

Edukasi Protokol Kesehatan untuk Komitmen Kepatuhan Pencegahan Penularan dan Edukasi Spiritual untuk Menurunkan Kecemasan Masa Pandemi Covid-19 Melalui Kulwap

Inggriane Puspita Dewi

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Bandung

Email : Ine.stikes12@gmail.com

Abstrak

Pemerintah telah menetapkan berbagai kebijakan terkait pencegahan penularan Covid-19 ini, diantaranya kebijakan *social distancing*, edukasi tentang pola hidup bersih dan sehat, serta pembatasan sosial berskala besar (PSBB), namun kenyataannya, masih banyak terlihat pelanggaran – pelanggaran yang dilakukan masyarakat terkait kebijakan pemerintah ini, sehingga resiko penularan dan peningkatan kasus penyakit akibat Covid 19 ini bisa meningkat. Dampak Covid-19 salah satunya adalah menimbulkan kecemasan terhadap masyarakat karena penyakit ini dianggap mengancam kehidupan masyarakat. Edukasi diberikan meliputi tema tentang pengenalan penyakit Covid-19, dampak yang bisa ditimbulkan, pencegahan penyakit, serta protokol kesehatan yang harus dilakukan agar penularan dapat diminimalisir, seperti kebiasaan hidup bersih dan kepatuhan menjaga jarak, juga diskusi spiritual, untuk membingkai ulang tentang persepsi penyakit dan sikap positif menghadapi pandemik Covid-19. Hasil dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan komitmen sebesar 11% untuk menjaga jarak serta kebiasaan hidup bersih dan menurunnya level kecemasan sebanyak 77% menjadi tidak cemas. Kesulitan menjaga jarak karena tuntutan pekerjaan yang mengharuskan tetap bekerja seperti biasa. Pemanfaatan media sosial seperti kuliah melalui *Whatsapp (KulWap)*, menjadi salah satu solusi untuk mengedukasi masyarakat baik edukasi tentang kesehatan fisik maupun mental-spiritual.

Kata kunci: Cemas, covid 19, edukasi, kepatuhan, spiritual.

Abstract

The government has established various policies related to the prevention of Covid-19 transmission, including social distancing policies, education about clean and healthy lifestyles, and large-scale social restrictions (PSBB), but in reality, there are still many violations committed by the community related to government policies, so that the risk of transmission and an increase in cases of illness due to Covid 19 can increase. The impact of Covid-19, one of which is causing anxiety to the community. Education provided includes themes about the introduction of Covid-19 disease, impacts that can be caused, prevention of diseases, and health protocols that must be carried out so that transmission can be minimized, such as clean living habits and social distancing, as well as discussion of the wisdom of Al-Baqarah verses 26 - 27, to reframe disease perception and positive attitude towards the Covid-19 pandemic. The results of this community service show an increase in commitment to keep distance and clean living habits (11%), and decrease the level of anxiety of participants becoming anxious (77%). Difficulty keeping social distancing because of the demands of work that require you to keep working as usual. Utilization of social media such as lectures through Whatsapp (KulWap), has become one of the solutions to educate the public both about physical and mental-spiritual health education.

Keywords: Anxiety, covid 19, education, compliance, spiritual.

Pendahuluan

Covid-19 atau *Coronavirus Disease 2019* merupakan penyakit yang melanda dunia sejak Desember 2019, terjadi pertama kali di Wuhan – Cina. Saat itu penyakit ini dikenal dengan istilah *Novel Corona Virus (2019-NCov)*, namun kemudian pada 11 Februari 2020, istilah Covid-19 ditetapkan oleh WHO sebagai istilah baru untuk penyakit ini (Susilo et al., 2020). Covid-19 telah menyebar ke 215 negara di dunia, dengan jumlah penderita 4.013.728 orang dan meninggal 278.993 jiwa, sementara di Indonesia jumlah penderita s.d bulan Mei 14.265 orang positif Covid-19, 991 jiwa meninggal, dan 2.881 dinyatakan sembuh (Gugus Tugas Penanganan Covid-19, 2020).

Pemerintah telah menetapkan berbagai kebijakan terkait pencegahan penularan Covid-19 ini, diantaranya kebijakan *social distancing*, edukasi tentang pola hidup bersih dan sehat, serta pembatasan sosial berskala besar (PSBB), yang tertuang di dalam PP Nomor 21 Tahun 2020 (Faranto, 2020). Namun kenyataannya, masih banyak terlihat pelanggaran – pelanggaran yang dilakukan masyarakat terkait kebijakan pemerintah ini, seperti tidak menggunakan masker saat bepergian, kurang menjaga jarak antar sesama individu ketika di area publik, bahkan tempat-tempat hiburan masih terlihat ramai pengunjung (Sianturi, 2020).

