

PENDAMPINGAN PASIEN ISOLASI MANDIRI MELALUI PEMBERDAYAAN MAHASISWA DI MASA KRITIS PANDEMI COVID-19

Elizabeth Sulastri Nugraheni, Imelda Ritunga^{*}, Cempaka Harsa Sekarputri
Universitas Ciputra, Surabaya, Indonesia

^{*}Penulis Korespondensi: imelda.ritunga@ciputra.ac.id

Abstrak: Keterbatasan sumber daya pada masa pandemi Covid-19 menyebabkan pasien dengan gejala ringan diwajibkan menjalani isolasi mandiri di rumah. Minimnya pemahaman masyarakat terhadap penyakit ini berkontribusi terhadap meningkatnya kepanikan dan semakin memperberat beban layanan kesehatan. Sebagai respons terhadap permasalahan ini, dikembangkan program pelatihan bagi 23 mahasiswa kedokteran untuk berperan sebagai konselor dalam memberikan edukasi serta dukungan bagi pasien melalui grup percakapan daring dan webinar. Mahasiswa menerima pelatihan dari tenaga medis profesional untuk menyampaikan informasi yang akurat mengenai Covid-19, termasuk praktik isolasi mandiri yang efektif, latihan pernapasan untuk mencegah komplikasi paru-paru, serta manajemen gejala secara mandiri. Grup percakapan daring digunakan sebagai media interaksi langsung, di mana sebanyak 99 pasien memilih bergabung guna mendapatkan dukungan selama isolasi mandiri dan menyelesaikan kuesioner umpan balik terkait program ini. Mahasiswa yang telah dilatih berperan aktif dalam memberikan edukasi, mengatasi kekhawatiran, serta mengurangi tingkat kecemasan peserta melalui pendekatan berbasis informasi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman terhadap Covid-19, kepercayaan diri dalam mengelola gejala di rumah, serta penurunan kecemasan terkait penyakit ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran mahasiswa kedokteran sebagai konselor serta penggunaan platform digital seperti grup percakapan daring merupakan strategi yang efektif dalam mengatasi keterbatasan akses layanan kesehatan selama pandemi.

Kata kunci: Covid-19, isolasi mandiri, konselor, pelayanan kesehatan

Abstract: Limited resources during the Covid-19 pandemic meant that patients with mild symptoms were required to undergo self-isolation at home. The lack of public understanding of the disease contributed to increased panic and further burdened health services. In response, a training program was developed for 23 medical students to act as counselors to provide education and support for patients through online chat groups and webinars. Students received training from medical professionals to deliver accurate information about Covid-19, including effective self-isolation practices, breathing exercises to prevent lung complications, and self-management of symptoms. An online chat group was used as a medium for direct interaction, which 99 patients chose to join for support during self-isolation and completed a feedback questionnaire regarding the program. Trained university students played an active role in providing education, addressing concerns, and reducing participants' anxiety levels through an information-based approach. Evaluation results showed an increased understanding of Covid-19, confidence in managing symptoms at home, and decreased anxiety related to the disease. The results show that the role of medical students as

counselors and the use of digital platforms such as online conversation groups are effective strategies in overcoming limited access to health services during the pandemic.

Keywords: Covid-19, self-isolation, counselor, health services

PENDAHULUAN

Merebaknya varian Delta SARS-CoV-2 saat pandemi Covid-19 merupakan masa penuh tantangan yang belum pernah terjadi sebelumnya bagi masyarakat di Indonesia. Perubahan tiba-tiba dan drastis memengaruhi setiap aspek kehidupan, karena pembatasan mobilitas diberlakukan secara ketat untuk membendung penyebaran virus (Chtourou dkk., 2020; Cardwell dkk., 2021). Lonjakan kasus yang luar biasa telah membebani sistem perawatan kesehatan hingga batas maksimalnya. Rumah sakit menghadapi kekurangan tempat tidur, obat-obatan, dan peralatan medis penting, yang menyebabkan banyak pasien tidak dapat mengakses perawatan intensif yang sangat mereka butuhkan (Tempo, 2020; Purnamasari & Meiliana, 2021; Indah & Muq-sith, 2021). Hal ini mengakibatkan sebagian besar masyarakat tidak punya pilihan selain mengisolasi diri dan mengelola gejala mereka di rumah, sering kali dalam kondisi ketakutan dan ketidakpastian (Asmoro, 2021).

