

## LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN HOLISTIK PADA MASA PANDEMI COVID 19 DI KELURAHAN SETIABUDI RT 005 JAKARTA SELATAN

**Tesha Aninditha Pricilla\*, Anisa Rahmadani**

Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Universitas Al-Azhar Indonesia

Jl. Sisingamangaraja No.2 Jakarta

\*Email :Teshanindithaa@gmail.com

### **Abstrak**

*Kegiatan pengabdian bertujuan memenuhi kebutuhan penduduk dalam meningkatkan kesehatan secara fisik, mental (psikologis), sosial dan spiritual di masa pandemi Covid 19. Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan meliputi layanan konseling individual dan layanan informasi yang menyesuaikan kebutuhan penduduk. Kelurahan Setiabudi RT 005 merupakan wilayah yang saat ini tengah berada dalam zona kuning rawan Covid 19. Jumlah kasus terkonfirmasi di wilayah ini terbilang cukup tinggi sebanyak 14 penduduk yang terpapar virus. Ini disebabkan karena kurangnya penyediaan layanan yang difokuskan kepada penduduk dalam menangani berbagai permasalahan sosial untuk mencapai kesejahteraan dalam hidup. Sehingga diadakannya kegiatan pengabdian berbasis layanan bimbingan dan konseling sebagai solusi terhadap problema yang dialami penduduk setempat. Hasil dari kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif bagi kehidupan penduduk setempat.*

**Kata Kunci :** *layanan, Covid 19, kebutuhan, kesehatan.*

### **PENDAHULUAN**

Kelurahan Setiabudi merupakan salah satu wilayah yang terletak di kecamatan Setiabudi, Kabupaten Jakarta Selatan. Kelurahan Setiabudi terbagi menjadi 14 wilayah salah satunya ialah Setiabudi Timur. Setiabudi Timur ialah sebuah perumahan yang dihuni sebanyak 22 kepala keluarga. Saat ini wilayah Setiabudi Timur tengah berada dalam zona kuning rawan Covid 19. Berdasarkan data dari [corona.jakarta.go.id](https://corona.jakarta.go.id), hingga Selasa (9/3/2021) pukul 18:50:58, jumlah penduduk terkonfirmasi positif virus corona di Kelurahan Setia Budi (Setiabudi) telah mencapai 229, serta 4 orang meninggal, 8 orang masih dirawat (positif aktif), dan 217 orang dinyatakan sembuh (AndraFarm, 9 Maret 2021). Sedangkan untuk wilayah Setiabudi Timur dari informasi pemerintah kelurahan Setiabudi RT 005 telah terkonfirmasi sebanyak 14 penduduk yang mengalami kasus Covid 19.

Jumlah penduduk terkonfirmasi positif yang terus bertambah berdampak pada keresahan masyarakat setempat. Dengan tingginya kasus Covid 19 di wilayah ini dalam penerapan protokol kesehatan dapat dikatakan kurang baik. Penyediaan fasilitas umum tidak memperhatikan aturan pemerintah dalam menerapkan protokol kesehatan. Kegiatan ibadah di masjid tidak menerapkan protokol kesehatan dalam menjaga jarak fisik, dan memakai masker. Selain itu kegiatan perkumpulan di kafe wilayah Setiabudi Timur masih sering dilakukan oleh pengunjung. Masalah lainnya yang terdapat di wilayah ini ialah kurangnya aspek keimanan (spiritual) yang dimiliki penduduk setempat. Hal ini dapat diketahui dari adanya hunian indekos campur antara laki-laki dan perempuan yang terkadang ditemukan masalah penyimpangan sosial. Selain itu mayoritas penduduk Setiabudi RT 005 jauh dari sikap gotong royong dan minimnya interaksi satu sama lain. Interaksi sosial yang dihadirkan sangat individual dalam arti kurang bermasyarakat. Ini disebabkan karena kurangnya penyediaan layanan yang difokuskan kepada masyarakat dalam menangani berbagai permasalahan sosial untuk mencapai kesejahteraan dalam hidup.

Berdasarkan fenomena yang terjadi perlu adanya suatu layanan berbasis bimbingan dan konseling sebagai solusi atau jalan keluar terhadap problema yang dialami penduduk setempat. Menurut Permendikbud Nomor 111 tahun 2014 bahwasanya layanan bimbingan dan konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor untuk memfasilitasi perkembangan pada individu agar dapat mencapai kemandirian dalam wujud kemampuan memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan

merealisasikan diri secara bertanggung jawab sehingga mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan dalam kehidupannya.

