

**PEMBERIAN MOTIVASI TERHADAP KARYAWAN YANG
TERDAMPAK PHK PT, SUMBIRI DAN STAR VISION LEWAT
PEMBAGIAN SEMBAKO DI KEC. BAWEN KAB SEMARANG**

Oleh :
Samtono¹ dan Tri Maryani¹

ABSTRAK

Kasus infeksi pneumonia misterius ini memang banyak ditemukan di pasar hewan tersebut. Virus Corona atau COVID-19 diduga dibawa kelelawar dan hewan lain yang dimakan manusia hingga terjadi penularan. Coronavirus sebetulnya tidak asing dalam dunia kesehatan hewan, tapi hanya beberapa jenis yang mampu menginfeksi manusia hingga menjadi penyakit radang paru. Sebelum COVID-19 mewabah, dunia sempat heboh dengan SARS dan MERS, yang juga berkaitan dengan virus Corona. Dengan latar belakang tersebut, virus Corona bukan kali ini saja membuat warga dunia panik. Memiliki gejala yang sama-sama mirip flu, virus Corona berkembang cepat hingga mengakibatkan infeksi lebih parah dan gagal organ.

Kata Kunci: motivasi, Covid-19

ABSTRACT

Many cases of this mysterious pneumonia infection are indeed found in these animal markets. The Corona virus or COVID-19 is thought to be carried by bats and other animals that are eaten by humans until transmission occurs. Coronavirus is actually no stranger to the world of animal health, but only a few types are capable of infecting humans and causing pneumonia. Before the COVID-19 outbreak, the world was excited about SARS and MERS, which are also related to the Corona virus. With this background, the Corona virus is not only this time making citizens of the world panic. Having the same flu-like symptoms, the Corona virus develops rapidly, resulting in more severe infections and organ failure.

Keywords: motivation, Covid-19

¹ Stiepari Semarang

PENDAHULUAN

Latar belakang virus Corona atau COVID-19, kasusnya dimulai dengan pneumonia atau radang paru-paru misterius pada Desember 2019. Kasus ini diduga berkaitan dengan pasar hewan Huanan di Wuhan yang menjual berbagai jenis daging binatang, termasuk yang tidak biasa dikonsumsi, misal ular, kelelawar, dan berbagai jenis tikus.

Kasus infeksi pneumonia misterius ini memang banyak ditemukan di pasar hewan tersebut. Virus Corona atau COVID-19 diduga dibawa kelelawar dan hewan lain yang dimakan manusia hingga terjadi penularan. Coronavirus sebetulnya tidak asing dalam dunia kesehatan hewan, tapi hanya beberapa jenis yang mampu menginfeksi manusia hingga menjadi penyakit radang paru.

Sebelum COVID-19 mewabah, dunia sempat heboh dengan SARS dan MERS, yang juga berkaitan dengan virus Corona. Dengan latar belakang tersebut, virus Corona bukan kali ini saja membuat warga dunia panik. Memiliki gejala yang sama-sama mirip flu, virus Corona berkembang cepat hingga mengakibatkan infeksi lebih parah dan gagal organ.

TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Pandemi

Pandemi sendiri merupakan sebuah epidemi yang telah menyebar ke berbagai benua dan negara, umumnya menyerang banyak orang. Sementara epidemi sendiri adalah sebuah istilah yang telah digunakan untuk mengetahui peningkatan jumlah kasus penyakit secara tiba-tiba pada suatu populasi area tertentu.

Pasalnya, istilah pandemi tidak digunakan untuk menunjukkan tingginya tingkat suatu penyakit, melainkan hanya memperlihatkan tingkat penyebarannya saja. Perlu diketahui, dalam kasus pandemi COVID-19 ini menjadi yang pertama dan disebabkan oleh virus corona yang telah ada sejak akhir tahun lalu.

