

PERILAKU MASYARAKAT DAN PERAN PEKERJA SOSIAL DALAM MEMBANTU KORBAN TERDAMPAK PANDEMI *CORONA VIRUS DISEASES (COVID-19)*

Fadlilah Purdananto

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
fadlilahp03@gmail.com

Abstrak

Pandemi Corona Virus Disease (Covid-19) memiliki dampak yang signifikan ke perubahan perilaku masyarakat. Dampak tersebut memunculkan permasalahan berupa ketidakmampuan masyarakat dalam mengelola rasa curiga, takut, sikap *over-protektif*. Bila hal itu tidak diselesaikan dengan baik, maka dapat merusak hubungan sosial antar individu. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif-analitis, dengan menggunakan teori psikodinamika. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerja sosial berperan dalam mengubah perilaku masyarakat, sehingga mereka mampu menyelesaikan permasalahan sosial akibat dampak pandemi Covid-19. Peranan pekerja sosial, yakni: *pertama*, berperan dalam meningkatkan fungsi sosial individu-individu. Hal itu dilakukan pekerja sosial dengan memberikan pertolongan agar individu mampu memahami konflik (kepanikan/keresahan) pikiran-pikiran dan perasaannya. *Kedua*, pendampingan sosial kepada masyarakat. Hal itu dilakukan pekerja sosial dengan mengedukasi dan membantu mensosialisasikan kegiatan yang bertujuan untuk melakukan pencegahan atau penurunan penyebaran Covid-19.

Kata kunci: Pekerja Sosial, COVID-19, Perilaku Masyarakat

Abstract

The Corona Virus Disease (Covid-19) pandemic has a significant impact on changing people's behavior. This impact raises

problems in the form of the community's inability to manage suspicion, fear, over-protection. If it is not resolved properly, it can damage social relations between individuals. This research uses descriptive-analytical method, using psychodynamic theory. The results of the study show that social workers play a role in changing people's behavior, so that they are able to solve social problems due to the impact of the Covid-19 pandemic. The role of social workers, namely: first, plays a role in improving the social function of individuals. This is done by social workers by providing assistance so that individuals are able to understand the conflict (panic/anxiety) of their thoughts and feelings. Second, social assistance to the community. This is done by social workers by educating and helping to disseminate activities aimed at preventing or reducing the spread of Covid-19.

Keywords: *Social Worker, COVID-19, Community Behavior.*

A. PENDAHULUAN

Dalam beberapa bulan belakangan, dunia internasional sedang dihebohkan dengan munculnya pandemi *Corona Virus Disease* (Covid-19), yang membawa dampak signifikan ke perubahan dunia. Sejarah munculnya wabah ini pertama kali dideteksi di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Tiongkok pada bulan Desember 2019, dan ditetapkan sebagai pandemi oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 11 Maret 2020.¹ Pada 30 Januari 2020, WHO mendeklarasikan status wabah 2019-nCoV sebagai darurat kesehatan global. Ini diakibatkan karena risiko penyebaran global, terutama ke negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah tanpa sistem kesehatan yang kuat yang mampu melakukan pengawasan setelah kemungkinan penularan dari manusia ke manusia terkonfirmasi.²

Dikarenakan wabah ini sudah mengglobal, sebagai antisipasi atas merebaknya koronavirus yang bisa menjalar ke Indonesia, Pemerintah Indonesia melakukan berbagai cara untuk mencegah virus tersebut ke Indonesia. Salah satunya adalah dengan membentuk 132 rumah sakit rujukan, yang langsung berada di

¹“WHO Director-General’s opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020”. *www.who.int (dalam bahasa Inggris)*. Diakses tanggal 22 Maret 2020.