Periode ini juga ditandai oleh infodemi, yaitu banjir informasi tentang Covid-19 yang sering kali tidak dapat diandalkan, menyesatkan, atau terlalu mengkhawatirkan (Caceres dkk., 2022). Hal ini menimbulkan kebingungan dan kepanikan di masyarakat, yang berujung pada perilaku tidak rasional seperti menimbun obat-obatan dan perlengkapan medis, yang memperburuk kelangkaannya (Giannis dkk., 2021). Sistem perawatan kesehatan yang kolaps membuat banyak pasien dan keluarga mereka merasa terabaikan, demikian juga petugas kesehatan garis depan yang kewalahan dan berisiko. Kondisi ini berpotensi meningkatkan morbiditas dan mor-

talitas (Grey dkk., 2020; Marroquín, Vine, & Morgan, 2020; Van Bavel dkk., 2020). Krisis kesehatan mental yang menjadi salah satu dampak pandemi menunjukkan adanya kebutuhan mendesak akan dukungan masyarakat, informasi yang dapat diandalkan, dan intervensi psikososial untuk mencegah bahaya lebih lanjut (Nyashanu, Pfende, & Ekpenyong, 2020).

Solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan masalah ini adalah pemberian edukasi dan dukungan kepada individu yang menjalani isolasi mandiri, baik karyawan Universitas Ciputra, masyarakat yang tinggal di sekitar kampus, maupun keluarga mahasiswa di seluruh Indonesia (Van Bavel dkk., 2020). Tujuannya adalah menjembatani kesenjangan pengetahuan dan perawatan dengan memanfaatkan grup perca-kapan daring sebagai platform untuk berinteraksi, konseling, dan edukasi. Mahasiswa kedokteran yang terlatih berperan sebagai fasilitator, memberikan panduan tentang praktik isolasi mandiri yang efektif, latihan pernapasan, dan manajemen penyakit secara umum (Van Bavel dkk., 2020; Joshi dkk., 2020).

Sasaran program ini ada dua: membantu pasien Covid-19 menjalani isolasi mandiri secara efektif dan meredakan ketakutan serta kecemasan yang meluas akibat pandemi. Dengan memberdayakan individu dengan informasi akurat dan strategi praktis, kegiatan ini berupaya meningkatkan kepercayaan diri dalam mengelola penyakit dan meningkatkan kesejahteraan mental. Artikel ini membahas implementasi dan hasil inisiatif pemberdayaan masyarakat ini, yang menunjukkan potensinya sebagai model yang dapat digunakan untuk krisis serupa di masa mendatang.

METODE PELAKSANAAN

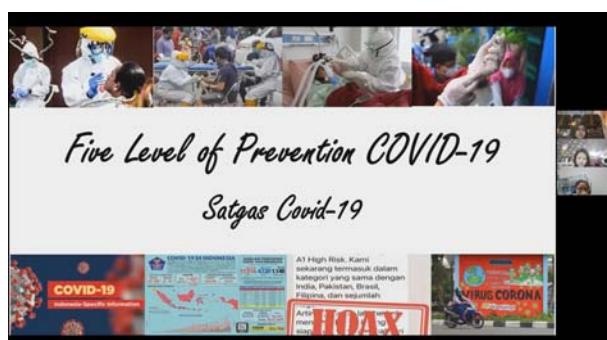
Metode pelaksanaan mencakup data survei awal, sosialisasi, pelatihan, pendampingan masyarakat berupa pemberian edukasi dan dukungan kepada peserta selama pandemi, serta evaluasi kegiatan (Joshi dkk., 2020; Abdel-Dayem, Brown, & Haray, 2021). Pelatihan dilakukan kepada 23 mahasiswa yang telah mengikuti sosialisasi dan bersedia menjadi konselor. Berdasarkan temuan dari survei awal, sesi pelatihan yang dipandu oleh pakar diselenggarakan untuk mahasiswa kedokteran yang bertugas sebagai konselor. Spesialis di bidang pulmonologi, kedokteran rehabilitasi, praktik umum, dan psikiatri melatih para mahasiswa untuk menjawab pertanyaan terkait SARS-CoV-2 secara efektif. Pelatihan ini menekankan pengetahuan terkini tentang Covid-19, praktik isolasi diri yang tepat, dan pertolongan pertama psikologis untuk memastikan bahwa mahasiswa dapat menanggapi kekhawatiran peserta dengan empati dan akurat.