Sebelum pandemi COVID-19 ini menyerang, pada tahun 2009 yang lalu pernah merebak virus yang bernama flu babi. Penyakit ini bisa terjadi ketika *strain influenza* baru atau H1N1 menyebar ke seluruh belahan dunia, termasuk Indonesia.

Dampak Virus Covid-19

Tak hanya merugikan dari sisi kesehatan saja, Presiden Joko Widodo juga mengatakan bahwa virus corona sangat berdampak pada perekonomian di Indonesia. Bukan hanya karena produksi barang saja yang terganggu, tetapi investasi pun juga terhambat. Berikut beberapa dampak virus COVID-19 di Indonesia:

1. Beberapa barang menjadi mahal dan langka untuk ditemukan.
2. Jemaah Indonesia batal berangkat umrah.
3. Kunjungan para wisatawan mancanegara di Indonesia menurun.
4. Merusak tatanan ekonomi di Indonesia.
5. Impor barang menjadi terhambat.

Itu tadi bahasan mengenai pandemi COVID-19 beserta dampaknya yang bisa Anda ketahui. Demi mencegah penyebaran virus COVID-19 ini, sebaiknya Anda juga selalu menjaga kebersihan, kesehatan dan jangan lupa untuk selalu menggunakan masker jika melakukan aktivitas di luar ruangan.

Panduan Protokol Kesehatan Pencegahan Covid-19

Pemerintah telah mengeluarkan kebijakan yang memperbolehkan masyarakat usia di bawah 45 tahun untuk kembali menjalankan aktivitasnya. Hal itu salah satunya untuk menjaga stabilitas ekonomi masyarakat. Sebelumnya, semua orang tanpa memandang kelas usia, diminta untuk tetap tinggal di rumah demi memotong rantai persebaran virus corona penyebab Covid-19. Untuk itu, sebagian masyarakat yang dipandang lebih aman terhadap risiko infeksi virus ini, diperkenankan untuk kembali bekerja dan melakukan aktivitasnya sekaligus dalam rangka menyambut new normal. New normal adalah perubahan perilaku untuk tetap menjalankan aktivitas normal namun ditambah menerapkan protokol kesehatan guna mencegah terjadinya penularan Covid-19. Prinsip utama dari new normal itu sendiri adalah dapat menyesuaikan dengan pola hidup. "Secara sosial, kita pasti akan mengalami sesuatu bentuk new normal atau kita harus beradaptasi dengan beraktifitas, dan bekerja, dan tentunya harus mengurangi kontak fisik dengan orang lain, dan menghindari kerumunan, serta bekerja, bersekolah dari rumah.

Protokol Kesehatan Covid-19

Apa saja protokol kesehatan Covid-19 yang harus ditaati masyarakat? Berikut ini rinciannya, berdasarkan informasi yang dimiliki oleh Kementerian Kesehatan dan Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19:

1. Jaga kebersihan tangan

Bersihkan tangan dengan cairan pencuci tangan atau hand sanitizer, apabila permukaan tangan tidak terlihat kotor. Namun, apabila tangan kotor maka bersihkan menggunakan sabun dan air mengalir. Cara mencucinya pun harus sesuai dengan standar yang ada, yakni meliputi bagian dalam, punggung, sela-sela, dan ujung-ujung jari.

2. Jangan menyentuh wajah

Dalam kondisi tangan yang belum bersih, sebisa mungkin hindari menyentuh area wajah, khususnya mata, hidung, dan mulut. Mengapa? Tangan kita bisa jadi terdapat virus yang didapatkan dari aktivitas yang kita lakukan, jika tangan kotor ini digunakan untuk menyentuh wajah, khususnya di bagian yang sudah disebutkan sebelumnya, maka virus dapat dengan mudah masuk ke dalam tubuh.