²*Imam Saputro (31 Januari 2020)*. “WHO: Wabah Corona Jadi Darurat Kesehatan Global, Jadi Yang Keenam Sejak 2009”. *Tribunnews*. Diakses tanggal 31 Januari 2020.

bawah Kantor Kesehatan Pelabuhan (KKP) (sebelumnya hanya 100 rumah sakit).³ Pemerintah Indonesia mengumumkan penghentian sementara kebijakan bebas visa bagi warga Tiongkok, menghentikan sementara penerbitan visa-on-arrival untuk Daratan Tiongkok, dan melarang pengunjung yang berada di Tiongkok selama 14 hari untuk memasuki atau transit di Indonesia. Selain itu, penerbangan dari dan ke Daratan Tiongkok ditunda per 5 Februari.⁴

Hanya dalam beberapa bulan, pandemi virus Covid-19 telah berdampak luas ke banyak negara termasuk negara Indonesia. Tak hanya menginfeksi hingga jutaan orang, pandemi menyebabkan manusia dan barang tak lagi bebas lalu lalang mengelilingi dunia. Ketika era globalisasi sekarang dan perdagangan bebas, yang selama ini memompa ekonomi dunia, seketika senyap. Pandemi Covid-19 memang merusak tatanan globalisasi. Arab Saudi menutup pintu bagi jamaah umroh sejak 27 Februari lalu. Olimpiade Tokyo 2020 ditunda hingga tahun depan. Pertemuan para Kepala Negara G20 untuk pertama kalinya harus berlangsung secara virtual. Tak terhitung banyaknya ajang internasional yang diundur atau dibatalkan karena keganasan virus corona. Di Indonesia, dampak pandemi virus Covid-19 telah mempengaruhi beberapa sektor baik perekonomian, pendidikan, kesehatan, politik dan sosial serta banyak berbagai sektor lagi yang terdampak.

Terhitung pada tanggal 12 April 2020, pandemi virus corona telah menyebar ke lebih dari 200 negara di dunia. Jumlah kasus infeksi virus corona telah mencapai 1.784.331 kasus dengan korban meninggal dunia sebanyak 108.962 dan jumlah pasien yang berhasil sembuh adalah 405.043 orang.⁵ Di Indonesia, peningkatan jumlah kasus virus corona masih terjadi sejak 12 April 2020, jumlah kasus infeksi Covid-19 mencapai 4.241 kasus.⁶

³Antisipasi virus corona, Pemerintah siapkan 100 rumah sakit rujukan”. *Liputan6.com*. 27 Januari 2020. Diakses tanggal 30 Januari 2020.

⁴Prasetya, Andhika. “Menlu: Penerbangan Langsung dari dan ke China Ditunda Sementara”. *detikNews*. Diakses tanggal 2 Februari 2020.

⁵<https://www.kompas.com/tren/read/2020/04/12/200300165/1-7-juta-orang-di-dunia-terinfeksi-covid-19-ini-daftar-5-negara-dengan>. Diakses tanggal 12 April 2020.

⁶Kompas.com <https://www.kompas.com/tren/read/2020/04/12/175200765/up->

Kasus penyebaran virus Covid-19 di Indonesia terus meningkat setiap hari. Pemerintah didesak sejumlah pihak untuk mengeluarkan kebijakan tegas guna memutus penyebaran pandemi tersebut. Banyak negara maju yang telah mengeluarkan kebijakan karantina wilayah, local lockdown, social distancing dan psyhcal distancing. Keempatnya dianggap efektif menekan angka penularan Covid-19. Indonesia dengan lonjakan kasus yang drastis dinilai perlu menerapkan kebijakan tersebut untuk mencegah penyebaran virus ini semakin meluas.

Lantas pertanyaannya, “apakah itu karantina wilayah, local lockdown, social distancing, dan Status Kejadian Luar Biasa?”. *Pertama*, karantina wilayah artinya hampir sama dengan isolasi, yakni membatasi seseorang agar tidak berinteraksi dengan orang lain. Istilah isolasi sendiri biasanya digunakan untuk seseorang yang telah menunjukkan gejala terinfeksi virus corona dan berpeluang untuk menginfeksi orang lain, sehingga perlu dipisahkan agar virus tidak menyebar. *Kedua*, local lockdown adalah situasi yang melarang warga untuk masuk ke suatu tempat karena kondisi darurat. Local Lockdown juga bisa berarti negara yang menutup perbatasannya, agar tidak ada orang yang masuk atau keluar dari negaranya. *Ketiga*, social distancing adalah mengurangi jumlah aktivitas di luar rumah dan interaksi dengan orang lain, mengurangi kontak tatap muka langsung. *Keempat*, Status Kejadian Luar Biasa (KLB) adalah status yang ditetapkan pada suatu daerah yang diyakini telah terpapar suatu penyakit dengan situasi mulai mengkhawatirkan.⁷

Corona Virus Disease (Covid-19) yang merupakan pandemi global dan berdampak terhadap berbagai sektor khususnya di Indonesia. Hal ini merupakan tanggung jawab kita bersama untuk bisa membantu memerangi wabah ini.

Tulisan paperini, penulismencobamengkajitentangfenomena sosial ini menggunakan konsep literatur pustaka. Dikarenakan,

date--4.241 orang-terinfeksi-covid-19-. Diakses tanggal 12 April 2020.

⁷Penetapan KLB diatur lebih lanjut dalam *Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1501/Menkes/Per/X/2010* tentang Jenis Penyakit Menular Tertentu yang Dapat Menimbulkan Wabah dan Upaya Penanggulangan.

penulis menekuni dunia praktek pekerjaan sosial maka muncul pertanyaan : *Pertama*, “Apa saja perubahan perilaku masyarakat yang terjadi dengan adanya pandemi corona virus disease (Covid-19)?”. *Kedua*, “bagaimana peran pekerja sosial dalam membantu korban terinfeksi corona virus disease (Covid-19)?” Dengan menggunakan beberapa teori pekerjaan sosial. Semoga tulisan paper ini dapat berbagi pengetahuan atau wawasan terkait praktik pekerjaan sosial dalam membantu korban yang terinfeksi Covid-19 saat ini.

B. Landasan Teori

Kecemasan merupakan perwujudan dari emosi manusia dan dapat dibaca dari beragam definisi. Sebagaimana dijelaskan Jeffrey S. Nevid bahwa kecemasan adalah sebuah keadaan khawatir terhadap sesuatu yang akan terjadi di masa mendatang.⁸ Dalam artian, bentuk kecemasan tersebut bisa muncul terpicu oleh beberapa faktor baik dari masa lalu yang belum tuntas, masa sekarang yang bergejolak, maupun masa depan yang tidak terprediksi. Di samping itu, pada konteks tertentu terjadi dialektika dari tiga periode tersebut sehingga melahirkan sebuah kecemasan.

Dikursus kecemasan menurut Stuart dan Sunden merupakan respons fluktuatif secara emosional disebabkan oleh samar-samar atau ketidakjelasan konteks. Kecemasan juga dapat bersifat tentang apa yang akan terjadi di masa mendatang, misalnya seseorang yang memperkirakan bahwa ia akan diserang oleh sekelompok oknum yang ingin mencelakai dirinya sehingga menjadikan ia merasa cemas tentang apa yang akan terjadi. Kecemasan model tersebut tidak bersifat negatif akan tetapi terkadang menuntut seseorang mempersiapkan terhadap apa yang akan ia hadapi di masamendatang. Dengan deskripsi diatas bahwa kecemasan merupakan persaan dalam bentuk kekhawatiran, ketegangan, dan ketakutan.

Dalam kerangka teori ini penulis akan membagi kecemasan dalam dua tingkatan, antara lain:

⁸Tamama Rofiqah, ‘Konseling Religius: Mengatasi Rasa Kecemasan Dengan Mengadopsi Terapi Zikir Berbasis Religiopsikoneuroimunologi’, *Jurnal KOPASTA*, 3.2 (2016).

