**BAGAIMANA PENYINTAS COVID-19 DI DESA DEMAAN KABUPATEN KUDUS MENERAPKAN PROTOKOL KESEHATAN?**

**Desy Aviolina1, Trixie Salawati2\*, Nurina Dyah Larasaty3**

1,2,3Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Semarang

Jl. Kedungmundu No.18, Kedungmundu Kota Semarang 50273

E-mail *corresponding author*: [trixieabu@unimus.ac.id](mailto:trixieabu@unimus.ac.id)

Tanggal Submisi: 11 November 2022; Tanggal Penerimaan: 10 Januari 2023

**ABSTRAK**

Pada tahun 2021 Kabupaten Kudus, termasuk Desa Demaan pernah mengalami lonjakan kasus Covid-19. Di saat kasus sudah mulai melandai penerapan protokol kesehatan di Desa Demaan mulai memudar. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan protokol kesehatan pada penyintas Covid-19 di Desa Demaan Kabupaten Kudus. Studi desain fenomenologis ini digunakan untuk menggali bagaimana penerapan protokol kesehatan pada 7 penyintas Covid-19 yang tinggal di desa Demaan dengan dibuktikan hasil swab terakhir negatif dan telah melakukan isolasi mandiri selama 14 hari. Data diperoleh melalui *in-depth interview* yang dilakukan secara offline dan online pada bulan Maret - Juli 2022. Data dianalisis secara interaktif dengan tahapan: *data collection, data reduction* dan *data verification*. Pasca sembuh dari Covid-19 para penyintas Covid-19 di Desa Demaan yang menjadi informan penelitian berniat menerapkan protokol kesehatan agar tidak tertular kembali. Namun setelah beberapa bulan, penerapan protokol kesehatan mengalami penurunan. Beberapa hal yang menentukan perilaku tersebut adalah sesak dan pengap yang dirasakan para informan selama menggunakan masker, bosan karena Covid-19 belum usai, serta didukung oleh kondisi masyarakat sekitar yang mulai longgar dalam menerapkan protocol kesehatan karena jumlah kasus Covid-19 yang menurun. Meskipun awalnya telah berniat menerapkan protokol kesehatan pasca sembuh dari Covid-19, namun terdapat hambatan dalam pelaksanaannya sehingga terjadi penurunan perilaku penerapan protokol kesehatan.

**Kata Kunci :** Kebijakan pemerintah, penyintas Covid-19, protokol kesehatan

***ABSTRACT***

*In 2021 Kudus Regency, including Demaan Village, experienced a spike in Covid-19 cases. By the time the case had begun to sway the implementation of health protocols in Demaan Village, it began to fade. This study aims to explore the application of health protocols to Covid-19 survivors in Demaan Village, Kudus Regency. This phenomenological design study was used to explore how to implement the health protocol for 7 survivors of Covid-19 living in Demaan village with evidence of the last negative swab result and self-isolation for 14 days. Data were obtained through in-depth interviews conducted offline and online on March- July 2022. The data is analyzed interactively with the following stages: data collection, data reduction and data verification. After recovering from Covid-19, the Covid-19 survivors in Demaan Village who became research informants intend to apply the Health protocol so as not to be infected again. However, after a few months, the implementation of the Health protocol has decreased. Some of the things that determine this behavior are the tightness and stuffiness felt by the informants while wearing masks, boredom because Covid-19 is not over yet, and supported the condition of the surrounding community, which is starting to loosen up in implementing the Health protocol due to the declining number of Covid-19 cases. Although it was initially intended to implement the Health protocol after recovering from Covid-19, there were obstacles to its implementation, so there was a decrease in the behavior toward implementing the Health protocol.*

***Keyword :*** *Covid-19 survivor, government policy, health protocol.*

ISSN: 1979-7621 (*Print*); 2620-7761 (*Online*); DOI: 10.23917/jk.v16i1.20406

**PENDAHULUAN**

Kasus Covid-19 di Indonesia mulai ditemukan pada Maret 2020 setelah adanya 2 orang yang terkonfirmasi positif Covid-19(World Health Organization 2020). Sejak 2 Maret 2020 sampai 31 Desember 2020, sudah tercatat 743.198 kasus dengan 109.963 kasus aktif(Kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2021). Sedangkan jumlah kasus Covid-19 hingga Agustus 2022 berjumlah 6,21 juta jiwa dengan jumlah angka kematian covid-19 sebesar 157.028 jiwa(Gugus Covid-19 2021).