3. Terapkan etika batuk dan bersin

Ketika kita batuk atau bersin, tubuh akan mengeluarkan virus dari dalam tubuh. Jika virus itu mengenai dan terpapar ke orang lain, maka orang lain bisa terinfeksi virus yang berasal dari tubuh kita. Terlepas apakah kita memiliki virus corona atau tidak, etika batuk dan bersin harus tetap diterapkan. Caranya, tutup mulut dan hidung menggunakan lengan atas bagian dalam. Bagian ini dinilai aman menutup mulut dan hidung dengan optimal, selain itu bagian lengan atas dalam ini tidak digunakan untuk beraktivitas menyentuh wajah. Sehingga relatif aman. Selain dengan lengan, bisa juga menutup mulut dan hidung menggunakan kain tisu yang setelahnya harus langsung dibuang ke tempat sampah.

4. Pakai Masker

Bagi Anda yang memiliki gejala gangguan pernapasan, kenakanlah masker medis ke mana pun saat Anda keluar rumah atau berinteraksi dengan orang lain. Setelah digunakan (masker medis hanya bisa digunakan 1 kali dan harus segera

diganti), jangan lupa buang masker di tempat sampah yang tertutup dan cuci tangan setelah itu. Namun, bagi Anda yang tidak memiliki gejala apapun, cukup gunakan masker non-medis, karena masker medis jumlahnya lebih terbatas dan diprioritaskan untuk mereka yang membutuhkan

5. Jaga Jarak

Untuk menghindari terjadinya paparan virus dari orang ke orang lain, kita harus senantiasa menjaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter. Terlebih, jika orang tersebut menunjukkan gejala gangguan pernapasan. Jaga jarak juga dikenal dengan istilah physical distancing. Kita dilarang untuk mendatangi kerumunan, meminimalisir kontak fisik dengan orang lain, dan tidak mengadakan acara yang mengundang banyak orang.

6. Isolasi Mandiri

Bagi Anda yang merasa tidak sehat, seperti mengalami demam, batuk/pilek/nyeri tenggorokan/sesak napas, diminta untuk secara sadar dan sukarela melakukan isolasi mandiri di dalam rumah. Tetap berada di dalam rumah & tidak mendatangi tempat kerja, sekolah, atau tempat umum lainnya karena memiliki risiko infeksi Covid-19 dan menularkannya ke orang lain.

7. Jaga Kesehatan

Selama berada di dalam rumah atau berkegiatan di luar rumah, pastikan kesehatan fisik tetap terjaga dengan berjemur sinar matahari pagi selama beberapa menit, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, dan melakukan olahraga ringan. Istirahat yang cukup juga sangat dibutuhkan dalam upaya menjaga kesehatan selama masa pandemi ini.

- Selalu memakai masker dan membuang masker bekas di tempat yang ditentukan
- Jika sakit (ada gejala demam, flu dan batuk), maka tetap di rumah. Jangan pergi bekerja, sekolah, ke pasar atau ke ruang publik untuk mencegah penularan masyarakat
- Manfaatkan fasilitas telemedicine atau sosial media kesehatan dan hindari transportasi publik. Beritahu dokter dan perawat tentang keluhan dan gejala,

serta riwayat bekerja ke daerah terjangkit atau kontak dengan pasien COVID-19

- Selama di rumah, bisa bekerja di rumah. Gunakan kamar terpisah dari anggota keluarga lainnya, dan jaga jarak 1 meter dari anggota keluarga
- Tentukan pengecekan suhu harian, amati batuk dan sesak nafas. Hindari pemakaian bersama peralatan makan dan mandi dan tempat tidur.
- Terapkan perilaku hidup sehat dan bersih, serta konsumsi makanan bergizi, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dan lakukan etika batuk dan bersin.

METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Ngemplak, Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang, dengan tujuan peserta memiliki bekal dalam melewati ujian hidup yang tidak terlepas dari kehidupan sehari-hari, remaja akan mempunyai kesempatan menemukan sendiri solusi permasalahan mereka, memiliki kemampuan menangani pandemic Covid dan bertahan dalam kesulitan tanpa menyerah serta siap menghadapi jenjang kehidupan ke depan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat session I ini dibagi dalam dua tahapan yaitu:

Pemaparan materi tentang Panduan Protokol Kesehatan Pencegahan Covid-19

Paparan diberikan untuk memberikan pemahaman kepada peserta tentang panduan protocol kesehatan pencegahan covid19, lebih khusus dilanjutkan dengan pemaparan definisi dari Pandemi Covid dan apa pentingnya dampak pandemic covid19. Virus Corona sangat berpengaruh pada proses perkembangan masyarakat dan protocol kesehatan terhadap masyarakat sekitar Desa Ngemplak Kecamatan Bawen, Kabupaten Semarang.

Istilah Baru dalam Pandemi Covid-19

- a. **ODP** adalah Orang Dalam Pemantauan (ODP) ODP awalnya adalah OTG. Tapi karena dalam perjalanannya dirinya muncul gejala ringan, semisal demam, batuk, maka individu tersebut dari OTG berubah menjadi ODP ODP melakukan isolasi mandiri di rumah. Jadi tidak di rumah sakit.
- b. **PDP** adalah Pasien Dalam Pengawasan (PDP). Mereka ini dirawat di ruang isolasi rumah sakit. Mereka yang dinyatakan masuk kategori PDP akan menjalani proses observasi melalui proses cek laboratorium yang hasilnya akan dilaporkan kepada Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) Kemenkes RI.
- c. **ODR** adalah Orang Dalam Risiko (ODR). Seseorang dikategorikan ODR manakala dirinya baru datang dari wilayah yang terjangkit corona virus. Misal, datang dari Jakarta, yang merupakan red zone covid-19 tertinggi di Indonesia. ODR belum tentu sakit, mereka umumnya sehat seperti manusia sehat pada umumnya. Tapi kini ODR telah diganti penyebutannya menjadi OTG alias orang tanpa gejala.
- d. **OTG** adalah Orang Tanpa Gejala (OTG). Sementara Orang Tanpa Gejala (OTG) adalah seseorang yang tidak bergejala namun pernah memiliki kontak erat dengan kasus konfirmasi positif Covid-19. Tujuan utama dikategorikan OTG sebenarnya untuk memudahkan diketahui yang akan dilakukan orang tersebut selama karantina diri 14 hari

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pelaksanaan pengabdian masyarakat dapat disimpulkan setelah mengikuti pelatihan ini :

- 1) Pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan di Desa Ngemplak Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang
- 2) Gejala Covid 19 menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), beberapa gejala awal orang yang terinfeksi virus corona COVID-19, yaitu demam, kelelahan, dan batuk kering. Beberapa pasien juga mengalami sakit dan nyeri, hidung tersumbat, pilek, sakit tenggorokan atau diare. Gejala-gejala ini biasanya ringan dan mulai secara bertahap. Tapi ingat, pada beberapa

orang walau sudah terinfeksi tetapi tidak menunjukkan gejala apa pun, kecuali merasa tidak enak badan.

- 3) Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan hari Selasa-Rabu tanggal 12-13 Mei 2020 di Desa Ngemplak Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang.
- 4) Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat diikuti oleh Karang Taruna Desa Ngemplak sebanyak 45 orang dan bapak, ibu dan Remaja.

Saran

- 1) Setelah dilaksanakan, ada respon dari peserta bahwa beberapa peserta merasa belum mengenali protocol kesehatan dengan baik oleh karena itu perlu diadakan kegiatan lanjutan untuk memaksimalkan pemahaman panduan pandemic covid19.
- 2) Untuk pengabdian selanjutnya, perlu ditambahkan materi lain yang berhubungan dengan pemahaman konsep panduan pandemic covid19
- 3) Perlu adanya latihan dan praktek untuk protokol kesehatan terhadap masyarakat sekitar Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang.