



## Membangun Mental Positif Selama Masa Pandemi Covid-19 Melalui Pengusaan Teknologi Sederhana di Panti Karya HEPHATA HKBP

Melda Rumia Rosmery Simorangkir<sup>\*1</sup>, Susilo Susilo<sup>2</sup>, Esther Rela Intarti<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Teknik Elektro, Fakultas Teknik Universitas Kristen Indonesia

### Article Info

#### Article history:

Received Apr 12<sup>th</sup>, 2021

Revised Mei 20<sup>th</sup>, 2021

Accepted Jun 26<sup>th</sup>, 2021

#### Keyword:

COVID-19

Positive mental

Disability

Special needs

Panti karya

### ABSTRACT

The conditions of the Covid 19 pandemic are experienced by various levels of society, the impact is huge in various sectors. Not only the health sector but also the economy, education, entrepreneurship, and employment. In the world of education, the COVID-19 pandemic has a huge impact, especially on children with special needs and disabilities. Their limited condition needs to be developed to be able to survive even the most difficult conditions. Meanwhile, during the pandemic, a quarantine was imposed to break the chain of Covid 19, all people had to carry out work, worship, and study activities from home. During the quarantine process, they were confused about carrying out activities, so they often came into conflict with themselves and with people outside of themselves so that a positive mentality must be built to be able to motivate children with special needs and disabilities. The method used in this PKM is the method of community education and training in the form of Focus Group Discussions (FGD) for orphanage teachers, orphanage administrators, residents around the orphanage environment, and observers with special needs. PKM was carried out at the HKPB Hephata Work Home, Sintong Marnipi Village, Laguboti, Toba Regency, North Sumatra. Through PKM activities, it is hoped that seminar participants can continue to help children with special needs and disabilities to be able to carry out positive activities and think positively while going through the COVID-19 pandemic.



© 2021 The Authors. Published by Universitas Negeri Padang.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

### Corresponding Author:

Simorangkir, M. R. R.,

[✉ melda.simorangkir@uki.ac.id](mailto:melda.simorangkir@uki.ac.id)

## Pendahuluan

Wabah covid-19 telah menimbulkan kekhawatiran global. Ini disebabkan penyebaran virusnya yang cepat, yakni hanya butuh 48 hari untuk menginfeksi 1.000 orang pertama. Sehingga sejumlah upaya untuk mengisolasi penyebaran virus. Sejumlah negara mengambil langkah untuk mencegah masuknya virus yang menyebabkan demam dan penyakit pneumonia itu. Termasuk Indonesia yang menghentikan penerbangan baik langsung dan transit dari dan ke Tiongkok. Tak hanya Tiongkok, pemerintah pun telah membatasi masuknya penduduk dari beberapa negara ke Indonesia. Hal ini mengakibatkan terjadinya gangguan mental terhadap masyarakat Indonesia. Kesehatan Mental memiliki arti penting dalam

kehidupan seseorang, dengan mental yang sehat maka seseorang dapat melakukan aktifitas sebagai makhluk hidup. Kondisi mental yang sehat akan membantu perkembangan seseorang kearah yang lebih baik dimasa mendatang. Kesehatan mental adalah keadaan dimana seseorang mampu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif dan mampu memberi kontribusi terhadap lingkungannya (WHO, 2016). Sedangkan masalah kesehatan mental diartikan sebagai ketidakmampuan seseorang menyesuaikan diri terhadap tuntutan dan kondisi lingkungan yang mengakibatkan ketidakmampuan tertentu (Kartono, 2000).

Pada tanggal 16 Maret 2020 pemerintah di Indonesia memutuskan untuk melakukan karantina kesehatan atau yang dikenal dalam masyarakat dengan istilah *lockdown* secara menyeluruh diseluruh Indonesia sebagai usaha memutus mata rantai Covid-19 sesuai dengan Pasal 1 ayat 1 UU Nomor 6 Tahun 2018 tentang Karantina Kesehatan yang berbunyi:

(1) Kekarantinaan Kesehatan adalah upaya mencegah dan menangkal keluar atau masuknya penyakit dan/atau faktor risiko kesehatan masyarakat yang berpotensi menimbulkan kedaruratan kesehatan masyarakat.