Pertama, Kecemasan berdasarkan kategori. Menurut Freud kecemasan dibagi menjadi dua kategori, yaitu:⁹ (1) *Circumstantial anxiety* (kecemasan situasional), kecemasan ini dapat dilihat dari bentuk-bentuk gejala yang muncul, bisa disebabkan oleh keadaan, peristiwa yang menyentuh, dan dan kejadian-kejadian lainnya yang penuh dengan tekanan. (2) *Choronic anxiety* (kecemasan kronis), kecemasan ini dapat dilihat dari bentuk-bentuk gejala dalam waktu tertentu dengan bentuk yang datang dan pergi.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat dua jenis kecemasan yaitu yang dapat berubah-ubah dan yang menetap. Dalam kecemasan yang dapat berubah-ubah individu mengalami kecemasan jika obyek atau peristiwa yang memang dapat menimbulkan kecemasan, sedangkan dalam kecemasan yang menetap individu selalu merasa cemas dalam situasi apapun. Dalam paper ini, jenis kecemasan dibatasi pada kecemasan yang berupa *state anxiety* karena menunjukkan bahwa kecemasan yang ada dalam diri individu memiliki intensitas dan fluktuasi yang bervariasi tergantung pada situasi yang dihadapi.

Kedua, Dalam bentuk \tingkat kecemasan. Stuart dan Sundeen membedakan tingkat kecemasan menjadi tiga komponen antara lain kecemasan ringan, kecemasan sedang, dan kecemasan berat

Pada tulisan ini, penulis menekankan pada tingkat kecemasan dalam bentuk ringan disebabkan berkaitan dengan ketegangan akan peristiwa kehidupan sehari-hari.

C. Perubahan Perilaku Masyarakat Akibat Terdampak *Corona Virus Disease (Covid-19)*

Masyarakat Indonesia merasa cemas saat pertama kali pemerintah mengumumkan ada dua warga Indonesia yang terinfeksi coronavirus jenis baru atau Covid-19 pada awal Maret 2020. Pasalnya, dalam waktu yang relatif singkat, jumlah pasien positif coronavirus di Indonesia terus meningkat signifikan. Jakarta pun menjadi sumber

⁹Stefanus Rodrick Juraman, 'Naluri Kekuasaan Dalam Sigmund Freud', *Jurnal Studi Komunikasi (Indonesian Journal of Communications Studies)*, 1.3 (2017), 280–87 <<https://doi.org/10.25139/jsk.v1i3.367>>.

penularan yang paling banyak dan termasuk dalam zona merah sampai sekarang. Berdasarkan laporan media harian Covid-19, hingga 10 Mei 2020 jumlah positif corona virus secara nasional mencapai 14.032 orang, 973 dengan orang di antaranya dinyatakan meninggal dunia dan 2698 orang di antaranya dinyatakan sembuh.

Ketidakmampuan kita dalam mengelola rasa curiga, takut, sikap over-protektif dalam merespons isu pandemi ini memiliki potensi untuk merusak hubungan sosial dengan individu lain. Apalagi, jika kita hidup dan aktif dalam lingkungan pergaulan di kantor, sekolah, masyarakat, bahkan keluarga. Adalah hal yang manusiawi ketika kita mulai memberikan respons antisipatif dalam melihat situasi. Namun, ada etika sosial yang perlu dijunjung tinggi dan dipelihara agar hubungan dengan sesama tetap terjaga.

Sebagai contoh, jika kita tengah mengalami kondisi badan yang tidak sehat segera berobat ke dokter. Segera gunakan alat proteksi diri seperti masker jika hendak bersosialisasi kendati dokter tidak memberi diagnosis positif corona atau penyakit parah lainnya. Selain itu, kita juga perlu memiliki inisiatif untuk mengurangi interaksi bersentuhan dengan orang lain seperti berjabat tangan dan berpelukan. Hal ini dilakukan sebagai upaya sadar diri dan memastikan orang lain aman dan nyaman bersama kita. Lain halnya jika kita dalam kondisi sehat dan menemukan orang di sekitar kita yang terlihat tidak baik-baik saja. Etika sosial kita terhadap mereka bisa ditunjukkan dengan membujuk mereka untuk pergi ke klinik atau rumah sakit terdekat untuk diperiksa, atau sekadar bertanya kabar dan memberikan nasihat secara baik untuk menjaga kesehatan. Tindakan-tindakan sederhana tersebut dilakukan dengan tetap menjaga kehati-hatian. Hal ini dilakukan sebagai wujud antisipasi kolektif, tindakan melindungi diri dengan memastikan orang-orang di sekitar kita juga terlindungi.

