

Strategi Optimalisasi Kesejahteraan Psikologis Masyarakat Dusun Babakan Desa Muara Bakti dalam Menghadapi Pandemi

Bungaran Saing^{1*}, Ismaniah², Martina Itandi³, Dandi Sanjaya⁴, Alisya Rossdian⁵

¹Teknik Kimia, Fakultas Teknik, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jl. Raya Perjuangan, Marga Mulya, Bekasi Utara, Kota Bekasi, Jawa Barat 17121, Telp : (021) 88955882, 889955883, bungaran.saing@dsn.ubharajaya.ac.id

^{2,3,4,5}Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jl. Raya Perjuangan, Marga Mulya, Bekasi Utara, Kota Bekasi, Jawa Barat 17121, Telp : (021) 88955882, 889955883, ismaniah@dsn.ubharajaya.ac.id, martina.itandi18@mhs.ubharajaya.ac.id, dandi.sanjaya18@mhs.ubharajaya.ac.id, alisya.rossdian18@mhs.ubharajaya.ac.id

*Korespondensi : bungaran.saing@dsn.ubharajaya.ac.id

Diterima: 7 April 2022 ; Review: 7 Juni 2022 ; Disetujui: 12 Juli 2022 ; Diterbitkan: 13 Juli 2022

Abstract

The Covid-19 pandemic has had a very serious impact on the entire world community. However, the public's understanding of the dangers of COVID-19 and how to prevent its spread is still different, even though there have been victims in the vicinity. From the results of direct observations of the people in Muara Bakti Village, it was found that there was still a lack of public knowledge about the spread and dangers of Covid-19. Some people tend to underestimate it but some have understood it. Many people also feel anxious, bored, and excessively stressed due to the COVID-19 pandemic. Based on the condition of the Muara Bakti village community, this community service is here to help solve this problem by providing an understanding of the dangers of covid-19 and how to prevent its spread with the 3M program and be mentally healthy. In collaboration with the village government and the PKK driving team, the solution provided was to provide education which was followed up by giving masks, spraying disinfectants, and putting up posters on how to control yourself and be mentally healthy for yourself, your family, and those around you.

Keywords : Covid -19, 3M, mentally healthy

Abstrak

Pandemi Covid-19 telah memberi dampak yang sangat serius bagi seluruh masyarakat dunia. Namun pemahaman masyarakat akan bahaya covid-19 dan cara pencegahan penyebarannya masih berbeda-beda, walaupun di sekitarnya telah ada korban. Dari hasil observasi langsung di masyarakat Desa Muara Bakti ditemukan bahwa masih kurangnya pengetahuan masyarakat tentang penyebaran dan bahaya Covid-19. Sebagian masyarakat cenderung meremehkan tetapi sebagian lagi telah memahaminya. Banyak juga masyarakat yang merasa cemas, bosan dan stress yang berlebih akibat pandemic covid-19. Berdasarkan kondisi masyarakat desa Muara Bakti tersebut maka pengabdian masyarakat ini hadir untuk membantu memecahkan masalah tersebut dengan cara memberikan pemahaman akan bahaya covid-19 dan cara pencegahan penyebarannya dengan program 3M dan sehat mental. Bekerja sama dengan pemerintah desa dan tim penggerak PKK, solusi yang diberikan yaitu memberikan edukasi yang ditindaklanjuti dengan pemberian masker, melakukan penyemprotan desinfektan, memasang poster cara mengontrol diri dan sehat mental bagi diri sendiri, keluarga, dan orang sekitar.

Kata kunci : Covid -19, 3M, sehat mental

1. PENDAHULUAN

Desa Muara Bhakti yang berada di Kecamatan Babelan terletak sekitar 52,4 km dari pusat pemerintah daerah Kabupaten Bekasi. Infrastruktur seperti jalan dan fasilitas umum pendukung aktifitas masyarakat dalam kondisi baik meskipun perlu penyempurnaan dalam perawatannya. Melihat jumlah penduduk yang terbilang padat dan penerapan protokol kesehatan sebagai kegiatan pencegahan penularan COVID-19 masih merupakan permasalahan bagi pemerintahan Desa Muara Bhakti walaupun sudah dibentuk Satgas Pencegahan Covid 19, hal ini ditengarai oleh kurangnya pemahaman dan terbatasnya sumber daya yang ada (Sjoraida & Rizal, 2019).

Desa Muara Bhakti juga menggalakkan program Pemerintah dalam upaya memberdayakan wanita untuk turut berpartisipasi dalam pembangunan desa. PKK Di Desa Muara Bhakti masih berjalan ditengah situasi pandemi, beranggotakan warga masyarakat, baik laki-laki maupun perempuan, perorangan, bersifat sukarela, tidak mewakili organisasi, golongan, parpol, lembaga, atau instansi, dan berfungsi sebagai perencana, pelaksana, dan pengendali gerakan PKK. Program PKK terkenal akan "10 program pokok"-nya. Gerakan PKK merupakan Gerakan Nasional dalam pembangunan masyarakat yang tumbuh dari bawah, yang pengelolaannya dari, oleh dan untuk masyarakat (Susatin, 2019). Pemberdayaan Keluarga meliputi segala upaya Bimbingan, Pembinaan dan Pemberdayaan agar keluarga dapat hidup sejahtera, maju dan mandiri (Hena Herlina, 2019). Tim Penggerak PKK adalah Mitra Kerja Pemerintah dan Organisasi Kemasyarakatan, yang berfungsi sebagai fasilitator, perencana, pelaksana, pengendali dan penggerak pada masing – masing jenjang demi terlaksananya program PKK (Susatin, 2019). Sasaran gerakan PKK adalah keluarga, baik di perdesaan maupun perkotaan yang perlu ditingkatkan dan dikembangkan kemampuan dan kepribadiannya, dalam bidang mental spiritual meliputi sikap dan perilaku sebagai Insan hamba Tuhan, anggota masyarakat dan warga negara yang dinamis serta bermanfaat, berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar 1945. Fisik material meliputi pangan, sandang, papan, kesehatan, kesempatan kerja yang layak serta lingkungan hidup yang sehat dan lestari melalui peningkatan pendidikan, pengetahuan dan keterampilan.

Salah satu program PKK adalah Program Unggulan. Program Unggulan merupakan ciri khas Gerakan PKK untuk mencapai visi dan misinya, yang dilaksanakan oleh seluruh jajaran Tim Penggerak PKK Pusat dan Daerah sampai kepada Kelompok-kelompok PKK dan Dasa wisma sesuai dengan peran, fungsi, dan kapasitasnya masing-masing. Program Unggulan ini dikategorikan sebagai program prioritas. Program Unggulan dimaksud, adalah: Pola Asuh Anak dan Remaja dengan penuh cinta dan kasih sayang dalam Keluarga, Pemberdayaan Ekonomi Keluarga, Pemanfaatan lahan melalui Program Halaman Asri Teratur Indah dan Nyaman (Hatinya) PKK, Hidup Bersih Sehat di dalam Keluarga dan Lingkungan dengan PHBS dan perilaku Cerdik (cek kesehatan secara teratur, enyahkan asap rokok, rajin olahraga, diet seimbang, istirahat cukup, dan kelola stress). Dalam hal yang terakhir itu, PKK menambahkan program turut serta dalam melaksanakan program penanggulangan Covid 19. Kegiatan yang dilakukan adalah sosialisasi M3 yaitu Memakai masker, Menjaga jarak dan Mencuci tangan dengan sabun. Selain mencuci tangan dengan sabun, membersihkan tangan dari kuman juga dapat dilakukan dengan menggunakan hand sanitizer antara lain yang berupa cairan atau gel.

Menyikapi hal tersebut, kami sebagai tim pengabdian kepada masyarakat ingin

berperan serta dalam penyuluhan kepada masyarakat untuk meningkatkan partisipasi masyarakat dalam upaya penanggulangan pandemi COVID-19 saat ini (Sitohang et al., 2020), terutama penyuluhan pentingnya sehat mental, serta penyuluhan 3M (memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak) yang baik sehingga memungkinkan untuk mengurangi kecemasan. Melalui para ibu-ibu anggota PKK Muara Bakti yang aktif berpartisipasi dalam mensosialisasikan 3M dalam penanggulangan COVID-19, maka diharapkan masyarakat dapat mencegah penyebaran COVID-19. Dengan demikian pengabdian masyarakat ini hadir untuk membantu masyarakat di Desa Muara Bakti.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan secara deskriptif yaitu memberikan penyuluhan langsung kepada masyarakat dengan tahapan sebagai berikut :

- a. Melakukan observasi langsung di sekitar daerah lokasi yang dijadikan sasaran dalam pengabdian masyarakat untuk mendapatkan informasi permasalahan yang dihadapi masyarakat Desa Muara Bakti.
- b. Sosialisasi mengenai pentingnya sehat mental.
- c. Memberikan penjelasan melalui penyuluhan 3M kepada masyarakat Desa Muara Bakti.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil observasi langsung di masyarakat Desa Muara Bakti ditemukan bahwa masih kurangnya pengetahuan masyarakat tentang penyebaran dan bahaya Covid-19. Sebagian masyarakat yang bekerja sebagai karyawan yang dirumahkan akibat pandemic Covid-19 merasa cemas, bosan dan stress yang berlebih akibat tidak memiliki kegiatan dan berakibat berkurangnya pendapatan.