Provinsi Jawa Tengah termasuk 4 besar *Case Fatality Rate* (CFR) Covid-19 tertinggi, yaitu sebesar 4,4% dengan *Positivity Rate* sebesar 15,5%. Angka tersebut belum memenuhi target *World Health Organization* (WHO), yaitu ≤ 5%(Kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2021). Kasus terkonfirmasi di Jawa Tengah hingga November 2021 sebesar 451.292 jiwa dan angka kematian sebesar 32.431 jiwa(Tanggap Covid-19 Provinsi Jawa Tengah 2021).

Kabupaten Kudus pada bulan Mei dan Juni mengalami kenaikan kasus dengan angka Positivity Rate sebesar 60,62% Covid-19 pada Bulan Mei dan Bulan Juni sebesar 64,22%(Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus 2021). Hingga bulan November 2021 kasus terkonfirmasi Covid-19 di Kabupaten Kudus sebesar 16.796 jiwa sedangkan angka kematian akibat Covid-19 sebesar 1.381 jiwa(Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Kabupaten Kudus 2021). Kasus Covid-19 di Kabupaten Kudus dari mulai 2020 hingga 2021 telah beberapa kali mengalami kenaikan.

Desa Demaan merupakan salah satu desa di Kecamatan Kota, Kabupaten Kudus. Desa Demaan merupakan salah satu wilayah kerja Puskesmas Wergu Wetan. Desa Demaan masuk kedalam peringkat 3 besar kasus Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Wergu Wetan dengan (Wergu Wetan, Demaan, dan Mlati Kidul) selama tahun 2020. Bulan Maret hingga Bulan Desember tahun 2020 Desa Demaan memiliki angka kasus covid-19 yang tinggi. Kasus tertinggi pada bulan November 2020 dengan kasus terkonfirmasi sebesar 11 jiwa dan angka kematian terkonfirmasi sebesar 3 jiwa serta isolasi 3 jiwa(Puskesmas Wergu Wetan 2020).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada 2 November sampai dengan 10 November 2021, ditemukan bahwa penerapan protokol kesehatan di Desa Demaan ini sudah mulai memudar. Banyak warga yang berkumpul di warung tidak menggunakan masker serta tidak menerapkan jaga jarak antar satu sama lain seperti kondisi sebelum pandemi Covid-19.

Penyintas Covid-19 merupakan sebutan seseorang yang telah sembuh dari virus Covid-19 dengan dibuktikan hasil Swab *Polymerase Chain Reaction* (PCR) negatif dan telah melakukan isolasi selama 14 hari(Choiriyah et al. 2021). Kepatuhan penyintas covid-19 dalam menerapkan protokol kesehatan akan mengurangi risiko terpapar kembali virus covid-19(Choiriyah et al. 2021; Rahmatina et al. 2021).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan protokol kesehatan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada penyintas Covid-19 lebih baik dari pada masyarakat yang belum pernah terpapar Covid-19(Choiriyah et al. 2021), (Junias and Toy 2021).

Pada saat kasus Covid-19 sedang turun, banyak warga masyarakat yang mulai abai dalam menerapkan protokol kesehatan, padahal protokol kesehatan merupakan upaya pencegahan yang paling mudah dilakukan masyarakat dalam mencegah penyebaran covid-19. Oleh karena itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana penerapan protokol kesehatan dari para penyintas Covid-19 di Desa Demaan Kabupaten Kudus. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan tujuan untuk emnggali lebih dalam mengenai bagaimana penerapan protokol kesehatan pada penyintas Covid-19 berdasarkan pengetahuan, sikap, praktik, niat, subjective norm dan important norm.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi terhadap lingkungan. Pengumpulan data wawancara dilakukan secara offline dan online. Durasi wawancara online rata-rata 30 menit dan wawancara offline rata-rata 30 menit. Wawancara offline dilakukan di ruang tamu rumah penyintas Covid-19 dengan tetap mematuhi protokol kesehatan dan wawancara online dilakukan melalui *Video Call WhatsApp* pada bulan Maret – Juli 2022.

Informan utamanya adalah penyintas Covid-19 yang berjumlah 7 orang, serta informan pendukung yang berjumlah 3 orang, yaitu Bidan Desa, Suami dan Ibu dari informan. Informan dipilih secara *purposive* dan dikombinasikan dengan teknik *snowball*, dengan kriteria inklusi adalah seseorang yang pernah memiliki riwayat terkonfirmasi Covid-19 dalam 7-12 bulan terakhir, dengan dibuktikan Tes Swab. Selanjutnya informan bersedia diambil datanya dan mengisi informed consent, serta mampu berkomunikasi dan menceritakan pengalaman mereka ketika terpapar Covid-19.

