

## APLIKASI AKB (ADAPTASI KEBIASAAN BARU) DALAM MENGHADAPI PANDEMI COVID 19 KOTA BANDUNG

Dr. Nur Ratih Devi Affandi, S.S, M.Si,<sup>1</sup>

Trias Pyrenia Iskandar, M.Si,<sup>2</sup>

Dhini Ardianti, S.Sos, M.Ikom<sup>3</sup>

Email: [nurratih.deviaffandi@unpas.ac.id](mailto:nurratih.deviaffandi@unpas.ac.id), [trias.iskandar@unpas.ac](mailto:trias.iskandar@unpas.ac), [dhini.ardianti@unpas.ac.id](mailto:dhini.ardianti@unpas.ac.id)

### Abstrak

Penyebaran Virus Covid 19 yang belum bisa terkendali Barat membuat keresahan tersendiri di Kota Bandung Provinsi Jawa Barat. Label warna diberlakukan guna menandakan sebaran Virus Covid19, warna hitam adalah label untuk zona terparah. Dalam hal ini Antapani sebagai daerah zona hitam dengan waktu terlama menjadi tempat kegiatan pengabdian ini dilakukan. Berdasarkan observasi yang dilakukan warga masyarakat masih longgar dalam menjalankan protokol kesehatan dan abai dengan Adaptasi kebiasaan baru yang digalakan oleh pemerintah daerah. Tujuan dari kegiatan ini adalah sosialisasi penerapan 5M (memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan, membatasi mobilitas, menjauhi kerumunan) dan penerapan Adaptasi Kebiasaan Baru. Metode yang digunakan yakni sosialisasi guna menyampaikan pentingnya menjalankan 5M dan AKB, diskusi guna membuka cakrawala warga dan simulasi 5M dan AKB yang keseluruhannya dilakukan dengan menggunakan zoom meeting dan tatap muka yang dilakukan oleh perwakilan dosen dan mahasiswa. Hasil dari kegiatan ini adalah tercapainya kesefahaman akan pentingnya komunikasi dalam penanganan penyebaran virus Covid-19, pengaplikasian 5M dan AKB dan tersampainya bantuan *hand sanitizer* dan masker.

**Kata Kunci:** Covid-19, 5M, Adaptasi Kebiasaan Baru, Komunikasi

### Abstract

*The spread of the Covid 19 virus, which has not been controlled by the West, has created unrest in Bandung City, West Java Province. Colour labels are applied to indicate the spread of the Covid-19 Virus, black is the label for the worst-hit zones. In this case, Antapani as the black zone area with the longest time has been the place for this service activity to be carried out. Based on observations made by residents, the community is still lax in carrying out health protocols and neglecting the adaptation of new habits promoted by the local government. The purpose of this activity is to socialize the implementation of 5M (wearing masks, maintaining distance, washing hands, limiting mobility, staying away from crowd) and implementing Adaptation of New Habits. The methods used are socialization to convey the importance of carrying out 5M and AKB, discussions to open the horizons of citizens and simulations of 5M and AKB, all of which are carried out using zoom meetings and face-to-face meetings conducted by representatives of lecturers and students. The result of this activity was the achievement of an understanding of the importance of communication in handling the spread of the Covid-19 virus, the application of 5M and AKB and the delivery of hand sanitizers and masks.*