Tujuan dari pemberian layanan ini untuk meningkatkan kesehatan penduduk secara holistik melalui pemenuhan kebutuhan individu yang ditinjau dari kebutuhan fisik, mental (psikologis), sosial dan spiritual. Agar penduduk setempat mampu beradaptasi dengan situasi yang tengah terjadi di wilayah ini. Kesehatan di masa pandemi sangat dibutuhkan untuk menjaga diri dari timbulnya penyakit. Konsep sehat menurut Undang-Undang Kesehatan No. 36 tahun 2009 dalam Bab 1 Pasal 1 Ayat 1 adalah keadaan sehat, baik fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan seseorang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Untuk memenuhi kebutuhan masyarakat di masa pandemi ini peneliti melakukan pengabdian berbasis layanan bimbingan dan konseling yang meliputi layanan konseling individual dan layanan informasi sebagai bentuk implementasi terhadap masalah yang dialami masyarakat setempat.

## **METODE**

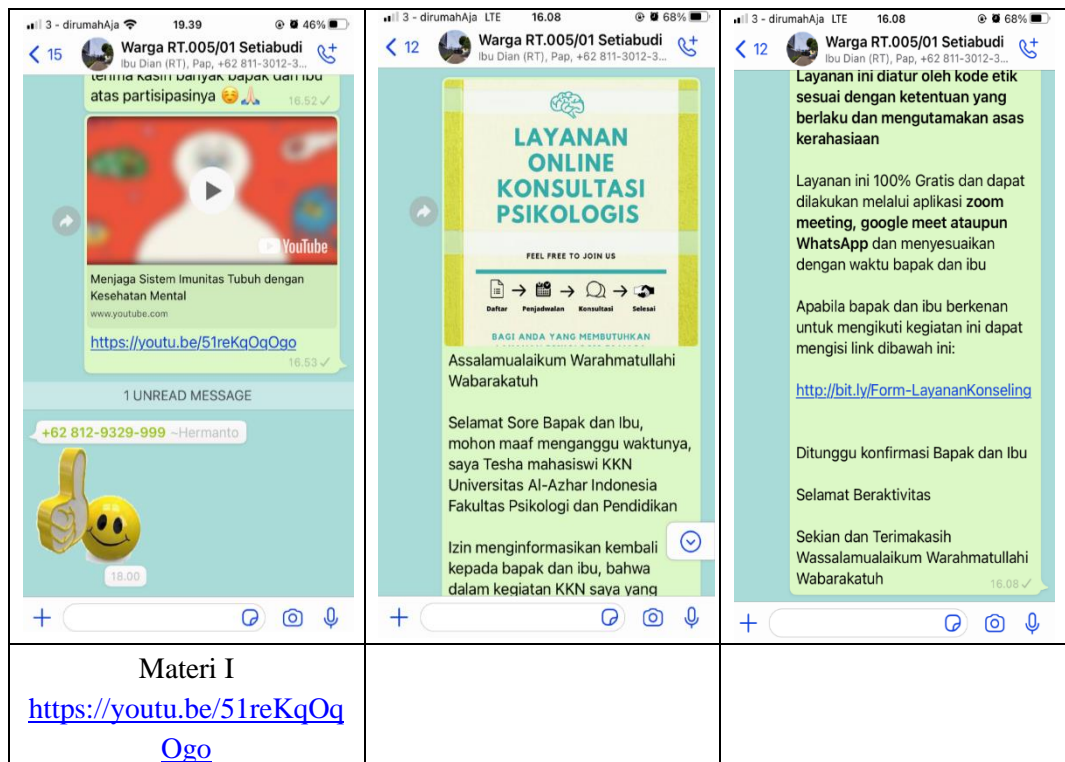
Pelaksanaan pengabdian kepada warga kelurahan Setiabudi RT 005 Kabupaten Jakarta Selatan dilakukan beberapa langkah dengan metode penelitian lapangan, diantaranya ialah:

1. Kegiatan observasi dan wawancara. Kegiatan observasi dilakukan dengan mengamati wilayah dan kegiatan masyarakat setempat. Selain itu dilakukan proses wawancara dan diskusi dengan pemerintah kelurahan untuk memahami masalah yang tengah terjadi di wilayah ini.
2. Identifikasi masalah dilakukan sebagai langkah untuk merumuskan program kerja pada kegiatan pengabdian masyarakat yang dapat menjadi solusi dalam memecahkan permasalahan di wilayah ini.
3. Penelitian pustaka sebagai acuan materi yang digunakan selama kegiatan pengabdian.
4. Perencanaan program layanan konseling individual dan layanan informasi. Layanan konseling individual merupakan program utama dengan menyediakan ruang konsultasi psikologis dalam menyelesaikan masalah yang dialami individu di masa pandemi Covid 19. Sedangkan layanan informasi merupakan program pendukung yang diberikan melalui pemasangan poster dan pemberian video sosialisasi.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan selama tiga minggu yang mencakup perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi program kegiatan. Perencanaan program dilakukan dengan mempersiapkan bahan yang akan dijadikan bentuk implementasi kegiatan pengabdian. Pelaksanaan program dilakukan secara online dan offline dengan menyesuaikan kebutuhan masyarakat setempat. Evaluasi program kegiatan dilakukan dengan metode pengumpulan data melalui kuesioner (angket) dan wawancara untuk mengetahui pencapaian program yang dilaksanakan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian yang dilakukan dengan mengimplementasikan layanan konseling individual dan layanan informasi kepada warga kelurahan Setiabudi RT 005. Pemanfaatan program kegiatan berdampak positif bagi warga setempat dalam meningkatkan kesehatan holistik di masa pandemi Covid 19. Kegiatan utama yang dilakukan ialah layanan konseling individual diawali dengan sosialisasi program agar penduduk setempat mendapat informasi dari layanan tersebut. Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan pemberian video dan poster pendaftaran konsultasi psikologis di fitur WhatsApp Group Warga Setiabudi RT 005 dengan partisipan sebanyak 31 orang. Pemberian video dan poster secara online dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pemberian Video dan Poster Pendaftaran

Jumlah pendaftar yang mengikuti kegiatan konseling sebanyak tiga orang warga yang mengalami masalah di masa pandemi Covid 19. Masyarakat yang mengalami permasalahan di masa pandemi cukup antusias dalam mengikuti program layanan konseling individual. Hal ini diketahui dari beberapa pertanyaan yang diajukan pendaftar terkait penerapan layanan konseling individual. Pelaksanaan layanan konseling individual dilakukan melalui fitur WhatsApp, Zoom dan Googlemeet dengan menyesuaikan kebutuhan klien. Kegiatan ini dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan melalui media online dengan menyesuaikan waktu yang dimiliki klien. Kegiatan konseling dilakukan melalui tiga tahapan diantaranya:

**Tahap I (Awal)**

Pada tahap ini diawali dengan membangun hubungan antara konselor dan klien agar terjalinnya hubungan kedekatan diantara keduanya. Setelah itu antara konselor dan klien melakukan perjanjian kontrak dalam proses konseling seperti kontrak waktu dan pembagian peran. Selanjutnya dilakukan penggalan masalah kepada klien untuk memahami permasalahan yang dialami. Teknik yang digunakan dalam proses konseling ialah menghadiri (*attending*), eksplorasi dan empati.

**Tahap II (Inti)**

Tahap inti dilakukan dengan menjelajahi masalah yang dialami klien secara lebih dalam dan menjaga agar hubungan dalam proses konseling tetap terpelihara. Di tahap ini konselor memenuhi kebutuhan klien agar klien mampu memecahkan permasalahan yang dialaminya. Konselor berupaya mengembangkan pendekatan konseling dengan menyesuaikan masalah klien. Penerapan berbasis keagamaan juga diberikan kepada klien untuk menumbuhkan rasa tenang dalam dirinya. Teknik yang digunakan dalam proses konseling diantaranya ialah: paraphrase (*paraphrasing*), pertanyaan terbuka (*open question*), pertanyaan tertutup (*close question*), dorongan minimal (*minimal encouragement*) dan mengarahkan.

