemerintah dengan menjalankan protokol kesehatan 5M.<sup>5</sup>

Narasumber Ketiga bernama Maemunah, narasumber berumur 26 tahun dan bekerja dibagian arsip daerah. Narasumber mendapatkan informasi mengenai virus corona dari media sosial dan menurut informasi yang ia peroleh virus corona adalah virus yang menyerang pada organ pernafasan. Narasumber memiliki sikap yang biasa saja dalam menghadapi virus covid-19 menurutnya karena segala penyakit bisa disembuhkan dengan penanganan yang tepat, dan penularan bisa dihindari dengan menjaga kebersihan dan memproteksi diri, dengan

---

<sup>5</sup> Anis Iman Illahi Robbi, wawancara oleh penulis, *rekaman sendiri*, 7 September 2021.

membiasakan diri untuk tetap tenang juga dinilai adalah cara yang mampu untuk menstabilkan imunitas.<sup>6</sup>

Narasumber Keempat bernama Septiana Sari, narasumber berumur 17 tahun dan ia adalah siswi di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Narasumber mengetahui bahwa virus corona adalah virus yang menular pada manusia yang merusak saluran pernafasan dan bisa menyebabkan kematian, informasi ini diperoleh narasumber dari media sosial dan televisi. Narasumber tidak pernah mengalami gejala-gejala pada Covid-19, tetapi narasumber tetap melakukan upaya pencegahan dengan memakai masker, menghindari kerumunan,

---

<sup>6</sup> Maemunah, wawancara oleh penulis, rekaman sendiri, 7 September 2021.

menjaga jarak, dan tetap dirumah saja jika tidak ada kepentingan yang mendesak.<sup>7</sup>

Narasumber Kelima bernama Hilda Maulida, narasumber berumur 21 tahun dan sedang menyelesaikan tugas akhirnya untuk mendapatkan gelar S1. Narasumber mengetahui berita penyebaran virus corona dari sosial media yaitu instagram dan televisi, berdasarkan informasi yang ia dapat bahwa virus corona adalah virus yang menyebabkan infeksi pada sistem pernafasan. Narasumber tidak pernah mengalami gejala-gejala pada covid-19, tetapi tetap berupaya dalam pencegahan diri agar tidak tertular virus covid-19 dengan menerapkan 3M (Memakai Masker, Mencuci Tangan, dan Menjaga Jarak), serta mengikuti dan menerima anjuran pemerintah untuk

---

<sup>7</sup> Septiana Sari, wawancara oleh penulis, *rekaman sendiri*, 7 September 2021.

menerapkan protokol kesehatan. Narasumberpun merasakan khawatir karena adanya virus covid-19 ini tetapi narasumber berusaha tetap tenang dan waspada serta mematuhi kebijakan pemerintah yang dianjurkan.<sup>8</sup>

Narasumber Keenam bernama Sri Rahmawati, narasumber berumur 21 tahun dan sedang menyelesaikan tugas akhir di Perguruan Tinggi Negeri. Narasumber mengetahui info Covid-19 dari televisi, internet dan media sosial. Upaya pencegahan yang dilakukan narasumber adalah dengan membiasakan untuk menjaga kebersihan, memakai masker dan menjaga jarak. Covid 19 memang cukup berbahaya apalagi untuk penderita yang sudah lanjut usia akan dinilai lebih rentan untuk terinfeksi. Sikap narasumber menghadapi Covid-19

---

<sup>8</sup> Hilda Maulida, wawancara oleh penulis, *rekaman sendiri*, 9 September 2021.

cenderung biasa saja namun tetap mempercayai adanya virus Covid-19, serta menjaga diri dan keluarga.<sup>9</sup>

Narasumber Ketujuh bernama Muhammad Shidqi, narasumber berusia 22 tahun dan selain menjadi mahasiswa, narasumber juga bekerja sebagai karyawan di Koperasi Syariah. Narasumber mengetahui virus Covid-19 adalah virus yang dapat menular, narasumber mengetahui informasi penyebaran Covid-19 dari sosial media, teman, keluarga ataupun lingkungan masyarakat di sekitarnya. Narasumber pernah mengalami gejala pada virus Covid-19 yaitu seperti indra penciuman yang terganggu, ketika makan tidak ada rasanya, batuk, pilek, dan sebagainya. Upaya yang dilakukan adalah dengan menjaga jarak dan tetaap dirumah saja apabila tidak ada

---

<sup>9</sup> Sri Rahmawati, wawancara oleh penulis, *rekaman sendiri*, 9 September 2021.

kepentingan yang mengharuskan untuk keluar, selalu memakai masker, dan rajin untuk mencuci tangan.<sup>10</sup>

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dapat menyimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat sudah mengetahui informasi tentang virus Covid-19 baik dari sosial media, internet maupun berita di televisi, beberapa masyarakat pernah mengalami gejala-gejala pada orang yang terinfeksi virus Covid-19 seperti demam tinggi, batuk, pilek, sesak nafas dan diare. Masyarakat pun telah melakukan upaya pencegahan penularan virus Covid-19 dengan cara berjemur di pagi hari, mengkonsumsi vitamin atau obat herbal dan mematuhi kebijakan pemerintah untuk menerapkan protokol kesehatan seperti mencuci

---

<sup>10</sup> Muhammad Shidqi, wawancara oleh penulis, *rekaman sendiri*, 11 September 2021.



tangan, menggunakan masker, menjaga jarak, menjauhi kerumunan dan mengurangi mobilitas dan lain sebagainya.

Banyak sikap yang ditunjukkan masyarakat dalam menghadapi virus Covid-19 ini, mungkin pada awalnya masyarakat banyak merasakan takut, khawatir atau cemas akan tertular virus corona ini, tetapi setelah mengikuti perkembangan virus Covid-19 dan terus mengupayakan pencegahan dan mematuhi anjuran pemerintah.

## **CHAPTER II COVID-19, VIRUS, BISNIS ATAU KONSPIRASI**

*Oleh : Irvan Pangestu*

### **ABSTRAK**

Penelitian bertujuan untuk mengetahui apa itu covid-19, virus, bisnis atau konspirasi. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Data yang di gunakan dengan teknik wawancara dan sumber data yang di gunakan adalah sumber primer. Covid-19 dapat diartikan sebagai suatu virus yang menyerang pernapasan makhluk hidup. Virus dapat diartikan sebagai suatu infeksi berukuran kecil yang berkembang biak di dalam sel inang. Bisnis dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan oleh individu maupun organisasi yang melibatkan suatu aktivitas produksi, penjualan maupun pertukaran suatu barang atau jasa dengan tujuan untuk mendapatkan

keuntungan. Konspirasi dapat diartikan sebagai sebuah perjanjian antara dua orang atau lebih untuk melakukan kejahatan di masa yang akan mendatang.

## **PENDAHULUAN**

### Virus Covid-19

Covid-19 dapat diartikan sebagai suatu virus yang menyerang pernapasan makhluk hidup. Covid-19 menjadi pandemic di awal tahun 2020. Covid-19 ini menyebar dengan cepat ke seluruh Negara di dunia. Pada akhir tahun 2019 pada bulan desember di rumah sakit di Wuhan, Cina melaporkan sejumlah kasus pneumonia idiopatik yang sumber infeksiya diduga berasal dari pasar grosir makanan laut. Dari pengunjung tersebut menyebabkan infeksi yang menyebar begitu cepat ke sebagian daerah lain di tiongkok. Dari pemeriksaan

tersebut dapat diidentifikasi bahwa virus tersebut merupakan varian baru yang menjadi penyebabnya. Dengan adanya Covid-19 ini merupakan sebuah patogen yang muncul kembali dan menjadi tantangan bagi kesehatan masyarakat.<sup>11</sup>

Penularan yang utama terjadi melalui saluran pernafasan. Selain itu, terjadi penularan akibat dari kontak erat dengan penderita Covid-19. Pada beberapa kondisi bisa melalui penularan udara. Pada penderita COVID-19 tidak ditemukan virus tersebut di sampel urin maupun serum. Masa inkubasi virus tersebut terjadi sekitar 0-24 hari. Pada periode tersebut seseorang yang terkena virus tersebut bisa menularkan lebih dahulu sebelum mengalami gejalanya. Biasanya penularan virus tersebut

---

<sup>11</sup> Husnus Amalia. Nany Hairunisa, "Review: Penyakit virus corona baru 2019 (COVID-19)," *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, Vol. 3, No 2 (Juni 2020), h. 91.

terjadi melalui kontak erat dengan seseorang yang sedang terinfeksi virus tersebut beresiko tertular. Namun, belum bisa dipastikan factor apa saja seseorang terinfeksi virus tersebut. Virus tersebut dapat ditemukan pada berbagai jenis hewan seperti kucing, burung, harimau, anjing, dan lainnya.

Pada akhir tahun 2019 tepatnya pada bulan desember, sebuah rumah sakit di wuhan, tiongkok menerima pasien dengan gejala gangguan pada pernapasan yang akut dan parah tanpa mengetahui penyebabnya. Pada awal kasus, seseorang terinfeksi virus tersebut di toko makanan laut Huanan. Tim peneliti mengambil sampel dari saluran pernapasan pasien tersebut dan dikirim ke laboratorium untuk mengetahui penyebabnya. Pada tanggal 31 Desember 2019, tiongkok melaporkan bahwa sedang terjadi wabah virus tersebut

kepada WHO dan pada tanggal 1 Januari 2020 toko makanan laut Huanan ditutup.<sup>12</sup>

Pada 11 Januari 2020 dilaporkan kasus pertama yang berakibat fatal. Migrasi besar-besaran terjadi pada perayaan Tahun Baru Cina dan memicu terjadinya pandemi. Penemuan kasus infeksi di luar provinsi dan negara lainnya seperti Thailand, Jepang, Korea Selatan yang berasal dari orang-orang dengan riwayat perjalanan dari Wuhan. Pada tanggal 23 Januari diberlakukan status karantina wilayah di Wuhan. Tanda-tanda dan gejala yang umum ditemukan ialah gangguan pada pernapasan seperti demam, batuk, dan sesak napas.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> <https://www.alodokter.com/virus-corona>, Diakses pada 20 agustus 2021 Pukul 19.37 WIB.

<sup>13</sup> Husnus Amalia. Nany Hairunisa, *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, ..., h. 92-93.

Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan. bahwa yang memerlukan ICU adalah penderita yang berusia lebih tua dan memiliki penyakit penyerta, dibandingkan yang tidak memiliki penyakit penyerta. Gejala yang dirasakan oleh penderita COVID-19 mirip dengan penderita SARS. Gejala serupa dengan flu, namun gejala yang timbul dapat berbeda-beda pada setiap pasien. Kebanyakan orang yang terinfeksi akan mengalami gejala ringan hingga sedang. Saat ini, dilaporkan bahwa terjadinya gejala tambahan berupa kehilangan bau dan rasa. Infeksi coronavirus ini akan meningkat bila penderita memiliki penyakit penyerta seperti penyakit jantung, diabetes melitus, penyakit paru kronis, hipertensi, dan kanker.

Berdasarkan kasus tersebut, Covid-19 dapat dibedakan dari beberapa gejala yaitu 1.) tanpa gejala, 2.)

gejala ringan, 3.) gejala sedang, 4.) gejala berat, dan 5.) kritis. Tanpa gejala ialah penderita tidak ditemukan gejala. Gejala ringan ialah penderita dengan infeksi pada saluran pernafas seperti demam, lemah, batuk, anoreksia, sesak ringan, kongesti hidung, sakit kepala, diare, mual, dan muntah. Gejala sedang ialah penderita remaja atau dewasa dengan pneumonia tapi tidak berat dan tidak memerlukan oksigen atau penderita pada anak dengan pneumonia berat, batuk, sulit bernafas, dan nafas cepat memerlukan oksigen.

Gejala berat ialah penderitanya seperti remaja atau dewasa dengan demam atau infeksi saluran nafas atau ditambah salah satu penyakit penyerta. Komplikasi biasanya terjadi pada gejala sedang maupun ringan yang

memiliki penyakit penyerta.<sup>14</sup> Sebagai awal pencegahan Covid-19 maka harus melakukan 3M yaitu Mencuci tangan dengan sabun, memakai masker, dan menjauhi kerumunan. Bagi pasien yang tanpa gejala dan gejala ringan sebaiknya melakukan isolasi mandiri di rumah dan di pantau oleh petugas kesehatan. Bagi pasien gejala sedang hingga berat sebaiknya melakukan isolasi di rumah sakit di khawatirkan terjadi sesuatu yang tidak diinginkan dan bisa di monitor langsung oleh petugas kesehatan.<sup>15</sup>

## **Bisnis**

Bisnis dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan oleh individu maupun organisasi yang

melibatkan suatu aktivitas produksi, penjualan maupun pertukaran suatu barang atau jasa dengan tujuan untuk mendapatkan keuntungan. Tujuan dari bisnis yaitu: memperoleh keuntungan, mengadaankan barang maupun jasa untuk kebutuhan masyarakat, mencapai kesejahteraan pada pemilik, menciptakan lapangan menunjukkan eksistensi perusahaan dalam jangka panjang, meningkatkan, kemajuan, serta pertumbuhan dalam ekonomi masyarakat, dan menunjukkan pretasi serta prestise.

