

ISOLASI MANDIRI TERPUSAT SHELTER UMKU SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN PENYEBARAN COVID DI KABUPATEN KUDUS

Sri Karyati^{a*}, Heny Siswanti^b, Anny Rosiana^c

^{abc}Universitas Muhammadiyah Kudus. Jalan Ganesha I Kudus, Jawa Tengah. Indonesia
email : srikaryati@umkudus.ac.id

Abstrak

Angka penyebaran covid-19 di Kudus yang awalnya sudah mulai menurun mengalami lonjakan yang sangat tinggi pasca lebaran akibat peningkatan arus mudik dan adanya varian baru. Salah satu permasalahan yang dihadapi adalah pelaksanaan isolasi mandiri bagi mereka yang terkonfirmasi covid dengan tanpa gejala atau dengan gejala ringan. Tidak semua orang atau keluarga siap dan tertib untuk melakukan isolasi mandiri. Untuk itu perlu disiapkannya tempat isolasi terpusat, salah satunya shelter UMKU. Shelter UMKU yang dikelola oleh persyarikatan Muhammadiyah memiliki beberapa kelebihan dibanding tempat isolasi mandiri terpusat lain, yaitu adanya edukasi serta pendampingan, pemantauan dan evaluasi secara rutin pada santri penghuni shelter. Edukasi tentang penyakit covid, cara pencegahan penularan, cara meningkatkan daya tahan tubuh, serta upaya untuk mengatasi rasa cemas, takut, dan kesepian diberikan untuk meningkatkan pengetahuan santri. Pendampingan dan pemantauan kesehatan dilakukan secara berkala 3x sehari. Santri juga mendapatkan pendampingan spiritual dan psikososial. Kegiatan tersebut terbukti dapat menurunkan kecemasan dan kesepian mereka. Pengalaman yang baik selama di shelter serta edukasi yang diberikan menjadikan mereka edukator yang efektif di masyarakat. Kegiatan isolasi mandiri terpusat shelter UMKU merupakan bentuk peranserta persyarikatan Muhammadiyah khususnya Universitas Muhammadiyah dalam membantu pemerintah untuk menurunkan angka penyebaran covid-19.

Kata Kunci: shelter UMKU, covid-19, edukasi, pendampingan kesehatan

Abstract

The spread of Covid-19 in Kudus experienced a very high spike after Eid al-Fitr due to increased population mobility and new variants. One of the government's problems is the implementation of self-isolation for those who are confirmed positive for Covid. Not everyone or family is ready and orderly to self-isolate. It is necessary to prepare a centralized isolation place, one of which is the UMKU shelter. Managed by the Muhammadiyah Association. It has several advantages over others, in the form of education and assistance, regular monitoring and evaluation of all living in shelters. Education about COVID-19, how to prevent transmission, increase endurance, as well as efforts to overcome anxiety, fear, and loneliness are given to increase their knowledge. Assistance and health monitoring are carried out regularly 3 times a day. they also receive spiritual and psychosocial assistance. all of which can reduce their anxiety and loneliness. Good experience while in the shelter and education provided make them effective educators in the community. The centralization of self-isolation activities at the UMKU shelter is a form of participation from Muhammadiyah organizations, especially Muhammadiyah University in helping the government suppress the spread of COVID-1.

Keywords: UMKU shelter, covid-19, education, health assistance

I. PENDAHULUAN

Sejak awal tahun 2021, kita dihadapkan dalam kondisi Pandemi Covid-19 yang sangat mempengaruhi pada semua segi kehidupan manusia. Angka penyebaran covid-19 yang awalnya sudah mulai menurun mengalami lonjakan yang sangat tinggi pasca lebaran

akibat peningkatan arus mudik dan adanya varian baru. Kondisi ini menyebabkan terjadinya peningkatan angka covid gelombang ke-2 yang menyebabkan kepanikan masyarakat. Kabupaten Kudus merupakan salah satu daerah yang mengalami lonjakan tertinggi di Indonesia.