Data hasil wawancara ditranskrip, diberi kode dan dianalisis oleh peneliti mengikuti model analisis interactive dengan tahapan : *data collection, data reduction* dan *data verification.* Protokol penelitian ini dengan nomor 616/KEPK-FKM/UNIMUS/2022 telah disetujui oleh Komisi Etik Penelitian Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang, dan *Informed Consent* (formulir persetujuan) tertulis telah diberikan sebelum partisipan diwawancarai.

**HASIL TEMUAN**

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Demaan, Kecamatan Kota, Kabupaten Kudus. Jumlah total informan sebanyak sepuluh orang terdiri atas tujuh informan utama dan tiga informan pendukung (Tabel 1 dan Tabel 2).

Tabel 1. Karakteristik Informan Utama

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Informan 1 | Informan 2 | Informan 3 | Informan 4 | Informan 5 | Informan 6 | Informan 7 |
| Nama | NS | DH | HS | YI | NH | ST | CB |
| Usia | 63 Tahun (Lansia) | 43 Tahun | 30 Tahun | 43 Tahun | 21 Tahun | 27 Tahun | 22 Tahun |
| Pendidikan | Sarjana | SMA | S1 | D3 | SMA | S1 | SMA |
| Pekerjaan | Pensiunan PNS | RSUD (Bagian Laundry) | PNS | Karyawan Pabrik | Mahasiswa | Karyawan Bank | Mahasiswa |
| Jenis Kelamin | Perempuan | Perempuan | Laki- Laki | Laki - Laki | Perempuan | Perempuan | Perempuan |

Tabel 2. Karakteristik Informan Utama

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Subyek Penelitian Pendukung | Umur | Jenis Kelamin | Pendidikan | Pekerjaan |
| AR | 47 | Perempuan | D3 Kebidanan | Bidan Desa dan Ketua Desa Binaan Desa Demaan |
| LT | 45 | Laki-Laki | SMA | Buruh Pabrik |
| KU | 48 | Perempuan | S1 Manajemen | Administrasi Kantor Desa |

1. **Waktu Terpapar Covid-19**

***“Juli tahun lalu...waktu kasus covid-19 lagi tinggi..sampai masuk tv...juli atau agustus”***

Sebagian besar informan terpapar Covid-19 pada rentang waktu Juni hingga Agustus tahun 2021. Pada saat itu Kabupaten Kudus mengalami peningkatan kasus yang sangat signifikan hingga dikategorikan dalam zona merah hingga hitam pada saat varian Covid-19 delta dan menjadi berita utama di media sosial dan televisi.

*“saya tuh terpapar pada bulan Juli tahun lalu mbk. Pas Kudus lagi genting-gentingnya sampe masuk TV dulu itu lho”*

Informan 1. Pensiun PNS, 63 th

*“saya terpapar itu waktu bulan juni atau juli gitu mbak tahun lalu waktu Kudus lagi akih kasuse mbak”*

Informan 2. Bagian Laundry RSUD, 43 th

*“kejadian paling tinggi pada bulan april, mei dan juni tahun 2021 mbak dimana waktu itu Kabupaten Kudus dalam keadaan zona merah dan pernah hitam juga,*

*terjadi pada varian covid-19 delta mbak. Waktu itu keadaan sangat mencekam dimana banyak rumah sakit yang penuh sehingga isolasi di dono hudan Solo”*

*Crosscheck*. AR (Bidan Desa), 47 th

Covid-19 di Kabupaten Kudus dari mulai 2020 hingga 2021 selalu terjadi kenaikan dan penurunan kasus Covid-19. Kabupaten Kudus pada bulan Mei dan Juni mengalami kenaikan kasus dengan angka Positivity Rate sebesar 60,62% pada Bulan Mei dan Bulan Juni pada tahun 2021 sebesar 64,22%(Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus 2021).

1. **Sikap Ketika Merasakan Gejala Covid-19**

***“gejala saya hanya pilek....kasus lagi banyak...trus di swab dari kantor”***

Ketika merasakan gejala seperti Covid-19 semua informan langsung melakukan tes Swab PCR. Setelah mengetahui hasilnya positif, para informan lalu melakukan isolasi mandiri dengan alasan hanya mengalami gejala ringan.