Saat ini konsumen beralih ke transaksi online untuk membeli kebutuhan yang dibutuhkan. Tidak selalu bisnis mengalami penurunan tetapi ada juga bisnis mengalami peningkatan pada pandemic covid-19 seperti

---

<sup>14</sup> Husnus Amalia. Nany Hairunisa, *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, ..., h. 94-95.

<sup>15</sup> Husnus Amalia. Nany Hairunisa, *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, ..., h. 96-97.

membeli makanan tidak perlu keluar rumah contohnya gofood, grabfood, dan shoopefood.<sup>16</sup>

### **Konspirasi**

Konspirasi dapat diartikan sebagai sebuah perjanjian antara dua orang atau lebih untuk melakukan kejahatan di masa yang akan mendatang. Ada beberapa konspirasi covid-19 yaitu:

#### *Amerika Pencipta Virus Covid-19*

Teori konspirasi ini mengatakan bahwa pemerintah amerika serikat yang menciptakan virus covid-19. Teori ini pertama kali di buat oleh pihak rusia. Bahwa virus covid-19 ini dibuat untuk menghancurkan

---

<sup>16</sup> <https://medium.com/treelight/bisnis-tujuan-fungsi-dan-macam-macam-bisnis-5278a17b15fa>, Diakses pada 20 agustus 2021, Pukul 19.03 WIB.

ekonomi china. Sehingga amerika serikat membuat dan menjual vaksin ke china. Bahwa pernyataan tersebut diklaim berdasarkan arti corona dalam bahasa rusia dan lati yang berarti mahkota. Faktanya, presiden amerika serikat sebelumnya Donald trump pernah menjadi juri suatu kontes kecantikan dan kadang-kadang bertugas memahkotai pemenang. Mengapa pihak rusia memberikan virus covid-19 di namakan corona atau mahkota. Namun, para ilmuwan membantah semua tuduhan tersebut karena virus covid-19 menyerupai bentuk mahkota.

#### **Bill Gates yang Merancang Pandemi Covid-19**

Nama besar seperti bill gates juga tidak terlepas dari teori sebuah konspirasi covid-19. Pada bulan oktober 2019, yayasan bill dan Melinda gates bekerja sama dengan forum ekonomi dunia dan pusat keamanan

kesehatan John Hopkins sedang melakukan pengujian, bagaimana cara menghadapi sebuah wabah. Tak lama setelah itu, muncullah covid-19 dua bulan kemudian. Sehingga para ahli teori konspirasi mengatakan bahwa acara tersebut mula awalnya pandemic covid-19. Namun, hal tersebut dibantah oleh pusat keamanan kesehatan John Hopkins. Ada juga yang mengatakan bahwa Bill Gates bahwa dia sedang merancang vaksin dengan microchip pada manusia.

### **Internet 5G**

Dana Ashlie, seorang ahli konspirasi meyakini bahwa covid-19 disebabkan oleh gelombang radiasi internet 5G. Wuhan adalah salah satu kota China pertama yang mendapatkan internet 5G. Berdasarkan pada makalah penelitian pada tahun 2000 bahwa 5G berbahaya bagi kesehatan manusia. Ashlie juga menyebutkan bahwa

virus covid-19 ini sebenarnya racun sebuah radiasi yang membuat system kekebalan tubuh cepat lemah dan rentan terkena penyakit. Orang yang kontra dengan konspirasi tersebut menyebutkan bahwa pernyataan Ashlie tidak dapat dibenarkan karena penelitian tahun 2005 membuktikan bahwa 5G tidak berbahaya bagi manusia. Kemudian, mereka menunjukkan sebuah fakta bahwa Wuhan bukanlah satu-satunya kota yang mendapatkan internet 5G. Terdapat 16 kota di China yang mendapatkan internet 5G.

### **Covid-19 Sebagai Senjata Biologis China**

Banyak yang percaya dengan konspirasi ini karena China sedang menciptakan virus covid-19 sebagai senjata biologisnya. Virus ini tersimpan dalam laboratorium, kemudian bocor dan menyebabkan pandemic covid-19. Laboratorium itu adalah salah satu fasilitas milik

pemerintah china yang sedang melakukan penelitian terhadap virus mematikan, termasuk virus covid-19. Konspirasi ini muncul berdasarkan pernyataan presiden china XI Jinping setelah pandemic. Dia mengatakan bahwa keselamatan laboratorium adalah masalah nasional.<sup>17</sup>

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan di lingkungan nyi kambang RT 03/RW 06 kelurahan Sukmajaya kecamatan Jombang kota Cilegon provinsi Banten. Dalam penelitian, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terkait judul buku yaitu *Aku, Kamu, dan Pandemi*. Hasilnya adalah banyak masyarakat yang tidak

---

<sup>17</sup><https://www.google.com/amp/s/m.liputan6.com/amp/4619761/dari-bir-corona-ini-10-teori-konspirasi-covid-19-yang-bikin-geleng-kepala>, Diakses pada 20 agustus 2021. Pukul 19.04 WIB.

percaya dengan adanya virus covid-19 karena kurangnya sosialisasi tentang covid-19 di masyarakat lingkungan nyi kambang sehingga masyarakat mengabaikan protocol kesehatan yang sudah pemerintah sudah diatur. Metode kualitatif dapat diartikan sebagai suatu metode penelitian dalam kelompok manusia, objek, set kondisi, system pemikiran ataupun kelas peristiwa pada masa yang akan datang.<sup>18</sup> Dengan adanya penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah masyarakat tahu apa itu virus covid-19, dampak dari covid-19, dan apa pernah terkena covid-19 atau tidak. Oleh sebab itu, penelitian ini untuk menjelaskan tentang virus covid-19 apakah bisnis atau konspirasi.

---

<sup>18</sup> <https://www.lingustikid.com/2016/09/pengertian-penelitian-deskriptif-kualitatif.html?m=1> diakses pada 12 September 2021 pukul 14.27 WIB.



## HASIL PEMBAHASAN

Kasus covid-19 terus bertambah dan pemerintah dan menteri kesehatan mengeluarkan keputusan dengan mewajibkan masyarakat untuk keluar rumah menggunakan masker, menggunakan hand sanitizer dan menjaga jarak. Namun setelah peraturan pemerintah di keluarkan banyak oknum yang memanfaatkan dengan menimbun masker medis dan hand sanitizer untuk di jual kembali dengan harga yang tinggi sehingga masker medis dan hand sanitizer menjadi langka karena oknum yang tidak bertanggung jawab.

Namun pemerintah tidak tinggal diam dengan adanya penimbun masker medis dan hand sanitizer, pemerintah memerintah kepada kepolisian untuk menyelidiki penimbunan masker medis dan hand sanitizer. Dengan langkanya masker medis, membuat

masyarakat membuat inovasi dengan membuat masker dari limbah kain yang sudah tidak terpakai dan membuat hand sanitizer sendiri. Dari membuat masker kain dan membuat hand sanitizer membuat masyarakat memperoleh dengan keuntungan dari pembuatan tersebut. Pembatasan social berskala besar membuat masyarakat menengah kebawah kesulitan mencari kebutuhan sehari-hari. Dari peraturan tersebut membuat ekonomi dan bisnis mengalami lesu. Namun, pemerintah memberikan bantuan social berupa uang 300 ribu perbulan dan beras 10 kg serta keringan kredit bagi pengusaha. Dari bantuan tersebut di salurkan ke masyarakat menengah ke bawah yang terdampak covid-19 dan pembatasan social berskala

besar. Namun, bantuan tersebut tidak dapat mencukupi kebutuhan sehari-hari.<sup>19</sup>

Dengan adanya pembatasan social berskala besar, membuat angka covid-19 mengalami penurunan. Dari penurunan angka covid-19 membuat pemerintah melonggarkan peraturan dengan pembatasan social berskala mikro yang membuat masyarakat bisa aktifitas di luar rumah dengan protocol kesahatan yang ketat. Dari pembatasan social berskala mikro membuat ekonomi dan bisnis mengalami kemajuan sejak kelonggaran peraturan. Dengan kelonggaran pembatasan social membuat masyarakat abai protocol kesehatan dan membuat angka covid-19 kembali tinggi.

---

<sup>19</sup> Ahmad Sahroji, Warga Lingkungan Nyi Kambang Kecamatan Sukmajaya Kelurahan Jombang Kota Cilegon, wawancara dengan penulis Di Rumah warga setempat, tanggal 05 september 2021.

Di lingkungan nyi kambang banyak kehilangan pekerjaan sejak adanya covid-19. Mereka kehilangan pekerjaan karena dirumahkan dan di PHK. Masyarakat kesulitan mencari kebutuhan sehari-hari karena adanya pandemic covid-19 dan tidak adanya pekerjaan. Masyarakat di lingkungan nyi kambang kebanyakan pekerjaannya sebagai petani dan pekerja bangunan.

Dari adanya covid-19 membuat masyarakat di lingkungan nyi kambang kesulitan mencari kebutuhan sehari-hari karena pekerjaan belum dipastikan akan datangnya dan kurangnya pekerjaan. Masyarakat di lingkungan nyi kambang banyak yang belum melakukan vaksinasi covid-19 karena kurangnya sosialisasi.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> Effendi, Warga Lingkungan Nyi Kambang Kecamatan Sukmajaya Kelurahan Jombang Kota Cilegon, wawancara dengan penulis Di Rumah warga setempat, tanggal 05 september 2021.

Ada beberapa konspirasi di lingkungan nyi kambang seperti tidak percaya covid-19, buat apa itu vaksinasi covid-19 dan gunanya vaksinasi covid-19 serta masyarakat apabila sakit tidak boleh kerumah sakit karena dicovidkan.

Yang pertama, kenapa masyarakat lingkungan nyi kambang tidak percaya adanya covid-19. Anggapan tersebut di percaya karena belum ada buktinya covid-19 itu seperti apa bentuknya, cara penularannya, dan lain-lainnya. Karena covid-19 itu di buat untuk merugikan masyarakat kalangan menengah kebawah dan menguntungkan bagi masyarakat kalangan atas. Dengan dibuktikan bahwa bagi pedagang dan masyarakat menengah kebawah di persulit mencari kebutuhan sehari-hari semenjak covid-19 ada tetapi bagi kalangan atas adanya pandemic covid-19 membuat mereka tidak terjadi

apa-apa dalam hal finansial. karena semenjak adanya bitcoin membuat masyarakat kalangan atas menjadi lebih sejahtera sedangkan masyarakat menengah kebawah semakin kesulitan ekonomi.

Yang kedua, apasih gunanya vaksinasi covid-19 dan tujuannya. Anggap tersebut di katakan karena masyarakat merasa heran dengan adanya kartu vaksin. Karena dengan adanya kartu vaksinasi akan mempersulit semua masyarakat. Namun, tidak semua setuju dengan adanya vaksinasi covid-19. Karena vaksin ini buat seakan-akan sebagai bahan percobaan pada manusia. Untuk sampai saat ini belum ada vaksin yang bisa memberikan kekebalan pada tubuh. Tetapi sebagian masyarakat mau di vaksinasi karena memerlukan kartu vaksinasinya saja. Karena kartu vaksinasi saat ini

digunakan berbagai kebutuhan seperti perjalanan, pekerjaan, wisata, dan lain-lain.

Yang ketiga, kenapa masyarakat yang sakit dilarang berobat ke rumah sakit. Anggapan tersebut karena apabila sakit berobat kerumah sakit akan di covidkan dan membuat masyarakat menjadi takut untuk berobat kerumah sakit. namun, anggapan tersebut menjadi benar karena ada kasus di mana pasien tersebut sakit sesak nafas tapi setelah di swab hasilnya negative tetapi pihak rumah sakit memaksa keluarga pasien tersebut untuk mengisi surat covid yang berisikan bahwa pasien tersebut harus di isolasi di rumah sakit.<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> Heru Santoso, Warga Lingkungan Nyi Kambang Kecamatan Sukmajaya Kelurahan Jombang Kota Cilegon, wawancara dengan penulis Di Rumah warga setempat, tanggal 05 september 2021.

## **KESIMPULAN**

Bahwa virus covid-19 itu ada nyata tetapi masyarakat harus mematuhi protocol kesehatan. Pandemic covid-19 ini merugikan bagi masyarakat seperti kesehatan, bisnis, ekonomi dan lain-lain. Namun, adanya pandemic covid-19 ini membuat bumi membaik karena mobilitas masyarakat setelah covid-19 berkurang. Sebagai masyarakat harus mematuhi yang pemerintah perintahkan. Karena pandemic ini tidak akan hilang dalam waktu yang cepat. Kita harus bisa berdampingan dengan covid-19. Dan jangan pernah percaya dengan adanya konspirasi yang belum tentu informasinya benar.