Pengambilan partisipan pasien dilakukan dengan mendistribusikan undangan secara elektronik melalui kuesioner daring. Partisipan pasien yang berdomisili di Surabaya diberikan kuesioner yang bertujuan untuk mengumpulkan informasi demografi dan memahami kekhawatiran utama peserta terkait isolasi mandiri, manajemen klasster keluarga rawat jalan, serta masalah kesehatan

mental. Sebanyak 184 kuesioner yang telah diisi telah dikembalikan. Responden yang menyatakan minat untuk menerima bimbingan diundang untuk bergabung dalam grup percakapan daring. Grup ini memfasilitasi interaksi langsung antara konselor mahasiswa terlatih dan peserta. Peserta didorong untuk berbagi pertanyaan, ketakutan, dan tantangan mereka terkait isolasi diri dan mengatasi pandemi. Webinar diadakan pada tanggal 20 Juli 2021 untuk melengkapi grup percakapan daring, dengan memberikan pendidikan dan dukungan tambahan. Semua peserta diberi tahu tentang tujuan kegiatan ini dan secara sukarela memberikan persetujuan untuk berpartisipasi dengan melengkapi kuesioner. Kegiatan tersebut dilaksanakan dari Juni 2021 hingga Februari 2022, terutama secara daring karena adanya pembatasan mobilitas selama pandemi. Program ini berpusat di Surabaya, Indonesia, tetapi melibatkan peserta dari seluruh negeri yang terhubung melalui sarana elektronik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan untuk persiapan mahasiswa sebagai konselor dalam mendampingi pasien Covid-19 dilakukan secara daring. Materi pelatihan disampaikan oleh dokter spesialis paru,