Sumber : Hasil Pelaksanaan (2021)

Gambar 1. Proses observasi langsung di masyarakat Desa Muara Bakti

Aspek kesejahteraan dalam beberapa literature adalah tentang penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Pandemi covid-19 mempengaruhi keseimbangan, kepuasan hidup, harga diri, moral, lokus kendali, depresi masyarakat (Carol D. Ryff, 1989)

Dari permasalahan yang ditemukan, maka program pengabdian yang dilakukan adalah memberi edukasi kepada masyarakat tentang bahaya covid-19 dan pencegahan penyebarannya, memberi penyuluhan apa yang dimaksud dengan sehat mental dan bagaimana mencapai sehat mental tersebut.



Sumber : Hasil Pelaksanaan (2021)

Gambar 2. Proses Memberikan Edukasi

Setelah memberi edukasi bahaya covid-19 dan pencegahan penyebarannya serta penyuluhan tentang sehat mental tersebut tim pengabdian secara langsung membagi masker ke masyarakat. Diharapkan di masa pandemi covid-19 ini aktivitas keterlibatan orang tua yang direncanakan secara efektif dan dilaksanakan dengan baik menghasilkan manfaat besar bagi anak dan orang tua dalam keluarga (Olsen & Fuller, 2008) (Yulianingsih et al., 2020)



Sumber : Hasil Pelaksanaan (2021)

Gambar 3. Pembagian masker kepada masyarakat Desa Muara Bakti

Selain pembagian masker secara langsung kepada masyarakat, tim pengabdian juga melakukan penyemprotan desinfektan.



Sumber : Hasil Pelaksanaan (2021)

Gambar 4. Kegiatan penyemprotan disinfektan di RT 005/002

Upaya lain, tim pengabdian juga memberikan alat-alat kebersihan dan secara langsung membersihkan pekarangan rumah masyarakat. Diharapkan masyarakat desa Muara Bakti aktif menjaga kebersihan.



Sumber : Hasil Pelaksanaan (2021)

Gambar 5. Memberikan alat – alat kebersihan dan membersihkan pekarangan rumah masyarakat menempelkan poster 3M di mushola Al-Amin



Sumber : Hasil Pelaksanaan (2021)

Gambar 6. Menempelkan poster 3M di mushola Al-Amin

Dengan melakukan beberapa kegiatan pengabdian tersebut, diharapkan kesadaran masyarakat akan bahaya covid-19 semakin meningkat sehingga secara sadar akan menerapkan protocol kesehatan seperti 3M, menjaga kebersihan dan keasrian lingkungan. Di samping itu, masyarakat juga akan sehat mental karena pemahamannya atas pandemic tersebut sudah baik.

4. KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan program-program pengabdian yang telah dilaksanakan di Desa Muara Bakti, Kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi dapat ditarik kesimpulan yaitu pada kegiatan pemberian edukasi pentingnya sehat mental dan penyuluhan 3 M (memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak) kepada masyarakat dan anak-anak, masyarakat telah dapat memahami dan mengetahui cara sehat mental dan menjaga diri dan keluarga selama masa pandemi supaya masyarakat dapat tetap hidup produktif dengan tetap menjaga kesehatan. Kemudian untuk pembagian masker, alat-alat kebersihan serta kegiatan penyemprotan desinfektan dan membersihkan pekarangan rumah masyarakat, diharapkan masyarakat tetap menjaga kebersihan, kenyamanan dan lingkungan yang sehat di tengah kondisi pandemi. Hal tersebut dapat meningkatkan kepekaan masyarakat terhadap kebersihan lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Carol D. Ryff. (1989). Choosing Wisely campaign builds momentum. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Hena Herlina. (2019). View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk. *Jurnal MODERAT*, 5(2), 201–212.
- Olsen, G., & Fuller, M. L. (2008). The benefits of parent involvement: What research has to say. *Education.Com*, 1994, 2022. <http://www.education.com/reference/article/benefits-parent-involvement-research/>
- Sitohang, M. Y., Rahadian, A. S., & Prasetyoputra, P. (2020). Indonesian Community Initiative in the Early Phase of the Covid- 19 Pandemic: a Health Development Strategy. *Jurnal Kependudukan Indonesia, Edisi Khusus Demografi dan COVID-19*, 33–38.
- Sjoraida, D. F., & Rizal, E. (2019). Penerimaan Masyarakat Sebagai Hasil Sinergi Humas Dan Media Massa. *TEMALI: Jurnal Pembangunan Sosial*, 2(1), 61–76. <https://doi.org/10.15575/jt.v2i1.3594>
- Susatin. (2019). Strategi Tim Penggerak Pemberdayaan Dan Kesejahteraan Keluarga (Pkk) Dalam Meningkatkan Program Kerja Pkk Di Desa Gandoang Kecamatan Salem Kabupaten Brebes. *Jurnal MODERAT*, 5(2), 139–152. <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/moderat>
- Yulianingsih, W., Suhanadji, S., Nugroho, R., & Mustakim, M. (2020). Keterlibatan Orangtua dalam Pendampingan Belajar Anak selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1138–1150. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.740>