**Tahap III (Akhir)**

Pada tahap ini perasaan tidak nyaman yang dialami klien mulai menurun. Klien mendapat pemahaman baru dalam menghadapi masalahnya. Di akhir kegiatan pada pertemuan pertama dan kedua, konselor membuat perjanjian untuk pertemuan selanjutnya. Sedangkan pada pertemuan ketiga merupakan pertemuan terakhir dalam proses konseling dimana klien sudah dapat mengatasi masalah yang dialaminya. Teknik yang digunakan dalam proses konseling ialah: interpretasi, menilai, merencanakan pertemuan selanjutnya dan mengakhiri.

Hasil kegiatan konseling dari ketiga klien yang termasuk dalam program layanan konseling individual disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Kasus, Pendekatan Konseling, dan Pendekatan Agama yang digunakan**

Klien	Masalah	Pendekatan Konseling	Pendekatan Keagamaan
NI	Jam kerja tidak menentu di masa pandemi saat <i>work from home</i> yang berdampak pada beban kerja	<i>Client Center</i> : penerimaan tanpa syarat pada diri klien, memahami perasaan klien dan mendukungnya, dan menyelaraskan antara ekspektasi dengan kenyataan (Corey,2013).	Q.S At-Taubah ayat 105, HR.Ahmad dan Ibnu Asakir tentang Motivasi dalam Bekerja
FA	Perilaku insecure (gelisah, takut dan tidak percaya diri) di sebabkan oleh kondisi ekonomi dan situasi pandemi Covid 19	<i>Cognitive Behavior Therapy</i> : menemukan masalah perilaku klien, memahami penyebab perilaku klien, dan memberi pemahaman akibat dari perilaku klien (Corey,2013).	Dzikir
LY	Di situasi pandemi ini terkadang muncul rasa ketakutan berlebihan terhadap hal buruk yang akan terjadi	<i>Cognitive Behavior Therapy</i> : menemukan masalah perilaku klien, memahami penyebab perilaku klien, dan memberi pemahaman akibat dari perilaku klien (Corey,2013).	Membaca Ta'awudz, Q.S An-Nas, dan Istighfar

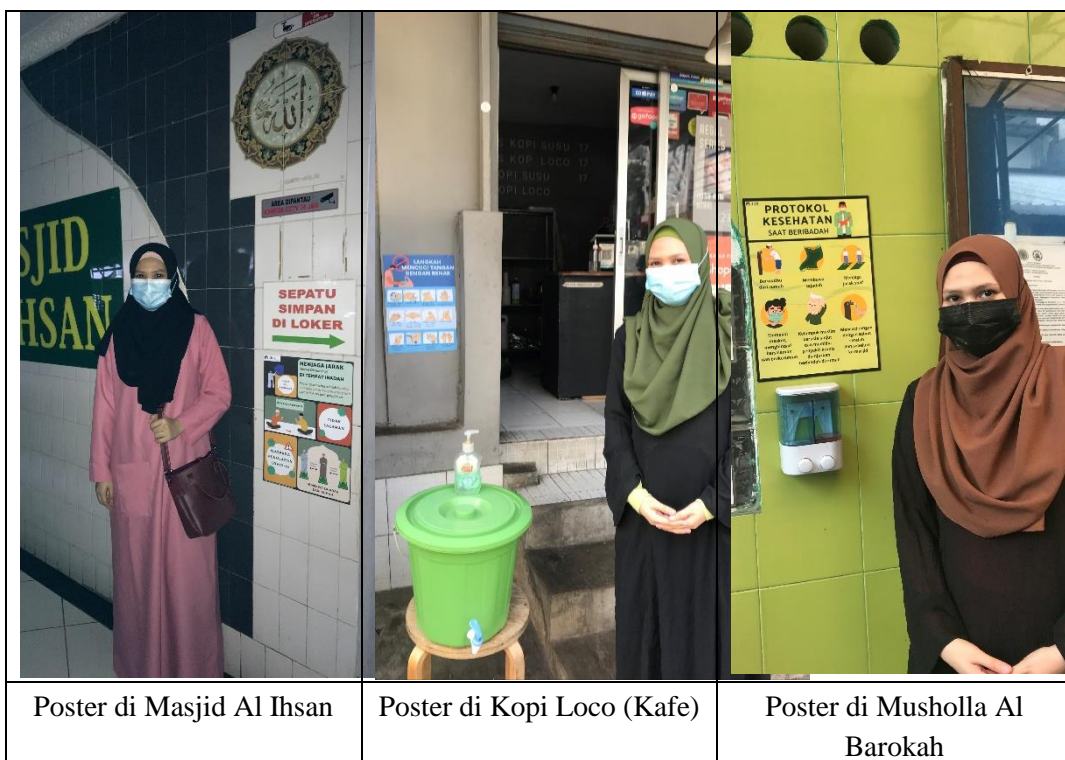
Berdasarkan uraian masalah pada Tabel 1 dapat disimpulkan bahwa pada umumnya permasalahan yang dialami klien disebabkan oleh pandemi Covid 19. Sehingga diperlukan penyediaan layanan konseling individual sebagai prasarana dalam membantu warga yang mengalami masalah.