## **CHAPTER III**

### **DAMPAK COVID-19 DI MASYARAKAT (EKONOMI DAN PENDIDIKAN)**

*Oleh : Ilmawati*

#### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dampak pandemi Covid-19 pada masyarakat di bidang ekonomi dan pendidikan terutama di Kota Cilegon. Kehidupan masyarakat menjadi berubah sejak adanya pandemi Covid-19. Perubahan tersebut dirasakan dibidang ekonomi oleh pelaku UMKM, yaitu pendapatan yang menurun, dan sepi pembeli. Sedangkan dibidang pendidikan, perubahan yang dirasakan oleh guru dan siswa/mahasiswa, yaitu sistem pembelajaran menjadi daring, pelaksanaan pembelajaran daring belum maksimal karena handpone, akses internet, dan kuota yang kurang memadai. Pengambilan data dilakukan dengan

menggunakan Google Form yang disebarakan melalui media WhatsApp. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini hanya 7 responden. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden merasakan dampak pandemi Covid-19 dilihat dari sisi ekonomi dan pendidikan.

#### **PENDAHULUAN**

Pada tahun 2020, dunia digemparkan dengan adanya virus yang dinamakan Covid-19. Infeksi virus ini menyebar melalui udara dengan cepat. Pada akhir tahun 2019, virus ini pertama kali ditemukan di China tepatnya di Kota Wuhan. Covid-19 merupakan penyakit menular yang menginfeksi sistem pernapasan dan menyebabkan flu serta penyakit yang lebih serius. Covid-19 adalah zoonotic yang berarti dapat menyebar antara hewan dan manusia.

Pada tanggal 11 Maret 2020, diumumkan bahwa Badan Kesehatan Dunia menyatakan Covid-19 ini sebagai pandemi. Pandemi Covid-19 banyak membawa perubahan terutama dalam kehidupan manusia di dunia. Pandemi ini juga membawa pengaruh kepada semua lintas kehidupan, khususnya sektor ekonomi dan pendidikan.

Sistem ekonomi merupakan sistem yang dipakai oleh suatu negara untuk mengatur sumber dayanya agar dialokasikan kepada individu dan organisasi di negara tersebut. Pertumbuhan ekonomi menjadi faktor pendukung pembangunan nasional di negara, jika pertumbuhan ekonomi baik, maka akan sangat tinggi pembangunan nasional.<sup>22</sup>Namun, sejak terjadinya Covid-

---

<sup>22</sup> Herdin Muhtarom, "Dampak Pandemi Covid-19 Dalam Kehidupan Sosial-Ekonomi Masyarakat (Studi Kasus Kehidupan Sosial-Ekonomi Masyarakat Pandeglang Banten)", Jurnal Humanis Vol. 13,

19, Indonesia diperkirakan mengalami pelemahan ekonomi daripada tahun sebelumnya.

Dari sisi konsumsi, akibat pandemi covid-19 ini pola konsumsi masyarakat menjadi berubah. Masyarakat cenderung akan memilih meningkatkan konsumsi kebutuhan pokok daripada melakukan kegiatan pariwisata.

Pada saat yang sama, dari sisi produksi, beberapa industri besar di Indonesia juga terkena dampak pandemi covid-19, khususnya industri manufaktur. Kontribusi industri manufaktur terhadap perekonomian Indonesia cukup besar yaitu 19 - 20 persen dan produk manufaktur juga memberikan kontribusi lebih dari 70% terhadap total ekspor Indonesia. Dengan meningkatnya jumlah kasus

---

No. 1, (2021), h. 63, <http://e-jurnal.unisda.ac.id/index.php/Humanis>, diunduh pada 03 September 2021

covid-19, kinerja industri manufaktur Indonesia dapat melambat.<sup>23</sup>

Pemerintah menerapkan kebijakan *social distancing* dan *Pembatasan Sosial Berskala Besar* (PSBB) diharapkan dapat mengurangi krisis ekonomi. Dengan PSBB, seluruh aktivitas normal terpaksa dihentikan. Seluruh aktivitas sektor industri serta perkantoran juga terpaksa dihentikan sementara. Misalnya, pusat perbelanjaan menutup sementara kegiatan operasionalnya, sehingga pendapatan pun otomatis menurun. Kemudian terjadi Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) sebagai langkah efektif dalam perusahaan untuk mengurangi kerugian.

---

<sup>23</sup> Rosiady Husaenie Sayuti & Siti Aisyah Hidayati, "Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Ekonomi Masyarakat Di Nusa Tenggara Barat", *Jurnal Resiprokal* Vol. 2, No. 2, (2020), h. 134, <https://resiprokal.unram.ac.id/index.php/RESIPROKAL>, diunduh pada 03 September 2021

Pandemi Covid-19 juga membawa pengaruh besar bagi dunia pendidikan. Pelaksanaan sekolah dari taman kanak-kanak hingga universitas ditutup akibat adanya pandemi Covid-19 ini. Ditutupnya sekolah, perguruan tinggi maupun lembaga pendidikan lainnya hanya secara fisiknya saja, sementara kegiatan pembelajaran dan administratif dilakukan secara daring dari rumah masing-masing.

Ribuan sekolah dinegara lain, termasuk Indonesia, penutupan sekolah sebagai upaya untuk memutus rantai penyebaran Covid-19. Karena virus Covid-19 bisa menyebar melalui batuk, bersin, cairan, dan sebagainya yang keluar dari mulut saat berbicara dengan orang lain.

Belajar dari rumah dengan pembelajaran daring merupakan salah satu cara untuk mencegah adanya dampak penyebaran Covid-19 di dunia pendidikan. Study

from home tetap diterapkan agar kegiatan pembelajaran tetap berjalan dengan baik. Sehingga pengalaman belajar siswa yang bermakna tetap didapatkan oleh siswa melalui penggunaan teknologi yang tidak dapat ditemukan dalam pengajaran dan pembelajaran normal.<sup>24</sup>

Dilansir dari media sosial *Facebook* Dinas Kesehatan Kota Cilegon, untuk total kasus covid-19 tercatat di Kota Cilegon pertanggal 11 September 2021 dirawat 43 orang, pasien sembuh bertambah 2 orang menjadi 12.181 orang, dan pasien meninggal 301 orang.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dampak pandemi Covid-19 pada masyarakat di bidang ekonomi dan pendidikan terutama di Kota Cilegon.

---

<sup>24</sup> Eri Susanto Dan Aisyah P. Deapalupi, “Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi Study From Home (SFH) Di Tingkat Sekolah Dasar”, *Jurnal Pendidikan: Riset & Konseptual* Vol.4, No. 4, (2020), h. 537, [http://journal.unublitar.ac.id/pendidikan/index.php/Riset\\_Konseptual](http://journal.unublitar.ac.id/pendidikan/index.php/Riset_Konseptual), diunduh pada 02 September 2021

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah dengan metode kualitatif deskriptif. Menurut Sukmadinata dalam Erdawati dan Desda (2021), penelitian kualitatif yaitu penelitian yang mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, kegiatan sosial, sikap, keyakinan, pendapat, dan pemikiran dari individu atau kelompok.<sup>25</sup>

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif yang bertujuan untuk menjelaskan kondisi yang ada selama penelitian. Dengan demikian, penelitian ini mampu mendeskripsikan bagaimana dampak pandemi

---

<sup>25</sup> Erdawati Dan M.M Desda, “Pandemi Covid-19 Dampaknya Terhadap Usaha Mikro, Kecil Dan Menengah Di Pasaman Barat”, *Jurnal Ilmu Manajemen Retail* Vol. 2, No. 1, (2021), hal. 33, <https://jurnal.ummi.ac.id/index.php/jimat>, diunduh pada 02 September 2021



covid-19 terhadap masyarakat dibidang ekonomi dan pendidikan.

Data yang akan dikumpulkan berbentuk kualitatif. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner online dengan bantuan Google Form yang disebar menggunakan media WhatsApp. Google Form dipilih sebagai alat pengumpulan data karena dapat memudahkan peneliti dalam proses pengumpulan data secara online tanpa tatap muka, mengingat masih adanya pandemi Covid-19 yang mengharuskan masyarakat untuk tetap menjaga jarak.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh melalui kuesioner yang disebar dan pengamatan peneliti, Covid-19 sangat berdampak pada masyarakat terutama dibidang ekonomi dan pendidikan.

## **Dampak Covid-19 Bidang Ekonomi**

Responden pertama yang terkena dampak pandemi covid-9 ialah seorang pelaku UMKM yang berjualan alat-alat sekolah, alat-alat kantor, jasa percetakan, printing dan fotocopy yaitu bapak Epi yang berusia 46 tahun. beliau berjualan di dekat SMK Bahari Cilegon Abadi daerah Kalitimbang, Kecamatan Cibeber Kota Cilegon. Beliau menyatakan bahwa usaha yang dimilikinya terkena dampak yang signifikan dari adanya pandemi Covid-19 yaitu pelanggan menjadi sepi. Sepinya pelanggan dikarenakan tutupnya sekolah, sehingga pelanggan yang berasal dari anak sekolah yang berdekatan dengan lokasi tidak seramai pada sebelum pandemi Covid-19.

Dalam hal ini anak-anak sekolah menjadi prioritas. Sebelum adanya pandemi Covid-19 perputaran

stok barang punstandar dan cepat, tetapi setelah munculnya pandemi Covid-19, menjadi sangat lambat. Omzet atau penjualan pun menurun drastis. Tidak ada cara yang dapat dilakukan kecuali tetap bertahan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Responden kedua, ialah seorang karyawan UMKM yaitu sosis bakar di daerah Bulakan Kecamatan Cibeber Kota Cilegon bernama Ardilah. Menurutnya, UMKM dimana ia bekerja juga terdampak pandemi Covid-19. Seperti, pembeli menjadi berkurang, dan pendapatan pun menurun kurang lebih 60%.

Responden ketiga, pelaku UMKM yang juga terdampak pandemi covid-19 ialah seorang penjual buah-buahan yaitu bapak Nurhabibudin yang berusia sekitar 50 tahun. Beliau adalah seorang pedagang buah-buahan yang

sejak tahun 1990-an berjualan di lingkungan jombang, pasar kranggot kota Cilegon. Berdasarkan cerita yang beliau sampaikan, dulunya beliau adalah seorang pedagang sayuran, akan tetapi tahun 2005 beralih menjadi pedagang buah-buahan dengan berbagai alasan diantaranya terdapat konflik sesama pedagang, inisiatif sendiri dan dukungan dari keluarga.

Beliau merasakan langsung dampak dari pandemi virus covid-19 diantaranya menurunnya pendapatan yang cukup signifikan. Karena banyak masyarakat yang enggan dan takut untuk keluar rumah karena khawatir tertular virus covid-19. Selain itu terkadang beliau merasakan langsung dampak PPKM dengan adanya pembatasan jam operasional yang diterapkan oleh pemerintah. terkait pandangan virus covid-19, sebagai pedagang yang memiliki ketidakpastian penghasilan

beliau tetap konsisten dan terus berikhtiar walaupun pendapatanya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan.

“Pandemi membuat kita harus lebih bersabar dalam menghadapi keadaan saat ini, terlebih bagi kita para pedagang kecil yang mengandalkan penghasilan dari produk yang kita jualkan, walaupun terkadang bantuan yang pemerintah salurkan tidak sampai kepada masyarakat yang membutuhkan” ujarnya.

Dari ketiga responden tersebut terlihat bahwa dampak yang timbulkan dari adanya pandemi Covid-19 terhadap perekonomian masyarakat sangat signifikan terutama pada Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM). Seperti, pendapatan mengalami penurunan, sepiya pelanggan, pengeluaran menjadi lebih besar, dan sebagainya. Pandemi covid-19 telah membuat pelaku UMKM di Indonesia menjadi gelisah. Karena, dampak

yang ditimbulkan sangat berpengaruh pada perekonomian indonesia dimana umkm sangat besar kontribusinya terhadap perekonomian indonesia di segala bidang.

Saat ini kebijakan pembatasan oleh pemerintah masih berlanjut, tetapi dengan penamaan yang berbeda yaitu Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM). Upaya ini dinilai pemerintah dapat mengurangi penyebaran covid-19 karena aktivitas atau kegiatan masyarakat dibatasi untuk keluar rumah. Tetapi disisi lain, sebagian UMKM tidak dapat menjalankan kegiatan usahanya diluar rumah karena kebijakan tersebut.

Contohnya pada UMKM dibidang produksi emping melinjo didaerah Kelurahan Bulakan, Kecamatan Cibeber, Cilegon Banten. Pengepul/distributor emping melinjo yang mengharuskan keluar rumah untuk mengirimkan emping melinjonya ke konsumen di luar

kota terhambat akibat adanya kebijakan PPKM tersebut. Sehingga memberikan dampak pada produsen emping melinjo, karena harga jual yang ditawarkan pengepul rendah atau murah.