Selama karantina berbagai sektor menjadi korban, baik sektor ekonomi, kesehatan dan sektor pendidikan. Dalam [www.finance.detik.com](http://www.finance.detik.com) Pada Kamis, 8 Oktober 2020 melalui Virtual Menteri Keuangan Sri Mulyani menjelaskan pembatasan atau *lockdown* yang diterapkan banyak negara secara langsung menghentikan kegiatan sosial dan ekonomi yang pada akhirnya terjadi perlambatan ekonomi. Langkah pencegahan Covid telah mengancam perekonomian seluruh dunia, di mana pertumbuhan ekonomi dunia merosot tajam. Selain menurunkan pertumbuhan ekonomi dunia, Mantan Direktur Pelaksana Bank Dunia ini pun mengungkapkan pandemi Corona telah berdampak besar pada sektor keuangan di Indonesia. Dia menyebut, sekitar Rp 140 triliun dan investasi kabur atau *capital outflow* dari Indonesia.

Dalam penelitiannya Rosyanti dan Hadi mengungkapkan dampak yang dialami selama pandemi, Rosyanti dan Hadi (2020:109) mereka mengungkapkan dampak stres pada individu akibat terlalu cemas terhadap pandemi Covid-19

(2) “Reaksi terkait stres meliputi perubahan konsentrasi, lekas marah, cemas, susah tidur, berkurangnya produktivitas, dan konflik antarpribadi, dalam kasus selanjutnya, mereka akan mengalami kondisi kejiwaan yang lebih parah, pemisahan dari keluarga, situasi abnormal, peningkatan paparan, ketakutan akan penularan COVID-19, perasaan gagal dalam menangani prognosis yang buruk, fasilitas teknis yang tidak memadai, APD.”

Reaksi-reaksi kecemasan tersebut bila berkelanjutan tentu akan sangat membahayakan individu, termasuk didalamnya adalah individu dengan berkebutuhan khusus dan disabilitas.

Mental yang positif sangat diperlukan selama menghadapi pandemi Covid-19, mental yang positif akan menolong individu meminimal berbagai kecemasan yang timbul akibat Covid-19, dalam penelitiannya Roy, *et al* (2020:1) mengungkapkan:

(3) “*The anxiety levels identified in the study were high. More than 80 % of the people were preoccupied with the thoughts of COVID-19 and 72 % reported the need to use gloves, and sanitizers. In this study, sleep difficulties, paranoia about acquiring COVID-19 infection and distress related social media were reported in 12.5 %, 37.8 %, and 36.4 % participants respectively. The perceived mental healthcare need was seen in more than 80 % of participants. There is a need to intensify the awareness and address the mental health issues of people during this COVID-19 pandemic.*”

Roy bersama tim-nya menjelaskan bahwa lebih dari 80% orang cemas tentang COVID-19 dan 72% berusaha menggunakan sarung tangan dan pembersih. Dalam studi ini, kesulitan tidur, paranoia tentang tertular infeksi COVID-19 dan media sosial terkait kesusahan dilaporkan masing-masing pada 12,5%, 37,8%, dan 36,4% jiwa. Kebutuhan individu terhadap kesehatan mental ditemukan lebih dari 80% jiwa. Angka ini tentu sangat mengkhawatirkan. Dalam penelitiannya juga Abdul (2020:113) mengungkapkan bahwa realitas menunjukkan bahwa pembelajaran di Indonesia sangat terganggu dikarenakan wabah COVID-19 diantaranya sekolah klasikal dialihkan menjadi daring dan pembelajaran menjadi berbasis teknologi. Hal tersebut membuat guru dan orangtua ekstra kerja keras menyesuaikan diri terhadap proses pembelajaran yang baru.