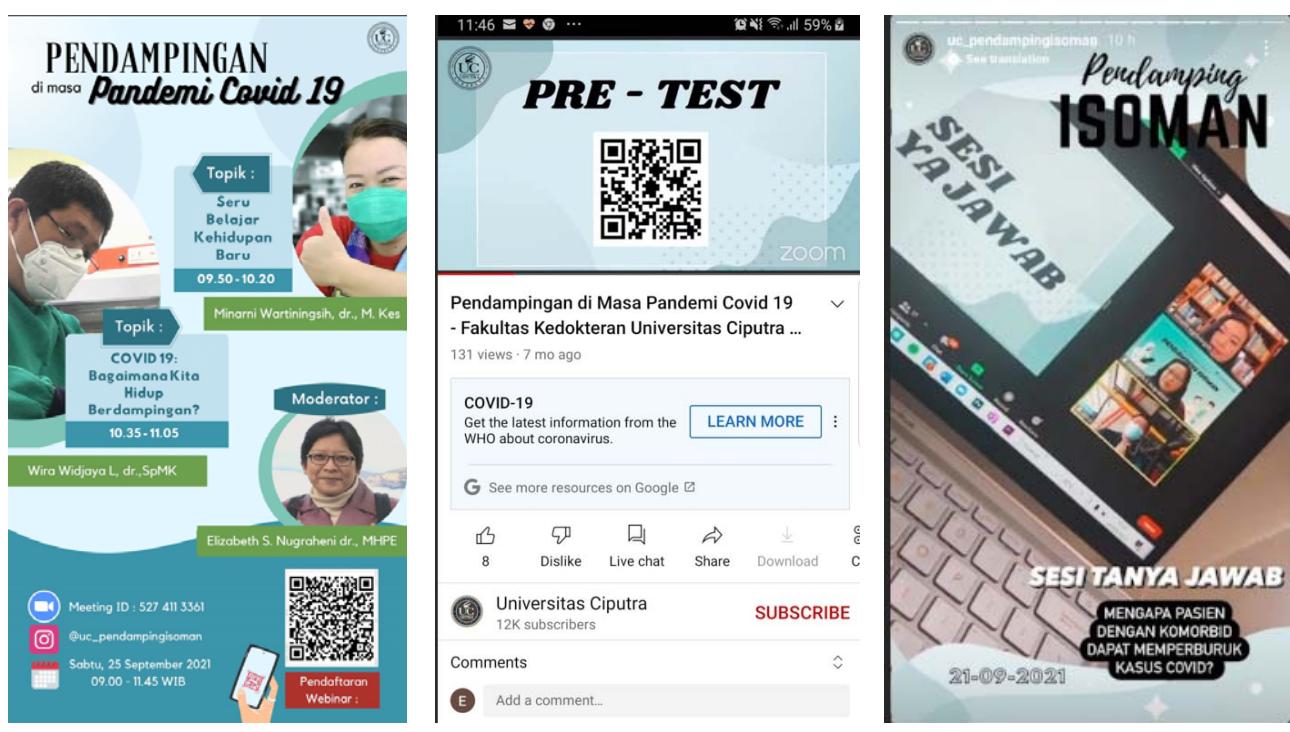
Gambar 1 Materi Pendampingan Konselor

dokter spesialis rehabilitasi medik, dan tim satgas pandemi Covid-19 Universitas Ciputra. Berbagai materi terkait skrining, penentuan diagnosis, apa yang perlu dilakukan selama isolasi mandiri, dan pencegahan diberikan untuk penguatan mahasiswa (Gambar 1).

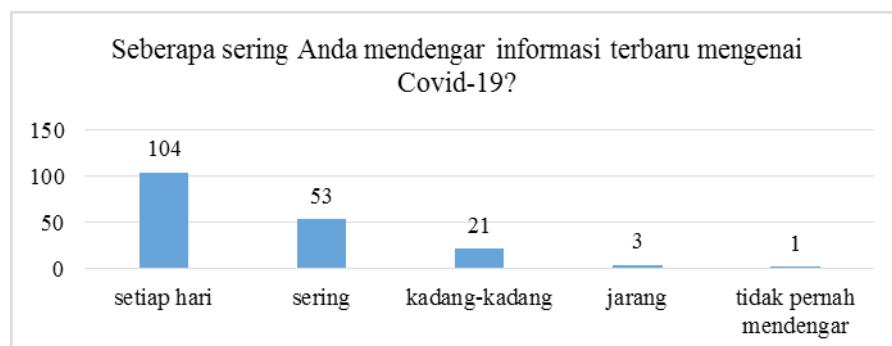
Kegiatan webinar diadakan untuk peserta, baik yang terinfeksi Covid-19 maupun yang tidak, dari keluarga, *civitas academica* UC, dan masyarakat yang berminat (Gambar 2). Peserta webinar yang bersedia didampingi selama masa Covid-19 dimasukkan ke dalam grup percakapan daring untuk didampingi selama masa isolasi mandiri. Interaksi tanya jawab dalam grup percakapan daring memberikan informasi yang akurat dan ketenangan kepada pasien isoman (Supriyanto dkk., 2020).

Webinar dilanjutkan dengan pemberian kuesioner kepada 182 peserta untuk mengetahui pemahaman mereka terkait Covid-19. Hasilnya menunjukkan bahwa 104 partisipan setiap hari

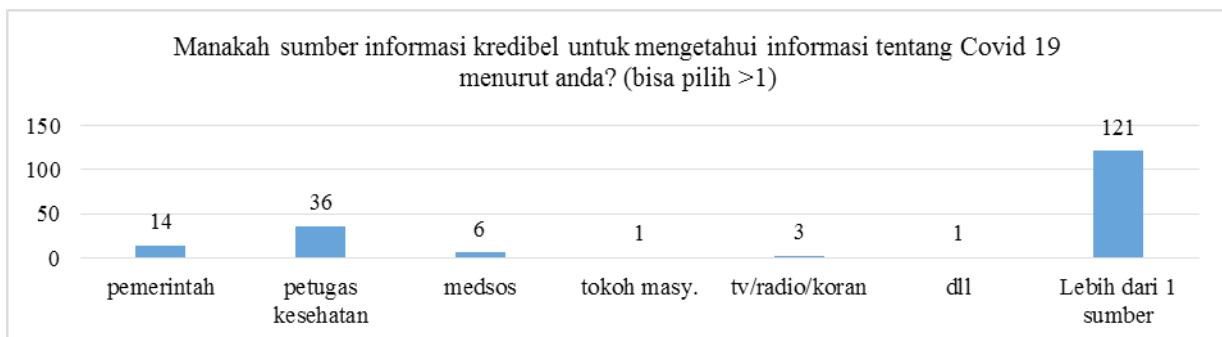
mendapatkan informasi terbaru mengenai Covid-19 melalui satu atau berbagai sumber (Gambar 3). Terdapat beragam jawaban mengenai sumber informasi kredibel yang mereka andalkan. Sebagian besar partisipan mengakui bahwa sumber informasi kredibel berasal dari petugas kesehatan, diikuti oleh informasi dari pemerintah (Gambar 4). Hal ini menunjukkan tingginya kepercayaan publik terhadap petugas kesehatan. Oleh karena itu, petugas kesehatan perlu dipersiapkan dalam memberikan informasi yang benar dan cepat untuk menangkis informasi yang kurang tepat, sehingga dapat mengurangi kepanikan dan menurunkan imunitas masyarakat. Selama pandemi SARS-CoV-2, sebagian besar responden menyatakan bahwa sumber informasi yang paling populer adalah media sosial, diikuti oleh teman atau saudara, sedangkan webinar merupakan sumber yang termasuk paling jarang digunakan (Gambar 5).