**Keywords:** Covid-19, 5M, Adaptation of New Habits, Communication

---

<sup>1</sup> Jurusan Ilmu Komunikasi, Universitas Pasundan

<sup>2</sup> Jurusan Ilmu Komunikasi, Universitas Pasundan

<sup>3</sup> Jurusan Ilmu Komunikasi, Universitas Pasundan

## PENDAHULUAN

Keadaan dunia kini tanpa kecuali sedang menghadapi semua pandemik yang disebabkan oleh sebuah virus berbahaya yakni *corona virus*. Virus yang sebenarnya muncul pada tahun 1960 ini kini menjelma menjadi virus corona “baru” yang dinamakan SARS -COV-2 (*Severe acute respiratory syndrome coronavirus*) dengan efek domino yang meluas tak terkecuali Indonesia. Virus yang menyerang saluran pernafasan ini, berdasarkan data yang dirilis oleh Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19 RI sampai tanggal 11 November 2020 yakni 444.348 orang dengan jumlah kematian 14.761 orang, atau 3,3%. Pemerintah juga memberlakukan sebuah istilah baru yang terus lagi dan lagi disosialikan pada masyarakat yaitu 5 M (memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan, membatasi mobilitas, menjauhi kerumunan) dan AKB kepanjangan dari Adaptasi Kebiasaan Baru. Label warna diberlakukan guna menandakan sebaran Virus Covid19, warna hitam adalah label untuk zona terparah. Dalam hal ini Antapani sebagai daerah zona hitam dengan waktu terlama menjadi tempat kegiatan pengabdian ini dilakukan. Longgarnya pemberlakuan protokol Kesehatan dalam hal ini tidak terlalu peduli akan pentingnya 5 M dan abainya warga dalam menjalankan Adaptasi kebiasaan baru menjadi permasalahan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Mengingat pentingnya kesadaran akan penyebaran covid-19 yang masih belum terkendali apalagi terputus.

Solusi yang ditawarkan kepada target yang telah ditetapkan dalam rangkaian kegiatan adalah sosialisasi, diskusi dan simulasi juga disertai dengan penyaluran bantuan *hand sanitizer* dan masker dari pihak sponsor.

Sosialisasi atau proses mempelajari norma, nilai, peran dan semua persyaratan lainnya yang diperlukan untuk memungkinkan berpartisipasi yang efektif dalam kehidupan sosial (Maclever:2013) merupakan salah satu

tahapan dalam mengkomunikasikan protokol kesehatan 5 M dan AKB. Dengan melakukan sosialisasi mengenai pencegahan guna menghambat penyebaran Virus Covid-19, diharapkan warga dapat memahami pentingnya anjuran pemerintah dalam keseharian. Pendekatan selanjutnya dalam mengkomunikasikan kesadaran masyarakat dan mengetahui apa yang menjadi hambatan dalam menjalankannya yakni diskusi atau komunikasi interaksional, hal ini diyakini akan membawa kesefahaman antara komunikator (pemberi pesan dan komunikator (penerima pesan). Wilbur Schramm (1954) mengungkapkan bahwa kita harus mengamati hubungan antara pemimpin dan penerima. Model Komunikasi Interaksional menekankan komunikasi dua arah yang membentuk lingkaran selama proses komunikasi ini berlangsung. (Richard dan Lynn, 2008:13). Diakhiri dengan simulasi atau perbuatan yang bersifat pura-pura (Ahmadi:2009) yang memungkinkan minimnya miskomunikasi dan misinterpretasi dalam menjalankan protokol kesehatan. Sementara harapan akan hasil dan manfaat pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

- 1) Meningkatnya pengetahuan bahwa virus Covid-19 benar adanya
- 2) Meningkatnya kesadaran akan pentingnya informasi mengenai virus berbahaya ini
- 3) Meningkatnya pengetahuan mengenai aplikasi PusCovid yang disediakan oleh pemerintah Kota Bandung guna mengurangi bahkan memutus mata rantai penyebaran Virus Covid-19.
- 4) Meningkatnya kesadaran akan aplikasi Adaptasi kebiasaan baru
- 5) Meningkatnya kesadaran akan pentingnya protokol kesehatan dalam kegiatan harian masyarakat

Kelima peningkatan kesadaran yang diharapkan oleh praktikan akan diukur dengan wawancara singkat yang dilakukan pasca diskusi dengan menggunakan zoom meeting dan tatap muka yang dihadiri oleh perwakilan dosen dan

mahasiswa yang dilakukan dengan warga dan aparat Kecamatan Antapani Kota Bandung.

## METODE PELAKSANAAN

Program pengabdian ini memiliki mitra non produktif secara ekonomi ataupun sosial, maka beberapa tahap yang harus dilakukan dalam suksesi program ini, di mana sasaran program adalah warga Kecamatan Antapani Kota Bandung. Sedangkan beberapa tahapan yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah dengan menggunakan metode-metode yang diyakini bisa membuat target sadar dan tergerak untuk menjalankan 5M dan AKB yakni dengan;

### 1. Metode Sosialisasi

Dengan metode ini kami tim pengusul dalam hal ini akan berusaha mensosialisasikan aplikasi AKB sebagai sebuah kebiasaan yang harus dilakukan guna memutus mata rantai Virus Covid 19. Hal ini dilakukan dengan memperhatikan protokol kesehatan yakni dengan menggunakan aplikasi zoom. AKB ini dianggap sebagai slogan yang cukup familier di kalangan warga. Warga dalam hal ini diberikan fasilitas kuota oleh tim penyelenggara. Hal ini dilakukan supaya warga tidak merasa diberatkan oleh jumlah kuota yang dibutuhkan untuk melakukan temu zoom.

