

PENERAPAN KESIAPAN ADAPTASI KEBIASAAN BARU MAHASISWA PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI LINGKUNGAN POLITEKNIK NEGERI SUBANG

IMPLEMENTATION OF STUDENT ADAPTATION NEW NORMAL THE COVID-19 PANDEMIC PERIOD IN THE SUBANG STATE POLYTECHNIC ENVIRONMENT

Ade Nuraeni¹, Rosiah²

^{1,2} Dosen Prodi Keperawatan Politeknik Negeri Subang

*Email Korespondensi : ade.nuraeni@polsub.ac.id

Abstrak. Coronavirus merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit ringan sampai berat, seperti common cold atau pilek dan penyakit yang serius seperti MERS dan SARS. Perlu protokol kesehatan dalam pelaksanaan kegiatan di tempat dan fasilitas umum untuk mencegah penularan Covid-19. Protokol kesehatan berlaku bagi siapa saja yang terlibat atau berada di tempat dan fasilitas umum. Prinsipnya protokol kesehatan di tempat dan fasilitas umum harus memuat perlindungan kesehatan individu seperti memakai masker, cuci tangan dengan sabun, jaga jarak fisik dengan orang lain, dan meningkatkan daya tahan tubuh dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penerapan protokol kesehatan dan kesiapan penerapan adaptasi kebiasaan baru mahasiswa pada masa pandemik Covid-19 di lingkungan Politeknik Negeri Subang. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli sampai Desember 2020. Metode yang digunakan adalah metode analisis deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penerapan protokol kesehatan dan penerapan adaptasi kebiasaan baru yang dilakukan kepada mahasiswa di Politeknik Negeri Subang termasuk baik, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa sudah memahami pentingnya pencegahan penyebaran penularan Covid-19, dan dapat menerapkan kebiasaan baru dilingkungan rumah dan kampus.

Kata Kunci: Covid-19, Protokol Kesehatan, Adaptasi Kebiasaan Baru

Abstract. Coronavirus is a large family of viruses that cause mild to severe illness, such as the common cold or colds and serious illnesses such as MERS and SARS. A health protocol is needed in the implementation of activities in public places and facilities to prevent the transmission of Covid-19. Health protocols should be applied to anyone involved or in public places and facilities. Basically, health protocols in public places and facilities must include protection for individual health such as wearing masks, washing hands with soap, maintaining physical distance from other people, and increasing endurance with clean and healthy living behaviors. The purpose of this research is to determine the application of health protocols and to adapt the new normal of the Covid-19 pandemic in the Subang State Polytechnic environment. This research was conducted from July to December 2020. The method used is descriptive analysis method with a quantitative approach. This study concludes that the application of health protocols and the application of adaptation to new habits carried out by students at the Subang State Polytechnic is good, it shows that students already understand the importance of preventing the spread of Covid-19 transmission, and can apply new habits in the home and campus environment.

Keywords: Covid-19, Health Protocol, New Normal

Pendahuluan

Tahun 2020 menjadi tahun di mana seluruh dunia dihadapkan pada situasi yang belum pernah dialami sebelumnya, bahkan cenderung belum diantisipasi. Beberapa bulan memasuki tahun ini, semakin disadari bahwa kondisi ini bukan sesuatu yang sifatnya sementara, yang akan berakhir dalam beberapa bulan dan setelah itu seluruh sendi kehidupan di seluruh dunia akan kembali seperti semula. Pandemi yang disebabkan oleh penyebaran virus Covid-19 ini nampaknya masih akan menjadi permasalahan dunia untuk beberapa waktu ke depan. Berbagai upaya dilakukan dan sebagian besar masih berfokus pada mengatasi dampak saat ini serta menekan kecepatan penyebaran atau yang dikenal sebagai *flattening the curve*. Beberapa negara telah mengumumkan keberhasilannya, namun sebagian besar masih berjuang keras. Sehingga pada 11 Maret 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendeklarasikan Covid-19 sebagai pandemi global, yang merujuk pada penyebaran penyakit yang dianggap dapat menginfeksi dari orang ke orang dengan mudah dan cepat, serta terjadi secara berkelanjutan, di berbagai wilayah.