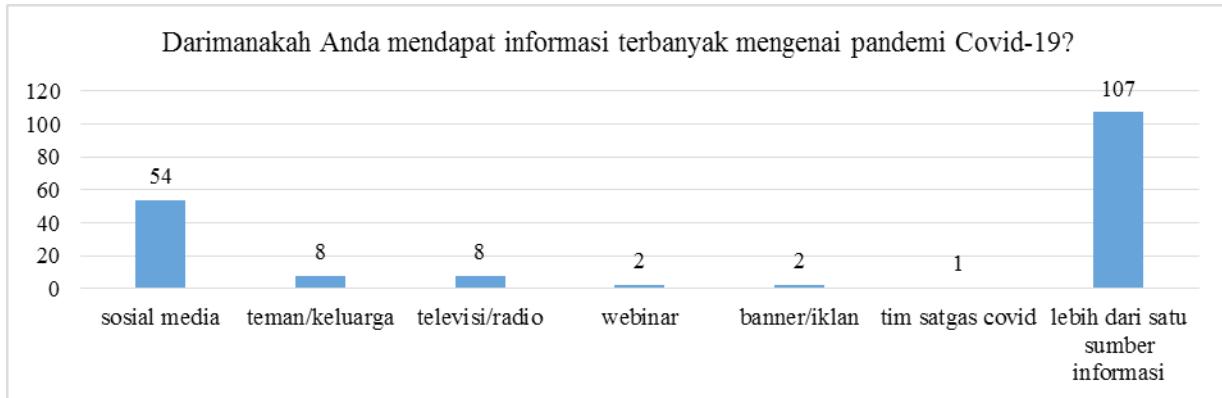
Gambar 2 Undangan dan Kegiatan Webinar Pendampingan di Masa Pandemi Covid-19



Gambar 3 Grafik Frekuensi Mendengar Informasi mengenai Covid-19



Gambar 4 Grafik Sumber Informasi Kredibel mengenai Covid-19

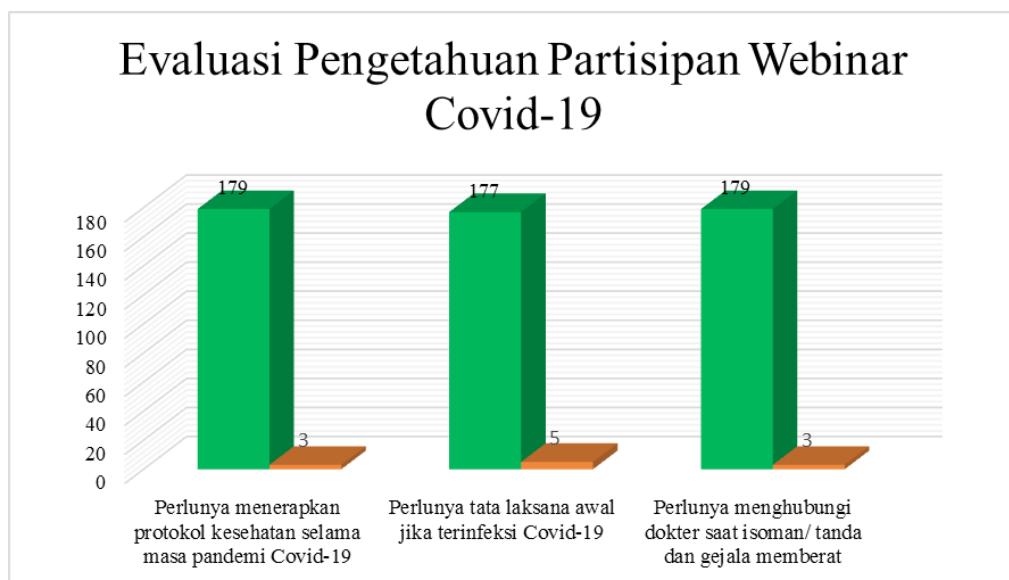


Gambar 5 Grafik Sumber Informasi Terbanyak mengenai Covid-19

Webinar diakhiri dengan evaluasi untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan peserta terhadap pandemi Covid-19. Hasilnya menunjukkan bahwa mayoritas peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai penerapan protokol kesehatan, tata laksana awal jika terinfeksi Covid-19, kapan menghubungi dokter selama masa