*“kemarin di sekolah itu ada swab mbak dari puskesmas kepada guru se-sekolahan karena ada yang terpapar satu orang. Saya tidak mengalami gejala berat mbak hanya pilek saja akan tetapi waktu itu saya diswab positif lalu saya isolasi mandiri dirumah”*

Informan 3. PNS, 30 th

*“aku masuk kerja trus di suruh swab, pas itu juga kan lagi banyak kasus takutnya kenapa kenapa makanya aku disuruh bawa hasil swab tapi waktu itu aku sama dua temenku ternyata positif juga”*

Informan 6. Karyawan Bank, 27 th

Informan sudah mengetahui apa yang harus dilakukan ketika isolasi mandiri, yaitu tetap harus memiliki semangat untuk sembuh dan tidak merasa terpuruk, karena akan menyebabkan imunitas menurun. Selain itu isolasi mandiri dijadikan untuk istirahat dari beberapa pekerjaan, dan aktivitas sehari-hari yang cukup menguras energi.

*“jangan sedih mbak itu si kuncinya sama semangat sembuh pokoknya apa yang baik itu di lakukan”*

Informan 2. Bagian Laundry RSUD, 43 th

*“tidak boleh putus asa, minum obat dan vitamin langsung isolasi mandiri”*

Informan 3. PNS, 30 th

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan di Banten, Masyarakat memiliki tingkat kecemasan yang ringan karena sudah memiliki informasi dari beberapa sumber seperti internet, media sosial dan lain-lain sehingga mereka tahu apa yang harus dilakukan ketika mengalami gejala maupun ketika melakukan isolasi mandiri(Bela et al. 2021).

1. **Stigma Masyarakat Terhadap Seseorang Terpapar Covid-19**

***“Dikucilkan...pada takut juga...tapi ada yang biasa saja malah support”***

Sebagian kecil informan mengaku mengalami hal yang menyakitkan ketika terpapar Covid-19, seperti dikucilkan oleh tetangganya, bahkan ada tetangga yang tidak mau melintas di depan rumah informan karena takut tertular. Namun informan melihat bahwa saat ini telah terjadi perubahan perilaku terkait respon masyarakat terhadap orang yang terpapar Covid-19. Masyarakat mulai mengetahui apa yang harus dilakukan ketika ada warga yang terpapar Covid-19. Penderita Covid-19 lebih membutuhkan semangat dan dukungan sehingga masyarakat tidak lagi melakukan diskriminasi terhadap orang yang terpapar Covid-19.

*“Ada yang mengucilkan, terus kalau keluar di halaman rumah aja padahal pakai masker ya di liatin trus mbak jadi ya gitu memilih di dalam rumah saja....”*

Informan 1. Pensiun PNS, 63 th

*“Kalau dulu waktu saya kena ya dikucilkan mbak ngga mau mendekat trus gak mau lewat rumah depan saya ini... . Kalau sekarang sih udah biasa mbak malah di dukung di kasih semangat”*

Informan 2. Bagian Laundry RSUD, 43 th

Selama melakukan isolasi mandiri beberapa informan mengalami stigma dari tetangganya, karena tetangga takut tertular. Kondisi ini juga terjadi pada penelitian-penelitian sebelumnya di mana selama terpapar Covid-19 penderita tidak diperbolehkan keluar rumah, meskipun berada di halaman rumahnya sendiri karena tetangga takut tertular (Trixie et al. 2022), penderita ditolak untuk tinggal di asrama, kontrakan maupun kos, selain itu adanya penolakan dalam pelayanan kesehatan bahkan adanya perbedaan pelayanan pada penyintas covid-19 oleh petugas kesehatan, dan tidak diterima di pergaulan teman serta masyarakat (Aryani and Riyandry 2019). Stigma masyarakat positif yang diharapkan adalah dapat menerima, tidak mengucilkan dan ikut mesupport ketika melakukan isolasi mandiri karena salah satu penyebab kesembuhan seseorang yang positif Covid-19 adalah memberikan kabar baik dan memberikan motivasi karena dukungan keluarga dan masyarakat sangat penting untuk meningkatkan sistem imun pasien Covid-19(Dhiafanti et al. 2021; P, Setiawati, and Sariti 2020). Meskipun ada yang mengalami stigma dari tetangga, namun para informan dapat menjalani isolasi mandiri dengan lancar karena dukungan keluarga dan tetap berusaha berpikir positif.