Solusinya adalah dengan memanfaatkan teknologi informasi digital yaitu media online. Karena pandemi Covid-19, aktivitas masyarakat sebagian besar dilakukan di rumah dan dianjurkan untuk tetap menjaga jarak sosial dan fisik. Sehingga kegiatan dengan pertemuan secara langsung (offline) dibatasi. Dengan demikian, penjualan atau pemasaran online menjadi salah satu alternatif bagi para pelaku UMKM untuk tetap bertahan di tengah pandemi Covid-19 ini.

Kehadiran pasar online atau marketplace di era sekarang sangat membantu para pelaku UMKM untuk bisa bertahan di masa pandemi, seperti membantu untuk

lebih dekat dengan konsumen/pelanggan, berpromosi dengan cepat, tidak memiliki batas pasar sehingga bisa menjangkau seluruh belahan dunia yang terhubung ke internet. Di era digital, pelaku bisnis harus bermitra dengan era digital sebagai transformasi bisnis.

### **Dampak Covid-19 Bidang Pendidikan**

#### Dampak Covid-19 terhadap Murid

Responden pertama bernama Prima, seorang mahasiswa semester 3. Dampak yang timbulkan adanya pandemi Covid-19 ini salah satunya yaitu pembelajaran menjadi kurang maksimal. Karena pembelajaran tidak diperbolehkan untuk tatap muka sehingga dilakukan dengan pembelajaran jarak jauh atau daring. Media yang digunakan saat pembelajaran daring yaitu Zoom Meeting, Google Meet, dan Google Classroom.

Menurutnya, interaksi dosen dengan mahasiswa saat menggunakan sistem pembelajaran daring kurang baik. Karena ada beberapa kendala yang terjadi, seperti kurang baiknya jaringan, tidak ada sinyal, dan habisnya kuota. Alokasi dana yang digunakan untuk pembelian kuota pun banyak antara Rp 100.000 – Rp 200.000 perbulan.

Responden kedua bernama Fatiyah, seorang siswa sekolah menengah atas kelas 12 mengatakan bahwa Covid-19 sangat berdampak terhadap pendidikan yang saat ini ia tempuh. Seperti belajar dirumah yang materi pembelajarannya belum tentu dapat dicerna dengan baik oleh siswa, karena dilakukan secara daring.

Hal itu pun berdampak juga pada perekonomian orang tua, lebih banyak pengeluaran hanya untuk rutinitas membeli kuota dibandingkan pembelajaran dilakukan di

sekolah. Diperkirakan dalam satu bulan membutuhkan dana kuota sebesar Rp 150.000. Seluruh kegiatan pembelajaran hanya beberapa yang terlaksana dengan baik dan itu pun tidak 100%, ujarnya. Karena pembelajaran daring dinilai tidak leluasa dan terbatas baik dalam menerima materi ataupun menjawab soal-soal dengan baik, kejujuran siswa dalam mengisi soal-soal latihan atau ujian pun mulai berkurang.

Dari penjelasan kedua responden tersebut dapat dilihat bahwa, pembelajaran yang dilakukan secara daring dirasa kurang optimal baik dalam dalam penyampaian materi ataupun tugas kepada siswa/mahasiswanya, karena yang biasanya belajar dilakukan di kelas langsung, kini dilakukan dirumah masing-masing dalam jaringan. Sehingga interaksi guru dan murid saat pembelajaran kurang maksimal, karena sarana prasana yang kurang

mendukung seperti sinyal buruk, dan alokasi dana yang cukup besar untuk pembelian kuota. Sehingga berdampak juga pada perekonomian orang tua, karena lebih banyak pengeluaran hanya untuk membeli kuota.

#### Dampak Covid-19 terhadap Guru

Responden pertama dari seorang guru sekolah dasar bernama Devi Yanti. Menurutnya, ada dampak dari adanya pandemi Covid-19 ini dibidang pendidikan. Dampaknya adalah pembelajaran menjadi tidak efektif. Karena pembelajaran dialihkan menjadi daring, banyak anak-anak yang tidak mengikuti pembelajaran. Selama pandemi, kegiatan pembelajaran daring tidak terlaksana dengan baik, anak-anak dan orang tua banyak yang mengeluh karena tidak semua siswa mempunyai handpone.

Pada saat darurat Covid-19, media yang digunakan untuk pembelajaran jarak jauh diantaranya WhatsApp Group, YouTube, dan Google Classroom. Alokasi dana yang digunakan yaitu bantuan kuota dari pemerintah.

Responden kedua dari seorang guru MTs bernama Nofia. Beliau mengatakan, dampak pandemi Covid-19 dibidang pendidikan yaitu pembelajaran yang sebelumnya dilakukan dengan tatap muka, sekarang dilakukan secara daring. Dengan pembelajaran dilakukan secara daring, pembelajaran menjadi terhambat karena keterbatasan kemampuan adaptasi dan kurangnya penguasaan teknologi oleh guru dan siswa dan akses internet yang masih terkendala.

Media yang digunakan untuk kegiatan belajar mengajar saat darurat Covid-19 yaitu melalui WhatsApp

Group, Classroom dan Google Meet. Namun, kegiatan belajar mengajar selama pandemi tersebut terlaksana kurang baik. Karena masih kurangnya sarana dan prasarana kegiatan pembelajaran daring seperti kurangnya pemahaman penguasaan teknologi baik dari guru maupun siswa serta akses internet yang belum cukup.

Sehingga ada beberapa kendala yang timbul saat melakukan kegiatan pembelajaran seperti kurangnya pemahaman materi yang disampaikan oleh guru kepada siswa, banyak siswa yang tidak ikut berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran serta kurangnya pemahaman siswa mengenai media pembelajaran Classroom dan Google Meet. Alokasi dana yang digunakan untuk pembelian kuota dalam pembelajaran daring yaitu antara Rp 50.000 – Rp 100.000.

Dari penjelasan responden diatas dapat dilihat bahwa meskipun pembelajaran yang dilakukan dengan jarak jauh atau daring menjadi solusi untuk mendukung pembelajaran di masa pandemi, tetapi dalam pelaksanaannya dirasa kurang maksimal. Karena ada beberapa kendala yang timbul, seperti akses internet, adaptasi dan penguasaan media aplikasi yang kurang oleh guru dan siswa, sarana dan prasarana yang kurang memadai, dan orang tua yang melepaskan diri dari menjadi guru homeschooling.

Dari pengamatan penulis, tidak sedikit orang tua yang membiarkan anaknya tidak mengikuti pembelaran secara daring, karena orang tua pun belum memahami materi atau media yang digunakan dalam pembelajaran daring. Sehingga orang tua melepaskan diri untuk menjadi guru di rumah atau homeschooling.

Belajar dengan pembelajaran jarak jauh tentunya membutuhkan komunikasi yang baik antara orang tua siswa dan guru, terutama dengan tugas dan panduan belajar. Untuk mendukung hal itu, bisa digunakan media sosial WhatsApp Group (WAG) agar guru dapat memantau dan mengawasi siswa, serius atau tidak belajar selama SFH. Selain itu, guru dapat membangun hubungan dengan orang tua menggunakan video call atau foto kelas siswa selama berada dirumah.<sup>26</sup>

---

<sup>26</sup> Eri Susanto Dan Aisyah P. Deapalupi, "Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi Study From Home (Sfh) Di Tingkat Sekolah Dasar", Jurnal Pendidikan: Riset & Konseptual Vol. 4, No. 4, (2020), h. 539, [http://journal.unublitar.ac.id/pendidikan/index.php/Riset\\_Konseptual](http://journal.unublitar.ac.id/pendidikan/index.php/Riset_Konseptual), diunduh pada 02 September 2021

## KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa masyarakat di Kota Cilegon sangat terdampak pandemi covid-19 terutama di bidang ekonomi dan pendidikan. Dalam bidang ekonomi, tidak sedikit masyarakat yang terdampak terutama para pelaku UMKM. Seperti menurunnya pendapatan, sepi pembeli, perputaran stok barang melambat, dan sebagainya.

Sementara di bidang pendidikan, berbagai dampak dan tantangan yang dihadapi oleh guru dan siswanya dalam melaksanakan pembelajaran secara daring. Misalnya, kurangnya penguasaan teknologi informasi, beban kuota internet, dan pembelajaran menjadi tidak leluasa sehingga kurang maksimal.



## **CHAPTER IV**

### **“TETAP SEHAT DI ERA PANDEMI COVID-19 (Perilaku Sehat, Pencegahan Covid-19,Vaksin)”**

*Oleh: Imam Rivaldi*

#### **ABSTRAK**

Vaksinasi Covid-19 dapat di artikan suatu pencegahan medis yang secara tidak asing lagi di telinga masyarakat modern pada masa sekarang ini dan vaksinasi di anggap sebagai salah satu alat untuk memicu meningkatnya system kekebalan tubuh dalam penyakit covid-19. tujuan adanya vaksin ini salah satunya untuk mengurangi penularan terhadap virus corona kemudian menurunkan angka kesakitan dan kematian serta melindungi masyarakat dari terjangkitnya covid-19 supaya lebih produktif baik itu secara aspek sosial maupun ekonominya.

Tujuan penelitian ini adalah agar dapat mengetahui seberapa banyak di kalangan masyarakat berpartisipasi dalam hal vaksinasi pandemi covid-19, penyajian data ini menggunakan penyajian data kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Oleh karena itu, dengan bab ini peneliti tertarik untuk membahas terkait vaksinasi covid-19.

#### **PENDAHULUAN**

Meskipun vaksin dirasakan manfaatnya oleh sebagian masyarakat, bahkan pemerintah pun sudah memberikan anjuran secara nasional agar masyarakat mau untuk melakukan vaksinasi, namun faktanya tidak serta merta membuat vaksin mulus diterima dalam masyarakat secara merata. Oleh karena itu, masih banyak yang kurang

memperdulikan akan adanya vaksinasi covid -19.<sup>27</sup>

Adapun hasil dari wawancara yang telah peneliti lakukan banyak kalangan masyarakat sudah menyepelekan terkait vaksinasi covid-19 sehingga masyarakat mengabaikan aturan kesehatan yang telah di atur oleh pemerintah setempat.<sup>28</sup> Pendapat pertama Menurut bapak supendi selaku warga di desa link. Ciora tengah rt 02 rw 01 kel.grogol kec.gerogol. <sup>29</sup>pendapat kedua Ibu Mas'aliyah sulit untuk di vaksinasi alasannya karena ada berita setelah mengikuti program vaksinasi bukannya keadaannya semakin membaik tapi justru memperburuk

---

<sup>27</sup><http://www.vaccines.gov/basics>. Di akses pada tanggal 21 oktober 2014.

<sup>28</sup> Hasil wawancara dengan bapak supendi dari link.ciora tengah rt 02 rw 01 kel.grogolkec.gerogol, “vaksinasi covid-19” pada tanggal 3 september 2021, pukul 20:30-09:10.

<sup>29</sup> Hasil wawancara dengan ibu mas'aliyah dari link.ciora tengah rt 02 rw 01 kel.grogolkec.gerogol, “vaksinasi covid-19” pada tanggal 4 september 2021, pukul 19:50-20:30.

keadaan.<sup>30</sup> Pendapat ketiga bapak jueni selaku ketua rt di desa link. Ciora tengah rt 02 rw 01 kel.grogol kec.gerogol mengemukakan bahwa jumlah vaksinasi di lingkungan tersebut hanya 30 % yang sudah mengikuti program vaksinasi. sedangkan yang tidak mengikuti program vaksinasi sebanyak 70%.

## **METODE PENELITIAN**

Penyajian data ini di lakukan di desa link. Ciora tengah rt 02 rw 01 kel.grogol kec. Gerogol. Dalam penelitiannya, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif berdasarkan hasil wawancara yang telah di lakukan terkait Aku, Kamu, dan Pandemi covid-19. Adapun hasilnya yaitu kebanyakan

---

<sup>30</sup> Hasil wawancara dengan bapak jueni selaku ketua Rt link.ciora tengah rt 02 rw 01 kel.grogol kec.gerogol ”jumlah yang mengikuti vaksinasi covid-19 pada masyarakat link. Ciora tengah” pada tanggal 1 september 2021, pukul 09:05-09:50.

masyarakat yang kontra terhadap program vaksinasi covid-19 dan juga banyak masyarakat yang menyepelekan terkait vaksinasi pandemi covid-19 sehingga masyarakat mengabaikan aturan kesehatan yang sudah di atur dengan pemerintah setempat, serta banyak dari masyarakat yang sulit untuk di vaksinasi.<sup>31</sup>Metode kualitatif bersifat penggambaran yaitu suatu metode penyajian data dalam kedudukan sekelompok orang, suatu benda, suatu keadaan, suatu sistem pemikiran maupun suatu kejadian pada saat sekarang ini. Adapun penyajian data ini bertujuan ingin mengetahui seberapa banyak masyarakat berpartisipasi dalam hal vaksinasi pandemi covid-19, penyajian data ini menggunakan penyajian data berdasarkan mutu dengan cara

---

<sup>31</sup><https://www.lingustikid.com/2016/09/pengertian-penelitian-deskriptif-kualitatif.html?m=1> di akses pada tanggal 29 juli 2021

penggambaran. Oleh sebab itu, dalam bab ini peneliti tertarik untuk membahas terkait vaksinasi covid-19.

