



JGC IX (1) (2020)

JURNAL GLOBAL CITIZEN

JURNAL ILMIAH KAJIAN PENDIDIKAN KEWARGANEGARAAN

<http://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/glbctz/article/view/....>

Diterima : 30-03-2020, Disetujui 04-05-2020, Dipublikasikan :
1-07-2020



BERSATU MELAWAN COVID 19 DENGAN HIDUP SEHAT DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN KEWARGANEGARAAN

**Rizki Mellynia Ramdina¹⁾, Anita Trisiana²⁾, Nike Nur Viyani³⁾, Fidia Safitri⁴⁾, Nita
Tri Handayani⁵⁾, Ika Nisatul Sholehah⁶⁾**

^{1,3,4,5,6} Mahasiswa Universitas Slamet Riyadi

² Dosen Universitas Slamet Riyadi

ABSTRAK

Penyakit coronavirus 2019 yang dikenal dengan nama COVID-19 melambangkan penyakit menular yang disebabkan oleh SARS-CoV-2, salah satu macam korona virus. Penyakit ini menyebabkan wabah corona virus 2019–2020. Penderita COVID-19 akan merasakan gejala seperti panas, batuk kering, dan kesusahan bernapas. Sakit tenggorokan, flu, atau bersin-bersin makin renggang dijumpai. Pada pengidap yang paling sedikit, penyakit ini bisa berakhir pada pneumonia dan kegagalan multiorgan. Pencegahan agar tidak tertular korona virus ini kita dapat membersihkan tangan, etika batuk, menjahui komunikasi jarak dekat kepada orang sakit. Penyembuhan dapat dilakukan dengan pengobatan simptomatik dan suportif. Tujuan penelitian untuk mengetahui gejala apa saja yang terjadi, cara pencegahan, dan meningkatkan kesadaran masyarakat untuk hidup sehat. Metode penelitian menggunakan metode penelitian kualitatif, yang merupakan penelitian deskriptif dan cenderung menggunakan analisis dan pengembangan yang berdasarkan fakta yang memberikan gambaran umum tentang pembahasan. Hasil penelitian memberikan informasi tentang covid 19 kepada masyarakat, melakukan berbagai pencegahan agar tidak tertular penyakit tersebut dan menerapkan pola hidup sehat. Dalam perspektif Pendidikan Kewarganegaraan, hidup sehat merupakan salah satu jaminan konstitusi, yang merupakan bagian dari hak, maupun kewajiban warga negara.

Kata Kunci : Peran Masyarakat, Bersatu Melawan, Covid 19 dan Hidup Sehat.

ABSTRACT

Disease corona viruses 2019 english disease 2019: corona viruses , abbreviated covid-19 is infectious disease caused by sars-cov-2 , one of a breed of the corona viruses. It resulted in the corona pandemic virus 2019-2020. Patients may experience fever covid-19 ,dry cough , and breathing difficulties. Sore throat , cold , or bersin-bersin more rare. Among the most vulnerable, it can lead to pneumonia and multiorgan failure. To prevent contracting the corona this virus we can wash your hands, ethics cough, shunning contact close range with a sick person. Treatment can be done by treatment simtomatik and supportive. The purpose of research to know everything that went symptoms, in a preventive manner, and to raise public awareness to a healthy life. In a qualitative penelitain research methodology, which is research and tend to use descriptive analysis and development. In the perspective of Citizenship Education, healthy living is one of the constitutional guarantees, which is part of the rights and obligations of citizens.

Keywords: *Role of the community united against, covid 19 and healthy lives.*

PENDAHULUAN

Pembelajaran materi Kewarganegaraan yaitu pembelajaran yang membimbing bentuk sadar masyarakat dari bergunanya kehidupan bernegara serta menumbuhkan rasa cinta kepada tanah air dan kepedulian kepada negara (Trisiana, A: 2015). Yang di jalankan dalam kehidupan bernegara dan masyarakat akan serta berlaku aktif dalam aktivitas yang didasari oleh nilai-nilai Pancasila (Trisiana, A: 2016).

Warga adalah elemen penting dalam golongan yang berkaitan dengan sebuah negara. Kebijakan dibentuk untuk menimbulkan rasa untuk kalangan tanpa terkecuali, jadi warga memiliki kedudukan berharga di kehidupan suatu kerajaan dengan mendukung kerajaannya bagaikan yang tercatat pada Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945.

Peraturan Negara yang sudah di sahkan untuk kemaslahatan masyarakat haruslah ditaati apabila aturan itu baik, hal ini seluruh pasti mengembangkan pemerintahan yang dapat bersatu, adil dan sejahtera. Maka sebab itu saat pandemi Covid-19 negara harus mempunyai kebijakan untuk warga, sebagai komponen yang memiliki peran penting di negara untuk menghadapi permasalahan yang meresahkan warga

Dalam masa pandemi COVID-19, kekuasaan Negara mendapat banyak kritikan. Sebagai contoh dugaan lambat dalam menangani pasien, kejelasan data yang dikeluarkan ke masyarakat sehingga masuk ke dalam berbagai kekuasaan dalam kerja medis paling bahaya untuk menanggulangi COVID-19 apabila di samakan dengan negara lain. tetapi sebenarnya, bukan hanya Negara yang harus berperan dalam menghadapi masa pandemi COVID-19 di Indonesia ini, tetapi juga warga kecil tanpa terkecuali.

Pengkajian seputar warga kecil sebagai bahan dalam pandemi COVID-19 akan berguna, mengingat di Korea Selatan, kekuasaan berperan bersama warga kecil

dalam menanggulangi pandemi, sehingga membuat sebagian dari Negara terbaik dalam memberantas perluasan virus corona atau COVID-19 tersebut. (Tim Penulis TEMPO: 2020)

Perkumpulan warga kecil di Indonesia sudah berperan dalam memperlambat laju pandemi, tetapi Negara belum berupaya secara maksimal dalam masalah ini dengan upaya membantu masalah yang terpadu, maka memerankan usaha semua orang yang bisa bergerak secara lebih berhasil dan praktis.

Dalam merespons atau menanggapi pandemi COVID-19, warga kecil di Indonesia membuktikan kekompakannya dalam semua orang menanggulangi wabah itu. Pada bulan Maret 2020, gabungan warga kecil yang berasal dari AJAR, Kontras, Lokataru, Migrant Care, LBH Masyarakat, P2D, PKBI, YLBHI, YLKI, dan WALHI menyuarkan pada penguasa supaya membenahi dukungan yang dirasa jauh dari pemuasan hak untuk menjaga masyarakat.