1. **Dukungan Keluarga Ketika Isolasi Mandiri**

Para informan menyatakan mereka mendapatkan dukungan dari keluarga baik secara moral maupun material ketika melakukan isolasi mandiri. Bentuk dukungan moral adalah keluarga memberikan semangat kepada informan, melalui *videocall WhatsApp*, ada juga yang melalui grup *WhatsApp*. Bentuk dukungan material antara lain dengan mengirimkan makanan dan vitamin.

*“Teman saya ya pada WA mbak kasih semangat lewat grup trus video call cerita pengalaman terkena covid-19 juga”*

Informan 1. Pensiun PNS, 63 th

*“keluarga ya tetap mendukung baik secara finansial dan juga memberikan semangat supaya saya dapat melalui isolasi mandiri ini”*

Informan 4. Karyawan Pabrik, 43 th

*“Karena keluargaku support banget ya selalu ditanyain.... dikirimin gitu kek madu, lemon dan lain-lain”*

Informan 6. Karyawan Bank, 27 th

*“ya tak semangati istriku soalnya kalau kena Covid-19 gak boleh sedih mbak, trus juga tak tawarin mau makan apa, tak suruh minum vitamin pokoknya harus seneng dia biar cepet sembuh”*

*Crosscheck.* LT (Keluarga), 45 th

Dukungan keluarga dan berpikir positif membuat mereka tenang melakukan isolasi mandiri. Dalam penelitian sebelumnya *Positive thinking* dan dukungan keluarga menjadi kunci sukses berhasilnya isolasi mandiri yang dilakukan para penyintas Covid-19(Trixie et al. 2022). Dukungan keluarga berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi pasien untuk dapat segera sembuh dari penyakit Covid-19 (Agah Nugraha and Simanullang 2021; Husein 2021; Rahmatina et al. 2021). Pada saat isolasi mandiri keluarga memiliki peran sebagai motivator untuk saling menguatkan antar anggota keluarga sebagai wujud pertahanan diri dari pikiran-pikiran negatif yang dapat mempengaruhi psikis dan menurunkan imunitas tubuh (Nur Janah et al 2021; Santika 2020) Jika imunitas tubuh melemah, maka virus akan lebih mudah menjangkiti, terutama dimasa pandemi Covid-19(Santika 2020).

1. **Niat Penyintas Covid-19 Terhadap Penerapan Protokol Kesehatan**

***“Dari diri sendiri.....masak dipaksa si.... lebih disiplin lagi mbk”***

Pasca sembuh dari Covid-19 seluruh informan mengatakan berniat untuk menerapkan protokol kesehatan. Niat mereka untuk menerapkan protocol Kesehatan merupakan keinginan sendiri dan tidak ada paksaan orang lain. Niat ini muncul sebagai upaya mematuhi anjuran dari pemerintah mengenai pentingnya mematuhi protokol kesehatan. Beberapa informan memiliki niat untuk menerapkan protokol Kesehatan demi kepentingan bersama, di samping itu mereka merasa takut tertular kembali.

*“Dari diri sendiri si mbak dan ketentuan pekerjaan juga kan menyuruh buat make masker. Lebih disiplin lagi si mbak demi kepentingan bersama”*

Informan 2. Bagian Laundry RSUD, 43 th

*“Dari diri sendiri dan memang sudah ketentuan juga dari pemerintah”*

Informan 3. PNS, 30 th

*“Niatnya ya dari sendiri mbak apalagi saya mahasiswa kesehatan jadi saya ya harus menerapkan pada diri sendiri”*

Informan 5. Mahasiswa, 21 th

Niat memiliki kontribusi yang signifikan untuk terbentuknya perilaku yang baik serta memiliki tingkat ketakutan yang tinggi untuk tertular lagi (Husein 2021; Santi and Indarjo 2018) Niat yang paling penting adalah untuk menerapkan protokol kesehatan dimulai dari diri sendiri, keluarga dan juga lingkungan tersebut(Garusu et al. 2021). Niat yang dimiliki para informan ini didorong oleh upaya mematuhi anjuran pemerintah dan perasaan takut jika tertular kembali. Penelitian sebelumnya juga membuktikan bahwa perilaku penerapan protokol Kesehatan dan PHBS pada penyintas Covid-19 mengalami peningkatan(Choiriyah et al. 2021; Farokhah et al 2020).