Dalam dunia praktik pekerjaan sosial, kita tentunya pasti mengenal dengan istilah teori psikodinamika. Menurut teori psikodinamika adalah suatu ilmu yang mempelajari kepribadian manusia dan perbuatan manusia ditentukan oleh cara pikiran,

perasaan, dan kehendak.¹⁰ Menurut Freud psikodinamika menguraikan dinamika ketidaksadaran seseorang, seperti dorongan dalam diri, konflik dalam diri dan energi insting yang ada dalam diri.¹¹ Tujuan praktik pekerjaan sosial memahami perilaku masyarakat berbasis teori psikodinamika dalam kondisi saat ini adalah meningkatkan fungsi sosial individu-individu melalui pertolongan agar mereka mampu memahami konflik (kepanikan/keresahan) pikiran-pikiran dan perasaannya.

Kemudian disebutkan teori di atas tentang kepribadian individu muncul istilah *panic buying* berasal dari terminus psikologi teori psikodinamika. *Panic buying* merupakan respons manusia atau individu untuk bertahan hidup. Menimbun merupakan cara manusia merespons situasi, kondisi dan keadaan yang serba tak pasti ini. Seperti contoh di beberapa media, yaitu : di tengah wabah infeksi virus ini, rasa cemas terkait ketersediaan bahan makanan sering dirasakan. Keinginan menekan risiko dengan melakukan *panic buying* bisa dirangsang oleh hasrat diri, serta usaha untuk menghindari penderitaan yang bisa muncul saat krisis. Perilaku menimbun barang dapat menimbulkan rasa ketenangan pada diri pelakunya. Namun, menurut penulis *panic buying* sejatinya tidak bisa dibenarkan. Melihat sudut pandang kolektif dan kemanusiaan, *panic buying* perlu dihindari karena banyak orang di sekitar kita yang masih membutuhkan kebutuhan-kebutuhan primer tersebut.

Wabah pandemi menjadi ketakutan kita bersama. Namun, jangan sampai wabah ini merenggut cara kita memanusiaikan sesama. Selain mengedepankan aspek materiil seperti menjaga perilaku hidup sehat, mengenakan masker, berolahraga rutin, dan asupan bergizi, aspek non materiil juga perlu dipelihara seperti etika sosial kita terhadap sesama yang tercermin dari sikap peduli, saling pengertian, dan *aware* dengan lingkungan sosial kita. Selain itu, Pemerintah Indonesia mengharapkan kepada masyarakat untuk tetap tenang, tidak ada halangan untuk beraktivitas sehari-hari,

¹⁰Friedman, H.S. & Schustack, M.W, *Personality Classic Theories And Modern Research* (Boston: Allyn & Bacon, 2003).

¹¹*Ibid.*,

tidak perlu merasa khawatir, merasa cemas, dan ketakutan secara berlebihan serta jangan menyalahgunakan serta menyalah artikan tentang virus corona ini dengan upaya-upaya yang berlebihan. Dalam perspektif tenaga kesehatan, masyarakat perlu diingatkan untuk tidak melakukan kegiatan yang berlebihan, tidak perlu merasakan panik dan ketakutan yang berlebihan sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Selanjutnya, masyarakat diharapkan untuk selalu menerapkan pola hidup yang sehat sebagai upaya pencegahan terhadap virus corona dengan cara yang telah ditentukan.