isoman, serta tindakan pencegahan (Gambar 6 dan Gambar 7).

Kegiatan pemberdayaan ini menyoroti kebutuhan kritis akan informasi tepercaya selama pandemi Covid-19, saat ketakutan, ketidakpastian, dan kehilangan merasuki masyarakat. Dampak virus yang meluas tidak hanya menyebabkan

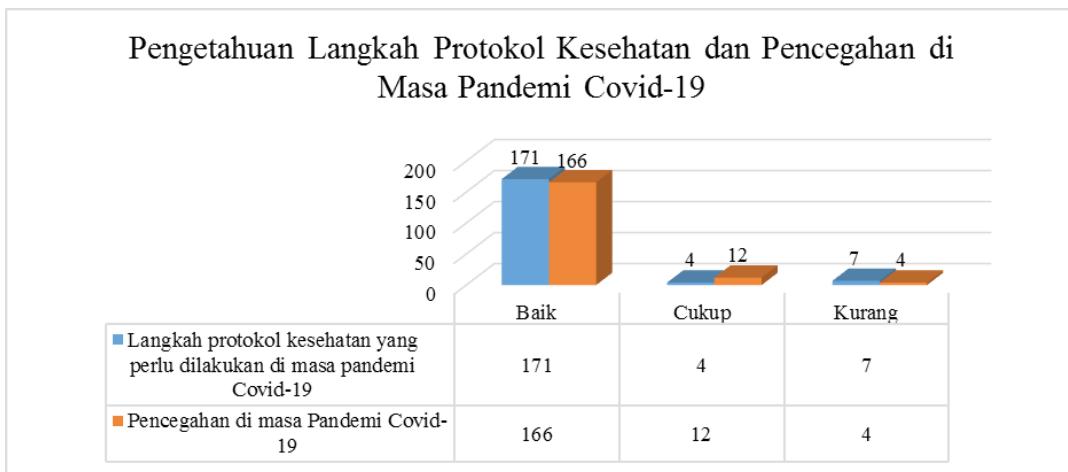


Gambar 6 Grafik Evaluasi Pengetahuan Partisipan Webinar Covid-19

krisis kesehatan fisik, tetapi juga memicu tekanan psikologis yang signifikan, termasuk ketakutan, frustrasi, dan keputusasaan. Lingkungan keputusasaan ini menggarisbawahi pentingnya memiliki sumber panduan yang dapat diakses dan dapat diandalkan untuk membantu individu menavigasi pengalaman mereka dengan virus tersebut. Kegiatan pendampingan melalui grup percakapan daring ini bermanfaat karena memberikan informasi yang benar, sehingga dapat membuat pasien

lebih tenang dalam menjalani masa isolasi mandiri mereka (Astuti, 2021).

Salah satu kontribusi penting dari inisiatif ini adalah keterlibatan mahasiswa kedokteran sebagai konselor terlatih. Pada saat para pekerja dan fasilitas kesehatan kewalahan, para mahasiswa turun tangan sebagai sistem pendukung penting bagi masyarakat. Kemampuan mereka untuk memberikan tanggapan yang akurat dan empatik terhadap pertanyaan dan masalah umum



Gambar 7 Tingkat Pengetahuan Langkah Protokol Kesehatan dan Pencegahan di Masa Pandemi Covid-19

membantu mengurangi kecemasan masyarakat. Bahkan setelah pandemi mulai mereda, efek trauma yang masih ada terlihat jelas, dengan banyak individu terus mencari jawaban dan kepastian. Interaksi berkelanjutan ini tidak hanya menguntungkan masyarakat, tetapi juga memperkuat kemanjuran diri dan kesiapan para profesional kesehatan masa depan.