Niat para informan untuk menerapkan protokol Kesehatan tersebut hanya berjalan kurang lebih selama tiga bulan pertama pasca sembuh dari Covid-19. Namun sekarang seluruh informan mengaku tidak menerapkan protokol kesehatan seketat sebelumnya. Mereka sudah tidak lagi memakai masker saat berada di dalam rumah, bertemu tetangga, dan keluar rumah ke lingkungan sekitar. Beberapa informan menyatakan hanya menerapkan protokol Kesehatan ketika berada di tempat kerja.

1. **Praktik Penerapan Protokol Kesehatan Pada Penyintas Covid-19**

Seluruh informan mengatakan bahwa hambatan dalam penerapan protokol kesehatan terletak pada saat menggunakan masker mereka merasakan pengap hingga sesak nafas dan sudah mulai bosan dengan keadaan Covid-19 yang tidak kunjung usai. Selain itu banyaknya masyarakat sekitar yang tidak menerapkan protokol kesehatan juga mempengaruhi ketaatan dan kedisiplinan informan dalam menerapkan protokol kesehatan.

*“saya hanya 3 bulan sesudah terpapar Covid-19 saja mbak benar-benar merasa takut, sekarang sudah tidak takut soalnya sudah lama ngga selesai-selesai Covid-19 ini”*

Informan 1. Pensiun PNS, 63 th

*“habis terpapar ya saya ketatin pakai maskernya mbak, kalau sekarang sudah longgar apalagi daerah sini dah banyak yang tidak pakai masker kalo hanya ngobrol dengan tetangga gitu mbak, palingan ya saya disiplin 2-4 bulanan mbak kayaknya”*

Informan 2. Bagian Laundry RSUD,43 th

*“jujur saya sekarang sudah melonggarkan memakai masker soalnya pakai masker masker agak engap dan sesak napas...di daerah sini juga sudah banyak yang gak menggunakan masker malah jadi ya saya mulai melepas masker juga”*

Informan 7. Mahasiswa, 22 th

*“kalau saya masih kurang konsisten mbak hanya pas kerja saja, apalagi di sini kumpul di warung ya udah tidak pakai masker.. ketetangga ya ngga juga”*

Informan 3. PNS, 30 th

Dalam pelaksanaannya, ternyata penerapan protokol kesehatan yang dipraktikkan para penyintas Covid-19 yang menjadi informan penelitian ini hanya berjalan kurang lebih 3 bulan. Mereka hanya menerapkan protokol kesehatan menggunakan masker ketika tempat kerja, namun ketika di rumah dan lingkungan sekitar rumah sudah tidak menerapkan protokol kesehatan. Hal semacam ini juga ditemukan pada penelitian sebelumnya, di mana mahasiswa yang pernah terpapar Covid-19 yang menjadi responden penelitian tersebut masih ada yang kurang patuh protokol kesehatan (Mahmuda 2022) dan pada masyarakat usia produktif 18-50 tahun yang juga penerapan protokol kesehatannya kurang optimal(Pinasti 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hambatan internal dan hambatan eksternal yang dirasakan para informan dalam penerapan protocol kesehatan. Hambatan internal yang dialami informan adalah perasaan sesak dan pengap saat menggunakan masker. Hambatan internal lain yang dirasakan para informan adalah perasaan bosan menghadapi pandemic Covid-19 yang tidak juga berakhir. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa ketidakpatuhan dalam menggunakan masker terjadi karena responden merasakan panas dan pengap saat memakai masker (Junias and Toy 2021).

Hambatan eksternal yang dirasakan para informan adalah melonggarnya penerapan protocol kesehatan di lingkungan sekitar informan yang terjadi seiring menurunnya kasus Covid-19 di Indonesia. Jika ditinjau dari Teori Precede Proceed maka perilaku tetangga dan orang-orang di sekitar informan menjadi *reinforcing factor* bagi kepatuhan informan dalam menerapkan protocol Kesehatan (Green and Kreuter 2015). Ketika tetangga sudah tidak lagi menggunakan masker saat berinteraksi, maka informan yang sebelumnya sudah merasa tidak nyaman menggunakan masker akan memperoleh peneguhan dari para tetangganya, sehingga membuat perilaku penerapan protocol kesehatan informan menjadi melonggar.