Dampak yang muncul akibat pelanggaran-pelanggaran tersebut, peningkatan jumlah kasus positif Covid-19 tidak dapat dihindari. Beberapa literatur menyebutkan dampak Covid-19 terhadap kesehatan fisik cukup serius terutama pada usia lanjut (Wang et al., 2020), anak-anak serta orang dengan penyakit bawaan. Keluhan yang sering dirasakan penderita Covid-19 adalah sesak nafas serta demam tinggi (KEMENKES, 2020b), selain itu dapat disertai dengan sesak yang semakin berat, kelelahan, nyeri otot, gejala gastrointestinal seperti diare dan gejala saluran napas lain. Pada kasus yang berat perburukan secara progresif terjadi seperti sindrom pernafasan distress akut, syok septik, perdarahan atau disfungsi sistem koagulasi dalam beberapa hari dan asidosis metabolik yang sulit dikoreksi (Borges do Nascimento et al., 2020; PDPI, 2019; Wu, Wu, Liu, & Yang, 2020). Pada beberapa kasus gejala ringan bahkan tidak bergejala ditemukan pada penderita Covid-19 (Yuliana, 2020). Selain dampak kesehatan secara fisik, Covid-19 ini juga menimbulkan rasa cemas bahkan kepanikan di masyarakat, tentunya keadaan ini dapat semakin menurunkan daya tahan tubuh individu itu sendiri (Gugus Tugas Penanganan Covid-19, 2020).

Meninjau dampak kesehatan yang ditimbulkan oleh Covid-19 ini cukup serius, maka pendidikan kesehatan atau edukasi tentang pencegahan penularan penyakit ini perlu terus

diupayakan. Sebagai tenaga kesehatan yang memiliki kepedulian terhadap hal ini, maka berbagai macam media dapat menjadi sarana edukasi bagi masyarakat dalam mematuhi kebijakan pemerintah. Pemanfaatan media sosial seperti kuliah melalui *Whatsapp* (*KulWap*), menjadi salah satu solusi untuk mengedukasi masyarakat walaupun terkendala tatap muka secara langsung karena adanya kebijakan *social distancing*. *Whatsapp* merupakan salah satu media sosial yang memungkinkan pengguna merepresentasikan dirinya maupun berinteraksi, bekerjasama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain, dan membentuk ikatan sosial secara virtual. Nasrullah 2015, yang dikutip (Widada, 2018) menyatakan bahwa media sosial menjadi sarana dalam bersosial berarti pengenalan (*cognition*), komunikasi (*communication*), dan kerjasama (*co-operation*). Media sosial dapat menciptakan kerjasama antar manusia tanpa dibatasi oleh waktu dan tempat, sehingga dapat dikatakan media sosial sebagai alat komunikasi yang reversible bagi generasi saat ini (Widada, 2018).

Tujuan Edukasi kepatuhan terhadap protokol kesehatan masa pandemi Covid-19 ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang upaya pencegahan penularan Covid-19, sebagaimana penelitian (Mardhiah, Abdullah, & Hermansyah, 2015) menyatakan bahwa pendidikan (edukasi) kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan masyarakat tentang penyakit yang sedang dihadapi. Nilai-nilai agama serta latar belakang budaya penduduk Indonesia memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan, pendidikan dan kebijakan sosial yang mendorong perawatan kesehatan atau model perawatan yang diterima pasien (Isnawati & Nurhayati, 2018). Pendidikan kesehatan melalui pendekatan spiritual dapat memberikan kontribusi terhadap perubahan keyakinan dan pola pikir individu, sesuai pernyataan (Berman, Snyder, & Frandsen, 2015), bahwa pendekatan spiritual dapat mempengaruhi individu terhadap perilaku sehat dan sakitnya, melalui edukasi spiritual ini diharapkan masyarakat dapat memandang pandemi Covid-19 ini sebagai bagian dari kehendak Tuhan YME, sehingga lahir sikap tenang namun tetap waspada dalam menghadapinya. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan dalam edukasi spiritual ini adalah refleksi ayat-ayat al-qur'an yang berhubungan dengan kondisi pandemi Covid-19. Refleksi bacaan al-qur'an dipandang sebagai salah satu alternatif intervensi spiritual bagi individu, menurunkan kecemasan (Fitriyani & Dewi, 2017), meningkatkan coping religius positif (Dewi & Widiyanti, 2018), dan kesehatan mental (Dewi, Suryadi, & Ulfah, 2020). Kenyataannya saat ini edukasi seringkali lebih menitikberatkan pada aspek fisik saja, padahal sisi spiritual pun bisa mempengaruhi aspek fisik (Pandya, 2018), maka kegiatan pengabdian masyarakat untuk mengedukasi masyarakat

dengan menyentuh sisi fisik dan spiritual menjadi hal penting yang perlu dilakukan agar kesehatan fisik dan spiritual masyarakat menjadi lebih baik.