Memiliki 5 macam hal yang dituntut oleh gabungan warga kecil kepada penguasa yaitu (1) Membenahi sistem menanggapi wabah secara memberi dukungan yang cepat, terpercaya, dan bertanggung jawab; (2) Meningkatkan cara sosialisasi publik; (3) Merahasiakan hak privasi penduduk dengan menyebutkan kejadian tanpa memberitahu biodata pasien; (4) Mengatasi masalah dan perbedaan; dan (5) Menanggulangi keterbatasan masker dan antiseptik dengan harga murah.

Melainkan usaha pembelaan pada penguasa, gabungan warga kecil memegang keagamaan yang telah mantap contohnya Nahdlatul Ulama (NU) dan Muhammadiyah berlutik dengan cara jelas di tengah warga. Ke-2 perkumpulan itu membuat rangkaian tugas mengatasi masalah COVID-19, mengarahkan pembuat supaya membuat masker setelah itu bisa disebarkan secara gratis, menggunakan dengan optimal rumah sakit punya institusi sendiri-sendiri,

menyerahkan pertolongan pangan saat pemerintah belum bertindak, dan melakukan edukasi tentang protokol kesehatan untuk menghindari terkontaminasi yang semakin melebar. Keseluruhannya diperbuat oleh dua instansi ini sampai ke tingkat desa, mengenai masyarakat akar rumput.

Di pihak lain, beberapa gabungan warga kecil yang lebih kecil daripada NU dan Muhammadiyah membuktikan kebersamaanya dengan cara menggumpulkan dana. Yaitu, diawali melalui tempat pengumpulan dana bukan hanya gabungan warga kecil melainkan banyak juga masyarakat tokoh publik contohnya pekerja seni dan ‘influencer’ media sosial menggunakan sesuatu yang serupa. Per 30 April 2020, pengumpulan dana yang menyangkut COVID-19 di tempat nyumbang dana itu sudah menggapai lebih dari 25 miliar rupiah. pengumpulan dana ini bermaksud untuk berbagai keperluan, contohnya seperti membeli Alat Perlindungan Diri (APD) untuk tenaga medis, pembuatan area istirahat sementara buat tenaga medis, sampai pertolongan pangan diberi kepada warga yang terkena kegentingan akibat pandemi ini. (Aziz Nyimas, R Siti Zuhro, Yusuf Maulana: 2020)

Di tengah pandemi ini, ada juga gabungan warga kecil yang bergerak di arah electroic, seperti Kawal COVID19 yang mempersembahkan diri untuk dapat memberikan informasi aktual berkaitan dengan COVID-19 di Indonesia melewati kedudukan dan media sosial mereka. Kabar mengenai informasi dan menyebarnya berita yang belum jelas kepastiannya menjadi acuan tempat ini dilgerakkan oleh sekelompok yang pernah mengerakkan Kawal Pemilu pada waktu pesta demokrasi Indonesiasetelah itu. Grub relawan Kawal COVID19 meliputi orang-orang yang memiliki latar belakang medis, pengetahuan, sains, riset, dan iptek.

Di arah pendidikan, semua ahli di kampus-kampus dan lembaga kajian secara masing-masing atau berkelompok

menjalankan penelitian tentang wabah COVID-19. Institut Teknologi Bandung, Universitas Indonesia, Universitas Gadjah Mada, contohnya, mengadakan pengkajian dari beberapa sudut (medis, kesehatan masyarakat, sosiologi, dan sebagainya), sampai ada hasil dari membuat perkakas (contoh: ventilator) yang memiliki nilai guna dalam usaha menyembuhkan korban COVID-19 dan juga dikembangkan di beberapa media. Instansi pendidikan ini terus berupaya mengkaji kajian, seperti lomba dengan jumlah kasus yang terus bertambah. (Kawal COVID19: 2020)

Kisah unik yang juga datang dari desa-desa yang ada di desa sudah memberlakukan “lockdown” sedangkan belum ada anjuran tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) di areanya. Perihal itu sama dengan spontan diperbuat oleh blok-blok di tempat perkampungan di lingkungan urban yang memiliki karakter lebih masing-masing, semacam yang diperlakukan oleh kekuasaan di kawasan daerah perkampungan. Usaha untuk menerapkan “lockdown” macam ini diberlakukan untuk mengecilkan angka penjangkitan virus dengan menekan keseriusan keluar-masuk orang luar daerah area tinggal. Kebijakan lain yang diberlakukan oleh masyarakat di desa dan blok ini merupakan menolong korban yang terpapar COVID-19 supaya rileks dan mampu menjalankan penyendiran diri di rumah dengan menyediakan makanan yang banyak.

Aturan physical dan social distancing dilaksanakan dengan disiplin dan upaya mentiadakan aktifitas pengajian, arisan, dan aktifitas yang mengumpulkan orang banyak lainnya. Aktifitas ini digantikan dengan pengguyuran disinfektan dan usaha untuk pembentengan lainnya. Dalam menanggulangi masalah, kebijakan “lockdown” yang dilakukan secara sendiri ini juga polemik sebab beberapa kali berujung tajam pada penolakan jenazah termasuk masalah COVID-19, yang utama di daerah yang

mempunyai tanah pemakaman. pengarang tidak memberi izin hal ini, akan tetapi hal lain juga harus dipantau bahwa segalanya akan berkerja atas pemikiran gawat darurat untuk melindungi diri sendiri dan lingkungan.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa dalam masalah menanggulangi wabah COVID-19, warga kecil Indonesia termasuk sebagai warga kecil yang hebat. Warga kecil yang hebat merupakan keadaan suatu masyarakat bebas dan mempunyai potensi untuk memimpin dan mengarahkan raganya untuk berjuang membela hal penting. Dalam beberapa masalah, warga kecil Indonesia mengordinir diri untuk keperluan demi bertahan hidup di tengah wabah baik pada hal kesehatan ataupun ekonomi, serta menolong orang lain.