Seiring dengan menurunnya kasus Covid-19 di Indonesia, pemerintah pun mengeluarkan kebijakan sebagai bentuk penyesuaian terhadap situasi dan kondisi terbaru. Kebijakan pemerintah mengenai Post Covid-19 diantaranya adalah tidak berlakunya kewajiban karantina bagi pelaku perjalanan luar negeri (PPLN) keseluruh pelosok tanah air; Tidak memberlakukan lagi kewajiban melakukan tes Covid-19 meliputi PCR maupun Rapid tes, sekolah tatap muka dengan protokol kesehatan yang ketat, memperbolehkan melaksanakan ibadah sholat tarawih berjamaah dimasjid, memperbolehkan mudik dengan syarat harus vaksin ketiga atau booster; membuka kembali ibadah haji 1443H/2022 dan memperbolehkan melepas masker di ruangan terbuka(Subagyo and Dewi 2022). Dengan dikeluarkannya kebijakan tersebut maka penerapan protokol Kesehatan di masyarakat, termasuk juga pada para penyintas Covid-19 menjadi semakin melonggar.

Seluruh informan mengalami pengalaman yang hampir sama dalam menjalani isolasi mandiri seperti mendapatkan stigma yang kurang baik dari tetangga seperti tetangga yang tidak mau lewat depan rumahnya, lalu tetangga yang tidak simpati ketika terpapar Covid-19 dan tetangga yang takut ikut terpapar Covid-19 kalau membantu para penyintas Covid-19 dan ketika melakukan isolasi mandiri bosan karena hanya melakukan aktivitas yang monoton setiap harinya.

**SIMPULAN**

Meskipun para penyintas Covid-19 di Desa Demaan yang menjadi informan penelitian ini pada awalnya memiliki niat untuk menerapkan protocol Kesehatan pasca sembuh dari Covid-19, namun terdapat hambatan dalam pelaksanaannya. Hambatan internal yang dialami informan adalah rasa sesak dan pengap ketika harus selalu memakai masker, serta perasaan bosan menghadapi situasi Covid-19. Hambatan eksternal yang dialami informan adalah melonggarnya penerapan protocol Kesehatan di lingkungan sekitar informan bersamaan dengan menurunnya kasus Covid-19.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan Terima Kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang ikut mensukseskan penelitian ini terutama para penyintas Covid-19 Desa Demaan yang telah berpartisipasi sebagai informan utama penelitian, Bidan Desa dan Keluarga Penyintas Covid-19 yang telah bersedia berpartisipasi untuk menjadi informan pendukung dalam penelitian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

Agah Nugraha, and Rostime Hermayerni Simanullang. 2021. “Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kesembuhan Pasien Covid-19 Di Ruang Isolasi Rumah Sakit Aminah 2021.” *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda* 7(2):164–69. doi: 10.52943/jikeperawatan.v7i2.661.

Aryani, Lisa Dwi, and Muhammad Aldy Riyandry. 2019. “Gambaran Stigma Penyintas Covid-19 Dan Faktor Sosiodemografi.” *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 1(1):61–70.

Bela, G. S., L. S. Pusporini, N. &. Marwiyah, and B. Kuntarto. 2021. “Gambaran Pengetahuan , Sikap , Dan Tingkat Kecemasan Masyarakat Tentang Kejadian Covid-19 Di Lingkungan Perumahan Taman Banten Lestari Kota Serang Tahun 2020 The Depiction of Public Knowledge , Attitudes and Anxiety Level Regarding Covid- 19 Occurrence At.” *Faletehan Health Journal* 8(1):42–50.

Choiriyah, Kurnia Nuraini, Mellisa Ayu Putri Aprilia Wulandari, Fandilatul Rahmawati, Pandu Indriani, Fathimah Assayyidah, Putu Vidyastitha Wiguna, Romadoni Kun Annisa, Azizah Ayu Septiani, Devina Novaliany, Nabila Nasywa Rasyiidah, Riris Ristiana, Shinta Renaya Sari, Azzanjani Safira Wibowo, Siska Novita Gozaly, and Danny Sanjaya Arfensia. 2021. “Gambaran Perilaku Sehat Pada Pasien Sembuh Covid-19 Di Surabaya Ditinjau Dengan Health Belief Model.” *Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)* 0(0):188–94.

Dhiafanti, Yumna Anis, Putri Egi Gupitasari, Fatimah Muflihah, Azmuha Sholihah, and Ainur Tri. 2021. “Hubungan Stigma Terhadap Keberhasilan Isolasi Mandiri Covid-19.” 1:601–8.

Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus. 2021. *LAPORAN COVID-19 MINGGU 42 2021*.

Farokhah, Laely, Yusfi Ubaidillah, and Rury Arista Yulianti. 2020. “Penyuluhan Disiplin Protokol Kesehatan Covid-19 Di Kelurahan Gandul Kecamatan Cinere Kota Depok.” *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* 1–8.