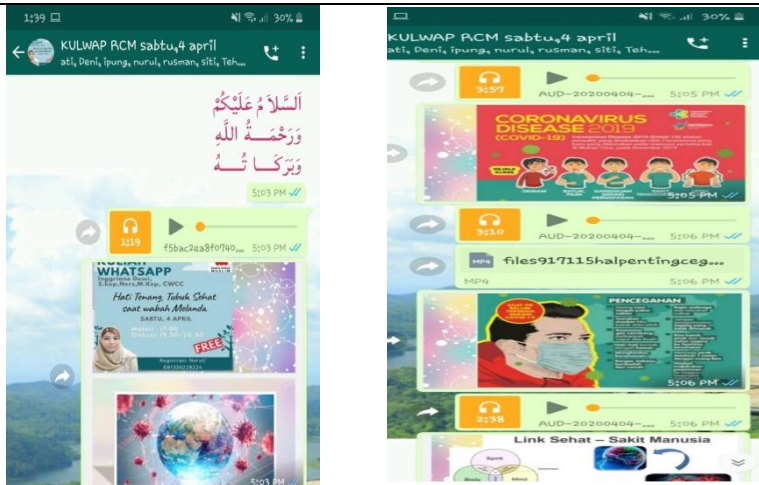
Metode

Metode edukasi melalui Kuliah Whatsapp (KulWap) ini dilakukan terlebih dahulu dengan mensosialisasikan kegiatan melalui jejaring media sosial satu minggu sebelum kegiatan dimulai, sehingga peserta yang ikut dalam KulWap ini bisa berasal dari wilayah manapun di Indonesia. Peserta kemudian melakukan registrasi sekaligus mengisi lembar kuisioner tentang kepatuhan pencegahan Covid-19 dan tingkat kecemasan masyarakat terhadap Covid-19 melalui aplikasi *google form* yang disediakan oleh tim pengabdian masyarakat ini, maksimal dua hari sebelum pelaksanaan kegiatan edukasi. Peserta yang sudah registrasi dimasukkan ke dalam grup KulWap, kemudian moderator memandu acara, dengan penyampaian tata tertib peserta terlebih dahulu, yaitu peserta sudah siap 15 menit sebelum acara dimulai, dengan cara diingatkan oleh moderator 15 menit sebelum acara dimulai, dan moderator mempersilakan anggota grup untuk memperkenalkan diri berupa nama, domisili, usia dan pekerjaan. Kemudian selama penyampaian materi, *setting* grup Kulwapp hanya moderator dan pemateri yang bisa menyampaikan pesan. Edukasi tentang protocol kesehatan meliputi pengenalan penyakit Covid-19, PHBS, menjaga jarak. Edukasi spiritual, Secara khusus bersumber dari biblioterapi Islam melalui diskusi dan refleksi dari ayat-ayat al-Qur'an (biblioterapi Islami) yang berkorelasi dengan kejadian pandemik Covid 19 ini. Pemilihan tema refleksi ayat-ayat Al-Qur'an, sesuai dengan situasi pandemik ini adalah QS Al-Baqarah ayat 26 – 27. Ayat ini memberikan gambaran keagungan dan kekuasaan Allah SWT sebagai sumber spiritual umat Islam, dalam menciptakan makhluk yang lebih kecil dari seekor nyamuk, kemudian memberikan gambaran dua sikap umat manusia terhadap ciptaan Allah SWT tersebut, yaitu meyakini sehingga melahirkan sikap tafafur dan bersyukur, sebaliknya ada yang bersikap tidak yakin sehingga melahirkan sikap fasiq dan merusak ((Sayyid Qutb, 2000).

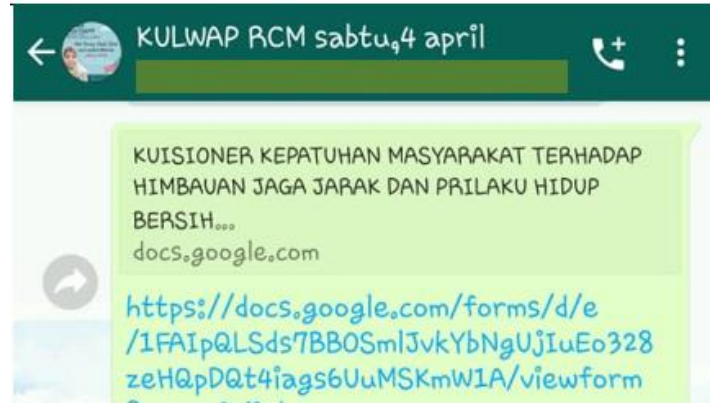
Saat sesi diskusi setting grup kulwap kemudian diubah kembali agar semua peserta bisa bertanya, dengan terlebih dahulu mengacungkan tangan, dan moderator mengatur jalannya diskusi. Dengan tata tertib seperti ini penyampaian materi dan diskusi bisa berlangsung dengan lancar. Jumlah peserta yang ikut menyimak Kulwap ini adalah 55 orang, sementara yang mengisi kuisioner secara lengkap sejumlah 47 orang, karena setelah selesai penyampaian materi dan diskusi, peserta tersebut meninggalkan grup Kulwap.

Setelah kegiatan kulwap selesai, peserta dipersilakan mengisi kembali lembar kuisioner yang sama. Adapun langkah-langkah kegiatan ini dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini:

Tabel 1 Kegiatan KulWap pencegahan penularan Covid-19 dengan tema: Hati tenang, tubuh sehat saat wabah melanda

Kegiatan	Gambar
Tahap Persiapan: Sosialisasi informasi kegiatan Kulwap dan pengisian lembar kuisioner (<i>pre test</i>) (10 menit)	
Pelaksanaan 1. Penyampaian materi (40 menit) meliputi pengenalan penyakit Covid-19, PHBS, menjaga jarak serta hikmah pandemi Covid-19 menurut Islam	
2. Diskusi (20 menit)	

-
3. Penutupan (evaluasi)
Pengisian kuisioner
kembali (*post test*)
(10 menit)



Keterangan: gambar diambil sebagian kecil dari keseluruhan kegiatan KulWap, sebagai contoh kegiatan

Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat ini, dilakukan atas dasar pertimbangan pentingnya edukasi melalui pendekatan spiritual untuk kepatuhan masyarakat terhadap pencegahan dan penularan Covid-19, melalui pemanfaatan media sosial, yaitu whatsapp mengingat diberlakukannya *social distancing*. Sebelum dan setelah pemberian edukasi peserta terlebih dahulu mengisi kuisioner tentang komitmen kepatuhan masyarakat terhadap himbauan menjaga jarak dan pola hidup bersih, serta kuisioner kecemasan akibat Covid-19. Adapun karakteristik peserta edukasi dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2 Karakteristik Peserta Edukasi Spiritual dan Kepatuhan Masyarakat n=55

Karakteristik	jumlah	persentasi
Asal daerah		
a. Kota Bandung	24	46%
b. Kabupaten Bandung	31	56%
Usia		
a. < 20 tahun	2	4%
b. ≥ 20 – 45 tahun	30	55%
c. > 45 tahun		

	23	42%
Jenis kelamin		
a. Perempuan	35	63%
b. Laki-laki	20	37%
Agama		
a. Islam	55	100%
b. Kristen	0	0%
c. Budha	0	0%
d. Hindu	0	0%
e. lainnya	0	0%
Tingkat Pendidikan		
a. SD	0	0%
b. SMP	5	9%
c. SMU	18	33%
d. PT	32	58%
Pekerjaan		
a. PNS/ABRI/POLRI	3	5%
b. Karyawan Swasta	21	39%
c. Wiraswasta	21	39%
d. Buruh	9	17%
Status kesehatan		
a. Positif Covid-19		
b. PDP		
c. ODP		
d. ODR		
e. Sehat		
f. Tidak tahu		
	48	88%
	7	12%

Tabel 2 menunjukkan karakteristik peserta lebih dari setengahnya berasal dari Kabupaten Bandung, kisaran usia ≥ 20 s.d 45 tahun, didominasi oleh jenis kelamin perempuan, memiliki tingkat pendidikan lulusan perguruan tinggi, dan rata-rata memiliki

pekerjaan sebagai karyawan swasta atau wiraswasta, dan memiliki pendapat dalam kondisi sehat, serta seluruhnya beragama Islam .

Tabel 3 Komitmen untuk Kepatuhan terhadap Jaga Jarak

Komitmen kepatuhan menjaga jarak	Sebelum edukasi		Setelah edukasi	
	Frekuensi	Prosentase	Frekuensi	Prosentase
patuh	36	78%	42	89%
Tidak patuh	11	22%	5	11%

Tabel 3 menunjukkan persentasi komitmen kepatuhan terhadap aturan jaga jarak meningkat setelah edukasi (89%), walaupun dapat dilihat (11%) masih kesulitan menjaga jarak.

Tabel 4 Hasil Kuisisioner Sebelum dan Setelah Edukasi tentang Menjaga Jarak

Item komitmen kepatuhan menjaga jarak	Sebelum edukasi		Setelah edukasi	
	Frekuensi	Prosentase	Frekuensi	Prosentase
Mengetahui informasi tentang jaga jarak	47	100%	47	100%
Kemudahan memahami informasi jaga jarak	47	100%	47	100%
Menganggap jaga jarak sangat penting	39	83%	47	100%
Alasan yang paling tepat untuk jaga jarak	35	75%	44	93%
selalu jaga jarak	34	72%	39	83%
Keluar rumah saat mendesak saja	33	70%	42	90%
Kendaraan pribadi yang dipakai	28	60%	28	60%
Tidak akan mengunjungi undangan dalam keramaian atau hajatan	28	60%	40	85%
Ikut menghimbau lingkungannya untuk jaga jarak	37	79%	47	95%
Setuju bahwa upaya jaga jarak efektif mencegah penyebaran Covid-19	38	80%	44	93%
Mampu menjaga jarak	35	75%	38	80%

Tabel 4 menunjukkan seluruh responden beranggapan menjaga jarak itu penting dilihat dari hasil presentasi 100%. Secara keseluruhan terdapat peningkatan persentasi setiap item kuisisioner kepatuhan menjaga jarak setelah dilakukan edukasi. Peningkatan paling tinggi pada komitmen untuk Tidak akan mengunjungi undangan dalam keramaian

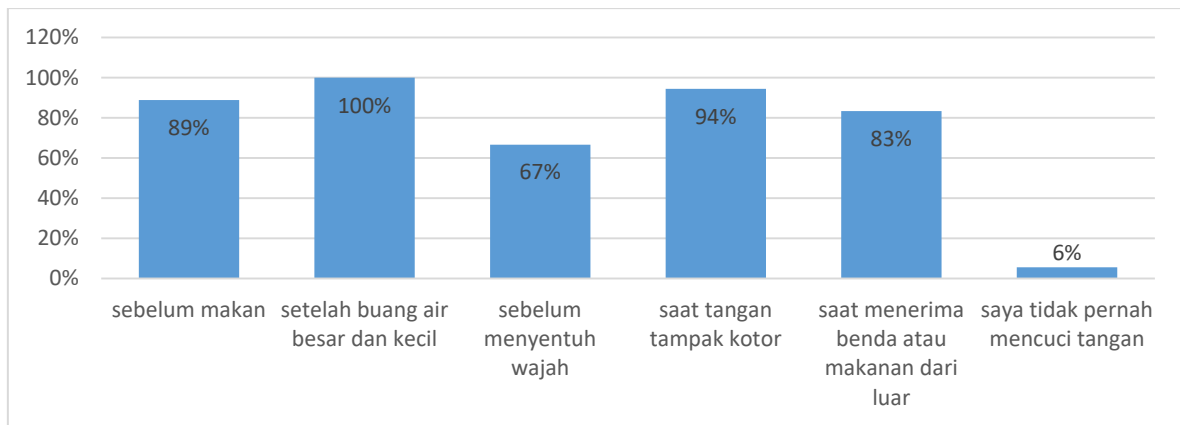
atau hajatan (meningkat 25%) dan Keluar rumah saat mendesak saja (meningkat sebanyak 20%). Tidak mengalami peningkatan pada item penggunaan kendaraan pribadi (tetap 60%) sebelum atau sesudah edukasi.