Pencegahan lonjakan kasus covid ini sudah dilakukan dengan berbagai cara dengan mengkampanyekan gerakan 3T dan 3M. Beberapa strategi yang telah dilaksanakan adalah gerakan masker untuk semua yang mengkampanyekan kewajiban memakai masker saat berada di ruang publik atau di luar rumah. Strategi penelusuran kontak (racing) dilakukan untuk deteksi dini agar tidak terjadi penularan dari orang yang telah terinfeksi covid tanpa gejala. Racing ini dilakukan dari kasus positif yang dirawat dengan menggunakan rapid test atau tes cepat untuk keluarga, orang yang tinggal serumah atau orang terdekat, tenaga kesehatan yang merawat pasien Covid-19, serta untuk masyarakat di daerah dengan jumlah kasus yang banyak. Strategi edukasi dan penyiapan isolasi secara mandiri pada sebagian hasil tracing yang menunjukkan hasil tes positif dari rapid test atau negatif dengan gejala untuk melakukan isolasi mandiri, yang dapat dilakukan secara mandiri atau terpusat/berkelompok. Strategi isolasi rumah sakit untuk kondisi isolasi mandiri yang tidak mungkin untuk dilakukan, seperti karena ada tanda klinis yang butuh layanan definitif di rumah sakit, termasuk dilakukan isolasi di RS darurat (Widnyana, dkk., 2020).

Salah satu permasalahan yang dihadapi dalam pelaksanaan strategi tersebut adalah pelaksanaan isolasi mandiri. Ketertiban masyarakat dalam melakukan isolasi mandiri masih rendah, terutama untuk masyarakat yang terkonfirmasi covid dengan tanpa gejala. Ketidaktertiban ini sangat membahayakan karena sangat rentan untuk menularkan covid. Covid-19 menular dari manusia ke manusia melalui percikan batuk/bersin (droplet). Orang yang kontak erat dengan penderita Covid-19 termasuk yang tanpa gejala. Tindakan pencegahan dan mitigasi merupakan kunci penerapan di masyarakat. Salah satu langkah pencegahan yang paling efektif selain menerapkan 5 M adalah menjamin isolasi mandiri masyarakat dilakukan secara tertib (Dirjen P2P Kemenkes RI, 2020).

Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menyusun protokol isolasi mandiri covid

untuk mencegah penularan. Kendala masyarakat dalam melakukan isolasi mandiri adalah adanya kesulitan dalam memenuhi kebutuhan pokok sehari-harinya dan keterbatasan untuk melakukan pemantauan kesehatannya. Selain itu, masyarakat juga mengalami kecemasan dan ketakutan untuk melakukan isolasi mandiri bukan hanya terkait dengan kondisi kesehatannya saja tetapi lebih dari itu adalah adanya perasaan pengucilan (stigma masyarakat) yang berimbas pada stress, kesepian bahkan depresi. Untuk mencegah hal tersebut maka team Satgas Covid UMKU bersama rumah sakit mitra dan MDMC Kudus mempersiapkan shelter isolasi mandiri terpusat untuk warga Kudus yang terkonfirmasi covid dan terkendala untuk melakukan isolasi mandiri di rumah. Shelter UMKU bukan hanya menyediakan tempat dan fasilitas untuk memenuhi kebutuhan pokok saja tetapi juga memberikan pendampingan, pemantauan dan evaluasi bagi penghuni shelter.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk:

1. Menyediakan sarana dan prasarana tempat isolasi mandiri terpusat bagi masyarakat Kudus yang terkonfirmasi covid
2. Memberikan pendampingan, pemantauan dan evaluasi bagi masyarakat Kudus yang terkonfirmasi covid
3. Memberikan edukasi tentang pencegahan covid bagi masyarakat Kudus yang terkonfirmasi covid
4. Membantu mencegah penularan covid dan menurunkan angka covid di Kudus

II. METODE PENGABDIAN

Metode yang dilaksanakan dalam pengabdian ini adalah melalui pemberian edukasi, pendampingan, pemantauan dan evaluasi pada aspek biologis, psikologis dan spiritual semua penghuni shelter UMKU yang melakukan isolasi mandiri terpusat. Edukasi yang diberikan terkait pemahaman tentang penularan dan cara pencegahan penularan covid-19 kepada orang lain, pemantauan kondisi dan cara meningkatkan kekebalan tubuh. Pendampingan, pemantauan dan evaluasi selama isolasi terpusat di shelter

dilakukan secara rutin 3x sehari untuk melakukan deteksi dini sehingga jika terjadi penurunan kondisi dapat diketahui secara cepat. Pendampingan psikologis dan spiritual dilakukan secara rutin oleh tenaga yang kompeten.