Kolaborasi merupakan faktor penting lainnya dalam keberhasilan program ini. Dengan memanfaatkan keahlian dokter spesialis paru, spesialis rehabilitasi, psikiater, dan dokter umum, inisiatif ini menawarkan dukungan yang komprehensif. Selain itu, kemitraan dengan pemerintah daerah dan organisasi profesional dapat lebih meningkatkan efektivitas program serupa di masa mendatang. Penggunaan webinar dan grup percakapan daring terbukti sangat menguntungkan, karena keduanya dapat diakses secara langsung (*real-time*) untuk edukasi dan dukungan. Webinar memberikan kejelasan tentang isu-isu penting melalui penjelasan para ahli, sementara grup percakapan daring berfungsi sebagai sumber interaksi dan kepastian yang berkelanjutan. Peserta menghargai kemampuan untuk mengajukan pertanyaan dan menerima jawaban yang cepat dan akurat, yang membantu meredakan perasaan terisolasi dan takut.

Secara keseluruhan, inisiatif ini menunjukkan kekuatan intervensi berbasis masyarakat dalam mengatasi tantangan langsung dan jangka panjang pandemi. Ini menggarisbawahi pentingnya mempersiapkan tim multidisiplin yang terampil dan mengembangkan sistem pendukung yang kuat yang dapat segera diterapkan selama krisis kesehatan masyarakat. Pelajaran ini menjadi dasar bagi strategi masa depan untuk mengurangi dampak pandemi dan menumbuhkan ketahanan masyarakat (Alhalaseh dkk., 2021).

KESIMPULAN

Ketersediaan mahasiswa kedokteran sebagai konselor bagi pasien Covid-19 selama isolasi mandiri terbukti efektif. Melalui pelatihan ini, mahasiswa dapat memberikan edukasi, dukungan, dan informasi yang akurat kepada pasien, yang berkontribusi pada peningkatan pemahaman pasien terhadap Covid-19, penurunan kecemasan, serta peningkatan kepercayaan diri dalam mengelola gejala di rumah. Penggunaan platform digital seperti grup percakapan daring juga terbukti efektif dalam mengatasi keterbatasan akses layanan kesehatan selama pandemi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Ciputra atas dukungan pendanaan kegiatan, serta Puskesmas Made dan Ikatan Orang Tua Mahasiswa atas dukungan kerja sama yang telah diberikan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para dokter yang berdedikasi tinggi dalam memberikan informasi yang benar tentang infeksi SARS-CoV-2 selama berjuang melawan pandemi.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdel-Dayem, M. A., Brown, D. A., & Haray, P. N. (2021). Empowering patients and educating staff – An online solution for the Covid era and beyond! *Annals of Medicine and Surgery*, 65. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2021.102238>.
- Alhalaseh, Y. N., Elshabrawy, H. A., Erashdi, M., Shahait, M., Abu-Humdan, A. M., & Al-Hussaini, M. (2021). Allocation of the “Already” limited medical resources amid the Covid-19 pandemic, an iterative ethical en-