Tabel 5 Hasil Kuisisioner Sebelum Dan Setelah Edukasi Pengenalan penyakit Covid-19 dan Prilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Masa Pandemi Covid-19

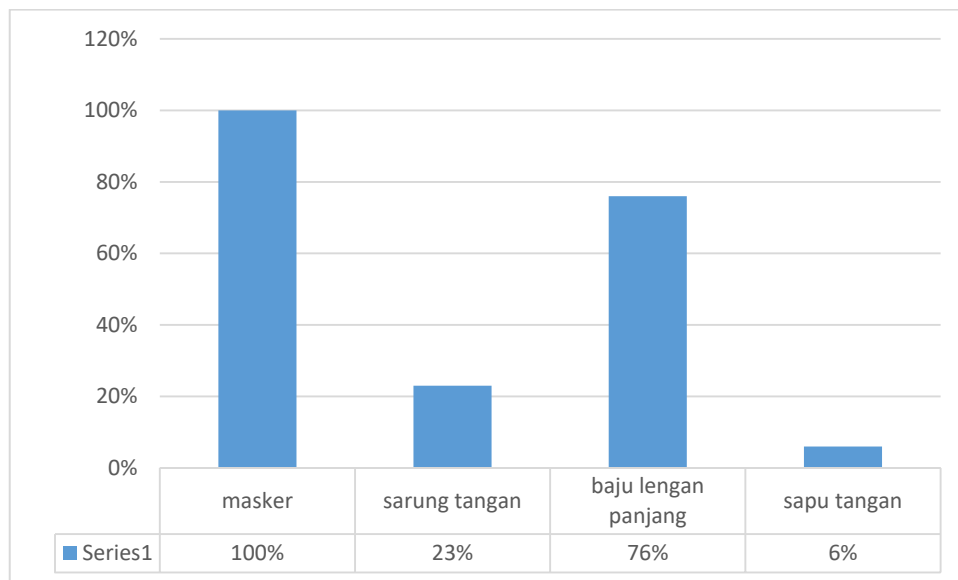
Item kepatuhan pola hidup bersih	Sebelum edukasi		Setelah edukasi	
	Frekuensi	Prosentase	Frekuensi	Prosentase
Kejelasan informasi tentang pola hidup bersih	47	100%	47	100%
Sikap hati-hati menyentuh benda di luar rumah	33	70%	47	100%
Saat bertemu orang lain, tidak berjabat tangan	15	32%	41	87%
Kemauan membawa hand sanitizer saat keluar rumah	36	76%	46	97%
Tidak melakukan kontak langsung dengan anggota keluarga setelah keluar dari rumah	47	100%	47	100%
Selalu cuci tangan min 20 detik	41	87%	47	100%

Tabel 5 menunjukan setelah kegiatan edukasi masyarakat mengetahui untuk tidak berjabat tangan dengan orang lain saat bertemu (meningkat 55%), bersikap hati-hati saat menyentuh benda di luar rumah (meningkat 30%), kebiasaan untuk membawa *handsanitizer* saat keluar rumah meningkat sebanyak 21%, serta mencuci tangan selama 20 detik meningkat sebanyak 13% . Pada Uji beda dengan *Wilcoxon*, menunjukan nilai signifikansi $\leq 0,001$ ($p < 0,05$) sehingga terdapat perbedaan pada prilaku hidup bersih sehat (PHBS) sebelum edukasi dan setelah edukasi.

Kebiasaan peserta dalam hal cuci tangan dan alat yang digunakan dalam perlindungan diri (APD) dapat dilihat pada gambar 1 dan 2.



Gambar 1 Kebiasaan cuci tangan (n = 47)



Gambar 2 Alat pelindung diri yang digunakan (n = 47)

Gambar 1 tampak 67% mencuci tangan sebelum menyentuh wajah, hal ini menunjukkan sebanyak 37% peserta tidak mencuci tangan sebelum menyentuh wajah, masih ada (11%) yang tidak mencuci tangan sebelum makan, bahkan 6% tidak pernah cuci tangan. Sementara itu gambar 2 menunjukkan APD yang paling banyak digunakan adalah masker (100%).

