

Psikoedukasi Penerapan Kenormalan Baru di Masyarakat selama Masa Pandemi Covid-19 Berdasarkan Kajian Sosiologi Hukum dan Psikologi Hukum

Diterima:
16 April 2021
Revisi:
17 April 2021
Terbit:
1 Mei 2021

^{1*}Hutrin Kamil, ²Rezki Suci Qamaria
^{1,2}Institut Agama Islam Negeri Kediri
^{1,2}Kediri, Indonesia
E-mail: ¹hutrinkamil@iainkediri.ac.id,
rezkisuciqamaria@iainkediri.ac.id

*Corresponding Author

Abstrak— Pandemi Covid-19 masih berlangsung dan menuntut adanya sebuah inovasi untuk mempertahankan berbagai sektor kehidupan. Istilah “Kenormalan Baru” beberapa bulan ini marak di media sosial sebagai wujud dari kebiasaan baru untuk berdamai dengan pandemi. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan psikoedukasi ke masyarakat mengenai penerapan Kenormalan Baru yang dikaji berdasarkan perspektif sosiologi hukum, yaitu mengkaji ketentuan hukum yang berlaku serta apa yang terjadi dalam kenyataan di masyarakat dan dampak psikologis yang dirasakan masyarakat atas kondisi tersebut. Penerapan Kenormalan Baru ini terlihat cukup efektif ketika mulai diterapkannya sanksi-sanksi jika ada masyarakat yang tidak mengindahkan protocol kesehatan seperti tidak memakai masker di tempat umum, atau sanksi administratif lain. Berdasarkan perspektif psikologi hukum, hasil pelaksanaan psikoedukasi ke masyarakat memperlihatkan tiga respon perilaku terkait penerapan kenormalan baru. Pertama, terdapat masyarakat yang mengalami ketakutan untuk beraktivitas di luar rumah dengan kondisi psikologis rentan mengalami kecemasan dan stress. Kedua, ada juga warga yang benar-benar menerapkan peraturan protokol kesehatan jika beraktivitas di luar rumah dan memiliki kondisi emosi yang stabil serta cepat melakukan proses adaptasi diberbagai situasi. Ketiga, terdapat warga memperlihatkan perilaku yang seakan-akan tidak peduli lagi dengan ancaman virus, namun ketika mengalami kondisi yang kurang menyenangkan seperti terdapat anggota keluarga yang sakit atau bahkan positif terpapar virus covid-19, respon emosional yang diperlihatkan beragam. Ada yang histeris, menyalahkan orang-orang disekitarnya, menarik diri dari lingkungan sosial, bahkan ada yang denial (menolak kenyataan).

Kata Kunci—Psikoedukasi, Penerapan Kenormalan Baru, Pandemi Covid-19, Sosiologi Hukum, Psikologi Hukum

Abstract— *The Covid-19 pandemic is still ongoing and demands an innovation to sustain various sectors of life. The term "New Normality" has been living on social media in recent months as part of a new habit of coming to terms with the pandemic. This service activity aims to provide psychoeducation to the community regarding the application of the New Normality which is studied based on a sociological perspective of law, namely examining the applicable legal provisions as well as what happens in reality in society and the psychological impact that society feels on these conditions. The application of the New Normality was seen to be quite effective when the sanctions were implemented if there were people who did not heed health protocols such as not wearing masks in public places, or other administrative sanctions. Based on the perspective of legal psychology, the results of the implementation of psychoeducation in the community show three behavioral responses related to the application of new norms. First, there are people who experience fear of doing activities outside the home with a psychological condition that is prone to experiencing anxiety and stress. Second, there are also residents who actually apply the health protocol rules when they are outside the home and have a stable emotional state and quickly carry out the adaptation process in various situations. Third, there are residents who show behavior as if they no longer care about the threat of the virus, but when experiencing unpleasant conditions such as a family member who is sick or even positively exposed to the Covid-19 virus, the emotional responses are varied. Some are hysterical, blaming the people around them, withdrawing from the social environment, and some are even denial (rejecting reality).*

Keywords—*Psychoeducation, Application of New Norms, Covid-19 Pandemic, Sociology of Law, Psychology of Law*

I. PENDAHULUAN

Sejak bulan Maret 2020, World Health Organization (WHO), sudah menyatakan bahwa Corona virus disease 2019 (Covid-19) adalah pandemi. Pandemi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah wabah yang berjangkit serempak dimana-mana, meliputi daerah geografi yang luas (Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016). Sedangkan pandemi menurut Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor 300/MENKES/SK/IV/2009 adalah wabah penyakit yang menjangkiti banyak negara di dunia. Dari dua pengertian tentang pandemi diatas dapat kita simpulkan bahwa pandemi adalah keadaan dimana terjadi sebuah wabah penyakit yang mudah menular dengan daerah penularan yang luas meliputi lintas negara.