Garusu, Ratna Santika, Finny Warouw, Fakultas Kesehatan, Masyarakat Universitas, and Sam Ratulangi. 2021. “Gambaran Perilaku Masyarakat Dalam Penerapan Protokol Kesehatan Untuk Pencegahan Covid-19 Di Desa Wulurmaatus Kecamatan Modoinding.” *Jurnal KESMAS* 10(4):24–29.

Green, LW, and MW Kreuter. 2015. “Precede - Proceed.”

Gugus Covid-19. 2021. “Peta Sebaran Covid-19 Di Indonesia.” *Gugus Covid*. Retrieved (https://covid19.go.id/peta-sebaran-covid19).

Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Kabupaten Kudus. 2021. “Angka Kejadian Kasus Covid-19 Di Kabupaten Kudus.” Retrieved (https://corona.kuduskab.go.id/#).

Husein, Dyrga Gunawan. 2021. “Konsep Diri Penyintas Covid-19 (Studi Fenomenologi Pada Penyintas Di Rumah Sakit Khusus Infeksi Covid-19 Pulau Galang).” *Widya Komunika* 12(2):30. doi: 10.20884/1.wk.2021.12.2.4836.

Junias, Marylin Susanti, and Sarci M. Toy. 2021. “Kepatuhan Praktik Protokol Kesehatan COVID-19 Pada Penyintas.” *Jurnal Keperawatan Silampari* 5(1):420–29. doi: 10.31539/jks.v5i1.3057.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia 2020*.

Mahmuda, Izzah Tsaqoofah Jati dan Iin Novita Nurhidayati. 2022. “Tingkat Kepatuhan Protokol Kesehatan Dan Cakupan Vaksinasi Pada Mahasiswa UMS Yang Terpapar Covid-19.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6(1):1464–70.

Nur Janah, Esti, Ariyanti, and Awis Hamid Dani. 2021. “Hubungan Pengetahuan Masyarakat Tentang Covid-19 Dengan Stigma Masyarakat Terhadap Pasien Isolasi Mandiri Positif Covid-19.” *Journal of Bionursing* 3(2):105–12. doi: 10.20884/1.bion.2021.3.2.88.

P, Livana, Laurika Setiawati, and Ike Sariti. 2020. “Stigma Dan Perilaku Masyarakat Pada Pasien COVID-19.” *Jurnal Gawat Darurat* 2(2):95–100.

Pinasti, Faura Dea Ayu. 2020. “Analisis Dampak Pandemi Corona Virus Terhadap Tingkat Kesadaran Masyarakat Dalam Penerapan Protokol Kesehatan.” *Wellness And Healthy Magazine* 2(2):237–49. doi: 10.30604/well.022.82000107.

Puskesmas Wergu Wetan. 2020. *Grafik Kasus Covid-19 Puskesmas Wergu Wetan Tahun 2020*.

Rahmatina, Zulfa, Galuh Ayu Nugrahaningrum, Ambarwati Wijayaningsih, and Susatyo Yuwono. 2021. “Social Support for Families Tested Positive for Covid-19 (Dukungan Sosial Pada Keluarga Yang Divonis Positif Covid-19).” doi: 10.21070/IIUCP.V1I1.614.

Santi, Yulia, and Sofwan Indarjo. 2018. “Perilaku Pencegahan COVID-19 Pada Ibu Rumah Tangga Berdasarkan Protection Motivation Theory.” *Higeia* 6(1):227–38.

Santika, I. Gusti Ngurah Ngurah. 2020. “Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Menghadapi Persoalan Covid-19: Sebuah Kajian Literatur.” *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial* 6(2):127. doi: 10.23887/jiis.v6i2.28437.

Subagyo, I., and D. S. K. Dewi. 2022. “Kebijakan Pemerintah Indonesia Post Covid-19 Dalam Perspektif Good Governance.” *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan …* 6(3):10256–64. doi: 10.36312/jisip.v6i3.3384/http.

Tanggap Covid-19 Provinsi Jawa Tengah. 2021. “Angka Kasus Covid-19 Di Jawa Tengah.” Retrieved May 6, 2021 (https://corona.jatengprov.go.id/).

Trixie, Salawati, \* M.Kes, Rokhani Rokhani, and M.Kes. 2022. “The Key to Success Self-Isolation : Positive Thinking and Family Support.” 10(January 2020):167–74.

World Health Organization. 2020. “Coronavirus Disease 2019 (WHO).” *WHO*. Retrieved (https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa/qa-for-public).