Kegiatan ini melibatkan beberapa pihak yaitu Universitas Muhammadiyah Kudus, Rumah Sakit Aisyiyah Kudus, Muhammadiyah Disaster Management Center (MDMC) Kabupaten Kudus, Muhammadiyah Covid-19 Command Center (MCCC) UMKU, Klinik Muhammadiyah di Kudus dan para relawan. Universitas Muhammadiyah Kudus bertanggungjawab untuk menyediakan dan mengelola tempat (shelter) beserta sarana dan prasarannya, melakukan pengelolaan relawan yang terlibat dalam shelter UMKU, serta penyediaan akomodasi bagi penghuni shelter dan para relawan.

Rumah Sakit Aisyiyah Kudus bertanggungjawab terhadap screening awal calon penghuni shelter dan sebagai tempat rujukan pertama jika ditemukan penghuni shelter yang mengalami gejala covid-19 yang menurun.

MDMC Kudus dan MCCC Kudus bertanggungjawab terhadap ketertiban dalam menerapkan protokol kesehatan pencegahan penularan covid-19 dan ketepatan pemakaian alat pelindung diri bagi para petugas shift dan relawan agar terhindar dari resiko tertular covid-19 selama piket.

Rumah Sakit Aisyiyah Kudus, Universitas Muhammadiyah Kudus, dan Klinik-klinik Muhammadiyah di Kudus secara bersama-sama menyediakan tenaga medis dokter dan perawat untuk ditugaskan secara shift.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Shelter UMKU merupakan salah satu tempat isolasi mandiri terpusat yang disediakan oleh Amal Usaha Muhammadiyah di Kudus sebagai salah satu bentuk kepedulian Muhammadiyah dalam membantu mempercepat penanganan covid-19. Selain Shelter UMKU, beberapa tempat yang dijadikan sebagai tempat isolasi mandiri terpusat di Kudus diantaranya Rusunawa Bakalan Krapyak, Graha Muria, Balai Pelatihan Diklat Sonya Warih menawan.

Shelter UMKU memiliki beberapa kelebihan jika dibandingkan dengan tempat isolasi mandiri terpusat lainnya, karena shelter UMKU bukan hanya menyediakan tempat saja tetapi juga dilakukan peningkatan edukasi, pendampingan, pemantauan dan evaluasi.

Penghuni shelter UMKU yang kemudian diberikan julukan santri shelter UMKU melewati beberapa tahapan. Tahap pertama sebelum diterima sebagai santri shelter, dilakukan screening untuk mengetahui kondisi calon santri. Screening awal ini dilakukan di Rumah Sakit Aisyiyah Kudus untuk menentukan apakah yang bersangkutan memang terkonfirmasi covid-19 dengan menggunakan pemeriksaan swab antigen. Jika yang bersangkutan terkonfirmasi positif maka akan dilakukan pemeriksaan lanjut terkait gejala yang dirasakannya. Untuk yang tanpa gejala atau dengan gejala ringan, yang bersangkutan akan diminta untuk melakukan isolasi mandiri di rumah jika kondisi rumah dan support anggota keluarga yang lain memungkinkan ataupun isolasi mandiri terpusat di shelter UMKU sebagai pilihan. Jika ditemukan hasil adanya gejala sedang apalagi berat maka yang bersangkutan harus mendapatkan perawatan di rumah sakit terlebih dahulu sebelum bisa melakukan isolasi mandiri terpusat setelah kondisinya membaik.

Tahap kedua, saat santri memasuki shelter UMKU, maka akan dilakukan pemeriksaan kesehatan yang terdiri dari tensi, nadi, pernafasan, saturasi oksigen dan keluhan yang dirasakan santri. Setelah itu santri akan diorientasikan dengan lingkungan shelter, juga dijelaskan hak dan kewajiban santri selama di shelter. Santri bertanggungjawab terhadap kebersihan ruangan, pakaian dan alat makannya selama di shelter.