D. Peran Pekerja Sosial dalam Membantu Korban *Corona Virus Disease (Covid-19)*

Konsep pekerjaan sosial tidak lepas dengan permasalahan yang terjadi dalam masyarakat baik individu, kelompok, komunitas, dan masyarakat. Meskipun tumbuhnya diawali oleh pekerjaan sukarela, namun ternyata pekerjaan sosial menjadi profesi karena kemudian didasari oleh ilmu, nilai dan keterampilan. Peranan dalam dunia praktik pekerjaan sosial merupakan cara yang dilakukan oleh seseorang untuk menggunakan kemampuannya dalam situasi tertentu. Peranan yang ditampilkan oleh pekerja sosial di dalam masyarakat, lembaga sosial akan bervariasi tergantung pada permasalahan yang dihadapinya. Peran pendampingan sosial yang bisa dilakukan pekerja sosial dalam membantu korban *corona virus disease (Covid-19)*.

Pendampingan sosial dimana pekerja sosial bertindak di antara klien atau penerima layanan dengan sistem sumber (bantuan materi dan non materi tentang pelayanan) yang ada dibutuhkan. Selain sebagai perantara, pekerja sosial juga berupaya membentuk jaringan kerja dengan organisasi pelayanan sosial untuk mengontrol kualitas pelayanan tersebut. Peranan sebagai pendampingan sosial muncul akibat banyaknya orang yang tidak mampu menjangkau sistem pelayanan sosial yang biasanya memiliki aturan penggunaannya yang kompleks dan kurang responsif terhadap kebutuhan klien atau penerima layanan. Sebagai contoh, membantu korban yang terkena *Covid-19* untuk memperoleh keringanan biaya dalam perawatan

sosial di rumah sakit karena ketidak mampuan dan keterbatasan keluarga, membantu individu atau keluarga yang terdampak untuk mendapatkan subsidi atau bantuann sosial dari pihak pemerintah, membantu menemukan pembimbing yang professional atau konselor untuk terapi sosial.

Pendampingansosialyangbersifatkonselingdimanapekerjasosial bekerja sama dengan stake holder ataupun intuisi layanan kesejahteraan sosial dalam mengurangi tingkat kecemasan dan kepanikan. Layanan konseling ini untuk membantu masyarakat terdampak secara psikologis seperti mengalami kecemasan, kebingungan berlebih atau situasi siklus kondisi lingkungan kita yang berubah. Layanan ini diharapkan dapat meringankan beban, stres ataupun kecemasan perawat dan petugas kesehatan selama bertugas, dan tentunya juga meningkatkan pemahaman masyarakat tentang *Covid-19*. Selain itu layanan konseling dan konsultasi diberikan untuk mencegah stres dan kecemasan karena situasi pandemi ini terutama untuk tenaga kesehatan yang bertugas, korban atau pasien dan keluarganya.

Pendampingan sosial kepada masyarakat juga bisa dilakukan pekerja sosial yang bersifat mengedukasi dan membantu mensosialisasikan tentang kegiatan untuk pencegahan atau penurunan penyebaran *Covid-19*. Ada banyak hal positif yang perlu diketahui masyarakat untuk mengurangi kecemasan di tengah pandemi yang belum diketahui kapan akan berakhir. Namun tidak dapat dipungkiri, sebagian masyarakat masih berjuang untuk mengatasi rasa stres dan cemas, mengingat penyebaran virus yang semakin meluas. Adapun langkah meminimalisir penyebaran virus covid-19, antara lain;

a. Mengatur jarak secara fisik (*Social Distancing*)

Indonesia misalnya menerapkan langkah *social distancing* bagi masyarakat dan menerapkan prinsip protokol kesehatan dalam rangka memberikan edukasi kepada masyarakat akan pentingnya menjaga jarak.¹² Terdapat beberapa contoh implementasi dari ‘menjaga jarak’ atau *social distancing* ditengah pandemi covid-19 ialah

¹²Ririn Noviyanti Putri, ‘Indonesia Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19’, *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20.2 (2020), 705.

bekerja dari rumah, belajar di rumah secara *online*, dan menghindari keramaian.¹³

b. Bersikap kritis dengan berbagai informasi dengan menanyakan kepada pihak yang terpercaya.