Dalam menghadapi Covid-19, otoritas dunia baik itu WHO, World Trade Center (WTC), dan otoritas lainnya bekerja sama untuk mengupayakan kehidupan tetap berjalan sebagaimana mestinya. Hal ini juga terjadi di Indonesia, di beberapa daerah yang menjadi zona riskan Covid-19 seperti Jakarta, Surabaya dan wilayah-wilayah lain diterapkan berbagai kebijakan. Yang awalnya hanya himbuan menjaga jarak berupa social distancing atau physical distancing ditingkatkan menjadi PSBB atau Pembatasan Sosial Berskala Besar. Pengertian PSBB atau Pembatasan Sosial Berskala Besar menurut Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 tentang Keekarantinaan Kesehatan adalah pembatasan kegiatan tertentu penduduk dalam suatu wilayah yang diduga terinfeksi penyakit dan/atau terkontaminasi sedemikian rupa untuk mencegah kemungkinan penyebaran penyakit atau kontaminasi.

Melihat PSBB yang dilakukan di DKI Jakarta menurut Peraturan Gubernur DKI Jakarta Nomor 33 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) Di Provinsi Daerah Khusus Ibukota Jakarta, pembatasan-pembatasan yang dilakukan terdapat pada Pasal 5 ayat (4) Pembatasan aktivitas luar rumah dalam pelaksanaan PSBB sebagaimana dimaksud pada ayat (2) meliputi a) Pelaksanaan pembelajaran di Sekolah dan/atau institusi pendidikan lainnya; b) Aktivitas bekerja di tempat kerja; c) Kegiatan keagamaan di rumah ibadah; d) Kegiatan di tempat atau fasilitas umum; e) Kegiatan sosial dan budaya; dan f) Pergerakan orang dan barang menggunakan moda transportasi.

Dengan adanya PSBB ini kegiatan perkantoran, pendidikan, dan kegiatan lainnya dialihkan melalui daring atau online dari rumah masing-masing. Hal ini menimbulkan kebiasaan-kebiasaan baru masyarakat yang biasanya pagi hari bangun untuk memulai kegiatan dengan bekerja atau sekolah. Namun keadaan yang tidak memungkinkan maka salah satu langkah yang demikian adalah solusinya. Semakin lama PSBB dijalankan di DKI Jakarta mau tidak mau membuat

perekonomian mulai menurun, kualitas kerja seseorang juga tidak seefektif ketika dilakukan di kantor.

United Nations Conference on Trade and Development (UNCTAD) menyebutkan bahwa Covid-19 memukul negara-negara berkembang pada saat mereka sedang berjuang dengan beban utang yang tidak berkelanjutan selama bertahun-tahun. Pada akhir 2018 total stok utang negara-negara berkembang mencapai 191% atau hampir dua kali lipat PDB gabungan mereka, level tertinggi yang pernah tercatat. Krisis utang negara berkembang, yang sudah berlangsung sebelum goncangan Covid-19, memiliki dua hal yang patut diketengahkan dalam konteks perdebatan tentang pengurangan utang untuk negara berkembang setelah goncangan Covid-19. Pertama, krisis utang yang sedang berlangsung tidak terbatas pada negara-negara berkembang yang termiskin saja, tetapi juga berpengaruh pada semua kategori pendapatan. Kedua, pada umumnya, tidak disebabkan oleh salah urus ekonomi di dalam negeri, tetapi oleh salah urus ekonomi dan keuangan ditingkat global (Muhyiddin 2020).

Indonesia juga tidak luput dari adanya krisis ekonomi karena pandemi. Maka pemerintah mengeluarkan kebijakan Peraturan Pemerintah Pengganti Undang-undang (Perpu) Nomor 1 Tahun 2020 tentang Kebijakan Keuangan Negara dan Stabilitas Sistem Keuangan untuk Penanganan Pandemi Virus Corona. Hal ini merupakan langkah tanggap pemerintah untuk menyelamatkan keuangan negara dan perekonomian agar tidak terjadi resesi ekonomi.

Selain dampak perekonomian dan pendidikan. Salah satu dampak yang ditimbulkan Covid-19 adalah terhadap pasien-pasien di rumah sakit yang harus menjalani perawatan yang cukup lama. Pasien-pasien ini dinilai rentan terdampak Covid-19. Salah satu pasien yang mungkin cukup beresiko tertular Covid-19 adalah pasien kanker. Karena selama masa sulit ini, operasi terhadap beberapa pasien kanker harus ditunda dan beberapa pasien harus menjalani neoadjuvant chemotherapy/radical chemo-radiotherapy. Keadaan ini hanya akan kembali normal ketika vaksin Covid-19 tersedia untuk semua kalangan (Kumal 2020).

Salah satu lini yang juga terdampak adanya Covid-19 adalah para tahanan. Dalam jurnal psikologi Cambridge University. Seorang tahanan juga memiliki hak untuk perawatan kesehatan secara berkala dan hak untuk kesehatan badannya terlepas dari pembatasan kebebasan meraka. Krisis ini mengharuskan adanya pelarangan kunjungan penjara yang mungkin dapat meningkatkan rasa terisolasi para narapidana. Salah satu contohnya adalah 12 narapidana Italia yang meninggal dalam sebuah kerusuhan dengan pembatasan karena pandemi. Hal ini penting, seorang narapidana juga tidak boleh dilupakan ketika terjadi krisis kesehatan disamping lini kehidupan lainnya (Gulati 2020).