- counter including suggested solutions from a real life encounter. *Frontiers in Medicine*, 7. <https://doi.org/10.3389/fmed.2020.616277>.
- Asmoro, B. (2021, 10 Juli). PPKM darurat hari ke-8: Tips isoman dari dr. Reisa. *Covid19.go.id*. Diakses dari <https://covid19.go.id/berita/ppkm-darurat-hari-ke-8-tips-isoman-dari-dr-reisa>.
- Astuti, L. P. (2021). The role of guidance and counseling services in individual counseling during the Covid-19 pandemic. *International Journal of Applied Guidance and Counseling*, 2(1), 25–30. <https://doi.org/10.26486/ijagc.v2i1.1592>.
- Caceres, M. M. F., Sosa, J. P., Lawrence, J. A., Sestacovschi, C., Tidd-Johnson, A., Rasool, M. H. U., Gadamidi, V. K., Ozair, S., Pandav, K., Cuevas-Lou, C., Parrish, M., Rodriguez, I., & Fernandez, J. P. (2022). The impact of misinformation on the Covid-19 pandemic. *AIMS Public Health*, 9(2), 262–277. <https://doi.org/10.3934/public-health.2022018>.
- Cardwell, K., O'Neill, S. M., Tyner, B., Broderick, N., O'Brien, K., Smith, S. M., Harrington, P., Ryan, M., & O'Neill, M. (2021). A rapid review of measures to support people in isolation or quarantine during the Covid 19 pandemic and the effectiveness of such measures. *Reviews in Medical Virology*, 32(1). <https://doi.org/10.1002/rmv.2244>.
- Chtourou, H., Trabelsi, K., H'mida, C., Boukhris, O., Glenn, J. M., Brach, M., Bentlage, E., Bott, N., Shephard, R. J., Ammar, A., & Bragazzi, N. L. (2020). Staying physically active during the quarantine and self-isolation period for controlling and mitigating the Covid-19 pandemic: A systematic overview of the literature. *Frontiers in Psychology*, 11, 1708. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01708>.
- Giannis, D., Geropoulos, G., Matenoglou, E., & Moris, D. (2021). Impact of coronavirus disease 2019 on healthcare workers: beyond the risk of exposure. *Postgraduate Medical Journal*, 97(1147), 326-328. <https://doi.org/10.1136/postgradmedj-2020-137988>.
- Grey, I., Arora, T., Thomas, J., Saneh, A., Tohme, P., & Abi-Habib, R. (2020). The role of perceived social support on depression and sleep during the Covid-19 pandemic. *Psychiatry Research*, 293, 113452. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113452>.
- Indah, A. V. & Muqsith, A. (2021). Panic buying: Konsumerisme masyarakat indonesia di tengah pandemi Covid-19 perspektif psiko-analisis Jacques Lacan. *Jurnal Filsafat*, 31(1), 24-48. <https://doi.org/10.22146/jf.56722>.
- Joshi, A., Tammana, S., Babre, T., & Kallianpur, R. (2020). Psychosocial response to Covid 19 pandemic in India: Helpline counsellors' experiences and perspectives. *Counselling and Psychotherapy Research*, 21(1), 19–30. <https://doi.org/10.1002/capr.12378>.
- Marroquín, B., Vine, V., & Morgan, R. (2020). Mental health during the COVID-19 pandemic: Effects of stay-at-home policies, social distancing behavior, and social resources. *Psychiatry Research*, 293, 113419. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113419>.
- Nyashanu, M., Pfende, F., & Ekpenyong, M. S. (2020). Triggers of mental health problems among frontline healthcare workers during the Covid 19 pandemic in private care homes and domiciliary care agencies: Lived experiences of care workers in the Midlands region, UK. *Health & Social Care in the Community*, 28(4), 1000-1010. <https://doi.org/10.1111/hsc.13020>.

- the Community*, 30(2), e370–e376. <https://doi.org/10.1111/hsc.13204>.
- Purnamasari, D. M. & Meiliana, D. (2021, 20 Juni). PERSI: Rumah sakit di Indonesia kewalahan terima pasien Covid-19. *Kompas*. Diakses dari <https://nasional.kompas.com/read/2021/06/20/12163011/persi-rumah-sakit-di-indonesia-kewalahan-terima-pasien-covid-19?page=all>.
- Supriyanto, A., Hartini, S., Irdasari, W. N., Miftahul, A., Oktapiana, S., & Mumpuni, S. D. (2020). Teacher professional quality: Counselling services with technology in Pandemic Covid-19. *Counsellia Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 176–189. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i2.7768>.
- Tempo. (2020, 21 Juli). 4 peran satuan tugas penanganan Covid-19 pengganti gugus tugas. *Tempo*. Diakses dari <https://www.tempo.co/politik/4-peran-satuan-tugas-penanganan-covid-19-pengganti-gugus-tugas—599517>.
- Van Bavel, J. J., Baicker, K., Boggio, P. S., Capraro, V., Cichocka, A., Cikara, M., Crockett, M. J., Crum, A. J., Douglas, K. M., Druckman, J. N., Drury, J., Dube, O., Ellemers, N., Finkel, E. J., Fowler, J. H., Gelfand, M., Han, S., Haslam, S. A., Jetten, J., Kitayama, S., Mobbs, D., Napper, L. E., Packer, D. J., Pennycook, G., Peters, E., Petty, R. E., Rand, D. G., Reicher, S. D., Schnall, S., Shariff, A., Skitka, L. A., Smith, S. S., Sunstein, C. R., Tabri, N., Tucker, J. A., van der Linden, S., van Lange, P., Weeden, K. A., Wohl, M. J. A., Zaki, J., Zion, S. R., Willer, R. (2020). Using social and behavioural science to support Covid-19 pandemic response. *Nature Human Behaviour*, 4(5), 460–471. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z>.