Covid-19 telah banyak memberi hikmah kepada manusia. Salah satunya ialah lebih kritis dalam menerima sebuah informasi. Selektif dalam menerima sebuah informasi adalah poin urgen di era digitalisasi ini. Tidak mudah menerima berita-berita yang tidak jelas sumbernya. Untuk itu, memaksimalkan sumber terpercaya terlebih di era covid-19 ini menjadi suatu keniscayaan sehingga kita tidak mudah menerima maupun memberi informasi yang salah kepada orang lain.

Selain itu, memaksimalkan fungsi dokter dan perawat adalah dengan bertanya kebenaran sebuah info yang sedang beredar. Dokter dan perawat sebagai garda terdepan dalam menghadapi covid-19 akan memberikan ulasan yang terupdate terkait problem pandemi covid-19 selain memang informasi tersebut mudah didapatkan dan diketahui melalui media sosial.¹⁴

c. Melakukan aktivitas yang membuat diri tenang

Covid-19 sebagai sebuah musibah besar di abad-21 telah menyalakan banyak nyawa. Akibatnya menimbulkan rasa cemas yang berlebihan dalam benak masyarakat. Namun bukan tidak mungkin manusia dapat menemukan obat penawarnya, oleh karenanya, wajar bila rasa cemas itu muncul baik secara tiba-tiba ataupun tidak akan tetapi tidak seharusnya kita berlarut-larut dalam kecemasan tersebut sehingga aktivitas positif lainnya menjadi terabaikan. Padahal aktivitas positif yang seringkali kita lakukan setiap harinya bisa saja mengurangi kecemasan kita akan covid-19 yang sedang melanda dunia.

¹³Mohammad Mulyadi, 'Partisipasi Masyarakat Dalam Penanganan Penyebaran Covid-19', *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI*, XII.8 (2020), 13–18.

¹⁴Ririn, *Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Covid-19, ..., 707.*

d. Selalu melakukan aktivitas positif

Rasa cemas dan stres selama pandemi *Covid-19* juga dapat diminimalisir dengan berfokus berbuat kebaikan. Dalam rangka meminimalisir penyebaran virus covid-19 maka diperlukan sikap gotong royong dan saling membantu antar sesama. Cara ini bisa dilakukan dengan berbagai hal. Seperti mengingatkan pemakaian masker pada orang yang sakit maupun orang yang kita temui di ruang publik. Selain itu juga bisa membantu donasi untuk penyediaan APD untuk tenaga kesehatan. Bahkan kita juga bisa melakukan hal baik dengan berbagi informasi yang baik, benar dan bermanfaat melalui media sosial.

E. KESIMPULAN

Pada kesimpulan penulis berusaha memberikan kiritik kepada beberapa kebijakan yang sudah dilakukan oleh stakeholder terkait. Pandemi virus ini memengaruhi banyak aspek dalam kehidupan dan menimbulkan kecemasan dan kepanikan di masyarakat. Banyak Negara yang telah mengeluarkan kebijakan karantina wilayah, *local lockdown*, *social distanding* dan *psyhcal distanding* termasuk Pemerintah Indonesia. Namun, menurut penulis bahwa kebijakan tersebut belum berjalan efektif dan optimal. Misalnya, masih ada jalan yang macet, kerumunan masih banyak dijumpai, dan gerakan mudik dari zona merah yang akan sulit bisa dicegah. Sementara keberhasilan pencegahan dan penanggulangan wabah ini dari sisi kesehatan juga belum bisa diukur jelas. Bahkan angka keterpaparan dan kamatan terus meningkat.

Tampaknya, ada yang salah dengan pendekatan kebijakan pemerintah kita selama ini dalam melihat wabah Covid-19 ini. Dengan konsep kebijakan yang sudah dijelaskan di atas, kita dapat mengasumsikan bahwa di dalam rumah kita aman, sementara di luar rumah kita tidak aman. Lalu kita mengurung diri dalam rumah, tidak bekerja di luar. Padahal sektor ekonomi produktif kita sekitar 90% justru di luar rumah. Cara pandang ini menyebabkan, ekonomi kita semakin terpuruk. Orang justru kehilangan penghasilan di saat susah karena terancam kesehatannya. Negara dan pemerintah

daerah juga kehilangan pendapatannya, sehingga akan kesulitan bahkan hanya untuk menggaji para pegawainya.