Pada arah berikutnya, negara memiliki 4 macam untuk menerangkan masalah ini (1) tidak jelas adanya kekuatan yang bersumber dari Negara untuk mengorganisir rakyat kecil dan mendirikan suatu kekuatan yang bertenaga. walaupun belum bisa menggapai tujuan yang di inginkan. Semacam yang pernah digerakkan oleh gabungan amanah COVID-19 untuk menjelaskan bahwa beberapa orang tengah indititusi dan 'influencer' yang berupaya mengumpulkan dana pada tanggal 20 Maret 2020 di Gedung BNPB, Jakarta. Dalam tempat dunia maya Instagram pribadinya, Rachel Vennya, seorang influencer dengan jumlah pengumpulan dana untuk COVID-19 terbanyak di Indonesia, menerangkan ketidak puasannya dari agenda pertemuan itu. Setelah acara itu, ia berupaya membahas data Negara yang masih tertutup, sebab pendapatnya pendistribusian naungan dapat lebih terarah dan sesuai tujuan apabila memiliki sumber data yang jelas dan tidak mengad-ngada. (2), masalah data ini pula yang di jadikan suatu masalah oleh para lembaga-lembaga yang lomba untuk melaksanakan penelitian tentang pemberantasan COVID-19. Ketidak

jelasan dalam pengolahan data yang ditunjukkan oleh negara dan kesusahan dalam membukanya menjadikan pembelajaran yang dilaksanakan oleh paralembaga-lembaga itu seringkali menjadikan bahan penelitian COVID-19 dari luar negeri. Ternyata, data yang berasal dari Indonesia akan menambah keaslian penelitian-penelitian yang dilaksanakan (3), lebih jauh dari pada sekadar tidak memfasilitasi data secara bebas, Negara lebih mendukung kearifan tidak memiliki hasil penelitian yang telah dapat dilaksanakan dari beberapa perguruan tinggi ini. Malah sebagian besar pihak menilai kejayaan Joko Widodo aktifnya anti-scientism upaya mengatasi wabah COVID-19 ini. penjelasan wakil Negara beberapa tidak searah satu sama seperti di beberapa media lain sebab tidak ada atau memiliki basis ilmu apa yang menjadi dasar kebjaksanaa yang digunakan untuk meminimlisir pertumbuhan wabah. (4), ternyata bergerak untuk memegang golongan luar penguasa misalnya kampanye masyarakat kecil, negara sedang menghadapi masalah dalam pengorganisasian di dalam dengan lembaga tegaknya sendiri, yakni penguasa daerah.

Hebohnya "lockdown" yang digunakan sebab golongan kecil masyarakat di beberapa tempat salah satunya dimulai oleh ketidak jelasan penguasa pimpinan dalam memberikan prosedur ke tingkatan bawah dapat mendesak warga untuk berbuat kesibukan individu.

Sejalan dengan DA Kaswadi, E Wulandari, dkk. (2019). Pentingnya Komunikasi Sosial Budaya Di Era Globalisasi Dalam Perspektif Nilai Pancasila. Tat kala keadaan warga kecil yang hebat selalu dibebani dengan aturan penguasa yang inefektif, bisa mencpitakan dua hal. Pertama, penguasa substitusi dimana rakyat kecil malah memihak pada pindah tugas penguasa dalam menjalankan bantuan masa. Kedua, bermakna bahwa jangka panjang, kurangnya harapan

terhadap penguasa dapat mengecilkan modal kemasyarakatan untuk memperoleh bantuan politik dan sosial dari warga dan akan kontra produktif untuk sistem pendemokrasian di Indonesia. Hal kedua ini yang lebih jelas terlihat yaitu bisa meunculkan eksistensi dan masalah dan dimasa depan yang akanber pengaruh kepada harapan dari penguasa.

Beberapa kajian tersebut, sudah mempunyai kejelasan bukan ketidakmampuan negara dan tidak tersedianya kepercayaan yang hebat untuk membawa dan menggabungkan kegiatan warga kecil untuk tempat kebijaksanaan yang tersusun, jauh lebih memperkecil cara kerja dan kemampuan kerja untuk menanggulangi dampak wabah COVID-19. Dari sumbr data yang diberikan dari negara saat ini, Indonesia kurang maksimal meraih tertinggi perluasan wabah, untuk memperkirakan menurut keyakinan atas sebagai virus ini akan secepatnya berakhir. Maka dari itu sebab membuat kegiatan yang menekan bagi Negara untuk mulai menerapkan participatory governance dengan membawa kegiatan warga kecil dan bagian swasta untuk menanggulangi wabah COVID-19 dengan lebih gesit, tepat, dan berusaha. Jangan sampai kita mengalami salah arahan yang sama, tetapi tidak sebagai wadah yang sama. (Dini Suryani: 2020).

METODE

Prosedur yang kita gunakan dalam pengkajian ini adalah prosedur kualitatif yang menjelaskan pada sudut suatu pengertian secara melekat kepada satu permasalahan dan hanya membuktikan persoalan kepada pengkajian penyamarataan.

Desain pendalaman kualitatif selalu memakai teknis penjabaran yang erat (*in-depth analysis*). Merupakan menganalisis satu perkara sebagai penelitian yang dapat terperinci, mulai peristiwa yang satu ke peristiwa yang lain. Sebab dalam metologi kualitatif tetap

memiliki karakter suatu perkara satu bertentangan dengan karakter perkara yang lain. Sasaran mengenai penelitian kualitatif yang memiliki suatu abstraksi namun pengetahuan yang menurut intesef kepada satu perkara. Penelitian kualitatif yang meiliki berfungsi bagi menyampaikan golongan substantive dan anggapan penyelidikan kualitatif.

Dalam pengkajian ini dilakukan dengan dua sistem guna memperoleh keabsahan (dampak belakang dari menanggapi dukungan ingin tau seseorang) melintasi unscientific meskipun melintasi sistem scientific research. Namun cara yang pertama sekedar bisa dikatakan dengan observasi, melainkan yang kedua disebut dengan observasi ilmiah.

Pendekatan Unscientific berisi riwayat jemaah manusia, upaya untuk menjawab anjuran penelitan dan memeriksa fakta berawal dari ancaman ini. Berarti ketika seseorang memanfaatkan negosiasi scientific research, pendekata unscientific, telah dipakai analitis batas yang lumayan panjang. cukup menghampirkan unscientific umumnya seseorang melancarkan bekarya memenuhi stimulasi untuk tau dan memeriksa keaslian melintasi aturan kebenaran trial dan eror, menggunakan kekuasaan manusia. Bukan memiliki asal mula nyata yang dapat mendeskripsikan berhubungan dengan ketiga aturan diatas menggunakan dari kumpulan manusia untuk menciptakan kebenaran. Tetapi berdasarkan pemikiran sejarah, ketiga cara diatas sebagai bertahab dilaksanakan manusia untuk mencari bukti, hal ini membuktikan maka pengalaman pemburuan bukti ilmiah menebak diawali karena aktivitas aktivitas yang kecil dan secara perlahan lahan untuk meningkatkan atau melampaui aktivitas yang kompleks bersama masyarakat lain.