Belum adanya kepastian kapan pandemi ini berakhir juga menimbulkan kekhawatiran baru tentang kebiasaan baru. Sekalipun keadaan kembali normal pasca pandemi ini, keadaan normal yang baru tidak lagi sama dengan keadaan normal seperti sebelum pandemi terjadi. Banyak perubahan yang pastinya akan dihadapi oleh masyarakat. Keadaan di luar prediksi berupa wabah penyakit Covid-19 telah membawa perubahan yang mendesak pada berbagai sektor. Hal tersebut mempengaruhi perubahan-perubahan dan pembaharuan kebijakan untuk diterapkan. Kebijakan baru juga

terjadi pada dunia pendidikan merubah pembelajaran yang harus datang ke kampus, menjadi cukup di rumah saja. Anjuran pemerintah untuk *stay at home* dan *physical and social distancing* harus diikuti dengan perubahan modus belajar tatap muka menjadi online.

Penerapan kebiasaan baru bisa menimbulkan reaksi yang positif dan negative bagi mahasiswa. Reaksi positif berarti mahasiswa yang selama ini tidak nyaman dengan perkuliahan *online* dapat kembali merasakan kehidupan kampus seperti biasa walau harus mematuhi protokol kesehatan. Sedangkan kebiasaan baru bisa menjadi reaksi yang negative apabila keinginan mereka untuk kembali ke kampus tidak didukung dengan kondisi di lapangan, dan mahasiswa tidak melaksanakan protokol kesehatan. Faktanya, kondisi di lapangan membuat mereka takut akan keselamatan diri sendiri karena data masih menunjukkan jumlah kasus positif yang terus meningkat.

Beberapa langkah untuk mempersiapkan kebiasaan baru bagi mahasiswa di kampus berdasarkan protokol kesehatan meliputi, (1) Pembatasan jarak antar personal 1-2 meter, (2) Penggunaan masker, (3) Sering cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penerapan protokol kesehatan dan kesiapan penerapan adaptasi kebiasaan baru mahasiswa pada masa pandemik Covid-19 di lingkungan Politeknik Negeri Subang.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis,

*Penulis Korespondensi

Diterima : Desember 2020 Disetujui : Januari 2021. Dipublikasikan : Maret 2021

faktual, dan akurat mengenai fakta dan sifat populasi tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail (Lehman, dalam Yusuf, 2017). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiono 2011).

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa di Politeknik Negeri Subang dengan sampel sebanyak 275 subyek. Data diambil dari hasil analisa instrumen yaitu berupa kuesioner yang disebarakan pada mahasiswa dari berbagai semester.

Analisis data dilakukan setelah data terkumpul menggunakan analisis univariat untuk mendapatkan data karakteristik responden dan variable penelitian, analisis univariat menurut Arikunto (2006) sebagai berikut:

$$x = \frac{\text{Skor didapat}}{\text{Skor maksimal}} \times 100\%$$

Tabel 1. Skala Kategori

No	Kategori	Nilai
1.	Sangat Baik	81-100
2.	Baik	61-80
3.	Cukup	41-60
4.	Tidak Baik	21-40
5.	Sangat Tidak Baik	1-20

Hasil dan Pembahasan

1. Pengumpulan Data
 Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuesioner pada responden terdiri dari mahasiswa Sistem Informasi, Perbaikan dan Perawatan Mesin, Agroindustri dan Keperawatan. Sesuai dengan tabel dibawah ini:

Tabel 2. Distribusi responden.

No	Program Studi	n (Frekuensi)
1.	Sistem Informasi	57
2.	Perbaikan Dan Perawatan Mesin	35
3.	Agroindustri	55
4.	Keperawatan	128
	Jumlah	275

2. Distribusi Penerapan Protokol Kesehatan

Tabel 3. Distribusi penerapan protokol kesehatan.

No	Program Studi	Protokol Kesehatan	
		Rumah	Kampus
1.	Sistem Informasi	80,5%	73,3%
2.	Perbaikan Dan Perawatan Mesin	84,7%	77,6%
3.	Agroindustri	83,3%	71,7%
4.	Keperawatan	89,3%	79,3%

Berdasarkan tabel distribusi penerapan protokol kesehatan diatas, diketahui program studi Sistem Informasi untuk penerapan di rumah sebesar 80,5% dan penerapan di kampus sebesar 73,3%. Program Studi Perbaikan dan Perawatan Mesin untuk penerapan di rumah sebesar 84,7% dan penerapan di kampus sebesar 77,6%. Program Studi Agroindustri untuk penerapan di rumah sebesar 83,3% dan penerapan di kampus sebesar 71,7%. Program Studi Keperawatan untuk penerapan di

*Penulis Korespondensi

Diterima : Desember 2020 Disetujui : Januari 2021. Dipublikasikan : Maret 2021

rumah sebesar 89,3% dan penerapan di kampus sebesar 79,3%.