## **HASIL & PEMBAHASAN**

Di kalangan umum keadaan yang dirasakan oleh orang yang terinfeksi covid 19, antara lainnya panas tinggi, gangguan pada pernafasan dan TBC titik dalam peristiwa yang dijalankan oleh orang sakit yang sudah berjangkit, yaitu sakit tenggorok, rasa sakit pada otot, adanya lendir yang keluar dari pernapasan, gangguan alat untuk mencerna makanan, penyakit dengan gejala berak-berak, perutnya melilit dan hal hilangnya sesuatu pada bagian tubuh, indra perasa serta hilang penciuman rasa. Dengan beberapa lamanya sebagian besar kasus pertimbangan orang sakit merasakan keadaan penyakit yang cukup ringan, dengan demikian pada keadaan yang mungkin lebih untuk sungguh-sungguh membenteng

dalam hal ketidakberhasilan bekerja yang tidak tentu banyaknya alat yang ada pada tubuh manusia dan pneumonia.

Berkaitan dengan karakter yang berdasarkan pengamatan klinik, batas penularan pandemi covid-19 adalah 1-14 hari dan secara menyeluruh terjadi di hari ke 3-7 kurang lebih. Suhu badan lebih tinggi kemudian kelelahan, serta TBC dengan hal itu ialah bisa menyebabkan semuanya terkena pengembangan penyakit corona disamakan dengan gejala semacam pilek dan penyakit dengan gejala berak-berak pada beberapa orang sakit.<sup>32</sup> Sebab beberapa orang sakit yang cukup parah tidak merasakan kesulitan bernapas yang jelas dan datang dengan kekurangan oksigen sehingga ada perubahan

---

<sup>32</sup> Muhammad Amin, dkk, "Covid-19 (Corona Virus Disease 2019)", (Malang: Intelegensia media, 2020),

dalam paduan ini menjadi dalam yang di selidiki sangat parah.<sup>33</sup>

Covid-19 banyak dampaknya bukan hanya mempengaruhi dari segi keadaan sehat dan kematian saja. akan tetapi pada semestinya pandemi covid-19 juga bisa mengakibatkan keadaan yang menyedihkan yang harus di tanggung oleh sifat-sifat manusia penyebab melemahnya roda ekonomi, lapangan pekerjaan berkurang. Karyawan-karyawan kena PHK, orang yang tidak bekerja bertambah meski sandangan hidup tetap harus di tambah keinginannya. Dari permasalahan tersebut maka munculah solusinya yaitu dengan melakukan vaksinasi covid-19 kepada seluruh warga negara indonesia<sup>34</sup>, apa itu vaksinasi covid-19?

---

<sup>33</sup> (Safrizal ZA, putra, sopyan & Bim, 2020).

<sup>34</sup> Ketut Sudarsana dkk, "Covid-19 perspektif pendidikan", (yayasan kita menulis, 2020). hlm.2

Vaksinasi covid-19 yaitu suatu pencegahan medis yang hal tidak biasa lagi di tangkap oleh masyarakat modern pada saat ini dan vaksinasi di anggap sebagai salah satu alat untuk memicu meningkatnya system kekebalan tubuh dalam penyakit covid-19. Adapun tujuan vaksin ini salah satunya untuk mengurangi penularan terhadap virus corona kemudian menurunkan angka kesakitan dan kematian serta melindungi masyarakat dari terjangkitnya covid-19 supaya lebih produktif baik itu secara aspek sosial maupun ekonominya.<sup>35</sup> Diantara upaya dalam hal memutus mata rantai covid-19 yaitu melakukan vaksinasi, vaksin bukan hanya berhaluan untuk memutus rantai perbuatan yang menularkan gangguan kesehatan dan menyetop gangguan kesehatan dapat menular yang berjangkit dengan cepat, akan tetapi

---

<sup>35</sup> Basic <http://www.vaccines.gov/basics/> di akses pada tanggal 21 oktober 2014.

juga dalam waktu yang cukup lama untuk menyisihkan bahkan menegeradikasi gangguan kesehatan itu sendiri.<sup>36</sup> maka dari itu vaksin memang menjadi sebuah acuan/harapan besar semua kalangan masyarakat sebagai salah satu senjata utama untuk mengendalikan covid-19, dan oleh karena itu dengan adanya vaksin ini tentu kita semua berharap agar hasil kasus covid-19 ini bisa membaik.<sup>37</sup>

Sebagaimana manfaat dari vaksin untuk memberikan suatu perlindungan agar tidak tertular atau menggiatkan kekebalan secara khusus di dalam anggota tubuh untuk diberikan vaksinasi.<sup>38</sup>

---

<sup>36</sup> Basic <http://www.vaccines.gov/basics/> di akses pada tanggal 22 oktober 2014.

<sup>37</sup> <https://ciputrahospital.com>, : citragarden city jakarta, citra raya, tangerang 29 januari 2021.

<sup>38</sup> <https://dinkesjatengprov.go.id> : buku saku vaksinasi covid-19, 28 mei 2021.

Proses pembuatan vaksin setiap jenisnya mempunyai alur yang berbeda, yaitu sesuai dengan jenis antigen yang di gunakan. secara umum, proses produksi vaksin terdiri dari beberapa tahap antara lain yaitu persiapan, (kultifasi atau inokulasi), panen, inaktivasi pemurnian, formulasi, dan pengisian serta pengemasan.<sup>39</sup>

Kemudian dengan demikian dalam mengembangkan vaksinasi covid-19 mengalami lonjakan bahkan di negara berkembang telah memulai produksi vaksin lalu di laporkan untuk menjamin kualitasnya, keamanan dan efektivitas vaksin. Dan pada sebagian besar ekspansi ini berasal dari penjualan vaksin yang lebih mahal di negara-negara industri baru, yang jumlahnya

lebih dari setengah dari total nilai penjualan vaksin di seluruh dunia.<sup>40</sup>

Dalam hal ini berbanding dengan vaksin-vaksin lainnya yang masa pengembangannya memakan waktu bertahun-tahun lamanya. Dengan demikian bisa menimbulkan rasa ke khawatiran dari kalangan masyarakat terhadap efek samping dari vaksin tersebut terhadap yang menerimanya.<sup>41</sup>

Kemudian dalam hal lain juga, ada pula sifat yang diragukan oleh masyarakat terkait kehalalan dari vaksin tersebut yang dikembangkan dan di produksi, sebelumnya ada juga sifat ke khawatiran terhadap suatu

---

<sup>39</sup> Piprim B Yanuarso, *Kontroversi vaksin pilihan terbaik bagi buah hati tanpa ragu lagi* : (Bandung, 2019), 23.

---

<sup>40</sup> World Health Organization, *State of the world's vaccines and immunization* (Swiss: WHO Press, 2009), 3-6, E-book (di akses pada tanggal 15 februari 2021).

<sup>41</sup> Pranita. E. (2020). *Indonesia tak pilih lockdown untuk perangi corona, begini kata ahli*. Retrieved April 21, 2020, from <https://www.kompas.com/sains/read/2020/04/03/130000923/indonesia-tak-pilih-lockdown-untuk-perangi-corona-begini-kata-ahli>.

pengembangan vaksin yang mengandung unsur babi yang membuatnya menjadi haram.<sup>42</sup>

Mengenai ungkapan ini, bahwa Majelis Ulama Indonesia sudah mengeluarkan fatwa terkait imunisasi pada tahun 2016. Majelis Ulama Indonesia menjelaskan bahwa wajib menggunakan vaksin yang halal serta suci. Dan di sisi lain, Majelis Ulama Indonesia juga membolehkan penggunaan vaksin yang haram dengan beberapa ketentuan, yaitu dapat di pergunakan pada kondisi al-dlarurat (keterpaksaan) atau al-hajat (keterdesekan) saja, maka dari itu belum di temukan adanya vaksin secara halal dan suci, serta tersedianya keterangan tenaga media yang ahli serta terpercaya bahwa

<sup>42</sup> Wiraman, M. K. (2020, Desember 20). Kekhawatiran umat islam indonesia akan status halal vaksin covid-19 disorot media amerika. Retrieved from kompas : <https://www.kompas.com/global/read/2020/12/20/umat-islam-indonesia-akan-status-halal-vaksin-covid-19?page=all>

tidak ada vaksin yang halal. Di dalam fatwa tersebut di sebutkan bahwa hukum vaksin menjadi wajib apabila penyakit tersebut bisa menimbulkan kematian, penyakit berat, maupun cacat permanen.<sup>43</sup>

Dalam kondisi situasi pada saat ini, bahwa kita perlu mengedepankan situasi darurat dari kondisi pandemi covid-19 yang melanda ke dunia hingga sampai saat ini. Dalam penambahan kasus penderita terinfeksi virus covid-19 tersebut penyebarannya semakin cepat, dimana pada tanggal 24 Desember 2019. kemudian tercatat penambahan 253 kasus baru dalam satu hari.<sup>44</sup>

<sup>43</sup> MUI. (2006, januari 23). Fatwa Majelis Ulama Indonesia. Retrieved from Majelis Ulama Indonesia: [http://www.halalmui.org/image/stories/pdf/Fatwa MUI-No.4-Tentang-Imunisasi.pdf](http://www.halalmui.org/image/stories/pdf/Fatwa_MUI-No.4-Tentang-Imunisasi.pdf)

<sup>44</sup> Tribun Jogja. (2020, Desember 24). *Uodate Covid-19 Di Yogyakarta: Hari ini Terjadi Penambahan 253 Kasus Baru di DIY*. Retrieved from Tribun Jogja :<https://jogja.tribunnews.com/2020/12/24/update-covid-19-di-yogyakarta-hari-ini-terjadi-penambahan-253-kasus-baru-di-diy>

Kemudian, sebagai dalam bentuk usaha kita bersama dengan menghadapi pandemi covid-19 ini, kita perlu adanya peran aktif dalam melindungi diri kita sendiri serta dapat menekan laju penyebaran virus tersebut. Di mulai dari membiasakan menerapkan peraturan kesehatan yang sudah di perintahkan oleh pemerintah indonesia dalam dasar hidup tiap-tiap hari, mulai dari memakai kain penutup mulut dan hidung dengan benar, membasuh tangan dengan air, memakai hand sanitizer, dan menghindari kerumunan.

Sejak vaksinasi covid-19 tiba di negara indonesia, ketika vaksinasi datang di negara indonesia kemudian pemerintah menganjurkan kepada masyarakat indonesia untuk mengikuti program vaksinasi covid-19 akan tetapi ada sebagian masyarakat yang belum setuju akan anjuran pemerintah untuk menjalani program vaksinasi tersebut.

Padahal, tujuan pemerintah tidak lain hanya semata-mata untuk kebaikan masyarakat.

Vaksin dapat bertujuan untuk membuat pertahanan kekebalan tubuh masyarakat agar dapat di kenali dengan cepat melawan kuman atau penyakit penyebab infeksi. Adapun tujuan yang dapat di capai dengan memberikan vaksin covid-19 ialah menurunkannya angka orang sakit dan angka kematian dampak virus ini.<sup>45</sup>

Vaksin covid-19 sebagaimana di buat dengan taktik yang baik untuk mengikhtiarkan supaya jangan terjadi penularan virus yang tidak mempunyai untuk menghilangkan penyakit, salah satunya adalah pandemi covid-19 yang dengan masa sekarang dalam keadaan belum selesai dan terus menerus terjadi penularan.

---

<sup>45</sup> <https://rsud.sampangkab.go.id/berita/detail/pentingnya-vaksinasi-di-masa-pandemi-covid-19>: di akses pada tanggal 28 Juli 2021



Kemudian dengan vaksinasi, dan menjadi suatu keinginan yang paling baik agar dapat mencegah angka penularan covid-19 yang mungkin tidak bisa terkendalikan. Dan ini alasannya kenapa vaksinasi covid-19 menjadikan peran penting untuk semua kalangan masyarakat. Kemudian dengan vaksin, tubuh bisa terlindungi melalui cara merespon anti bodi tanpa harus merasakan sakit terlebih dahulu. maksudnya, vaksinasi ini, dapat melindungi tubuh manusia dari infeksi virus corona. Tidak hanya itu, jika seseorang terinfeksi virus penyebab covid-19 maka vaksin dapat meringankan pencegahan tubuh seseorang dari sakit darurat atau potensi munculnya komplikasi serius.<sup>46</sup>

---

<sup>46</sup>[https://www.halodoc.com/artikel/vaksin-covid-19-mengapa-penting:](https://www.halodoc.com/artikel/vaksin-covid-19-mengapa-penting) di akses pada tanggal 28 Juli 2021

Selanjutnya terdapat tiga acuan mengapa kita perlu di vaksin covid-19? Pertama, mengenai panutan hukum vaksinasi covid-19, panutan hukum covid-19 ialah sebuah masalah yang sudah di atur oleh menteri kesehatan RI No 10 tahun 2021, pasal 14. “setiap orang yang telah ditetapkan atas dasar sebagai sasaran penerima vaksin covid-19 berdasarkan pencatatan sebagaimana yang tertera di dalam pasal 13 untuk ikut serta dalam hal vaksinasi covid-19 sesuai dengan pedoman perundang-undangan.