Selama di dalam shelter, semua santri akan mengikuti beberapa kegiatan rutinitas untuk meningkatkan kesehatannya. Kegiatan rutinitas tersebut adalah:

1. Santri akan dibangunkan sebelum subuh sehingga santri dapat melakukan ibadah dengan lebih baik
2. Sarapan, makan siang, makan malam dan juga minum obat sesuai jadwal.

3. Olah raga dan berjemur pada pagi hari.
4. Pemeriksaan atau pemantauan kesehatan secara rutin sehari tiga kali sesuai dengan shift petugas kesehatan.
5. Edukasi kesehatan, terutama edukasi tentang penyakit covid, cara pencegahan penularan, cara meningkatkan daya tahan tubuh, serta upaya untuk mengatasi rasa cemas, takut, dan kesepian.
6. Bimbingan atau pendampingan spiritual dilakukan oleh dosen Al Islam Kemuhammadiyah dan juga ustadz dari luar yang diberikan secara online
7. Bimbingan atau pendampingan psikososial online secara individual saat santri mengalami masalah psikologis.

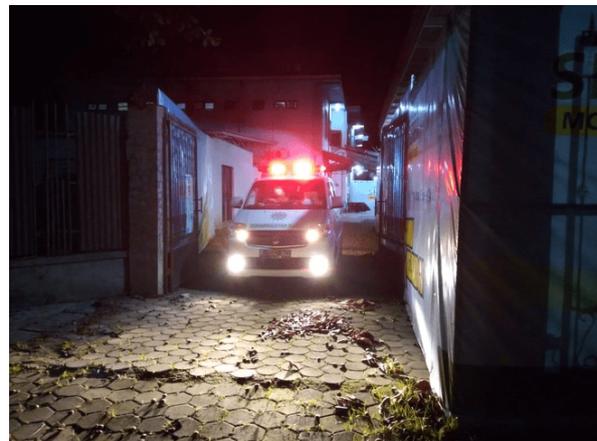
Jika pada saat pemeriksaan dan pemantauan kesehatan ditemukan keluhan atau kondisi yang menunjukkan perburukan kondisi, santri yang bersangkutan akan dirujuk ke Rumah Sakit Aisyiyah Kudus untuk mendapatkan pemeriksaan yang lebih lengkap dan perawatan sesuai kebutuhannya. Jika pasca perawatan kondisi santri sudah membaik, maka santri akan dikembalikan ke shelter kembali. Tindakan ini merupakan tindakan antisipasi agar tidak terjadi kondisi yang tidak diinginkan.

Bimbingan spiritual dan psikososial dilakukan secara online oleh tenaga yang kompeten di bidangnya. Shelter juga menyediakan pendampingan psikososial secara individual saat santri merasakan adanya gangguan atau perasaan cemas, takut atau kesepian yang menggangukannya. Hal ini dilakukan untuk dapat memberikan solusi masalah yang dihadapi santri dengan harapan agar santri senantiasa merasa nyaman selama tinggal di shelter. Kenyamanan atau kebahagiaan itu sendiri terbukti dapat meningkatkan semangat untuk sembuh dan meningkatkan daya tahan tubuh mereka.

Evaluasi kondisi kesehatan santri dilakukan setiap shift petugas kesehatan. Evaluasi akhir dilakukan setelah 10 hari santri masuk shelter, yaitu pemeriksaan swab antigen dan keluhan yang masih dirasakan santri. Evaluasi ini untuk mengetahui apakah

santri sudah siap untuk dipulangkan atau tidak. Santri yang sudah siap pulang akan diantar oleh MDMC sampai ke rumahnya. Mereka akan mendapatkan sertifikat bukti sudah melakukan isolasi secara tuntas dengan sebutan lulusan santri. Petugas MDMC juga akan memberikan edukasi kepada lulusan santri dan keluarganya agar selalu tertib menjalankan protokol kesehatan pencegahan penularan covid-19. Lulusan santri juga masih dipantau kondisi kesehatannya melalui whats app.