Setelah berakhirnya kegiatan konseling, konselor melakukan penilaian atau evaluasi melalui kegiatan wawancara kepada klien. Dari hasil yang diperoleh pelaksanaan kegiatan konseling individual berdampak positif bagi masalah yang dialami masing-masing klien. Klien merasa lebih tenang dan dapat menghadapi masalahnya setelah mengikuti kegiatan konseling. Evaluasi kegiatan konseling dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pelaksanaan Layanan Konseling Individual

Adapun kegiatan lainnya yang diterapkan kepada warga Setiabudi RT 005 ialah pemasangan poster protokol kesehatan melalui layanan informasi yang dilakukan di tiga titik lokasi yang berbeda diantaranya: Masjid Al-Ihsan, Musholla Al Barokah dan Kafe Kopi Loco. Ketiga lokasi tersebut merupakan fasilitas umum yang rawan terhadap penularan Covid 19. Pemasangan poster dilakukan untuk menanggulangi kasus Covid 19 yang terjadi di wilayah ini agar masyarakat dapat hidup bersih dan higienis. Dari hasil yang diperoleh melalui kegiatan wawancara kepada narasumber selaku penjaga tempat pemasangan poster dinyatakan bahwa penerapan poster protokol kesehatan mendorong warga untuk menjaga kesehatan fisik di masa pandemi covid 19 dengan menerapkan informasi yang terdapat dalam poster. Kegiatan ini dapat mengurangi potensi penularan Covid 19 di kawasan Setiabudi Timur. Pemasangan poster protokol kesehatan dapat dilihat pada Gambar 3.