Meskipun pandemi masih berlangsung, keadaan yang demikian menuntut adanya sebuah inovasi kembali untuk mempertahankan perekonomian, pendidikan, dan sebagainya. Salah satu

inovasi atau mungkin bisa menjadi solusi setelah diterapkannya berbagai aturan seperti PSBB yang berdampak pada penurunan perekonomian, penurunan kualitas kerja dan pendidikan maka kita haruslah beradaptasi dengan pandemi. Beradaptasi dengan pandemi otomatis kita juga harus tetap waspada dan menjaga diri masing-masing. Istilah “Kenormalan Baru” (New Normal) beberapa bulan ini marak di media sosial sebagai wujud dari kebiasaan baru untuk berdamai dengan pandemi. Hal yang menjadi menarik untuk dikaji dalam bentuk pengabdian masyarakat melalui edukasi bagaimana Kenormalan Baru itu diterapkan dalam masyarakat selama masa pandemi Covid-19 dan seperti apa pula respon masyarakat terhadap itu, apakah sesuai antara Law in Book (Dass Sollen) atau apa yang seharusnya terjadi dengan Law in Action (Dass Sein) dalam ranah sosiologi hukum serta dampak psikologis yang dirasakan masyarakat yang dituntut untuk beradaptasi dengan Kenormalan Baru dari perspektif psikologi hukum.

II. METODE

Kegiatan Psikoedukasi ini dilaksanakan dengan memuat materi-materi yang dikaji berdasarkan perspektif sosiologi hukum. Sosiologi hukum fokus mengkaji ketentuan hukum yang berlaku serta apa yang terjadi dalam kenyataan di masyarakat atau dengan kata lain yaitu suatu kegiatan yang dilakukan terhadap keadaan sebenarnya atau keadaan nyata yang terjadi dimasyarakat dengan maksud untuk mengetahui dan menemukan fakta-fakta dan data yang dibutuhkan, setelah data yang dibutuhkan terkumpul kemudian menuju kepada identifikasi masalah yang pada akhirnya menuju pada penyelesaian masalah. Sosiologi hukum bertujuan menjelaskan secara praktis bekerjanya sosiologi hukum. Kajian sosiologi hukum tidak hanya mengkaji aturan secara normatif, akan tetapi dikaitkan dengan gejala sosial yang ada dalam masyarakat (Fithriatus 2017). Dalam hal ini melihat bagaimana tingkat kepatuhan masyarakat dalam menjalankan aturan ataupun himbauan selama masa pandemi Covid-19 baik itu berupa PSBB, memakai masker, cuci tangan atau himbauan berjaga jarak.

Setelah materi disusun berdasarkan perspektif sosiologi hukum, kegiatan ini selanjutnya difokuskan pada pelaksanaan psikoedukasi dengan perspektif psikologi hukum. Psikoedukasi Menurut Supraktiknya (2008), psikoedukasi sering disebut pendidikan pribadi dan pendidikan sosial. Psikoedukasi adalah kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan/atau keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya dan/atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas atau masyarakat serta kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman bagi lingkungan (terutama keluarga). Psikoedukasi dilakukan dengan tujuan memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada masyarakat mengenai “Penerapan

Kenormalan Baru” kemudian mencoba memahami dinamika psikologis yang timbul di tengah-tengah masyarakat akibat aturan-aturan yang berlaku selama kenormalan baru ini.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Materi Psikoedukasi “Penerapan Kenormalan Baru Berdasarkan Perspektif Sosiologi Hukum”

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan melalui Badan Bahasa merilis arti New Normal dalam bahasa Indonesia yaitu Kenormalan Baru. Berdasarkan literatur Internasional, New Normal diibaratkan sebagai iklim yang telah berubah: kita memiliki New Normal. Sebuah lingkungan dimana semua keadaan tidak lagi seperti dulu. Meskipun terlihat sama, namun hakikatnya bukanlah hal yang sama lagi (Lewis 2017). Keadaan yang tidak lagi sama ini, bisa dilihat dengan contoh kecil para pedagang kaki lima di jalanan harus menyesuaikan diri terhadap suasana Kenormalan Baru. Dalam berita yang dikutip dari detikcom, salah satu organisasi partai politik membagikan face shield atau pelindung wajah kepada para pedagang kaki lima. Hal ini dinilai selain pedagang harus menggunakan masker, keberadaan face shield juga membuat pembeli makin merasa aman ketika membeli dagangannya dan juga hal ini sebagai kebiasaan baru yang memang harus diterapkan guna menghadapi era Kenormalan Baru (Azmi, 2020).