Kedua, dalam sebuah panutan keagamaan., dalam fatwa MUI di jelaskan pada nomor 14 tahun 2021 tentang hukum penggunaan vaksin covid-19 produk Astrazeneca pasala 5: “Umat islam wajib berpartisipasi dalam program vaksinasi covid-19 yang dilaksanakan oleh pemerintah

untuk mewujudkan kekebalan suatu kelompok dan terbebas dari wabah covid-19”.

Ketiga, sebuah panutan dalam hal kesehatan di jelaskan dalam direktoral jendral kesehatan : vaksin tidak hanya mempunyai tujuan tetapi dapat memutus rantai dalam hal penularan virus dan mencegah wabah saja, kemudian juga dalam rentan waktu agar dapat tereliminasi bahkan punah serta hilang dari virus itu sendiri.

Berdasarkan kementerian kesehatan, tidak adanya solusi yang seketika ampuh agar dapat mengatasi pandemi covid-19. Covid-19 ini secara belas kasih beralih pergi tanpa adanya penyadaran diri dari masyarakat. kita dapat menjaga keluarga dengan cara mengikuti program vaksin yang sudah di selenggarakan oleh pemerintah atau pun di luar pemerintah, selalu menjaga jarak dari

kumpulan orang-orang, menjaga kesehatan tubuh serta akal dan jangan mementingkan diri sendiri.<sup>47</sup>

Berdasarkan cara teknis penyuntikan vaksinasi covid-19, vaksinasi tidak di suntikan secara sembarangan di tubuh kita. Vaksinasi covid-19 di lakukan dengan suntikan di otot di bagian lengan kiri atas menggunakan jarum suntik sekali pakai.

Kenyataanya, dengan menyuntikan vaksin covid-19 di lengan dapat terjadinya peningkatan kemampuan tubuh untuk menyerap vaksin. aturannya dan otot pun juga dapat mempunyai sel kekebalan. Kemudian dalam hal itu ialah lokasi untuk memberikan vaksinasi di karenakan sangat baik, dan jaringan otot mempunyai sel-sel daya tahan tubuh yang bisa dikatakan penting untuk

---

<sup>47</sup> <https://tirto.id/cdn.ampproject.org>: di akses pada tanggal 28 Juli 2021

tubuh kita supaya kita bisa mencegah tertularnya virus covid-19 tersebut.

Sel kekebalan tersebut mengenali antigen, bisa di cirikan seperti sepotong virus kecil atau kuman yang disalurkan oleh vaksin agar dapat merespon daya tahan tubuh di tubuh kita, oleh sebab itu dalam penyebabnya, vaksinasi tidak dapat di berikan antigen. Tetapi, vaksinasi dapat di berikan cetak biru, ataupun maslah-masalah kecil dari virus, untuk memproduksi antigen.<sup>48</sup>

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini dilakukan di Link. Ciora tengah rt 02 rw 01 Kel. Grogol Kec. Gerogol, dalam penelitiannya peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif. Adapun hasil analisis penelitian yang terkait judul diatas

dapat di simpulkan bahwa hasil penelitiannya kemungkinan besar banyak masyarakat yang kontra dari pada yang pro akan vaksinasi Covid-19.

---

<sup>48</sup> <http://www.indonesiabaik.id>: di akses pada tanggal 28 Juli 2021

## **CHAPTER V**

### **SELF HEALING di ERA PANDEMI**

*Oleh : Lilis Cahyati*

#### **ABSTRAK**

Peningkatan virus Covid-19 semakin menunjukkan bahwa masyarakat harus lebih berhati-hati dengan segalanya. Pandemi ini mempengaruhi keberadaan individu di seluruh dunia dalam berbagai faktor. Pandemi Covid-19 berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan ancaman kesehatan mental yang harus diperhatikan. Oleh karena itu Permasalahan kesehatan mental menjadi isu yang tidak dapat dihindari di tengah pandemi virus Covid-19 ini. Tulisan ini bertujuan menggambarkan permasalahan kesehatan mental di Indonesia akibat pandemi Covid-19 dan upaya dalam mencegah kesehatan mental serta cara mengatasinya. Permasalahan kesehatan

mental seperti cemas, stres, dan trauma akibat pandemi virus Covid-19 dirasakan oleh masyarakat Indonesia. Jenis penelitian yang digunakan dalam tulisan ini adalah penelitian kualitatif dengan metode deskriptif yang menjelaskan tentang bagaimana cara untuk mengatasi rasa stress yang dialami oleh masyarakat di kala pandemi Virus Covid-19 seperti sekarang ini dengan teknik Self Healing. Tujuan penelitian ini yaitu agar masyarakat dapat mengontrol emosi serta mampu untuk melakukan penyembuhan diri di tengah situasi sekarang dan situasi tertentu.

#### **PENDAHULUAN**

Terhitung sejak Desember 2019 hingga saat ini pandemi virus corona belum juga berakhir. Hal ini membuat semua aktivitas manusia menjadi terhambat. Pandemi telah mengubah kebiasaan aktivitas manusia

yang selama ini dilakukan. Berbagai kegiatan pun berbagai faktor dilakukan secara terbatas dan dilakukan secara online. Menjelang awal maret, presiden menyatakan bahwa kebijakan baru yang dikeluarkan adalah melakukan segala aktivitas dari rumah untuk mengurangi penyebaran virus corona. Selanjutnya, menjalankan gaya hidup yang sehat, serta selalu menerapkan protokol kesehatan. Orang yang terkena virus Corona akan mengalami masalah pernapasan mulai dari kasus ringan hingga kasus sedang dan lain-lain. Selain mempengaruhi kesehatan fisik, pandemi covid-19 juga berpengaruh terhadap kesehatan mental seseorang.

Kecemasan menjadi salah satu sumber masalah dalam kehidupan yang kita jalani. Menurut pandangan psikoanalitik kecemasan merupakan suatu keadaan tegang yang memotivasi kita untuk berbuat sesuatu.

Terdapat tiga jenis kecemasan diantaranya kecemasan realistis, kecemasan neurotik, dan kecemasan moral. Kecemasan realistis merupakan kekuatan terhadap bahaya dari dunia eksternal, dan taraf kecemasannya sesuai dengan derajat ancaman yang ada. Kecemasan neurotik merupakan suatu bentuk ketakutan terhadap tidak terkendalinya naluri-naluri yang menyebabkan seseorang melakukan suatu tindakan yang bisa mendatangkan hukuman bagi dirinya. Kecemasan moral merupakan suatu bentuk ketakutan terhadap hati nuraninya sendiri, manusia yang memiliki hati nurani yang baik cenderung akan merasa berdosa apabila melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan ajaran yang melekat dalam dirinya.<sup>49</sup>

---

<sup>49</sup>Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : PT Refika Aditama, 2013), hlm. 17

Ketika Virus Covid-19 muncul berbagai masalah datang diantaranya kecemasan, stress, gangguan mood, dan kesulitan belajar. Masalah kesehatan mental bisa dikatakan dengan masalah kejiwaan, karena jiwanya sedang tidak sehat. Banyak para pelajar maupun mahasiswa yang merasa belajar dari rumah terganggu mulai dari munculnya kebosanan, bahkan orang-orang merasa khawatir dengan pekerjaan mereka, stress akibat melakukan aktivitas yang stagnan, dan lain-lain.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan oleh penulis dalam dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode kualitatif dan studi literatur. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang digunakan untuk menyelidiki, menemukan, menggambarkan, dan menjelaskan kualitas atau keistimewaan dari pengaruh sosial yang tidak dapat

dijelaskan, atau digambarkan melalui pendekatan kuantitatif.<sup>50</sup> Sementara studi literatur dijadikan sebagai metode untuk memperkuat data yang didapatkan ketika penelitian sehingga bisa dipahami maknanya secara maksimal.

Meskipun begitu, karena adanya keterbatasan penulis dalam menjangkau seluruh populasi yang dalam penelitian ini adalah masyarakat di Link luar RT 06 RW 02 kecamatan ciwandan, maka pengambilan sampel adalah hal tepat. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.

Penelitian ini dilakukan khusus untuk mengkaji bagaimana penerapan self healing dalam menghadapi kecemasan ditengah pandemi virus covid-19. Maka

---

<sup>50</sup> Saryono.. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Bandung: Alfabeta 2010)

pengambilan data pun dilakukan dengan melakukan wawancara responden serta observasi di kawasan tersebut. Sehingga data yang diambil merupakan responden yang benar-benar mengetahui dan berkesinambungan dengan penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesehatan psikologis memainkan peran penting dalam memperkuat kekuatan setiap orang. Padahal, seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik tidak benar-benar terbebas dari berbagai masalah mental yang mungkin terjadi. Pada saat seseorang memiliki kesehatan psikologis yang buruk, maka pada saat itu kondisi ketakutan yang terjadi akan menekan dan mengendalikannya. Alasan masalah kesehatan psikologis individu terganggu terdiri dari banyak faktor. Bahkan individu yang memiliki kesehatan psikologis yang baik,

pada dasarnya tidak dapat dipisahkan dari perasaan bersalah dan kecemasan yang menghantui dalam dirinya.<sup>51</sup>

Self healing adalah kemampuan individu untuk mengobati diri sendiri dari penyakit fisik dan mental. Healing sendiri memiliki arti yang hampir sama dengan terapi, akan tetapi jika dilihat secara etimologisnya mengandung arti pengobatan atau sesuatu yang diidentikkan dengan pengobatan. Padahal jika dilihat dari segi istilah terapi merupakan salah satu istilah lain dari suatu proses penyembuhan suatu penyakit yang diderita oleh seseorang. Berbagai strategi digunakan untuk mencapai tingkat pemulihan yang ideal. Sementara kesembuhan sendiri berarti kembali dalam keadaan tubuh atau jiwa tanpa adanya keluhan rasa sakit. Untuk

---

<sup>51</sup> Wahyu Setyaningrum and Heylen Amildha Yanuarita, "Pengaruh Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Kota Malang," *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)* 4, no. 4 (2020).

mencapai kesembuhan tersebut, seorang individu harus mengunjungi berbagai tempat atau spesialis, seperti medis, alami, orang pintar, bahkan psikiater.<sup>52</sup>

Self healing adalah tahap yang diterapkan pada tindakan penyembuhan diri (pada umumnya dari masalah mental, trauma, dan lain-lain) yang didorong dan dikoordinasikan oleh pasien yang diarahkan oleh pikirannya sendiri. Metodologi pemulihan diri ini bermanfaat untuk mengurangi tekanan, ketakutan, dan masalah-masalah mental yang menggairahkan lainnya. Proses self healing bertujuan untuk membantu dan mempercepat masalah mental yang dialami dengan memanfaatkan teknik intropeksi seperti meditasi,

---

<sup>52</sup> Muhammad Amin Syukur, "Sufi Healing: Terapi Dalam Literatur Tasawuf," *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan* 20, no. 2 (2012): 391.

olahraga, penyerahan diri kepada Tuhan, dan latihan yang melepas lelah dan refleksi.<sup>53</sup>

Loius Proto yang dikutip oleh Agus Sutiyono, menjelaskan bahwa kekuatan atau kelemahan sistem kekebalan tubuh pada akhirnya dipengaruhi oleh apa yang kita pikirkan, rasakan, katakan, dan lakukan. Adapun beberapa proses self healing (penyembuhan diri) dengan kekuatan pikiran melalui beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut:

1. Meyakinkan bahwa setiap orang memiliki kemampuan untuk menyembuhkan diri dengan kekuatan pikiran.
2. Memahami bahwa proses penyembuhan tidak terjadi di level pikiran sadar, tetapi di level pikiran

---

<sup>53</sup> Lia Amaliatul, "Self Healing Dalam Mengatasi Post-Power Syndrom (Studi Kasus Di Komplek Ciputat Indah Kota Serang-Banten)," *Skripsi IAIN SMH Banten* (2016): 19.



bawah sadar yang memungkinkan manusia berhubungan dengan Tuhan.