Di Indonesia sendiri Muslim (2020:192) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa individu yang dapat menyesuaikan diri dan penerimaan terhadap situasi dengan baik yang akan terhindar dari stress bahkan mampu menjadikan situasi yang tidak baik seperti Covid 19 menjadi positif, kreatif dan produktif. Bukan hanya terhadap penyesuaian diri, bahkan kondisi pandemi ini juga berdampak pada kekerasan dalam rumah tangga. Theresia dkk, (2020:111) dalam penelitiannya mendapati bahwa adanya kondisi kegiatan karantina dirumah juga dapat menimbulkan masalah baru dalam sebuah keluarga. Mengenai kekerasan dalam rumah tangga sepanjang pandemi COVID-19 angka terus meningkat, tentu hal ini sangat memprihatinkan. Kondisi karantina mandiri membuat korban dalam kekerasan tersebut juga terperangkap. Bila terus diabaikan hal ini tentu akan membuat individu semakin menjadi terpuruk dan membangun mental yang negatif dalam diri sendiri.

Bagi disabilitas dan anak berkebutuhan khusus Monica dan Arpita (2020:971) tentang dampak kegiatan belajar yang dialihkan total dirumah, mereka menjelaskan bahwa kurangnya jadwal harian dapat menjadi tantangan bagi anak-anak autisme yang membutuhkan rutinitas, kurangnya rutinitas dari biasanya mengakibatkan anak mudah tersinggung dan marah. Kurangnya pemahaman tentang efek pandemi pada anak berkebutuhan khusus dan disabilitas, tentu akan resistensi terhadap perubahan dan ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan strategi baru yang dapat menyebabkan masalah perilaku baru pada. Terutama bagi mereka dengan autisme dan disabilitas intelektual ini akan menjadi persoalan yang sangat besar bila tidak di dampingi dengan baik. Michele dan Lindsay (2020:1012) bahwa anak-anak dan anak berkebutuhan khusus selama pandemi COVID-19 mengalami kesulitan ketika harus mengekspresikan emosinya, seperti ketakutan, cemas dan frustrasi. Penting bagi orangtua untuk menyadari bahwa perilaku yang sulit mungkin merupakan ekspresi dari perasaan, orangtua diharapkan proaktif dalam memberikan kesempatan ekspresif dan memberikan alternatif kegiatan musik, seni, atau dengan menggunakan perangkat augmentatif seperti tablet selama kegiatan pembelajaran dirumah. Bila kondisi kecemasan berlanjut tentu akan membangun mental negatif bagi anak berkebutuhan khusus yang tentu juga akan melemahkan imun anak berkebutuhan khusus dan disabilitas bila terus dibiarkan.

PKM ini bertujuan untuk membangun mental yang positif akibat pandemi Covid 19 yang menghantam dunia khususnya Indonesia. Panti Karya Hepatha HKPB Desa Sintong Marnipi, Laguboti, Kabupaten Toba Sumatera Utara adalah panti yang terdiri dari masyarakat berkebutuhan khusus dengan berbagai kebutuhan. Memperkenalkan teknologi sederhana kepada warga panti agar dapat membangun kembali perekonomian yang sempat terpuruk, berbagai keterampilan yang bisa dihasilkan umumnya mereka jual secara klasikal kini dapat dijual secara online dengan aplikasi jualan online yang tersedia. Hal ini tentu akan memudahkan mereka menjual hasil karya mereka, bukan hanya disekitar Laguboti namun bisa diseluruh Indonesia.

## Metode

Lokasi pengabdian kepada masyarakat berada di lingkungan Panti Karya Hepatha HKPB Desa Sintong Marnipi, Laguboti, Kabupaten Toba Sumatera Utara. Warga binaan yang terdapat di dalam Panti Karya ini sebagian besar merupakan kaum penyandang disabilitas yang diantaranya terdapat tuna netra, tuna wicara, tuna daksa, tuna rungu, gangguan mental berat dan ringan dan anak berkebutuhan khusus. Metode yang digunakan kegiatan ini adalah metode pendidikan masyarakat dan pelatihan dalam bentuk *Focus Group Discussion* (FGD).

Para peserta FGD adalah guru-guru panti, pengurus panti, warga sekitar lingkungan panti, dan pemerhati berkebutuhan khusus yang terdiri dari 30 orang peserta. Materi FGD adalah memberikan pemahaman kepada peserta FGD tentang bagaimana mengajarkan teknologi yang sederhana yang dapat digunakan para binaan panti agar dapat terus berkarya di masa pandemi COVID-19, teknologi yang diajarkan kepada peserta FGD seperti memperkenalkan hasil karya binaan panti melalui media sosial dan di jual di toko online sesuai dengan era yang saat ini sedang berlangsung. Pemberian FGD dilakukan selama 2 hari, mulai pukul 09.00-15.00 sejak tanggal 09-10 Desember 2020.