Selain menggunakan metode kualitatif kami menggunakan Metode penelitian deskriptif. Metode deskriptif bisa dijelaskan yaitu tentang langkah langkah memecahkan permasalahan yang diteliti melalui penggambaran kondisi subyek

seperti manusia, lembaga lembaga, dan masyarakat.

Pendapat Nazir (1988:63) metode deskriptif adalah metode untuk penelitian status kelompok orang, pada obyek, dalam keadaan, pada sistem pemikiran atau suatu kejadian saat ini. Tujuan dalam penelitian ini yaitu sebagai pembuatan penggambaran, ataupun lukisan secara tersusun, nyata dan tepat tentang suatu kebenaran, kualitas serta keterkaitan melalui peristiwa yang diteliti.

Sugiyono (2005:21) mengutarakan metode deskriptif yakni satu metode berguna sebagai penggambaran / pemecahan dalam bentuk percobaan namun bukan dipergunakan dalam pembuatan komplemen yang kian merata.

Whitney (1960:160) metode ini yaitu pencarian factual dan penjelasan yang aktual. Bisa di bilang yaitu penelitian yang berusaha menjelaskan sesuatu dalam masalah, kejadian yang sedang terjadi sekarang ini atau kejadian di masa lalu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tertulis ada 250.618 jiwa penderita yang terinfeksi Covid19, hingga total pasien yang meninggal banyak melebihi angka 10.000 jiwa. melihat perluasan wabah masalah untuk pasien yang telah sangat besar, anda harus paham taktik membentengi kesehatan tubuh diri sendiri ketika virus corona Covid-19 menyebar supaya tidak terjangkau.

Virus corona pula bisa meluas ke berbagai alat terhadap barang-barang yang terkena wabah pengaruh dari cipratan dan singgungan tangan dapat terkontaminasi wabah. Covid19 dapat tinggal dan hidup pada dasar benda yang mempunyai kemampuan bertahan selama hitungan jam bahkan sampai hitungan hari. (Perhimpunan Dokter Paru Indonesia: 2020)

Berdasarkan pengamatan yang dikeluarkan dari Journal of Hospital

Infection, Februari 2020, Covid19 dapat menetap hidup untuk berbagai area untuk hitungan waktu berikut: Di udara dapat menetap hidup semasa 3 jam, Tembaga dan aluminium dapat menetap hidup saat 3 hingga 4 jam, Sarung tangan untuk medis dapat menetap hidup semasa 8 jam, Kertas atau kardus dapat menetap hidup semasa 24 jam, Besi, baja, dan plastik dapat menetap hidup semasa 2 hingga 3 hari, Kayu dan kaca dapat menetap hidup semasa 4 hari, Kertas dapat bertahan hidup selama 4 sampai 5 hari. Apalagi, dalam beberapa jumlah kejadian peristiwa, virus ini sanggup menetap hidup hingga 5 hari.

Bersumber pada hasil yang telah di dapat dari WHO, bagian napas sebagai tujuan awal terjangkitnya Covid19. Apalagi sebesar 87,9% penderita mengalami ketularan merasakan tanda-tanda seperti panas, batuk kering sebesar 67,7%, merasa mudah capek sebesar 28,1%. Masalah yang populer selepas individu terkontaminasi merupakan merasakan seperti pneumonia.

Meskipun mempunyai imunitas sampai berhari-hari, virus corona pula dapat dimusnahkan. Pertama, serta menyemburkan cairan yang dapat menghilangkan virus ke dasar permukaan barang maupun alat yang dianggap terkena Covid19. selain itu, yaitu melalui cara mencuci permukaan barang dengan memanfaatkan sabun, terlibat ketika mandi dan cuci tangan.

Serta mengenal keistimewaan virus corona tersebut, hingga ada beberapa langkah-langkah yang dapat anda perbuat supaya tidak terinfeksi corona virus. Tahap-tahapnya adalah dapat kita praktekkan semenjak dini dimulai dari individu atau ketika ada di area wilayah yang umum digunakan banyak orang. Langkah-langkah yang diterapkan diri sendiri, yaitu dengan cara seperti: (1) Membersihkan tangan dan telapak tangan menggunakan

sabun selaku kegiatan untuk taktik melindungi kesehatan jasmani pada Covid19 dan paling efisien tujuan menghambat perluasan atau penjangkitan virus ini. Dimulai seperti mengguyur kedua telapak tangan memakai air yang mengalir, kemudian menggunakan sabun pada bagian telapak tangan dan gesek seluruh bagian yang ada di kulit tangan, yang tergolong dari telapak dan punggung tangan, sela-sela jari, minimalis sampai 20 detik. Setelah itu guyur sampai bersih menggunakan air yang mengalir setelah itu keringkan dengan memakai handuk atau tisu kering. Sesekali biasakan mencuci tangan dengan menggunakan sabun, sebagaimana ketika kita lakukan sebelum makan dan setelah makan, setelah batuk atau bersin sesudah pegang alat yang ada di area wilayah umum atau yang sering digunakan banyak orang semacam pintu, tangga, lemari, meja, kursi, dll. Anda pula harus cuci tangan sesudah dari berpergian diluar rumah. (2) Senantiasa dan selalu membawa hand sanitizer, apabila tidak ada area khusus untuk cuci tangan, anda dapat mengubahnya menggunakan hand sanitizer. Tersedia beberapa model produk pencuci tangan ini di pasaran memiliki kandungan alkohol mulai dari 30% hingga 70%. Dari pihak WHO menyarankan kepada semua warga negara memakai hand sanitizer yang isinya terdapat kandungan alcohol sebesar 60%. Karena, hand sanitizer terdapat kandungan alkohol 60% atau dapat memusnahkan virus COVID-19 yang memiliki bentuk agak gede, yaitu 400-500 mikrometer. Apabila didalam kandungan alkohol yang terdapat dalam hand sanitizer dapat memenuhi syarat 60%, bahwa akan sekedar berkhasiat mematikan kuman yang memiliki ukuran lebih sedikit, yakni 0,5-5 mikrometer. Maka dari itu, jangan pernah lupa sedia dan selalu mengantongi sebotol ukuran kecil hand