3. Berdoa dan meminta apa yang kita inginkan.
4. Bermeditasi, dalam arti berserah diri pada Tuhan dengan cara duduk tenang dan melepaskan semua masalah atau beban pikiran, dan membiarkan Tuhan mengambil alih masalah tersebut.<sup>54</sup>

Salah satu upaya untuk mengurangi kecemasan dapat dilakukan dengan self healing. Dalam praktiknya self-healing merupakan istilah yang salah satunya menggunakan proses yang berprinsip bahwa sebenarnya tubuh manusia merupakan sesuatu yang mampu memperbaiki dan menyembuhkan diri melalui cara-cara tertentu secara alamiah.

---

<sup>54</sup> Agus Sutiyono, *Saktinya Hypnoparenting*, hlm. 83-85

Pada dasarnya semua masalah kesehatan mental dimulai dengan perasaan tidak nyaman (gugup). Menurut Sadock dkk,(2010) kecemasan merupakan reaksi terhadap keadaan tertentu, yang mengancam dan itu merupakan sesuatu yang biasa terjadi. Kegelisahan dimulai dengan keadaan yang melemahkan sebagai peningkatan yang berbahaya (stressor). Pada tingkat tertentu, kegelisahan dapat membuat seseorang lebih waspada terhadap suatu ancaman, karena jika ancaman tersebut dianggap tidak berbahaya, maka pada saat itu seseorang tidak akan melakukan penyelamatan diri. Begitu pula dalam menghadapi pandemi virus covid-19 ini, kecemasan harus diwaspadai dengan baik agar tetap memberikan perhatian namun tidak membuat hiruk-pikuk yang berlebihan atau menyebabkan masalah kesehatan psikologis yang lebih buruk.

Kecemasan umumnya berasal dari pandangan kejadian yang tidak terkendali, yang akhirnya seseorang akan fokus pada suatu tindakan yang terkendali (Shin dan Newman, 2019). Sehubungan dengan pandemi ini, contoh kegiatan terkontrol yang dilakukan termasuk berolahraga, meditasi, melukis, bermain musik, bercocok tanam, memasak, membaca buku, menonton film, dll. Aktivitas yang berbeda ini dilakukan sesuai dengan minat dan kapasitas individu sebagai prosedur yang mengesankan dan strategi dalam mengelola tekanan, kegelisahan, dan kecemasan (Wood dan Runger, 2016).<sup>55</sup>

Sejak adanya pandemi covid-19 masyarakat merasa banyak kebiasaan baru yang diterapkan mulai dari penerapan protokol kesehatan yang ketat, diwajibkan

---

<sup>55</sup> Deshinta Vibriyanti, "Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi Covid-19," *Jurnal Kependudukan Indonesia* 2902 (2020): 69.

memakai masker ketika keluar rumah, menerapkan social distancing, dan kebiasaan lain yang dilakukan untuk mencegah penularan virus covid-19.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti dengan masyarakat di link meluar diketahui bahwa salah satu kegiatan produktif yang dilakukan masyarakat link meluar dalam upaya penyembuhan diri adalah dengan melakukan kegiatan berkebun. Kegiatan tersebut terhimpun dalam kelompok wanita tani ratu lestari yang telah berdiri sejak tahun 2020.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan ibu nuraini selaku ketua kelompok wanita tani ratu lestari menghasilkan data bahwa sebagian ibu rumah tangga di link meluar tergabung ke dalam kelompok wanita tani lestari sebagai salah satu upaya penyembuhan diri di tengah keresahan pandemi covid-19.

Selain melakukan kegiatan berkebun, masyarakat link meluar juga aktif dalam kegiatan pengajian yang dilakukan seminggu sekali yang bertempat di majlis tuhfatussyibban. Masyarakat menganggap bahwa penyembuhan diri secara rohaniyah juga dibutuhkan untuk mempercepat pemulihan dan peningkatan sistem imunitas tubuh dalam diri seseorang.<sup>56</sup>

Wawancara dengan responden lain pu dilakukan salah satunya dengan bapak sulhi selaku ketua RW dan penasehat di link meluar. Beliau mengatakan bahwa penyembuhan diri yang biasa dilakukan oleh masyarakat di link meluar umumnya adalah dengan memperbanyak silaturahmi dengan tetangga dan saudara sehingga terciptanya kerukunan yang tentram dan damai. Selain itu kebiasaan yang terus melekat dalam diri masyarakat di link

---

<sup>56</sup>Nuraini, Ketua kelompok wanita tani ratu lestari, wawancara dengan penulis tanggal 2 September 2021.

meluar adalah melakukan pengajian setiap sabtu malam sebagai upaya untuk terus mendekatkan diri dan belajar agar terciptanya kesehatan jasmani dan rohani terlebih dalam masa pandemi covid-19 ini.<sup>57</sup>

### **Tingkatkan sistem imun di masa pandemi covid-19**

Berita yang cukup sering kita dengar dan lihat terkait pandemi virus corona membuat siapapun mengalami resah. Mengevaluasi tingkat risiko virus Corona melalui pemilihan data yang didapat dan pendekatan adalah cara untuk mengatasi kegugupan. Data dan strategi dapat mempengaruhi penilaian individu terhadap bahaya (Coronavirus) dan kemudian mempengaruhi reaksi kecemasan yang ditimbulkan.

---

<sup>57</sup>Sulhi, Ketua RW link meluar, wawancara dengan penulis tanggal 3 September 2021.

Dilansir dari *liputan6.com*, setidaknya ada beberapa langkah yang bisa diterapkan untuk menjaga imunitas tubuh di saat pandemi covid-19 ini diantaranya:

#### 1. Istirahat yang cukup

Menurut National Sleep Foundation, anusia dewasa membutuhkan waktu untuk istirahat tidak kurang dari 7-9 jam dalam sehari. Dengan cara ini, istirahat yang cukup menjadi salah satu cara agar kekebalan tubuh tetap stabil.

#### 2. Rajin berolahraga

Olahraga merupakan aktivitas yang memiliki segudang manfaat diantaranya mencegah penyakit, membantu mengontrol berat badan, meningkatkan stamina, dan tentunya akan meningkatkan imunitas tubuh. Olahraga dapat

dilakukan dimanapun dan kapanpun sesuai dengan kemampuan diri sendiri.

#### 3. Konsumsi Makanan sehat

Mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang sangat diperlukan untuk membantu meningkatkan imunitas tubuh. Tubuh membutuhkan makanan yang bernutrisi seperti mengonsumsi buah dan sayur yang mengandung berbagai macam vitamin yang membantu membentuk sistem imun dalam tubuh.

#### 4. Konsumsi air putih

Dalam situasi pandemi seperti ini kita di haruskan mengonsumsi air putih lebih banyak sebagai upaya meningkatkan imunitas tubuh dan terhindar dari dehidrasi. Manusia pada umumnya

dianjurkan untuk menghabiskan 8 gelas air setiap hari atau setara dengan 2 liter per hari.

#### 5. Hindari merokok

Menurut penelitian mengkonsumsi rokok akan menurunkan sistem kekebalan dalam tubuh. Hal tersebut dikarenakan rokok mengandung berbagai zat yang membayakan untuk tubuh. Selain itu mengkonsumsi rokok juga akan mengurangi pembentukan sel respon antigen serta antibodi tubuh.

#### 6. Kurangi stress

Hal lain yang bisa dilakukan untuk meningkatkan imunitas tubuh adalah dengan mengelola stress dengan baik. Hal tersebut harus dilakukan karena di masa pandemi ini stress akan

sering hadir dalam diri seseorang karena mendapat berbagai tekanan.

Untuk mengelola stress dengan baik bisa dilakukan dengan melakukan aktivitas yang membuat diri produktif, melakukan olahraga, hobi, dan melakukan sosialisasi dengan teman dan keluarga walaupun secara virtual.

#### 7. Menjaga kebersihan makanan

Penerapan protokol kesehatan harus dimulai oleh diri sendiri, salah satunya adalah dengan mengkonsumsi makanan yang sudah terjaga kebersihannya.

Menjaga kebersihan makanan bisa dilakukakan dengan memasak makanan sendiri, membersihkan bahan makanan, mencuci peralatan masak, dan menjaga kebersihan lainnya.

## 8. Sering berjemur

Berjemur di bawah sinar matahari menjadi salah satu sebuah upaya yang dilakukan untuk mengatasi virus covid-19 dengan alasan sinar matahari mengandung vitamin D.

Selain untuk menangkal virus covid-19, berjemur juga dipercaya untuk mengoptimalkan tulang, serta untuk meningkatkan kekebalan imunitas tubuh. Aktivitas berjemur yang baik bisa dilakukan dengan durasi 15-20 menit antara jam 09.00-10.00 pagi.

## 9. Mengonsumsi vitamin

Selain kebutuhan asupan makanan bergizi, mengonsumsi vitamin seperti vitamin B,C, dan D juga sangat diperlukan untuk mengoptimalkan pembentukan sistem imunitas tubuh. Vitamin

tersebut bisa diperoleh melalui makanan yang dikonsumsi atau juga dengan mengonsumsi suplemen yang dianjurkan oleh dokter.<sup>58</sup>

Itulah beberapa tips yang dapat diterapkan untuk menjaga imunitas tubuh di tengah pandemi covid-19 ini. Semoga pandemi lekas berakhir dan seluruh kegiatan dapat kita lakukan dengan normal kembali.

## KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa Kecemasan adalah sesuatu yang tidak bisa dihindari ketika dalam kondisi stres seperti dimasa

---

<sup>58</sup>"Tips meningkatkan imun tubuh di masa pandemi covid-19" <https://www.liputan6.com/>, Diakses pada 18 Agustus 2021 Pukul 21.15 WIB

pandemi covid-19. Salah satu kunci yang penting dalam mengelola kecemasan adalah tentang seleksi informasi yang diterima dalam jangka waktu tertentu. Informasi harus berasal dari sumber handal dan ahli bidangnya sendiri. Jika mulai mengalami gejala gangguan kesehatan mental langkah pertama adalah meminta bantuan lingkungan yang terpercaya, seseorang yang bisa menjadi partner, orang tua, saudara, atau teman, dan melakukan kegiatan yang membuat pikiran positif dan produktif. Jika kurang berhasil, lalu minta bantuan pihak yang berkompeten seperti psikolog, karena hal tersebut merupakan jalan keluar yang baik dan bagus. Beberapa praktisi kesehatan mental seperti: Himpunan Psikolog Indonesia (HIMPSI) dan klinik kesehatan jiwa lainnya memberikan pelayanan secara daring (online) atau kunjungan rumah melalui konseling dan psikoterapi.

## KESIMPULAN

Berbagai upaya masyarakat kota cilegon dalam menghadapi berbagai masalah dan tantangan dari adanya pandemi covid-19. Mulai dari tetap bertahan menjalani hidup meski berdampingan dengan covid-19. sampai berserah diri meskipun nyawa diri kita yang terenggut.

## SARAN

1. Bagi Pemerintah
  - Pemerintah setempat alangkah baiknya melakukan sosialisasi terkait covid-19 dan vaksinasi covid-19.
  - Memperhatikan masyarakat yang membutuhkan bantuan berupa uang atau sembako dan kepada masyarakat.

## 2. Bagi masyarakat

- masyarakat harus lebih memperketat protocol kesehatannya dan mematuhi peraturan pemerintah
- masyarakat harus lebih pro pada program vaksinasi yang di adakan oleh pemerintah setempat.
- Masyarakat diharapkan untuk terus bisa mempertahankan dan melakukan kegiatan positif sebagai upaya penyembuhan diri, agar nantinya ketika menghadapi berbagai tekanan masalah akan selalu menjadi orang yang positif dan bisa mengontrol emosinya.
- Ketika merasa bahwa kesehatan mental sedang kacau dan terganggu, maka berbicaralah dengan orang-orang terdekat untuk menceritakan masalah tersebut sehingga anda bisa memperoleh

masukan/bantuan untuk mengelola perasaan tersebut.

- Jika tidak merasa terbantu dengan bantuan orang-orang terdekat (keluarga/sahabat), sebaiknya segera ikuti pengobatan/bantuan kepada orang-orang yang benar-benar memahami dan mahir menangani kondisi kesehatan anda, seperti spesialis/psikolog.

## 3. Bagi peneliti

- Karena keterbatasan penulis dalam melakukan penelitian, penulis menyarankan agar penelitian ini dapat dilanjutkan dan dibuat dengan menggunakan tulisan dan strategi yang berbeda. Selain itu, berbagai referensi juga dapat ditambahkan yang dapat digunakan sebagai prosedur dalam melakukan penyembuhan diri di masa pandemi ini. Dengan



dilakukanya penelitian lain penulis percaya bahwa itu akan semakin memperkuat penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

### Buku

Corey Gerald. 2013. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung : PT Refika Aditama

Ketut Sudarsana dkk. 2020 .“Covid-19 perspektif pendidikan”, yayasan kita menulis

Muhammad Amin, dkk. 2020. ”Covid-19 (Corona Virus Disease 2019)”. Malang: Intelegensia Media

Piprim B Yanuarso. 2019. Kontroversi vaksin pilihan terbaik bagi buah hati tanpa ragu lagi :Bandung

Saryono. 2010. Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabeta

Sutiyono Agus. 2014. Saktinya Hypnoparenting. Penebar plus

## **Wawancara**

Anis Iman Illahi Robbi, wawancara oleh penulis, 7 September 2021.