## Hasil dan Pembahasan

Narasumber pada kegiatan ini adalah dosen-dosen Universitas Kristen Indonesia dari fakultas teknik prodi elektro dan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan prodi bimbingan dan konseling yang memiliki kompetensi dibidang anak berkebutuhan khusus dan disabilitas. Kegiatan ini didukung oleh Panti Karya Hepatha HKPB, Universitas Kristen Indonesia dan Institut Teknologi Del dalam rangka memenuhi

kebutuhan guru, simpatisan dan warga panti untuk membangun mental yang positif dalam menghadapi masa pandemic kepada warga panti.



Gambar 1. Perkenalan Narasumber



Gambar 2. Perkenalan Narasumber

Metode pelaksanaan pendidikan pada masyarakat di sekitar Desa Sintong Marnipi, Laguboti, Kabupaten Toba Sumatera Utara diawali dengan penjelasan dalam bentuk ceramah yang disertai dengan berbagai penjelasan dan contoh permasalahan yang dihadapi selama pandemi pada anak berkebutuhan khusus dan disabilitas. Materi yang disampaikan dilakukan dalam 90 menit yang dipecah menjadi 2 pemateri. Sesi Tanya jawab berlangsung selama 30 menit, peserta sangat antusias dalam bertanya berkaitan dengan materi yang disampaikan pemateri.



Gambar 3. Penyampaian Materi



Gambar 4. Penyampaian Materi

Namun mengingat begitu banyaknya permasalahan yang dihadapi oleh guru-guru panti, pengurus panti, warga sekitar lingkungan panti, dan pemerhati berkebutuhan khusus maka sesi Tanya jawab yang di jadwalkan 30 menit menjadi 60 menit. Berbagai pertanyaan yang diajukan kepada pemateri berkaitan dengan kondisi anak berkebutuhan khusus dan disabilitas selama menghadapi masa pandemic, permasalahan-permasalahan tersebut disampaikan dalam bentuk pertanyaan untuk mendapatkan jalan keluar yang dihadapi mereka selama menjaga anak berkebutuhan khusus dan disabilitas.



Gambar 5. Antusias Peserta Bertanya

Pada pertanyaan diatas para pemateri menjelaskan :

1. Kondisi pandemi saat ini harus dijelaskan kepada anak berkebutuhan khusus secara rinci dan jelas menggunakan bahasa yang mudah dipahami anak berkebutuhan khusus. Mereka harus dijelaskan bahwakondisi saat ini disebabkan oleh virus dan membutuhkan kepedulian terhadap diri sendiri agar tidak tertular virus berbahaya yang mematikan tersebut. Mereka perlu dijelaskan tahapan-tahapan dengan mempraktekkan langsung apa yang harus dilakukan. Seperti mencuci tangan dengan sabun, tidak boleh berdekatan dengan orang lain, memakai pembersih tangan, dan memakai masker. Mereka harus diajarkan kebersihan dan protokol kesehatan dengan jelas dan orangtua serta guru harus mempraktekan langsung apa yang hendak diajarkan kepada anak berkebutuhan khusus.

2. Membantu anak berkebutuhan khusus dan disabilitas agar tetap dapat beraktifitas walau dengan keadaan sangat sulit, aktifitas harus dilakukan untuk meminimal kecemasan, kebosanan, dan tantrum selama melakukan kegiatan dirumah. Aktifitas perlu ditambahkan dirumah, bila sebelum pandemi kegiatan aktifitas bina diri dilakukan 3 kali maka selama melakukan kegiatan belajar dirumah anak berkebutuhan khusus dan disabilitas melakukan kegiatan bina diri sebanyak 6 sampai 7 kali dalam 1 hari. Bila kegiatan olah raga sebelum pandemi dilakukan 3 kali dalam seminggu, maka selama belajar dirumah akibat pandemi COVID-29 maka kegiatan olah raga dapat dilakukan setiap hari.
3. Hasil karya anak berkebutuhan khusus tidak selalu harus dijual dan menghasilkan uang, anak berkebutuhan khusus dan disabilitas juga perlu diperkenalkan tentang media sosial seperti instagram, facebook, tweeter, dan berbagai sosial media lain. Media sosial tersebut dimiliki mereka sebagai wadah untuk mereka memperkenalkan hasil karya melalui postingan yang mereka kirim. Mereka bisa diajarkan bagaimana memberikan postingan yang baik, menanggapi postingan dan berkomentar di postingan mereka sendiri dan postingan pertemaman yang mereka miliki. Sehingga mereka bisa tetap percaya diri dan tetap berkarya selama masa pandemi.