Kuisisioner berikutnya adalah tentang kecemasan akibat pandemic Covid-19, sebelum dan setelah intervensi, dapat dilihat pada tabel 5 dibawah ini:

Tabel 6 Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Edukasi Spiritual

Tingkat kecemasan	Sebelum edukasi		Setelah edukasi	
	Frekuensi	Prosentase	Frekuensi	Prosentase
Tidak cemas	9	20%	45	97%
Cemas ringan	27	57%	2	3%
Cemas sedang	11	23%	-	0%
Cemas berat	0	0%	-	0%
Panik	0	0%	-	0%

n = 47

Tabel 6 menunjukkan sebelum edukasi spiritual, peserta dominan pada cemas ringan sebanyak 57%, namun setelah edukasi level tidak cemas menjadi 97%, , masih ada 3% orang yang merasakan cemas ringan walaupun sudah diberikan edukasi spiritual. Pada Uji beda dengan *Wilcoxon*, menunjukan nilai signifikansi $\leq 0,001$ ($p < 0,05$) sehingga terdapat perbedaan tingkat cemas sebelum edukasi dan setelah edukasi spiritual.

Pembahasan

Edukasi tentang protokol kesehatan yang diberikan meliputi tema tentang pengenalan penyakit Covid-19, dampak yang bisa ditimbulkan, pencegahan penyakit, serta protokol kesehatan yang harus dilakukan agar penularan dapat diminimalisir, seperti kebiasaan hidup bersih dan kepatuhan menjaga jarak (KEMENKES, 2020a). Selain itu edukasi dilakukan dengan pendekatan spiritual, melalui diskusi dan refleksi dari ayat-ayat al-Qur'an yang berkorelasi dengan kejadian pandemi Covid-19 ini. Pemilihan tema refleksi ayat-ayat Al-Qur'an dengan melihat karakteristik masyarakat yang berpartisipasi pada kegiatan Kulwap ini, seluruhnya atau 100% adalah muslim.

Hampir keseluruhan peserta, sebelum edukasi (78%) maupun setelah edukasi (89%) berada pada katagori komitmen untuk patuh terhadap aturan jaga jarak, walaupun demikian masih ada sebagian kecil yang sulit berkomitmen untuk menjaga jarak karena alasan pekerjaan. Hal ini dapat dilihat dari latar belakang pekerjaan peserta yang didominasi oleh karyawan swasta dan wiraswasta. Setelah edukasi hampir seluruh peserta ($> 80\%$) menyatakan untuk keluar rumah saat mendesak saja, ikut menghimbau lingkungannya untuk jaga jarak, setuju bahwa upaya jaga jarak efektif mencegah penyebaran Covid-19 serta berupaya menghindari kerumunan massa. Selain itu dari kebiasaan pola hidup bersih,

terutama komitmen untuk kebiasaan cuci tangan dan penggunaan APD, tampak semakin baik setelah edukasi, yang perlu diperhatikan adalah kebiasaan baru masyarakat untuk selalu membawa *hand sanitizer* saat bepergian serta berjabat tangan masih perlu mendapat perhatian. Komitmen untuk patuh menjaga jarak serta perilaku hidup bersih pada masa pandemik ini diperlukan sebagai upaya pencegahan Covid-19 sesuai anjuran pemerintah.

Kebiasaan hidup bersih dengan rajin mencuci tangan, waspada terhadap area umum, serta patuh dalam menggunakan masker dan menjaga jarak, merupakan upaya penting dalam pencegahan penularan dan penyebaran corona virus, sebagaimana kita ketahui bahwa virus tersebut dapat menyebar melalui *droplet* (cipratan ludah) dan bertahan pada benda-benda di sekitar lingkungan kita lebih dari 1 jam, hal ini seperti diuraikan oleh WHO pada pedoman pencegahan penularan serta pengelolaan air, sanitasi dan hygiene masa pandemic Covid 19, menyatakan bahwa virus Corona yang keluar dari droplet dapat bertahan 2 hari pada air keran yang telah dideklorinasi dan pada limbah cair rumah sakit pada suhu 20°C. Penelitian lainnya mencatat bahwa ketahanan virus Corona pada permukaan benda yang bervariasi antara 2 jam sampai dengan 9 hari, hal ini dipengaruhi faktor bahan permukaan, suhu, kelembapan, dan jenis virus tertentu. Hasil penelitian tersebut juga menyatakan bahwa cara efektif membunuh virus dalam satu menit dapat dilakukan dengan disinfektan biasa, seperti alkohol 70% atau dengan sabun cuci (WHO & UNICEF, 2020). Kegiatan pemberian edukasi ini terbukti memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat tentang pencegahan penyebaran Covid-19. Kegiatan ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan (Simanjuntak & Tupen, 2019) dan (Amanda, Rosidin, & Permana, 2020) bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap masyarakat dalam perilaku kesehatannya.

Dampak Covid-19 terhadap masyarakat, menimbulkan kecemasan ringan (77%) sebelum edukasi spiritual dan (97%) setelah edukasi, terutama berfikir pada akibat yang ditimbulkan Covid-19 yaitu kematian. Edukasi yang diberikan selanjutnya adalah pembekalan spiritual, berupa biblioterapi Islami, yaitu diskusi dan refleksi ayat al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 26 – 27. Peserta diajak merefleksikan dirinya terhadap ayat tersebut, yang berbunyi, ” *Sesungguhnya Allah tidak segan membuat perumpamaan seekor nyamuk atau yang lebih kecil dari itu. Adapun orang-orang yang beriman, mereka tahu bahwa itu kebenaran dari Tuhan. Tetapi mereka yang kafir berkata, “Apa maksud Allah dengan perumpamaan ini?” Dengan (perumpamaan) itu banyak orang yang dibiarkan-Nya sesat, dan dengan itu banyak (pula) orang yang diberi-Nya petunjuk. Tetapi tidak ada*