sanitizer yang terdapat alkohol 60% atau lebih pada saat bejalan-jalan keluar rumah. (3) Jangan menyentuh wajah, hal ini gampang tetapi sukar untuk dibiasakan sehari-harinya, sebab diambil dari CNN Indonesia pada bulan Maret tahun 2020, pengamatan Sydney University pada tahun 2015 menyampaikan seseorang menraba bagian muka atau wajah pada umumnya 23 kali per jam. WHO menuturkan bahwa Covid19 dapat masuk ke dalam jiwa seseorang melewati bagian mulut, hidung, dan mata. Maka dari itu, taktik memperhatikan keselamatan tubuh pada saat musim Covid19, anda mesti belajar agar membiarkan tangan anda supaya tidak meraba bagian muka semasa minimal satu menit. Apabila sudah tercapai, tambahkan naik 5 menit, dan dilatih terus menerus, sehingga anda betul-betul meminimalkan kerutinan menyentuh bagian wajah. (4) Disarankan mengkonsumsi makanan bergizi dan minum vitamin atau yang dapat menambahkan daya kekebalan tubuh untuk pencegahan terkena virus corona tersebut. Akan tetapi menurut para mahir gizi sependapat, kita bertambah baik memperoleh vitamin dan mineral yang selaku dengan langsung di dapat dari asal mulanya dari pada mengkonsumsi dari obat atau buatan racikan. Vitamin C berfungsi berguna dalam menambahkan daya kekebalan tubuh sebab dapat mempercepat pembuatan sel darah berwarna putih yang bermanfaat supaya membasmi gangguan. Sayur mayur yang berlimpah vitamin C contohnya seperti brokoli (dalam sewadiah) sejumlah 50miligram, 1 buah paprika seberat 45 gram mengandung 109.1 miligram, bayam sebanyak 28 miligram per100 gram. Anda juga bisa mendapatkan vitamin C dari buah-buahan misalnya jeruk memiliki kandungan 59mg - 83mg vitamin C perbuahnya, jambu

biji mempunyai kandungan 200 mg, papaya memiliki kandungan vitamin C 94 mg, kiwi 84 mg, stroberi 52 mg, dan nanas 39mg - 49mg memiliki kandungan vitamin C. Dan juga disarankan mengkonsumsi minuman berbentuk rempah-rempah misalnya jahe merah yang dapat digunakan untuk menambahkan daya kekebalan tubuh manusia. (5) Selalu menjaga kebersihan lingkungan yang ada disekitar, seperti berbenah isi rumah dan sekeliling meja kerja di kantor dapat memperkecil terkenanya wabah. Dengan menggunakan cairan yang dapat mematikan virus yang mempunyai fungsi supaya memurnikan permukaan barang yang kerap dipegang, misalnya pegangan pintu, meja dan kursi, alat tulis, sakelar lampu, pegangan laci, pembatas tangga, dll. Perlu mendisinfeksi, dengan menggunakan air dan sabun, atau cairan yang memiliki kandungan alkohol. Dan tidak boleh lupa memakai sarung tangan yang hanya dapat digunakan sekali pakai ketika sedang bersih-bersih dan mendisinfeksi. (6) membawa perlengkapan untuk makan sendiri. Upayakan perlengkapan makan anda telah dicuci dengan sabun sampai bersih. Sebab, wabah corona mempunyai kapasitas kekebalan yang hebat di bagian logam. Dengan memiliki alat makan sendiri, anda lebih memahami kebersihan perkakas makan tersebut. Pastikan jangan sampai terjadi pemakaian alat makan bersama-sama. Sebab virus corona dapat penyebarannya melalui percikan air liur yang berada di sendok.

melainkan dari usaha diri sendiri, anda juga melaksanakan beberapa perihal berikut ini sebagai taktik melindungi kesehatan tubuh ketiks virus corona atau Covid-19 di tempat rame atau di kerumunan orang banyak, yaitu dengan cara seperti: (1) Tidak berbuat yang berhubungan dengan kontak fisik. Virus corona

dapat meluas hanya karena atau berjabat tangan dengan orang lain. Maka dari itu, keadaan seperti ini anda lebih baik tidak asal-asalan menyentuh orang lain. Hindari jabat tangan oleh orang lain, dapat diganti dengan cara salam namaste atau menaruh tangan di dada seperti isyarat. (2) Social distancing. Ikhtiar taktik melindungi kesehatan raga ketika Covid 19, dapat anda perbuat untuk membentengi jarak kepada orang lain ketika melakukan kegiatan bersama, minimal 1 meter. Sebab, ini merupakan capaian percikan air yang dapat meluas dari dalam mulut ketika ada seorang komunikasi. Sangat dianjurkan supaya tidak melakukan ke luar rumah, jika anda sedang mengalami lemah atau tidak enak badan. Hal berikut dapat membuat bahaya, sebab mungkin bisa jadi anda terkontaminasi penyakit dari orang lain. (3) Menjahui dalam menggunakan kendaraan umum, apabila terdesak untuk bepergian, tidak memakai kendaraan umum. Sebab, di dalam kendaraan umum berbagai orang saling bercampur. Anda tidak dapat melaksanakan social distancing di dalam kendaraan umum. Tak jarang, bahkan sesama penumpang kendaraan umum berhimpit-himpitan, mengakibatkan menjadi bahaya pada penyebaran Covid19. (4) Melakukan pembersihan kursi ketika hendak duduk di rumah makan. Tidak asal duduk dan menaruh tangan di atas alas makan ketika sampai di rumah makan. Bersihkan terlebih dahulu meja dengan tisu kering dan tisu basah yang memiliki kandungan alkohol minimal 60%. Sebab anda tidak mengetahui sebelumnya siapa orang telah memakai meja tersebut. Penyemrotan alas makan penting supaya membunuh wabah yang berada di alas meja itu.

Virus corona juga dapat mengakibatkan penyakit serius, oleh karena itu kita harus mengetahui cara membentengi kesegaran jiwa ketika

virus corona Covid-19 supaya tidak gampang terkena dengan melaksanakan penghindaran yang diawali dari diri individu dan saat berada di area wilayah umum.

Dalam pendidikan kewarganegaraan, partisipasi masyarakat memiliki peran strategis dalam menyelesaikan persoalan bangsa (Trisiana, A: 2019); (Trisiana, A. (2016). Peran masyarakat supaya semua bersama menghadapi epidemi covid-19 sangat penting untuk menghilangkan rantai perluasan virus yang menyerang sistem pernafasan tersebut. Partisipasi secara serius telah dilaksanakan pada warga Grand Wisata Tambun Bekasi Jawa Barat. Menurut Kepala Puskesmas Tambun Kabupaten Bekasi Arie M Noer, partisipasi warga Grand Wisata bisa menjadi role model masyarakat dalam memutus rantai penyebaran virus covid-19. (Yossihara Anita: 2020)

"Ada satu hal yang menarik saya temukan di sana. Warga di sana dengan proaktif membentuk gugus tugas penanggulangan kasus covid-19," ujar Arie saat dikonfirmasi. Berawal di buatnya perkumpulan ini berawal dari satu orang warga yang positif mengidap covid-19 yang akhirnya dirawat di rumah sakit. Warga pun kemudian berinisiatif menemukan dan mendata warga yang sempat kontak dengan pasien untuk mengetahui supaya tidak terjadi perluasan warga yang positif Covid19.