Auliyanti Savira, wawancara oleh penulis, 7 September 2021.

Ahmad Sahroji, wawancara di rumah warga setempat, tanggal 05 september 2021.

Effendi, wawancara dengan penulis Di Rumah warga setempat, tanggal 05 september 2021.

Maemunah, wawancara oleh penulis, rekaman sendiri, 7 September 2021.

Septiana Sari, wawancara oleh penulis, rekaman sendiri, 7 September 2021.

Heru Santoso, wawancara dengan penulis Di Rumah warga tanggal 05 september 2021.

Hilda Maulida, wawancara oleh penulis, rekaman sendiri, 9 September 2021.

Jueni, wawancara, tanggal 1 september 2021, pukul 09:05

Mas'aliyah, wawancara, pada tanggal 4 september 2021, pukul 19:50

Muhammad Shidqi, wawancara oleh penulis, rekaman sendiri, 11 September

Nuraini, Ketua KWT ratu lestari, wawancara dengan penulis tanggal 2 September 2021.

Sri Rahmawati, wawancara oleh penulis, rekaman sendiri, 9 September 2021.

Sulhi, Ketua RW link meluar, wawancara dengan penulis tanggal 3 September 2021.

Supendi, wawancara, pada tanggal 3 september 2021, pukul 20:30

### **Jurnal/Skripsi**

Erdawati Dan Desda , M.M. 2021. "Pandemi Covid-19 Dampaknya Terhadap Usaha Mikro,Kecil Dan Menengah Di Pasaman Barat". Jurnal Ilmu Manajemen Retail Vol. 2, No. 1. <https://jurnal.ummi.ac.id/index.php/jimat>, diunduh pada 02 September 2021

Husnus Amalia. Nany Hairunisa, "Review: Penyakit virus corona baru 2019 (COVID-19),"

Jurnal Biomedika dan Kesehatan, Vol. 3, No 2 (Juni 2020), h. 91-95.

Lia Amaliatul. 2016. *Self Healing Dalam Mengatasi Post-Power Syndrom (Studi Kasus Di Komplek Ciputat Indah Kota Serang-Banten)*. Skripsi. Banten: IAIN SMH Banten.

Muhammad Amin Syukur.2012. "*Sufi Healing: Terapi Dalam Literatur Tasawuf*," Walisongo:Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan 20, no. 2.

Muhtarom, Herdin. 2021. "Dampak Pandemi Covid-19 Dalam Kehidupan Sosial-Ekonomi Masyarakat (Studi Kasus Kehidupan Sosial-Ekonomi Masyarakat Pandeglang Banten)". Jurnal Humanis Vol. 13, No. 1. <http://e-Sayuti>, Rosiady Husaenie & Hidayati, S. Aisyah. 2020. "Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Ekonomi Masyarakat Di Nusa Tenggara Barat". Jurnal Resiprokal Vol. 2, No. 2.

<https://resiprokal.unram.ac.id/index.php/RESIPROKAL>,  
diunduh pada 03 September 2021

Pratama, Novian Agung, dan Hidayat, Dasrun. 2020. Pengetahuan dan Perilaku Masyarakat Memaknai Social Distancing. *Jurnal Digital Media & Relationship (JDMR)*. Vol. 2, No. 1. h. 2 & 4. Diakses pada Tanggal 6 Agustus 2021.

Susilo adkk. 2020. Corona Virus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam*. Vol. 7, No. 1. h. 45. Diakses pada tanggal 6 Agustus 2021.

Suharmanto.2020.Perilaku Masyarakat dalam Pencegahan Penularan Covid-19. *JK Unila*. Vol. 4, No. 2. h. 91. Diakses pada tanggal 6 Agustus 2021.

Susanto, Eri & Deapalupi, Aisyah P. 2020. “Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi Study From

Home (SFH) Di Tingkat Sekolah Dasar”. *Jurnal Pendidikan: Riset &Konseptual* Vol. 4, No.4.[http://journal.unublitar.ac.id/pendidikan/index.php/Riset\\_Konseptual](http://journal.unublitar.ac.id/pendidikan/index.php/Riset_Konseptual), diunduh pada 02 September 2021

Syafitri, Khoiriah., Azhar., Dan Khalid, Dafit. 2021. “Dampak Covid-19 Terhadap Pedagang Kecil : Tinjauan Tentang Kesejahteraan Masyarakat Di Kabupaten Asahan”. *Jurnal Pendidikan Dan PengabdianMasyarakat*Vol.1,No.1.<http://pusdikrapublishing.com/index.php/jesst>, diunduh pada 01 September2021[jurnal.unisda.ac.id/index.php/Humanis](http://jurnal.unisda.ac.id/index.php/Humanis), diunduh pada 03 September 2021

Setyaningrum Wahyu, Heylen Amildha Yanuarita.2020.“*Pengaruh Covid-19 Terhadap KesehatanMental Masyarakat Di Kota Malang,*” *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)* 4, no.4.

Vibriyanti Deshinta. 2020. “Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi Covid-19,” Jurnal Kependudukan Indonesia 2902

### **Internet**

Basic <http://www.vaccines.gov/basics/> di akses pada tanggal 21 oktober 2014.

Basic <http://www.vaccines.gov/basics/> di akses pada tanggal 22 oktober 2014.

<https://medium.com/treelight/bisnis-tujuan-fungsi-dan-macam-macam-bisnis-5278a17b15fa>, Diakses pada 20 agustus 2021, Pukul 19.03 WIB.

<https://www.alodokter.com/virus-corona>, Diakses pada 20 agustus 2021 Pukul 19.37 WIB.

<https://www.lingustikid.com/2016/09/pengertian-penelitian-deskriptif-kualitatif.html?m=1>. diakses pada 12 September 2021 pukul 14.27 WIB.

<https://ciputrahospital.com>, : citragarden city jakarta, citra raya, tangerang di akses pada tanggal 29 januari 2021.

<https://dinkesjatengprov.go.id> : buku saku vaksinasi covid-19, di akses pada tanggal 28

(Safrizal ZA, putra, sopyan & Bim, 2020). Di akses pada tanggal 20 agustus 2021

Word Health Organization, State of the world’s vaccines and immunization (Swiss: WHO Press, 2009), 3-6, E-book (di akses pada tanggal 15 februari 2021). Di akses pada tanggal 22 agustus 2021

Pranita. E. (2020). Indonesia tak pilih lockdown untuk perangi corona, begini kata ahli. Di akses pada tanggal 22 agustus 2021

Wiraman, M. K. (2020, Desember 20). Kekhawatiran umat islam indonesia akan status halal vaksin covid-19 disorot media amerika. Di akses pada tanggal 22 agustus 2021

MUI. (206, januari 23). Fatwa Majelis Ulama Indonesia. Retrieved from Majelis Ulama Indonesia: <http://www.halalmui.org/image/stories/pdf/FatwaMUI-No.4-Tentang-Imunisasi.pdf> Di akses pada tanggal 22 agustus 2021

Tribun Jogja. (2020, Desember 24). Update Covid-19 Di Yogyakarta: Hari ini Terjadi Penambahan 253 Kasus Baru di DIY. Di akses pada tanggal 22 agustus 2021

<https://rsud.sampangkab.go.id/berita/detail/pentingnya-vaksinasi-di-masa-pandemi-covid-19>: di akses tanggal 28 Juli 2021

<https://www.halodoc.com/artikel/vaksin-covid-19-mengapa-penting>: di akses pada tanggal 28 Juli 2021

<http://www.indonesiabaik.id>: di akses pada tanggal 28 Juli 2021 mei 2021.

<https://tirto.id.cdn.ampproject.org>: di akses pada tanggal 28 Juli 2021

Liputan6.com, "*tips meningkatkan imun tubuh di masa pandemi covid-19*"

<https://www.liputan6.com/bola/read/4302502/tipsmeningkatkan-imun-tubuh-di-masa-pandemi-covid-19/>, Diakses 18 Agustus 2021 Pukul 21.15

## RIWAYAT HIDUP



**Lilis Cahyati**, lahir di Cilegon pada tanggal 05 Februari 2000.

Anak ke-5 dari Bapak Madeli (Alm) dan Ibu Hamdiah.

Pendidikan yang sudah penulis tempuh yaitu SDN Belungbang lulus tahun 2012, MTS Al-Khairiyah Tegalbuntu lulus tahun 2015, MA Al-Khairiyah Tegalbuntu lulus tahun 2018, kemudian melanjutkan studi di UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam dengan Jurusan Perbankan Syariah. Selama menjadi mahasiswa di UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten, penulis aktif dalam beberapa organisasi baik internal maupun eksternal. Organisasi internal yang diikuti penulis diantaranya Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Pramuka,

Dewan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, dan volunteer dalam kegiatan internal lainnya. Selain organisasi internal penulis juga aktif mengikuti organisasi primordial yaitu Ikatan Mahasiswa Cilegon.



**Kartika**, lahir di Cilegon pada tanggal 3 Mei 2001. Anak pertama dari Bapak Sam'un dan Ibu Suhenti. Pendidikan yang telah penulis tempuh yaitu SDN Ciora

lulus Tahun 2012, SMP Negeri 3 Kota Cilegon lulus Tahun 2015, MA Negeri 2 Kota Cilegon lulus tahun 2018, kemudian melanjutkan studi di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, Jurusan Asuransi Syariah. Selama menjadi mahasiswa di

UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, penulis hanya mengikuti satu organisasi, organisasi primordial yaitu Ikatan Mahasiswa Cilegon. karena satu dan lain hal, penulis lebih fokus pada pendidikan dibanding dengan berorganisasi.



**Ilmawati**, lahir di Cilegon pada tanggal 05 September 1999.

Anak pertama dari Bapak Samsuri dan Ibu Hayati.

Pendidikan yang sudah penulis tempuyaitu SDN Bulakan 3 lulustahun 2012, SMP Negeri 5 Cilegon lulus tahun 2015, SMA Negeri 3 Cilegon lulus tahun 2018, kemudian melanjutkan studi di UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam denganJurusan Ekonomi

Syariah. Selama menjadi mahasiswi di UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten, penulis aktif dalam organisasi internal yaitu Kelompok Studi Ekonomi Islam Komunitas Ekonomi Syariah (KSEI KES).



**Imam Rivaldi**, di lahirkan di kota cilegon pada tanggal 26

Maret 1999. Pada tahun 2012

lulus dari SDN Grogol II, tahun 2015 lulus dari SMP Al-Khairiyah Kota Sari, lulus dari

MAN 2 Kota Cilegon pada tahun 2018, pada tahun 2018 penulis masuk ke perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten (UIN SMH BANTEN) yang insya allah pada tahun ini mengantarkan penulis untuk mendapatkan gelar sarjana strata satu pada



jurusan Asuransi Syariah Fakultas Ekonomi & Bisnis Islam. Kemudian Selama menjadi mahasiswa di UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten, penulis tidak aktif di organisasi baik itu secara internal maupun eksternal akan tetapi penulis lebih memilih mencari pengalaman di luar kampus yaitu menjalani kuliah sambil bekerja di bagian Staff Resepsionis di Man 2 kota cilegon.



**Irvan Pangestu**, lahir di Serang pada tanggal 9 Februari 1999. Anak pertama dari Bapak Heru Pramono dan Ibu Peni Sentosa. Pendidikan yang pernah penulis tempuh yaitu SDN 2 Kramatwatu lulus tahun 2011, SMPN 1 Kramatwatu lulus tahun 2014, SMK YP 17 Cilegon lulus tahun 2017, dan melanjutkan kuliah di

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten (UIN SMH Banten) Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Dengan Jurusan Perbankan Syariah. Selama menjadi mahasiswa di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Penulis tidak aktif dalam kegiatan organisasi baik internal maupun eksternal. Karena penulis ingin fokus pada pendidikan daripada berorganisasi.

# AKU, KAMU & PANDEMI COVID-19

Kehidupan masyarakat menjadi berubah sejak adanya pandemi Covid-19. Perubahan tersebut dirasakan di bidang ekonomi, pendidikan, pariwisata, dan masih banyak faktor lainnya. Pandemi ini mempengaruhi keberadaan individu di seluruh dunia dalam berbagai faktor. Pandemi Covid-19 berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan ancaman kesehatan mental yang harus diperhatikan. Oleh karena itu permasalahan kesehatan mental menjadi isu yang tidak dapat dihindari di tengah pandemi virus Covid-19 ini.

**farhâ**  
pustaka

**Penerbit Farha Pustaka**  
Jl. Taman Bahagia, Nagrak, Benteng,  
Warudoyong, Sukabumi  
Email: farhapustaka@gmail.com

ISBN 978-623-368-226-8