*yang Dia sesatkan dengan (perumpamaan) itu selain orang-orang fasik. (yaitu) orang-orang yang melanggar perjanjian Allah setelah (perjanjian) itu diteguhkan, dan memutuskan apa yang diperintahkan Allah untuk disambungkan dan **berbuat kerusakan di bumi**. Mereka itulah orang-orang yang rugi”.*

Tafsir *Fii Zhilali Qur'an* karya imam (Sayyid Qutb, 2000) , menyatakan bahwa pemisalan yg lebih kecil pada hakikatnya adalah bukan terletak pada ukuran dan bentuk, tetapi pemisalan tersebut mampu menjadi sarana *tanwir* (pencerahan) dan *tabshir* (membuka mata hati), sehingga bagi orang beriman, tidak ada yang perlu dicela dalam pemisalan tersebut, seperti meremehkan atau mengutuk virus Covid 19, sebagai pemisalan yang lebih kecil dari nyamuk pada saat ini. Bagi orang beriman kejadian ini membawa hikmah *ilahiyah* karena cahaya dalam hati mereka, kepekaan ruh dan daya nalar. Maka hari ini kita melihat orang-orang saling bantu membantu menemukan solusi, juga pemerintah berupaya keras menemukan solusi pencegahan penyebaran lebih luas, maka selaku orang yang beriman, mematuhi program pemerintah merupakan bagian dari sarana *tanwir* dan *tabshir*, serta memandang sakit adalah sebagai karunia Allah SWT, sebagai jalan mendapatkan pahala dan kebaikan. Namun bagi orang-orang yang tertutup mata hatinya (*kafaru*), maka setiap kejadian yang menyimpannya dipandang sebagai sesuatu yang merugikan, sehingga dorongan untuk membuat kerusakan di bumi menjadi jauh lebih besar, maka refleksi ayat ini menunjukkan, jika sikap acuh terhadap menjaga jarak serta enggan menerapkan pola kebiasaan hidup bersih sehingga akhirnya merugikan orang lain, bisa menimbulkan kerusakan yang merugikan semua pihak. Pandangan ini dapat membuat makna baru terhadap kejadian (*reframing*), yang mengubah pola pikir individu sebelumnya tentang penyakit mematikan menjadi penyakit yang perlu disyukuri sebagai bagian dari karunia Allah SWT, sehingga peserta yang sebelumnya merasakan cemas sedang beralioh menjadi tidak cemas, karena hikmah ayat ini mendorong untuk berfikir solusi bukan keluhan

Refleksi ayat-ayat al-Qur'an, dilakukan dengan cara mendiskusikan hikmah ayat-ayat tersebut bagi peserta, beberapa peserta menyatakan merasa kembali diingatkan akan hakikat kejadian pandemic Covid-19 ini, dan kembali meyakini bahwa kebiasaan baik untuk mencegah penularan penyakit adalah bagian dari iman, jika pun akhirnya sakit setelah upaya dilakukan maka, Allah Ta'ala berkehendak kebaikan baginya dengan menggugurkan dosa-dosanya, sehingga kecemasan akan kematian akibat Covid 19 ini bisa menurun. Refleksi bacaan al-qur'an dipandang sebagai salah satu alternative intervensi spiritual bagi individu, menurunkan kecemasan (Fitriyani & Dewi, 2017), meningkatkan

koping religius positif (Dewi & Widiyanti, 2018), dan kesehatan mental (Dewi et al., 2020). Hal ini dapat dijelaskan karena dengan membaca dan merefleksikan bacaan tersebut terhadap kejadian yang dialami, menjadi salah satu upaya dalam merestrukturisasi kognitif dan afektif, sehingga melalui bacaan tersebut dapat memicu sikap dan persepsi baru terhadap suatu kejadian (Inggriane, 2016). Dalam edukasi ini, awalnya peserta pelatihan mengalami kecemasan sedang (23%) dan ringan (57%), rata-rata disebabkan oleh kecemasan terhadap dampak Covid 19 yaitu kematian, Namun setelah diskusi, dan pengukuran kembali rentang cemas, dapat dilihat (tabel 6), 97 % berada pada rentang tidak cemas, dan 3% masih mengalami cemas ringan.

Simpulan

Edukasi tentang protokol kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan komitmen kepatuhan masyarakat dalam perilaku hidup bersih dan sehat serta komitmen untuk menjaga jarak serta penggunaan masker. Sementara edukasi spiritual dapat menurunkan tingkat kecemasan masyarakat dalam menghadapi pandemi Covid-19 ini. Kegiatan sejenis dapat dilakukan secara kontinu oleh institusi pendidikan kesehatan dalam rangka meningkatkan wawasan, sikap serta keterampilan masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih, kami sampaikan kepada pimpinan Universitas 'Aisyiyah Bandung beserta jajarannya, dan LSM Rumah cerdas muslim, yang ikut mensukseskan kegiatan edukasi ini, sehingga dapat berjalan dengan lancar dan sesuai harapan.