Semua santri yang pernah tinggal di shelter UMKU pulang dalam keadaan sehat, meskipun ada beberapa yang mengalami perpanjangan masa tinggal karena hasil swab antigen masih positif dan masih memiliki gejala. Lulusan santri paling lama tinggal di shelter UMKU selama 17 hari. Ada beberapa santri yang saat tinggal di shelter UMKU mengalami penurunan kondisi kesehatan, tetapi semuanya membaik dan kembali ke shelter UMKU setelah mendapatkan perawatan di rumah sakit.



IV. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah memberikan banyak bantuan dan berperan aktif dalam terselenggaranya kegiatan isolasi mandiri terpusat di shelter UMKU. Ucapan terimakasih ini terutama kami sampaikan kepada:

1. Rektor UMKU dan seluruh jajarannya
2. Direktur Rumah Sakit Aisyiyah Kudus beserta seluruh jajarannya
3. Direktur Klinik Muhammadiyah Asy Syifa' Janggalan Kudus beserta seluruh jajarannya
4. Direktur Klinik Muhammadiyah Asy Syifa' Undaan Kudus beserta seluruh jajarannya
5. Ketua dan seluruh anggota MDMC Kabupaten Kudus
6. Ketua dan seluruh anggota MCCC Universitas Muhammadiyah Kudus
7. Seluruh relawan yang sangat luar biasa.

V. KESIMPULAN

Seseorang yang terkonfirmasi covid tidak selamanya harus dilakukan perawatan di rumah sakit karena kapasitas rumah sakit yang terbatas. Seseorang yang terkonfirmasi covid yang tanpa gejala atau dengan gejala ringan dapat melakukan isolasi mandiri untuk mencegah penularan pada orang lain terutama pada anggota keluarganya. Sayangnya, tidak semua keluarga siap dan dapat membuat mereka disiplin untuk melakukan isolasi mandiri di rumah masing-masing. Untuk itulah perlunya tempat untuk isolasi mandiri terpusat.

Isolasi mandiri terutama isolasi mandiri terpusat seringkali membawa masalah psikologis yaitu kecemasan dan kesepian, terutama jika dilakukan secara terpusat. Pendampingan secara komprehensif terbukti dapat membantu mengurangi kecemasan dan kesepian mereka. Pengalaman yang baik selama di shelter serta edukasi yang diberikan juga akan menjadikan santri lulusan shelter UMKU menjadi edukator yang efektif di masyarakat karena ia menyampaikan semuanya berdasarkan pengalaman nyatanya.

DAFTAR PUSTAKA

Dirjen P2P Kemenkes RI. (2020). Isolasi Mandiri penderita covid-19.

Kemenkes RI.. (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian COVID-19. <https://covid19.kemkes.go.id/protokol-covid-19/kmk-no-hk-01-07-menkes-413-2020-ttg-pedoman-pencegahan-dan-pengendalian-covid-19>

Ganesan,B. Etall. (2021). Impact Of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak Quarantine, Isolation, And Lockdown Policies On Mental Health And Suicide. NIH National Library of Medicine. *Front Psychiatry*. 2021; 12: 565190. doi: [10.3389/fpsyt.2021.565190](https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.565190)

Pradana, dkk. (2021). Pengaruh Pelaksanaan Isoman (Isolasi Mandiri) di Desa dan di Kota Terhadap Hubungan Sosial Masyarakat. *Asanka: Journal of Social Science and Education* .vol 2 No 2 2021. e issn 2722 9998

Putri, N. W., & Rahmah, S. P. (2020). Edukasi kesehatan untuk isolasi mandiri dalam upaya penanganan COVID-19 di Kanagarian Koto Baru, Kabupaten Solok. *Jurnal Abdidas*, 1(6), 547–553.

Pamungkas Supris Y. E. (2020). Panduan Isolasi Mandiri di Rumah Terpantau (ISOMANTAU). (karawang:Primary Hospital) <https://primayahospital.com/covid-19/isolasi-mandiri-di-rumah/>

Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MenKes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19). MenKes/413/2020, 2019, 207.

Widnyana,M.A., dkk. COVID-19: Perspektif Hukum dan Sosial. Kemasyarakatan Yayasan Kita Menulis.2020