Selain mendata tim gugus tugas juga memastikan ODP tidak berinteraksi keluar rumah sama sekali. "Mereka berhasil mendapatkan 29 orang warga yang kontak dengan pasien selain keluarga pasien dan mereka dijadikan ODP. Mereka melakukan pemantauan ODP mandiri di bawah pimpinan RW," ungkapnya.

Selama hari-hari pemantauan tim gugus tugas selalu memastikan pasokan makanan untuk para orang

dalam pemantauan(ODP). Hal ini supaya membuat ODP merasa terlindungi dan nyaman karena pasokan makanan mereka selalu tersedia. Ini juga sekaligus membuat warga lain merasa aman. "Mereka sediakan dan antarkan makanan ke rumah ODP. Mereka mengedukasi warga bahwa ODP adalah korban yang harus mereka handle bersama-sama untuk memastikan keputusan rantai penularan bisa dilakukan. Setiap hari mereka menyampaikan hasil pemantauan ke seluruh warga melalui WhatsApp. Tentunya tidak menyebut nama, hanya ODP," paparnya. Tidak hanya memastikan warga yang dicurigai terpapar korona melakukan isolasi diri, warga juga berinisiatif untuk membuat masker. Hal yang lain yaitu, mereka juga membuat cairan pembunuh virus atau disinfeksi lingkungan secara mandiri dua kali sehari. "Apa saja yang mereka lakukan, menurut saya, adalah idealnya partisipasi masyarakat membangun ketahanan sosial memerangi covid-19. Ini contoh solidaritas dan kemauan untuk melakukan sesuatu supaya dapat menuntaskan masalah. Semua berasal dari pengetahuan mereka tentang adanya kasus positif di tengah mereka. Mereka jadi punya semangat dan antusiasme agar dapat melakukan entitas yang sangat bermanfaat. Mereka tahu apa yang harus dilakukan," tukasnya.

Dalam usaha menindak lanjuti masalah Covid19 yang semakin menyebar, atasan Negara menyarankan warga agar melakukan social distancing atau pembatasan sosial.

Wabah Corona virus yang disebabkan corona virus model baru ini semakin merajalela. Berdasarkan hasil akhir yang diumumkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada hari Rabu, 29 April 2020 tertulis kurang lebih 10.771 jiwa

yang mengalami positif terkena virus Corona di Indonesia. Ada sekitar 1.491 pasien yang berhasil pulih, akan tetapi 884 di antaranya meninggal dunia. Perihal ini menghasilkan Indonesia sebagai contoh negara yang ketularan Covid19 dengan jumlah persentase angka kematian tertinggi.

buruknya masalah Covid19 meminta penguasa memiliki sikap. Informasi terbaru ini presiden Republik Indonesia JokoWidodo, mengharuskan semua orang agar melakukan social distancing untuk melawan pandemi COVID-19. (Dini Suryani: 2015)

Social distancing adalah suatu usaha dalam langkah perlindungan dan penanggulangan infeksi virus Corona serta menyarankan orang sehat supaya membendung kunjungan ke area umum yang rame dan komunikasi langsung kepada orang lain. Saat ini, sebutan social distancing telah diubah dengan di berlakukannya physical distancing oleh pemerintah.

Saat melakukan social distancing atau membatasi sosial, seorang tidak dianjurkan untuk saling bersalaman dan juga menjaga jarak kurang lebih 1 meter ketika berkomunikasi kepada orang lain dan diutamakan kepada orang yang merasa sakit atau berbahaya tinggi terjangkit wabah corona virus. Tidak hanya itu, ada juga berbagai contoh pelaksanaan social distancing yang publik dilaksanakan, yaitu: (1) Bekerja dari rumah (work from home), (2) Belajar atau kuliah di rumah dengan cara daring atau online untuk murid sekolah maupun untuk mahasiswa, (3) menghindari perkumpulan atau kegiatan aktifitas yang didatangi oleh orang banyak, semacam dialog, seminar dan rapat, atau menggunakan taktik daring melalui diskusi melalui video atau voicenote (4) Jangan mendatangi orang yang mengalami sakit di rumah sakit maupun di rumah sendiri, tetapi cukup dengan melewati

telepon genggam atau video call (5) Social Distancing dan Isolasi Mandiri. Tidak hanya social distancing, ada juga beberapa cara lain yang dapat berhubungan dengan usaha penanggulangan wabah COVID-19, seperti aturan isolasi mandiri. Isolasi mandiri merupakan aturan yang mengharuskan semua individu supaya tinggal diam di dalam rumah atau area tinggal individu dengan melakukan usaha hambatan fisik kepada orang lain. (Aris Mundayat, Pitra Narendra, Budi Irawanto: 2009)

Pemerintah Indonesia mengatur atau menyarankan setiap orang untuk melaksanakan isolasi mandiri. Tetapi, aturan ini harus dilakukan pada golongan orang-orang yang memiliki ketentuan, sebagai berikut: (1) Orang yang mempunyai pertanda Corona virus, gejalanya panas, batuk, dan sesak napas dan tidak mempunyai masalah yang sudah ada contohnya penyakit diabetes, penyakit jantung, dan infeksi HIV. (2) Orang yang telah dipastikan positif Corona Virus. (3) Orang yang mempunyai riwayat telah melakukan perjalanan ke wilayah zona merah atau wilayah pandemi Corona virus ketika jangka 14 hari terakhir. (4) Orang yang sudah melakukan pemeriksaan rapid test COVID-19. (Koalisi Masyarakat Sipil: 2020)

Peraturan isolasi mandiri dilaksanakan dengan berbagai taktik berikut ini: (1) jangan melakukan perjalanan ke luar rumah atau ke tempat yang banyak kerumunan. Semua kegiatan, termasuk bekerja, belajar, dan beribadah, perbuatan ini di sebuah ruangan rumah sendiri (bukan bersama-sama dengan orang lain di satu ruangan). (2) Menggunakan masker dan senantiasa menjaga jarak minimal 2 meter ketika berkomunikasi dengan orang lain. Menghasilkan batasan waktu komunikasi paling lama 15 menit. (3) Hindari diri untuk berkerumun, contohnya untuk makan

bersama, saat melakukan isolasi mandiri. (4) pakailah alat mandi dan mandi yang tersendiri dengan orang lain di rumah. (5) Mengecek suhu tubuh sehari-hari dan perhatikan apakah diri anda merasakan tanda-tanda COVID-19. (6) menjalani kebiasaan perbuatan hidup bersih dan sehat dengan rajin membasuh tangan menggunakan sabun dan air bersih, merapikan rumah dan kamar milik individu melalui cara menyemprotkan cairan pembunuh virus setiap hari, dan melakukan pola makan sehat. (7) Menggunakan cara menjaga kesehatan untuk memperoleh berita terbaru tentang COVID-19 atau berkonsultasi dengan dokter supaya mengawasi keadaan anda. (The Jakarta Post Editorial Board: 2020)

Segera menghubungi petugas medis dan pelayanan layanan kesehatan terdekat apabila anda merasakan tanda-tanda Corona Virus yang semakin parah misalnya panas tinggi dan sulit bernapas. Mempersiapkan untuk melaksanakan Social Distancing. Memiliki berbagai langkah-langkah yang harus di siapkan untuk melakukan social distancing atau pembatasan sosial, yaitu: (1) Merencanakan kegiatan aktivitas. Kita mungkin telah terbiasa berkegiatan, contohnya belanja, tanpa harus resah di dalam keramaian atau adanya area untuk kita singgahi. Tetapi, di saat pembatasan sosial seperti ini, cara itu wajib dirangcang ulang. bahwasannya, mendatangi ke area ramai dapat menambahkan resiko anda terkena virus Corona. Apabila anda benar-benar disarankan tiba ke area wilayah umum, memilih waktu berkunjung di luar jam sibuk atau ramai. Contohnya, saat kita ingin membeli keperluan rumah di swalayan barang belanjaan, tibalah di siang hari saat hari biasa dan tidak di akhir pekan atau hari libur. (2) Mempersiapkan obat-obatan yang dibutuhkan. Apabila

anda memiliki riwayat penyakit khusus dan lagi dalam melakukan penyembuhan, pastikan anda mempunyai persediaan obat yang sering anda konsumsi. Jika diperlukan sediakan obat-obatan lain juga, seperti parasetamol agar dapat menurunkan nyeri dan demam. Perihal ini harus dilaksanakan supaya anda tidak harus keluar untuk berkunjung ke rumah sakit atau ke apotik apabila obat itu habis. (3) Mencukupi keperluan untuk keseharian. Sediakan persediaan makanan, sabun, cairan pembunuh kuman, dan keperluan setiap hari lainnya dalam kapasitas yang cukup. Jauhkan punik buying atau membeli barang-barang terlalu melampaui batas. Apabila anda dan anggota keluarga sehat, tidak harus memasok persediaan masker. Ketika belanja kebutuhan untuk makanan, pakai dan konsumsilah makanan-makanan yang bergizi sebanding agar bisa menambah daya imun kekebalan tubuh, contohnya buah dan sayuran, setelah itu letakkan bahan makanan yang telah anda beli di wadah atau tempat yang steril dan taruh di kulkas. (4) Menyediakan jaringan internet. Apabila anda diwajibkan bekerja di rumah, jaringan internet adalah langkah utama yang harus kita sediakan. Supaya proses belajar atau bekerja tetap berjalan, menyiapkan Wi-Fi atau kuota internet yang secukupnya dan mempunyai kapasitas kelancaran yang normal. Selain untuk menolong kita belajar maupun bekerja, internet juga dapat kita gunakan supaya dapat menggali berita terkini tentang keadaan masalah virus Corona atau memainkan aplikasi online supaya kebutuhan setiap hari. (Munjid Achmad: 2020)

Apabila anda beresiko tinggi terkena virus Corona dan merasakan panas yang dibarengi tanda-tanda sesak napas, batuk, flu, sakit tenggorokan, dan sesak napas, cepatlah hubungi

tenaga medis agar memperoleh penanganan lebih lanjut.

Pemahaman anda dalam melaksanakan jaga kebersihan dan melaksanakan usaha penolakan virus Corona mempunyai tugas yang sangat banyak dalam menangani masalah COVID-19. Awali dengan melakukan social distancing dari saat ini untuk membentengi diri sendiri, keluarga, dan orang lain.

SIMPULAN

Corona virus merupakan termasuk dalam golongan besar virus yang bisa menjadi penyakit, antara lain kepada manusia dan bisa saja hewan. Kepada manusia yaitu menghasilkan penyakit infeksi bagian pernapasan, antara lain diawali dari pilek biasa hingga sampai penyakit parah lainnya, meliputi Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan juga Sindrom pernapasan yang sangat sulit/ Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS).

Gejala yang muncul ditimbulkan dari beberapa penyakit meliputi tanda-tanda umum seperti panas, batuk , dan nyesek napas. Dalam 14 hari ada orang yang memiliki gejala tersebut muncul penyakit seperti yang dijelaskan, setelah itu berpengalaman dengan melaksanakan perjalanan ke Negara terkena atau sudah menampung /kontak erat yaitu korban COVID-19. Untuk itu bagi orang itu segera melakukan tindak penyelidikan laboratorium lebih lanjut untuk dipastikan diagnosis nya.

Ada berbagai taktik yang dapat dilaksanakan untuk menghindari terkontaminasinya COVID-19 ini adalah : (1) Melakukan kebersihan, (2) Melindungi kesehatan dan kesegaran supaya imunitas tubuh agar kuat dan sistem ketahanan pada tubuh bertambah, (3) Langkah Gerakan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan

Sehat), contohnya dengan membasuh tangan setiap melakukan kegiatan, berpergian, atau di mana saja dengan disiplin memakai air dan sabun atau handrub berstandar alkohol. Dengan membersihkan tangan hingga bersih selain bisa memusnahkan kuman di bagian tangan kita perbuatan seperti ini juga adalah suatu perilaku yang gampang dan murah. Hampir mencapai 98% perluasan sumber penyakit dari tangan. Oleh sebab itu melakukan kebersihan tangan kita merupakan hal yang sangat begitu berharga untuk kesehatan. (4) Pada saat batuk dan bersin pakailah tisu atau masker untuk menutupi hidung dan mulut bisa saja dengan siku tangan bagian dalam (tidak telapak tangan kita). (5) Menghindari meraba mata, hidung, dan mulut (segitiga muka). Pada tahap tangan memegang berbagai hal yang bisa terinfeksi virus penyakit. Disaat kita meraba mata, hidung, dan mulut menggunakan tangan yang terinfeksi tersebut, jadi virus tersebut bisa dengan cepat dan gampang masuk kedalam tubuh. (6) Pakailah masker pelindung mulut dan hidung saat sakit, misalnya Flu seperti itu atau saat di tempat umum gunakan masker supaya terhindar dari virus. (7) Buanglah tisu maupun masker yang telah selesai dibuang ketempat sampah dengan betul, sebelum dimasukkan ke dalam tong sampah potong masker yang sudah di pakai agar tidak bisa di pakai atau di daur ulang kembali. Sehabis membuang masker/tisu segeralah untuk cuci tangan. (8) Tundalah perjalanan dalam berpergian ke wilayah dimana virus ini di temukan. (9) Menolak berpergian keluar rumah saat anda mengalami tidak sehat terpenting apabila kita waktu merasakan misalnya Demam, Batuk, dan susah untuk bernafas dan segeralah cari petugas kesehatan setempat, dan minta bantuanlah kepada mereka. Bilanglah kepada petugas apabila waktu dalam

14 hari pada sebelumnya anda memiliki pengalaman melaksanakan perjalanan ke negara terkena atau telah komunikasikan kepada orang yang mempunyai tanda yang muncul yang sama. Mari patuhi arahan dari berbagai petugas kesehatan terdekat. (10) Senantiasa memantau perluasan masalah COVID-19 dari berbagai referensi resmi dan terpercaya. Patuhi instruksi petunjuk meliputi setiap berita dari petugas kesehatan dan Dinas Kesehatan di berbagai tempat. Berbagai sumber informasi yang tepat dan jelas mengenai Covid-19 bisa menolong untuk membentengi diri

DAFTAR RUJUKAN

- Achmad Munjid, (2020, 20 April), "Lockdown Kampung dan Kebingungan Kita", <https://tirto.id/lockdown-kampung-dan-kebingungan-kita-eNfo>. diakses pada tanggal 18 Mei pukul 17.28
- Anita Yossihara, (2020, 19 April). "Cahaya di Tengah Kabut COVID-19", <https://bebas.kompas.id/baca/bebas-akses/2020/04/19/cahaya-di-tengah-kabut-covid-19/>. Diakses pada tanggal 18 Mei pukul 19.00
- Aris Mundayat, Pitra Narendra, Budi Irawanto, (2009) "State and Civil Society Relationships in Indonesia: A society-oriented Reading in Search for Democratic Space", *PCD Journal Vol. 1*. Diakses pada tanggal 18 Mei pukul 20.00
- Dini Suryani (2020), *Covid 19 dan Momentum Negara-negara Kekuatan Menengah (II)*. Diakses pada tanggal 19 Mei pukul 09.00
- Dini Suryani, (2015), "Defending Democracy: Citizen Participation in Election Monitoring in Post-Authoritarian Indonesia", *Journal of*
- individu dari berbagai penularannya dan perluasannya wabah penyakit.
- Empati anda terhadap upaya menjaga kebersihan dan mengaplikasikan untuk melaksanakan penghambat virus Corona, yang mempunyai fungsi tanggung jawab yang super begitu besar dalam pengatasan wabah Covid-19. Segeralah dari sekarang ini menerapkannya Social Distancing supaya dapat membentengi diri individu, Keluarga, dan Orang lain.
- Government and Politics (6):1, hlm. 1-17*. Diakses pada tanggal 19 Mei pukul 13.00
- DA Kaswadi, E Wulandari, dkk. (2019). Pentingnya Komunikasi Sosial Budaya Di Era Globalisasi Dalam Perspektif Nilai Pancasila- *Jurnal Global Citizen: Jurnal Ilmiah Kajian Pendidikan*. vol 6 .(2) pp.2-71
- Kawal COVID19, (2020) "Kawal COVID19 untuk mengurai derasnya informasi seputar COVID-19", <https://kawalcovid19.id/tentang-kami>. diakses pada tanggal 23 Mei pukul 11.00
- Koalisi Masyarakat Sipil, (2020, 13 Maret), "Siaran Pers Bersama Koalisi Masyarakat Sipil: Menggugat Kebijakan COVID-19 Pemerintah Indonesia", <https://lokataru.id/siaran-pers-bersama-koalisi-masyarakat-sipil-menggugat-kebijakan-covid-19-pemerintah-indonesia>
- M. Nazir, *metode penelitian, Jakarta Ghalia Indonesia, (1988)*
- Nyimas Aziz, R Siti Zuhro, Yusuf Maulana, (2020, 28 April), "Webinar Desentralisasi dan Otonomi Daerah: Relasi Pusat Daerah dalam Mengatasi COVID-19",

- <http://www.politik.lipi.go.id/kegiatan/tahun-2020/1377-webinar-desentralisasi-dan-otonomi-daerah-relasi-pusat-dan-daerah-dalam-mengatasi-covid-1>, diakses pada tanggal 22 Mei pukul 17.00
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia: <http://www.klilpdpi.com>. Diakses pada tanggal 19 Mei pukul 17.00
- Promkes Kementerian Kesehatan RI: 2020 promkes.kemkes.go.id. diakses pada 3 Juni pukul 09.00
- Siti Nuryanti, 2020 STIT Insan Kamil <https://papers.ssrn.com>. Diakses pada tanggal 3 Juni pukul 13.00
- Trisiana, A. (2015). The Development Strategy Of Citizenship Education in Civic Education Using Project Citizen Model in Indonesia. *Journal of Psychological and Educational Research (JPER)*, 23 (2), 111-124.
- Trisiana, A. (2016). Analysis of Character Education Policy in Indonesian School to Improve the Asean Economic Community. *Research Journal of Applied Sciences (RJAS)*, Volume 11 (9), pp. 879-883.
- Trisiana, A. (2016). Desain Pengembangan model pembelajaran Pendidikan Kewarganegaraan melalui ADDIE Model untuk Meningkatkan Karakter Mahasiswa di Universitas Slamet Riyadi Surakarta. *Jurnal PKn Progresif* . Vol. 11 (1). Universitas Sebelas Maret: Surakarta
- Trisiana, Anita (2019). Innovation Design Development Of Citizenship Education Model On Characters Of Indonesian Communities In Digital Media Era And Technology Revolution. *International Journal of Recent Technology and Engineering (IJRTE)*. Volume 8 (2) September. pp 322-328.