Kegiatan ini diharapkan dapat membantu guru-guru panti, pengurus panti, warga sekitar lingkungan panti, dan pemerhati berkebutuhan khusus untuk dapat tetap membantu anak berkebutuhan khusus dikondisi pandemi COVID-19.

## Simpulan

Melalui kegiatan PKM di Panti Karya Hepatha HKPB Desa Sintong Marnipi, Laguboti, Kabupaten Toba Sumatera Utara, para guru-guru panti, pengurus panti, warga sekitar lingkungan panti, dan pemerhati berkebutuhan khusus merasa sangat senang dengan kegiatan seminar dan pelatihan dalam rangka membangun mental positif anak berkebutuhan khusus dan disabilitas. Diharapkan para guru-guru panti, pengurus panti, warga sekitar lingkungan panti, dan pemerhati berkebutuhan khusus menyadari bahwa anak berkebutuhan khusus dan disabilitas memiliki potensi diri yang begitu besar untuk dikembangkan ketika menghadapi kesulitan di era pandemi COVID-19. Mereka belajar untuk sabar ketika harus mengajar anak berkebutuhan khusus dan disabilitas selama melakukan pembelajaran dirumah dengan berbagai metode baru yang belum pernah mereka lihat atau sentuh, mereka belajar menjadi pendengar yang baik untuk anak-anak berkebutuhan khusus menghadapi situasi sulit selama pandemi covid 19.

## Acknowledgements

Ucapan terimakasih yang begitu besar kepada Tuhan YME karena dalam kondisi pandemi Covid 19 para dosen UKI tetap bisa melakukan kegiatan PKM dengan segala keterbatasan. Terimakasih yang begitu besar juga untuk Panti Karya Hepatha HKPB Desa Sintong Marnipi, Laguboti, Kabupaten Toba Sumatera Utara yang memberikan kesempatan untuk kami masuk ke kawasan industry Pulogadung, para buruh perempuan yang bersedia memberikan waktunya untuk tim PKM melakukan kegiatan, dan kepada LPPM UKI yang memberikan ijin bagi kami melakukan kegiatan PKM.

## Referensi

- detik.com. (2021). Sri Mulyani: covid-19-mengancam-perekonomian-seluruh-dunia. Retrieved from <https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/d-5205072/sri-mulyani-covid-19-mengancam-perekonomian-seluruh-dunia>
- Hukum, A. (2018). UU Nomor 6 Tahun 2018 tentang Kekarantinaan Kesehatan. <https://jdih.bssn.go.id/arsip-hukum/uu-nomor-6-tahun-2018-tentang-kekarantinaan-kesehatan>
- Muslim, M. (2020). Manajemen stress pada masa pandemi covid-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192-201.
- Rosyanti, L., & Hadi, I. (2020). Dampak psikologis dalam memberikan perawatan dan layanan kesehatan pasien COVID-19 pada tenaga profesional kesehatan. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 12(1), 107-130.
- Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., Sharma, N., Verma, S. K., & Kaushal, V. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102083.



- Mansyur, A. R. (2020). Dampak covid-19 terhadap dinamika pembelajaran di indonesia. *Education and Learning Journal*, 1(2), 113-123.
- Radhitya, T. V., Nurwati, N., & Irfan, M. (2020). Dampak pandemi Covid-19 terhadap kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 111-119.
- Juneja, M., & Gupta, A. (2020). Managing Children with Special Needs in COVID-19 Times. *Indian Pediatrics*, 57(10), 971.
- Kong, M., & Thompson, L. A, 2020. Considerations for Young Children and Those With Special Needs as COVID-19 Continues. *JAMA pediatrics*, 174(10), pp. 1012-1012.