Selain daripada pedagang kaki lima yang mulai membuka kembali usahanya, tempat-tempat ibadah di Mojokerto, Jawa Timur sudah mulai dibuka dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat. Tempat ibadah yang dibuka di Mojokerto adalah Masjid Jami’ Makbadul Muttaqin, Gereja Kristen Jawi Wetan Pasamuwan serta Klenteng Hiap Thian Kion. Setiap orang yang memasuki tempat-tempat ibadah ini diharuskan memakai masker serta disediakan tempat cuci tangan bagi jemaah, tak lupa para pengurus tempat ibadah juga memeriksa suhu tubuh para jemaah. Selain tiga protokol tadi, tempat-tempat ibadah ini juga menyediakan bilik desinfektan serta kegiatan ibadah dilaksanakan dengan jarak 1 meter antar jemaah serta terdapat pelarangan jabat tangan. Hal ini diterapkan untuk mencegah penyebaran Covid-19 dan masyarakat dapat beribadah dengan aman pula (Budianto, 2020).

Melihat tempat ibadah yang mulai dibuka, pondok pesantren sebagai tempat para santri untuk menimba ilmu juga tidak ingin tetap menutup pesantren. Salah satunya adalah Pondok Pesantren Lirboyo di Kota Kediri. Polres Kediri Kota, Kodim 0809 Kediri bersama dengan Satuan Polisi Pamong Praja Kota Kediri menerapkan protokol kesehatan ketat terhadap kurang lebih 2.500 santri yang kembali ke pondok pesantren. Para petugas memeriksa surat sehat yang dibawa oleh para santri, memeriksa barang bawaan, melakukan penyemprotan desinfektan untuk tubuh santri

dan kendaraan-kendaraan yang digunakan para santri. Para santri juga langsung menjalani karantina mandiri 14 hari di pondok pesantren di dalam dua gedung khusus. Serta pihak Lirboyo sendiri merencanakan akan mengadakan rapid test dengan mengambil sampel acak para santri. Tidak lupa santri juga diwajibkan memakai alat pelindung diri berupa masker ketika di pondok pesantren (Dwi, 2020).

Dampak dari pandemi Covid-19 telah merubah bagaimana kebiasaan kita bekerja. Perubahan-perubahan ini meluas hingga bagaimana seseorang bepergian, memasuki kantor, berinteraksi dengan sesama, mengerjakan tugas, dan lain sebagainya. Setelah kita memberikan babak Kenormalan Baru ditengah Covid-19, kesehatan dan keselamatan kerja dan protokol keselamatan yang ketat adalah sesuatu yang penting dari masa sebelumnya. Langkah pertama untuk kita mengerti tentang resiko penularan dan transmisi Covid-19 di tempat kerja. Pekerjaan dalam tempat kerja berbeda-beda, dan demikian pula berbanding lurus dengan resiko penyebarannya. Melakukan evaluasi terhadap tempat kerja sangat penting. Untuk memahami resiko ketika menentukan kebijakan pencegahan yang tepat. Hal yang paling efektif untuk mencegah penyebaran covid-19 adalah memastikan para pekerja dan pihak lain yang berhubungan menerapkan physical distancing, minimal 2 meter antar para pekerja, pengunjung, dan pihak lainnya. Physical distancing, cuci tangan yang benar, dan tidak menyentuh wajah adalah kunci untuk mencegah covid-19. Langkah ini menjadi sangat penting ketika kita diharuskan untuk kembali ke tempat kerja.

Diskontinuitas krisis seperti pandemi Covid-19 menciptakan kebutuhan-kebutuhan baru. Masalah konsumen yang besar juga menunggu untuk diselesaikan, hal ini dapat menjadi peluang sebuah inovasi. Sebagai pemain-pemain utama dan perekonomian, perusahaan yang mengurangi dan lebih fokus terhadap pelanggan, inovator yang gesit juga akan menemukan sebuah ruang dimana menawarkan barang dan jasa dengan kualitas yang cukup namun berharga murah solusi ini untuk membangun daya tarik pasar. Para pengusaha mulai berinovasi untuk Kenormalan Baru. Berpartisipasi dan memilih sisi baik dari Kenormalan Baru, sedang kepada perusahaan besar harus mengatasi masalah-masalah jangka pendek yang ditimbulkan karena Covid-19 dan segera mengambil langkah untuk menciptakan kebijakan jangka panjang.

Di sektor pariwisata, Kemenparekraf/Bararekraf RI merespon adanya rencana pembukaan kembali pariwisata di Bali. Hal ini dituangkan dalam Protokol Perjalanan Wisatawan di Era Kenormalan Baru yang berisi pengantar, bagaimana alur kedatangan para wisatawan, hingga bagaimana alur kepulangan para wisatawan. Guide Book ini sebagai langkah nyata mulai dibukanya sektor pariwisata di Indonesia. Bali sebagai salah satu provinsi yang mengedepankan sektor wisata, selama masa pandemi okupasi hotel di Bali turun hingga 80-90% bahkan ada yang menutup usaha perhotelannya. Sebagai dampak Covid-19 yang masih belum berakhir, geliat

usaha perekonomian pun harus menyesuaikan diri dengan keadaan ini sebagai sebuah usaha menyintas, mempertahankan keberlangsungan sektor pariwisata terutama di Bali dalam masa Kenormalan Baru. Secara umum protokol yang harus ditaati adalah:

- a. Memakai masker
- b. Sering mencuci tangan/handsanitizer
- c. Jaga jarak (physical distancing /social distancing)

Pada 28 Mei 2020 Pemerintah Pusat melalui Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Bappenas Suharso Monoarfa dalam jumpa pers bersama Menteri Luar Negeri Retno Marsudi dan Tim Pakar Gugus Tugas Penanganan Covid-19 menyampaikan Protokol Masyarakat Produktif dan Aman Covid-19 menuju Kenormalan Baru (New Normal), hidup berdampingan dengan Covid-19. Pemerintah menyebutnya 'Penyesuaian PSBB', dimana sedang disusun kriteria dan langkah-langkahnya, serta menentukan bagaimana Penyesuaian PSBB diberlakukan. Monoarfa menjelaskan bahwa berdasarkan berbagai studi tentang pengalaman berbagai negara yang berhasil menangani pandemi Covid-19, ada beberapa prasyarat agar masyarakat dapat produktif tetapi keamanan dari bahaya Covid-19 tetap terjamin, yaitu: 1) penggunaan data dan ilmu pengetahuan sebagai dasar pengambilan keputusan untuk Penyesuaian PSBB; 2) Penyesuaian PSBB dilakukan secara bertahap dan memperhatikan zona; 3) Penerapan protokol kesehatan yang ketat; dan 4) Review pelaksanaan Penyesuaian PSBB yang dimungkinkan adanya pemberlakuan kembali PSBB dengan efek jera yang diberlakukan secara ketat apabila masyarakat tidak disiplin dalam beraktivitas.

Maka menilik Kepmenkes RI Nomor HK.01.07/MENKES/328/2020 Tentang Panduan Pencegahan Dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) Di Tempat Kerja Perkantoran Dan Industri Dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha Pada Situasi Pandemi, beberapa pekerja yang sudah mulai masuk kerja pasca PSBB dalam Kepmenkes ini dijelaskan mendetail tentang petunjuk untuk para pekerja mulai dari ketika berangkat atau perjalanan ke tempat kerja, ketika bekerja, hingga protokol ketika pekerja sudah pulang. Bagi tempat kerja berikut protokol atau prosedur yang harus ditaati:

- a. Pihak manajemen/Tim Penanganan Covid-19 di tempat kerja selalu memperhatikan informasi terkini serta himbauan dan instruksi Pemerintah Pusat dan Daerah terkait Covid-19 di wilayahnya, serta memperbaharui kebijakan dan prosedur terkait Covid-19 di tempat kerja sesuai dengan perkembangan terbaru.
- b. Mewajibkan semua pekerja menggunakan masker selama di tempat kerja, selama perjalanan dari dan ke tempat kerja serta setiap keluar rumah.

- c. Larangan masuk kerja bagi pekerja, tamu/pengunjung yang memiliki gejala demam/nyeri tenggorokan/batuk/pilek/sesak nafas. Berikan kelonggaran aturan perusahaan tentang kewajiban menunjukkan surat keterangan sakit.
- d. Jika pekerja harus menjalankan karantina/isolasi mandiri agar hak-haknya tetap diberikan.
- e. Menyediakan area/ruangan tersendiri untuk observasi pekerja yang ditemukan gejala saat dilakukan skrining.
- f. Pada kondisi tertentu jika diperlukan, tempat kerja yang memiliki sumber daya dapat memfasilitasi tempat karantina/isolasi mandiri.
- g. Penerapan hygiene dan sanitasi lingkungan kerja
- h. Melakukan rekayasa engineering pencegahan penularan seperti pemasangan pembatas atau tabir kaca bagi pekerja yang melayani pelanggan, dan lain lain.
- i. Satu hari sebelum masuk bekerja dilakukan Self Assessment Risiko Covid-19 pada seluruh pekerja untuk memastikan pekerja yang akan masuk kerja dalam kondisi tidak terjangkit Covid-19.
- j. Melakukan pengukuran suhu tubuh (skrining) di setiap titik masuk tempat kerja.
- k. Terapkan physical distancing/jaga jarak.
- l. Jika memungkinkan, menyediakan transportasi khusus pekerja untuk perjalanan pulang pergi dari mess/perumahan ke tempat kerja sehingga pekerja tidak menggunakan transportasi publik.
- m. Petugas kesehatan/petugas K3/bagian kepegawaian melakukan pemantauan kesehatan pekerja secara proaktif

Sedemikian banyak aturan ketika kita harus memulai untuk kembali ke aktivitas normal yang dapat kita sebut “kebiasaan baru masyarakat dalam era kenormalan baru”. Yang awalnya kita menggunakan masker hanya ketika berkendara untuk menghindari debu masuk kepernafasan, sekarang kita membutuhkan masker untuk segala aspek kegiatan. Membiasakan diri untuk memakai masker di tempat umum, walaupun terkadang kita sendiri merasa sedikit sesak dan susah bernapas dengan bebas ketika memakai masker. Namun kebiasaan baru ini merupakan langkah preventif untuk mencegah paparan Covid-19.