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa penerapan protokol kesehatan di rumah sangat baik dan di kampus juga baik, hal ini berarti mahasiswa sudah menyadari bahwa pencegahan penyebaran Covid-19 dapat teratasi dengan disiplin penerapan protokol kesehatan. Menerapkan protokol kesehatan dalam kehidupan sehari-hari yakni memakai masker saat flu dan keluar rumah, jaga jarak, sering mencuci tangan dengan sabun di air mengalir dan menghindari kerumunan. Tak kalah penting untuk selalu memperbarui pencarian sumber kesehatan yang kredibel, olahraga, pola makan sehat dan tidak merokok (Prabandari, 2020).

3. Distribusi Penerapan Protokol Kesehatan (3M)

Tabel 4. Distribusi penerapan protocol Kesehatan (3M).

No	Program Studi	Protokol Kesehatan		
		Memakai Masker	Mencuci Tangan	Menjaga Jarak
1.	Sistem Informasi	93,6%	85,2%	80,3%
2.	Perbaikan dan Perawatan Mesin	90,8%	90,8%	80,0%
3.	Agroindustri	89,0%	84,0%	72,7%
4.	Keperawatan	95,7%	94,5%	88,1%

Penerapan protokol kesehatan yang meliputi memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak pada masing-masing program studi sudah sangat baik, dapat dilihat dari penjelasan tabel diatas. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa sudah mengetahui dan menerapkan protokol kesehatan, sesuai dengan penelitian Gunawan dan Aunguroch (2020)

menjelaskan bahwa menjaga jarak, langkah-langkah higienis termasuk memakai masker wajah, dan menggunakan alkohol untuk pembersih tangan berupa gel dan fasilitas cuci tangan untuk perlindungan terhadap penyebaran virus.

4. Distribusi Kategori Penerapan Adaptasi Kebiasaan Baru

Tabel 4. Distribusi penerapan adaptasi kebiasaan baru.

No	Program Studi	Protokol Kesehatan	
		Rumah	Kampus
1.	Sistem Informasi	Baik	Baik
2.	Perbaikan Dan Perawatan Mesin	Sangat Baik	Baik
3.	Agroindustri	Sangat Baik	Baik
4.	Keperawatan	Sangat Baik	Baik

Berdasarkan tabel distribusi kategori penerapan adaptasi kebiasaan baru diatas, diketahui program studi Sistem Informasi untuk penerapan adaptasi kebiasaan baru di rumah dan di kampus baik. Program Studi Perbaikan dan Perawatan Mesin, Program Studi Agroindustri dan Program Studi Keperawatan untuk penerapan adaptasi kebiasaan baru di rumah dan di kampus sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa kepatuhan mahasiswa baik di rumah maupun di kampus menjadi kunci keberhasilan pencegahan penyebarluasan penularan Covid-19.

Prabandari (2020), menekankan bahwa perubahan budaya perilaku merupakan kunci pendukung

*Penulis Korespondensi

Diterima : Desember 2020 Disetujui : Januari 2021. Dipublikasikan : Maret 2021

keberhasilan intervensi kebiasaan baru. Dia menekankan, meskipun kampus maupun pemerintah sudah menyediakan berbagai fasilitas, seperti cuci tangan, tetapi kalau belum ada perubahan perilaku dan literasi kesehatan akan sulit untuk terlaksana. Salah satu kendala penanganan yang masih dihadapi ialah bagaimana sistem pengawasan menertibkan protokol kesehatan di area kampus.

Simpulan dan Saran

Penerapan protokol kesehatan yang dilakukan mahasiswa di rumah sangat baik sedangkan di kampus baik, hal ini berarti mahasiswa sudah menyadari bahwa pencegahan penyebaran Covid-19 dapat teratasi dengan disiplin penerapan protokol kesehatan.

Penerapan adaptasi kebiasaan baru mahasiswa semua program studi di rumah dan di kampus sangat baik. Perlu dukungan dari semua sivitas akademik agar penerapan adaptasi kebiasaan baru dilingkungan kampus Politeknik Negeri Subang dapat terlaksana secara optimal.

Daftar Pustaka

Adisasmita, Wiku. 2020.
 Adaptasi Kebiasaan Baru
 Di Masa Pandemi Covid-
 19
<https://www.diskes.baliprov.go.id/adaptasi-kebiasaan-baru-di-masa-pandemi-covid-19/>

Affandi, Idris. 2020. Perspektif Mahasiswa terhadap Adaptasi Kehidupan Baru pada Kesehatan Lingkungan
<http://biologi.ubb.ac.id/berita/2020/08/25/55/perspektif-mahasiswa-terhadap-adaptasi-kehidupan-baru-pada-kesehatan-lingkungan>. Diakses 22 Februari 2020

Arikunto, Suharsimi. 2006.
 Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.
 Jakarta: Rineka Cipta.