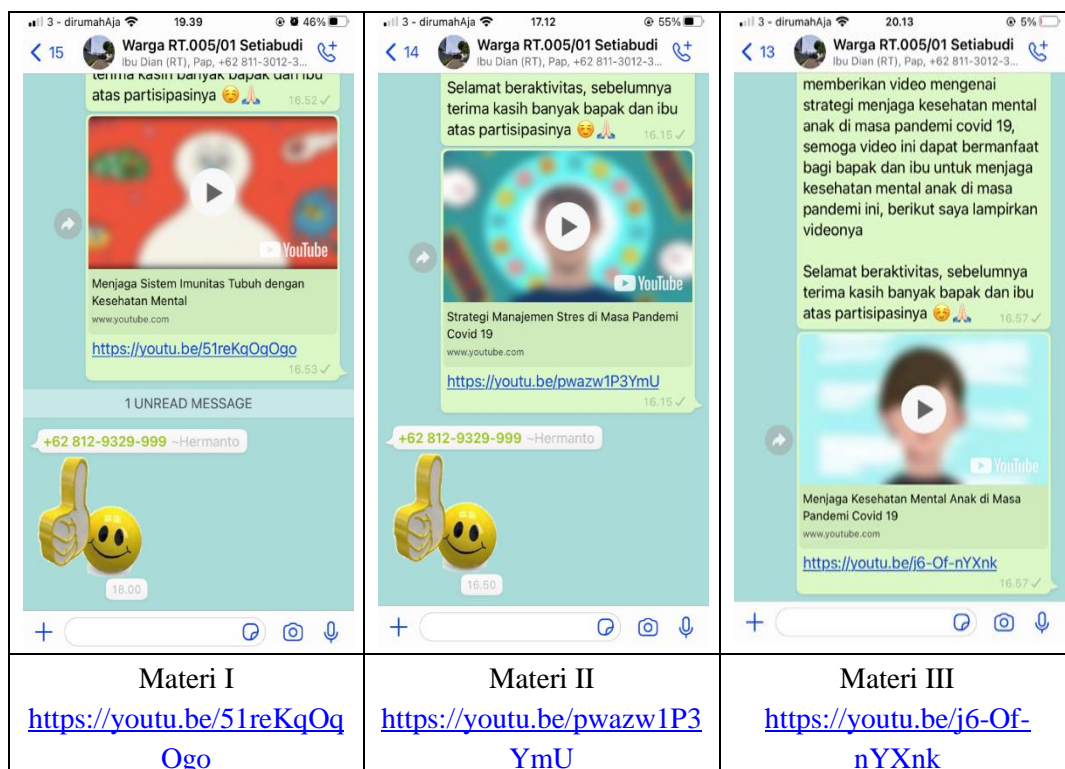
Poster di Masjid Al Ihsan

Poster di Kopi Loco (Kafe)

Poster di Musholla Al Barokah

Gambar 3. Pemasangan Poster Protokol Kesehatan

Kegiatan yang diberikan dari layanan informasi lainnya diadakan penerapan video sosialisasi kesehatan mental yang dilakukan secara online kepada Warga Setiabudi RT 005 melalui fitur *WhatsApp Group* dengan partisipan sebanyak 31 orang. Video sosialisasi dilakukan selama satu minggu sekali melalui pemberian materi tentang bagaimana merespon lingkungan di masa pandemi Covid 19. Pemberian materi ini dengan menggabungkan unsur keagamaan dalam memenuhi kebutuhan spiritual. Materi yang dihadirkan juga memberikan pemahaman tentang kebutuhan sosial bagi warga Setiabudi RT 005. Sehingga pemberian materi ini berperan dalam meningkatkan kesehatan mental yang dapat ditinjau dari segi psikologis, sosial dan spiritual. Dari hasil yang diperoleh melalui kusioner (angket) penelitian, pemberian video berdampak positif pada kesehatan mental penduduk setempat. Hal ini diketahui dari menurunnya kekhawatiran penduduk terhadap kasus Covid 19 di kawasan ini dan mampu meningkatkan kualitas hidup bagi diri sendiri maupun keluarga di masa pandemi Covid 19. Penerapan video sosialisasi kesehatan mental dapat dilihat pada Gambar 4.



**Gambar 4. Penerapan Video Sosialisasi Kesehatan Mental**

Dengan dihadirkan kegiatan pengabdian melalui penyediaan program layanan bimbingan dan konseling yang meliputi layanan konseling individual dan layanan informasi, kesehatan masyarakat setempat dapat meningkat untuk meminimalisir kasus Covid 19 yang tengah terjadi di wilayah ini. Peningkatan kesehatan dapat ditinjau dari hasil evaluasi program yang dilakukan. Dari hasil yang diperoleh terdapat kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan fisik dan mental yang ditinjau dari segi psikologis, sosial dan spiritual.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan penyediaan layanan bimbingan dan konseling yang meliputi layanan konseling individual dan layanan informasi pada masa pandemi Covid 19 di Kelurahan Setiabudi RT 005 Jakarta Selatan. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini dapat meningkatkan kesehatan penduduk setempat secara holistik. Program utama yang telah diterapkan melalui layanan konseling individual dapat memecahkan masalah yang dialami individu di masa pandemi Covid 19. Hal ini tentu bermanfaat bagi pemenuhan kebutuhan psikologis klien. Sedangkan pada program pendukung yang dilakukan melalui layanan informasi mampu meningkatkan kesadaran penduduk dalam menjaga kesehatan fisik, menurunkan kekhawatiran

penduduk terhadap kasus Covid 19 dan mampu meningkatkan kualitas hidup bagi diri sendiri maupun keluarga di masa pandemi Covid 19 yang ditinjau dari segi psikologis, sosial dan spiritual.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Departemen Kesehatan RI. (2009). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendikbud. (2014). *Permendikbud No. 111 tentang Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Kemendikbud.
- Update seputar perkembangan COVID-19 (corona) seluruh Kecamatan Setiabudi (Setia Budi) (DKI Jakarta) per hari sampai 1 Januari 2021*. (2021, 3 9). Diambil kembali dari Andra Farm:[https://m.andrafarm.com/\\_andra.php?\\_i=daftar-covid19-jakarta&noneg=3174021001&urut=1&asc=01100000000](https://m.andrafarm.com/_andra.php?_i=daftar-covid19-jakarta&noneg=3174021001&urut=1&asc=01100000000)