Selain memakai masker, pembiasaan untuk cuci tangan dengan sabun juga harus menjadi kebiasaan baru bagi kita. Melihat banyaknya fasilitas cuci tangan yang disediakan di berbagai sudut tempat di setiap sudut kota, hal ini menjadi kebiasaan baik untuk kita semua. Dari masyarakat yang awalnya menyepelkan perkara cuci tangan dan sekarang menjadi harus sering cuci tangan untuk mencegah paparan Covid-19. Apalagi dengan anjuran untuk tidak berjabat tangan, meskipun kita tidak berjabat saja, kita tidak mengetahui apakah benda-benda yang kita sentuh ketika di supermarket, area kampus, atau area publik lainnya terbebas dari paparan virus.

Fasilitas yang sudah disediakan oleh pemerintah haruslah kita manfaatkan dengan baik. Selain daripada fasilitas tempat cuci tangan yang disediakan pemerintah, kita pribadi juga harus mempersenjatai diri dengan selalu membawa hand sanitizer yang menjadi salah satu barang bawaan yang harus ada dalam tas bepergian kita. Apalagi bagi para pekerja yang harus menempuh perjalanan ke tempat kerja setiap harinya.

Selain memakai masker dan membawa hand sanitizer sendiri, bagi seorang muslim perempuan yang harus menjalankan ibadah sholat, bagi yang biasanya memakai mukenah yang tersedia di masjid atau mushola, lebih baik dengan adanya era Kenormalan Baru seperti ini membawa mukena atau alat ibadah sendiri. Hal ini untuk mencegah pemakaian berulang pada alat ibadah yang sama. Ketika berkegiatan di luar pun hendaknya kita menjaga jarak satu sama lainnya. Menerapkan physical distancing atau social distancing merupakan hal yang wajar bagi saat ini, dulu yang biasanya mengantri tiket saling berdesakan, sekarang duduk di tempat antrian sudah dibatasi dan diberi jarak.

Selanjutnya, kita juga harus menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah. Setelah berkegiatan di luar rumah, hendaknya langsung mandi dan mengganti pakaian. Pakaian yang bekas pakai dan masker wajah yang digunakan ketika bepergian untuk langsung dicuci. Sedangkan untuk masker sekali pakai sebelum dibuang ke tempat sampah, sebaiknya kita robek terlebih dahulu. Menjaga kesehatan dengan makanan gizi seimbang serta tidak lupa dengan kebiasaan baru untuk berjemur di bawah sinar matahari pagi, atau mungkin kita dapat menyisihkan waktu untuk bersepeda di pagi atau sore hari sambil berolahraga juga dapat menjadi stress release setelah seharian bekerja.

B. Psikoedukasi “Beradaptasi dengan Kenormalan Baru” dan Dampak yang Dirasakan Masyarakat Berdasarkan Perspektif Psikologi Hukum

Psikoedukasi yang dilakukan melalui tatap muka langsung dengan warga yang ada di RT 3/RW 6 Kelurahan Bangsal, Kecamatan Pesantren Kota Kediri dengan tetap mematuhi protokol kesehatan. Penyampaian materi secara lisan dan disertai dengan kegiatan tanya jawab antar pemberi materi dan warga. Adapun jumlah warga yang terlibat dalam kegiatan psikoedukasi ini berjumlah 21 orang yang memiliki latar belakang pendidikan dan pekerjaan yang berbeda-beda. Pelaksanaan psikoedukasi dilakukan selama 3 hari dengan jadwal yang menyesuaikan dengan waktu luang warga setempat.



Gambar 1. Pelaksanaan Psikoedukasi “Penerapan Kenormalan Baru” pada Warga

Respon warga terhadap pelaksanaan psikoedukasi cukup positif ditandai dengan kesukarelaan warga menawarkan diri untuk mendapatkan informasi dari narasumber mengenai “Penerapan Kenormalan Baru.” Selain itu, warga juga menyampaikan komitmennya untuk menyampaikan informasi yang disampaikan narasumber ke sanak-saudara yang lainnya.

Setelah 1 pekan pelaksanaan psikedukasi, tim pelaksana pengabdian ini kemudian melakukan sesi wawancara dengan warga yang menjadi peserta psikoedukasi. Pelaksanaan wawancara bertujuan untuk mengetahui dampak psikologis yang dirasakan warga setelah mendapatkan materi psikoedukasi. Hasil wawancara menunjukkan bahwa dampak materi psikedukasi dalam kehidupan sehari-hari warga bentuknya berbeda-beda. Masih terdapat warga yang mengalami ketakutan untuk beraktivitas di luar rumah sehingga sebisa mungkin untuk tetap berada di rumah jika tidak ada keperluan mendesak yang mengharuskan beraktivitas di luar rumah. Warga yang memiliki respon demikian sangat rentan mengalami kecemasan dan stress. Apalagi jika di sekitar tempat tinggal terdapat warga lain yang positif, maka warga sangat mudah mengalami psikosomatis yang dipicu rasa cemas yang berlebihan dan stress yang tidak dikelola dengan tepat.