Oleh sebab itulah perlu reorientasi cara pandang dalam melihat fenomena wabah pandemi ini. Kedepannya diharapkan ruang publik di mana sektor ekonomi produktif ini berada mestinya disterilkan. Dan para pemegang otoritas harus dapat meyakinkan bahwa orang-orang yang ke luar rumah sebagai sesama faktor produktif dijamin sama-sama sehat dan aman untuk bisa bekerja menghasilkan pendapatan. Bukanlah terbalik, kita justru memandang lingkungan di luar rumah sebagai ancaman kesehatan yang membahayakan, sedangkan di rumah aman. Seharusnya ruang publik atau lingkungan luar rumah harus dijamin aman, sedangkan rumah dan rumah sakit merupakan tempat untuk mengisolasi dan menyembuhkan orang yang terpapar Covid-19. Dengan demikian, roda ekonomi akan tetap berputar, orang yang sakit bisa dirawat dengan baik.

Perilaku masyarakat sangat ditentukan oleh latar belakang sosial, budaya dan religi. Dengan melihat latar belakang masyarakat Indonesia yang penuh dengan kegiatan sosial, budaya, keagamaan, ditambah dengan kepentingan ekonomi bagi masyarakat menengah ke bawah, maka pola penanganan Covid-19 yang karantina wilayah, *local lockdown*, *social distancing* dan *psychal distancing* akan mengalami kesulitan dalam pelaksanaannya. Oleh sebab itu, secara sosiologis dan antropologis, pola penanganan wabah yang dilakukan selama ini tidak akan bisa membuahkan hasil yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, Cepri Yusrun. Praktik pekerjaan sosial generalis: Suatu tuntutan intervensi. Pustaka Pelajar, 2015.
- Friedman, Howard S.; Schustack, Miriam W. Personality: classic theories and modern research (3: e upplagan). 2003.
- Penetapan KLB diatur lebih lanjut dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1501/Menkes/Per/X/2010 tentang Jenis Penyakit Menular Tertentu yang Dapat Menimbulkan Wabah dan Upaya Penanggulangan.

“Antisipasi virus corona, Pemerintah siapkan 100 rumah sakit rujukan”. *Liputan6.com*. 27 Januari 2020. Diakses tanggal 30 Januari 2020.

Imam Saputro (31 Januari 2020). “WHO: Wabah Corona Jadi Darurat Kesehatan Global, Jadi Yang Keenam Sejak 2009”. *Tribunnews*. Diakses tanggal 31 Januari 2020.

Kompas.com <https://www.kompas.com/tren/read/2020/04/12/175200765/update--4.241-orang-terinfeksi-covid-19>- Diakses tanggal 12 April 2020

Prasetya, Andhika. “Menlu: Penerbangan Langsung dari dan ke China Ditunda Sementara”. *detikNews*. Diakses tanggal 2 Februari 2020.

“WHO Director-General’s opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020”. www.who.int (dalam bahasa Inggris). Diakses tanggal 22 maret 2020.

<https://www.kompas.com/tren/read/2020/04/12/200300165/1-7-juta-orang-di-dunia-terinfeksi-covid-19-ini-daftar-5-negara-dengan> Diakses tanggal 12 April 2020

Noviyanti Putri, Ririn. Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Covid-19, *Jurnal Ilmiah Universitas batanghari Jambi*, 20 (2), 2020.

Mulyadi, Muhammad. Partisipasi Masyarakat dalam Penanganan Penyebaran Covid-19, *Kajian Singkat terhadap Isu Aktual dan Strategis*, Vol XII, No. 8, 2020.

Rafiqoh, Tamama. *Konseling Religius: Mengatasi Rasa Kecemasan dengan Me*