Gunawan, J., Aungsuroch, Y., & Marzilli, C. (2020). New Normal in Covid -19 Era: A Nursing Perspective From Thailand. Jurnal JAMDA. Volume 21. ISSUE 10, P1514-1515, October01, 2020. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.jamda.2020.07.021>

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). Dipublikasikan di Jakarta pada Jumat, 19 Juni 2020. Menkes Terbitkan Protokol Kesehatan Di Tempat Umum. Tersedia di:
<https://www.kemkes.go.id/article/print/20062000001/menkes-terbitkan-protokol-kesehatan-di-tempat-umum.html>

Habibi, Andrian. 2020.
 Normal Baru Pasca Covid-19. 'Adalah Buletin Hukum & Keadilan. ISSN: 233384638. Volume 4 Nomor 1 (2020)

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI).2020. Tersedia di :
<https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/COVID-19/TENTANG%20NOVEL%20CORONAVIRUS.pdf>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). 2020. Tersedia di :
<https://www.kemkes.go.id/article/view/20060200002/keluarga-kunci-untuk-memasuki-era-new-normal.html>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (KEMNKES RI).2020. Tersedia di :
https://promkes.kemkes.go.id/download/eqik/files79362ADAPTASI%20KEBIASAAN%20BARU_FINAL.pdf. Penerapan Adaptasi Kebiasaan Baru terkait Covid-19
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
<https://ltdikti1.ristekdikti.go.id/details/apps/2301>
 Adaptasi Kebiasaan Baru di Perguruan Tinggi
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (Kepmenkes RI). 2020. Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat Di Tempat Dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan Dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 Covid-19).
https://infeksiemerging.kemkes.go.id/Download/Kmk_No._Hk.01.07-Menkes-382-2020_Ttg_Protokol_Kesehatan_Bagi_Masyarakat_Di_Tempat_Dan_Fasilitas_Umum_Dalam_Rangka_Pencegahan_Covid-19.Pdf
- Larasati, Citra. 2020. Kampus Harus Siapkan Penerapan Adaptasi Kebiasaan Baru
<https://www.medcom.id/pendidikan/news-pendidikan/VNxvXZak-kampus-harus-siapkan-penerapan-adaptasi-kebiasaan-baru>. Diakses tanggal 22 Februari 2020.
- Muhyiddin, M. (2020). Covid-19, New Normal, dan Perencanaan Pembangunan di Indonesia. *Jurnal Perencanaan Pembangunan: The Indonesian Journal of Development Planning*, 4(2), 240-252.
<https://doi.org/10.36574/jpp.v4i2.118>
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (PDPI). 2020. Protokol Tatalaksana Covid-19. PDPI: Jakarta
- Pusat Kedokteran Tropis Fakultas Kedokteran. 2020. Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan UGM
<https://tropmed.fk.ugm.ac.id/2020/10/14/adaptasi-kebiasaan-baru-di-lingkungan-kampus/>
 Adaptasi Kebiasaan baru di Lingkungan Kampus
- Pusat Kedokteran Tropis Fakultas Kedokteran. 2020. Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan UGM

[https://ugm.ugm.ac.id/id/b
erita.20188-cegah-
penyebaran-covid-19-
dengan-adaptasi-baru-di-
lingkungan-kampus/](https://ugm.ugm.ac.id/id/b
erita.20188-cegah-
penyebaran-covid-19-
dengan-adaptasi-baru-di-
lingkungan-kampus/)
Adaptasi Kebiasaan baru
di Lingkungan Kampus

Silalahi, A. (2020). *Perubahan
pola hidup pada situasi
covid-19 adaptasi pada
pola hidup normal baru.*
1-12.

World Health Organization
(WHO). 2020.
[https://www.who.int/health-topics/coronavirus.](https://www.who.int/health-topics/coronavirus)
Diakses 23 Februari 2021

Yuliana. 2020. Corona Virus
Diseases (COVID-19)
dalam Wellness and
Healthy Magazine Volume
2, nomor 1 (hlm. 187-
192). Bandar Lampung.

Yusuf, A.M. (2017). Metode
Penelitian Kuantitatif,
Kualitatif, &
Penelitian Gabungan.
Jakarta: Kencana.