Disamping itu, ada juga warga yang benar-benar menerapkan peraturan-peraturan protokol kesehatan sesuai materi Penerapan Kenormalan Baru jika beraktivitas di luar rumah, seperti memakai masker, membawa dan menggunakan hand sanitizer, dan tidak bersalaman. Warga yang mengalami kondisi ini, cenderung memiliki kondisi emosi yang stabil dan mampu melakukan proses adaptasi yang cukup cepat dengan berbagai situasi. Warga yang mampu mengaplikasikan peraturan-peraturan di masa Kenormalan Baru ini terlihat cukup produktif dalam menggeluti pekerjaannya, bahkan terdapat warga yang mulai melakukan inovasi pada usaha mikro yang dijalankannya agar tetap bisa bertahan di tengah wabah pandemi ini.

Respon lainnya yaitu terdapat warga memperlihatkan perilaku yang seakan-akan tidak peduli lagi dengan ancaman virus Covid-19 dan terkesan menyepelekan protokol kesehatan yang harus diterapkan di masa kenormalan baru, misalnya tidak menggunakan masker jika beraktivitas di luar rumah dan cenderung melaksanakan kegiatan sosial berkerumun tanpa jaga jarak. Secara psikologis, warga yang mengalami kondisi ini mampu menjalin sosialisasi dengan tetangga-tetangga dengan cukup baik dan produktivitas pekerjaan serta usaha cukup baik. Hanya saja ketika mengalami kondisi yang kurang menyenangkan seperti terdapat anggota keluarga yang sakit atau bahkan positif terpapar virus Covid-19, respon emosional yang diperlihatkan beragam. Ada yang histeris, menyalahkan orang-orang disekitarnya, menarik diri dari lingkungan sosial, bahkan ada yang denial (menolak kenyataan).

Hasil temuan wawancara ini, sejalan dengan kajian yang dilakukan oleh Irfan Fitriadi Z bahwa respon-respon perilaku yang ditampilkan oleh individu dalam situasi tertentu dapat digambarkan dengan menggunakan pendekatan *Theory of Planned Behavior* (Z, 2020). Dimana diketahui bahwa niat untuk menampilkan sebuah respon atau perilaku dipengaruhi oleh tiga komponen yaitu sikap (*attitude*), norma subjektif (*subjective norm*), dan persepsi control keperilakuan (*perceived behavior control*). Sikap yang dimaksud dalam hal ini adalah perilaku yang diperlihatkan atas dasar keyakinan terhadap konsekuensi yang ditimbulkan oleh perilaku tersebut. Sikap ditunjukkan dengan rasa suka atau tidak suka/setuju atau tidak setuju. Norma subjektif merupakan persepsi individu terhadap tekanan sosial yang ada untuk menunjukkan atau tidak suatu perilaku atau dengan kata lain batasan yang dimiliki individu untuk kemudian merasa perlu, harus, atau tidak boleh melakukan suatu perilaku, bahkan dapat memotivasi orang lain untuk mengikuti pendapat orang lain tersebut (Michener, DeLamater, & Myers 2004). Sedangkan persepsi kontrol keperilakuan merupakan kontrol yang dimiliki individu sehubungan dengan tingkahlaku yang ingin ditampilkan di lingkungan sosial.

Berdasarkan *Theory of Planned Behavior* dapat dipaparkan bahwa warga yang cenderung taat untuk mengikuti aturan protokol kesehatan di masa Kenormalan Baru didasari sikap yang positif terhadap aturan-aturan Penerapan Kenormalan Baru. Sikap positif tersebutlah yang berhasil membangun keyakinan warga bahwa dengan menjalankan aturan protokol kesehatan di masa Kenormalan Baru ini, para warga dapat terhindar dari paparan virus Covid-19. Warga yang telah memiliki sikap positif dan keyakinan yang tinggi untuk mentaati aturan protokol kesehatan, membuat warga tidak mengalami kesulitan mengontrol perilaku-perilaku yang negatif atau mengontrol perilaku yang tidak sesuai aturan protokol kesehatan untuk tidak ditampilkan selama masa pandemi ini.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan kajian sosiologi hukum, masyarakat di Indonesia menanggapi berbagai aturan dan himbauan Kenormalan Baru tersebut dalam dua respon, ada yang dengan sikap mengikutinya dan ada pula masih acuh terhadap himbauan tersebut. Penerapan Kenormalan Baru ini terlihat cukup efektif ketika mulai diterapkannya sanksi-sanksi jika ada masyarakat yang tidak mengindahkan seperti tidak memakai masker di tempat umum, atau sanksi administratif kepada pelaku usaha yang tetap beroperasi di jam yang telah dilarang. Namun, melihat situasi terkini dimana pandemi sudah berjalan selama setahun lebih, masyarakat sudah mulai kembali tidak mengindahkan aturan dari pemerintah seperti menjaga jarak, memakai masker dan sebagainya, yang sangat dimungkinkan karena masyarakat sudah mulai sangat jenuh dengan kondisi saat ini ditambah telah beredarnya vaksin dimana beberapa kalangan masyarakat sudah mendapat jatah vaksin, tentunya ini menambah optimisme di masyarakat. Tentunya kita semua berharap bahwa kondisi pandemi Covid-19 ini bisa segera berlalu.