Daftar Pustaka

- Amanda, S., Rosidin, U., & Permana, R. H. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Diabetes Melitus terhadap Pengetahuan Kader Kesehatan. *Media Karya Kesehatan*, 3(2), 162–173.
- Berman, A., Snyder, S., & Frandsen, G. (2015). *Kozier & Erb's fundamentals of nursing : concepts, process, and practice* (10th ed.). Pearson.
- Borges do Nascimento, I. J., Cacic, N., Abdulazeem, H. M., von Groote, T. C., Jayarajah, U., Weerasekara, I., ... Marcolino, M. S. (2020). Novel Coronavirus Infection (COVID-19) in Humans: A Scoping Review and Meta-Analysis. *Journal of Clinical Medicine*, 9(4), 941. <https://doi.org/10.3390/jcm9040941>.

- Dewi, I. P., Suryadi, R. A., & Ulfah, S. (2020). Pengaruh Terapi Bacaan Al- Qur ' an (T BQ) sebagai Biblioterapi Islami pada Kesehatan Mental Narapidana Lesbian, 7(2), 104–112.
- Dewi, I. P., & Widiyanti, A. T. (2018). Qur'anic Therapy (Islamic Bibliotherapy) To Improve Religious Coping In Hemodialysis Patient. *Media Keperawatan Indonesia*, 1(3), 12–17.
- Faranto, A. S. D. (2020). Kebijakan di Masa Wabah. Retrieved from <https://www.ombudsman.go.id/artikel/r/artikel--kebijakan-di-masa-wabah>.
- Fitriyani, & Dewi, I. P. (2017). Pengaruh Qur'anic Therapy (Biblioterapi versi Islam) terhadap tingkat kecemasan pada ibu pre operasi dengan sectio caesarea di Ruang Zaitun III RSUD Al Ihsan Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(1), 21–34.
- Gugus Tugas Penanganan Covid-19. (2020). Berita Covid di Indonesia. Retrieved from <https://covid19.go.id/>.
- Inggriane. (2016). *Qur'anic Therapy* (1st ed.). Bandung: STIKes Aisyiyah.
- Isnawati, Z., & Nurhayati, S. (2018). Islam, Etika Dan Spiritualitas: Perannya Dalam Dunia Konseling Dan Keperawatan yang Multikultur. *Journal of Guidance and Counseling*, 2(1), 132–150. <https://doi.org/10.21043/konseling.v2i1.4462>.
- KEMENKES. (2020a). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19). Retrieved May 1, 2020, from <https://www.persi.or.id/images/2020/data/kmk2472020.pdf>
- KEMENKES. (2020b). Tentang Novel Coronavirus (NCov). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.
- Mardhiah, A., Abdullah, A., & Hermansyah. (2015). Pendidikan Kesehatan dalam Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Keluarga Dengan Hipertensi - Pilot Study. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 3(2), 111–121.
- Pandya, S. P. (2018). Spirituality for Mental Health and Well-Being of Adult Refugees in Europe. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 20(6), 1396–1403. <https://doi.org/10.1007/s10903-018-0717-6>.
- PDPI. (2019). *Panduan Praktik Klinis: Pneumonia 2019-nCoV*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Paru Indonesia.
- Sayyid Qutb. (2000). *Tafsir Fi-Zhilalil Qur'an (dibawah naungan Al-Qur'an)*. (A. R. S. Tamhid, Ed.) (1st ed.). Jakarta: Rabbani Press.
- Sianturi, P. R. (2020). Masalah Hukum dalam Wabah Covid-19. Retrieved from <https://kolom.tempo.co/read/1323201/masalah-hukum-dalam-wabah-covid-19/full&view=ok>.
- Simanjuntak, S. M., & Tupen, K. (2019). Edukasi Cerdas Menggunakan Obat (Cermat) terhadap Pengetahuan dan Sikap Masyarakat Kelompok Senam. *Media Karya Kesehatan*, 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/mkk.v3i2.26484.g14237>.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Sinto, R., ... Cipto, R. (2020). Coronavirus Disease 2019 : Tinjauan Literatur Terkini Coronavirus Disease 2019 : Review of Current Literatures. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45–67.
- Wang, L., He, W., Yu, X., Hu, D., Bao, M., Liu, H., ... Jiang, H. (2020). Coronavirus disease 2019 in elderly patients: Characteristics and prognostic factors based on 4-week follow-up. *Journal of Infection*, 11(20), 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.jinf.2020.03.019>.

- WHO, & UNICEF. (2020). Air, Sanitasi, Higiene, dan Pengelolaan Limbah yang Tepat Dalam Penanganan Wabah COVID-19. Retrieved from https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/who-unicef---air-sanitasi-higiene-dan-pengelolaan-limbah-yang-tepat-dalam-penanganan-wabah-covid-19.pdf?sfvrsn=bf12a730_2.
- Widada, C. K. (2018). Mengambil Manfaat Media sosial dalam Pengembangan Layanan. *Journal of Documentation and Information Science*, 6003, 23–30.
- Wu, D., Wu, T., Liu, Q., & Yang, Z. (2020). The SARS-CoV-2 outbreak: What we know. *International Journal of Infectious Diseases*, 94, 44–48. <https://doi.org/10.1016/j.ijid.2020.03.004>.
- Yuliana. (2020). Corona virus diseases (Covid -19); Sebuah tinjauan literatur. *Wellness and Healthy Magazine*, 2(1), 187–192. Retrieved from <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i218wh>