Berdasarkan perspektif psikologi hukum, hasil pelaksanaan psikoedukasi ke masyarakat memperlihatkan tiga respon perilaku terkait penerapan kenormalan baru. Pertama, terdapat masyarakat yang mengalami ketakutan untuk beraktivitas di luar rumah sehingga sebisa mungkin untuk tetap berada di rumah jika tidak ada keperluan mendesak yang mengharuskan beraktivitas di luar rumah. Warga yang memiliki respon demikian sangat rentan mengalami rasa cemas dan stress. Selain itu, ada juga warga yang benar-benar menerapkan peraturan protokol kesehatan sesuai materi Penerapan Kenormalan Baru jika beraktivitas di luar rumah, seperti memakai masker, membawa dan menggunakan hand sanitizer, dan tidak bersalaman. Warga yang mengalami kondisi ini, cenderung memiliki kondisi emosi yang stabil dan mampu melakukan proses adaptasi yang cukup cepat dengan berbagai situasi. Respon lainnya yaitu terdapat warga memperlihatkan perilaku yang seakan-akan tidak peduli lagi dengan ancaman virus Covid-19, namun ketika mengalami kondisi yang kurang menyenangkan seperti terdapat anggota keluarga yang sakit atau bahkan positif terpapar virus Covid-19, respon emosional yang diperlihatkan beragam. Ada yang histeris, menyalahkan orang-orang disekitarnya, menarik diri dari lingkungan sosial, bahkan ada yang denial (menolak kenyataan).

DAFTAR PUSTAKA

- Azmi, F. (2020). PKL Semringah Dapat Face Shield Gratis. https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-5062583/pkl-semringah-dapat-face-shield-gratis?_ga=2.196066852.967604852.1592746985-875910023.1592746985.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, K. P. dan K. R. I. (2016). Hasil Pencarian - KBBI Daring. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pandemi>.
- Beyond Covid-19: What Will Define The “New Normal”. United States: EY. 2020.
- Budianto, E. E. (2020). Tempat Ibadah Tangguh di Mojokerto Terapkan Protokol Kesehatan Saat New Normal. https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-5061714/tempat-ibadah-tangguh-di-mojokerto-terapkan-protokol-kesehatan-saat-new-normal?_ga=2.204920088.967604852.1592746985-875910023.1592746985
- Dwi, A. (2020). Ribuan Santri Lirboyo Kediri Kembali ke Ponpes, Begini Protokol kesehatannya - Halaman 2. <https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-5061597/ribuan-santri-lirboyo-kediri-kembali-ke-ponpes-begini-protokol-kesehatannya/2>
- Embracing The New Normal as We Safely Return to Work. Guidelines for New Brunswick Workplaces Re-Opening in a Covid-19 Environment. Canada: Work Sage Travail Securitaire. 2020.
- Fithriatus, Shalihah. 2017. Sosiologi Hukum. RajaGrafindo Persada. Depok.
- Gulati, G. et.al. 2020. “Prisons and The Covid-19 Pandemic”. Irish Journal of Psychologica Medicine. 00.
- Himpunan Psikologi Indonesia. 2010. Kode etik psikologi Indonesia. Jakarta: HIMPSI.
- Kepmenkes RI Nomor HK.01.07/MENKES/328/2020 Tentang Panduan Pencegahan Dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) Di Tempat Kerja Perkantoran Dan Industri Dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha Pada Situasi Pandemi.
- Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor 300/MENKES/SK/IV/2009 Tentang Pedoman Penanggulangan Episenter Pandemi Influenza.
- Kumal, Anup. et.al. 2020. “The New Normal in The Oncology Department in covid-19 Scenario”. Journal of Radiotherapy in Practice Published by Cambridge University Press.
- Lewis, Sophie C. et.al. 2017. “Defining a New Normal for Extremes In a Warming World” American Meteorological Society BAMS.
- Michener, H. A., DeLamater, J. D., & Myers, D. J. 2004. Social psychology (5th ed.). Wadsworth/Thomson Learning.
- Muhyiddin. 2020. Covid-19, “New Normal dan Perencanaan Pembangunan di Indonesia”. The Indonesian Journal of Development Planning. Volume IV. 2.
- Peraturan Perundang-Undang
- Peraturan Gubernur DKI Jakarta Nomor 33 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) Di Provinsi Daerah Khusus Ibukota Jakarta.
- Protokol Perjalanan Wisatawan di Era New Normal: Rencana Pembukaan Pariwisata di Bali. KEMENPAREKRAF/BAPAREKRAF RI. 2020.
- Supratiknya, A. 2008. Merancang program dan modul psikoedukasi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma
- Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 tentang Keekarantinaan Kesehatan.