### 2. Metode Diskusi

Dengan menggunakan metode ini tim akan membuka forum tanya jawab akan materi yang disosialisasikan. Cara ini dianggap bisa membuka cakrawala warga akan aplikasi, penggunaan dan manfaat dari aplikasi tersebut.

### 3. Metode Simulasi

Simulasi dalam hal ini dipilih sebagai salah satu metode yang akan digunakan. Simulasi dalam hal ini adalah simulasi penggunaan aplikasi dan simulasi aplikasi protokol kesehatan yakni cara membersihkan tangan yang benar, memakai masker yang proper dan menjaga jarak

aman. Aplikasi cara hidup dengan Adaptasi Kebiasaan baru juga merupakan hal yang akan dicoba dipraktikkan dalam metode simulasi ini.

Program ini melibatkan 3 orang dosen sebagai pengabdian yang memiliki kompetensi dan peranan sebagai berikut:

1. Dr. Nur ratih Devi Affandi, memiliki kompetensi dalam Komunikasi Budaya dan Kearifan Lokal, Marketing Komunikasi dan Bahasa Inggris, bertugas dalam merencanakan program, mengkoordinasikan kegiatan, melaksanakan program dan menjadi pembicara dalam kegiatan.
2. Trias Pyrenia Iskandar, S.Sos., M.Ikom, memiliki kompetensi Literasi Digital, bertugas dalam mengerjakan persiapan kegiatan, pelaksanaan kegiatan dan menjadi host dalam kegiatan.
3. Dhini Ardianti, S.Sos., M.Si, memiliki kompetensi dalam Komunikasi Budaya dan Kearifan Lokal dan komunikasi Krisis dan Bencana, bertugas dalam mempersiapkan acara di Kecamatan Antapani Bandung, melakukan komunikasi dengan pihak kecamatan dan membantu ketua dalam melaksanakan kegiatan secara online

Adapula tiga orang mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan ini:

1. Laila
2. Fajar
3. Alton

Sedangkan jumlah masyarakat yang terlibat adalah

1. Dra. Rahmawati Mulia, M.Si, selaku Kepala Kecamatan Antapani Kota Bandung
2. Atang Rachmat Wakil kepala Kecamatan Antapani Kota Bandung.
3. 18 partisipan lainnya yang berasal dari beberapa Kelurahan Antapani (Kelurahan Antapani Kidul, Antapani,

Kulon, Antapani Wetan dan Antapani Tengah)

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 2 September 2020 melalui zoom meeting dan tatap muka oleh perwakilan pengabdian dan mahasiswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini merupakan salah satu Tri Dharma Perguruan Tinggi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Pasundan Bandung. Pengabdian Pada Masyarakat dilaksanakan setidaknya setahun dua kali ini merupakan sebuah perwujudan pelaksanaan pengamalan ilmu pengetahuan, dan seni budaya langsung kepada masyarakat secara kelembagaan melalui metodologi ilmiah dalam usaha mengembangkan kemampuan masyarakat. Dosen sebagai pelaksana terdiri dari Dr. Nur Ratih Devi Affandi, S.S.M.Si sebagai ketua pelaksana, Dhini Ardianti, S.Sos. M.I.Kom. dan Trias Pyrenia Iskandar, S.Sos., M.I.Kom., memilih Antapani sebagai tempat pelaksanaan kegiatan Aplikasi AKB pasca vaksinasi Covid 19 karena berdasarkan observasi yang dilakukan Antapani kerap berada di ranking 5 besar dalam penyebaran virus covid-19.

Dilaksanakan dengan menggunakan media daring yakni Zoom Meeting, kegiatan ini dihadiri oleh Kepala Kecamatan Antapani, Dra. Rahmawati Mulia, M.Si dan Wakil Ketua Kecamatan, Atang Rachmat dan 18 partisipan lainnya yang berasal dari beberapa Kelurahan yakni Kelurahan Antapani Kidul, Antapani, Kulon, Antapani Wetan dan Antapani Tengah dilaksanakan pukul 15.00 WIB. Beberapa mahasiswa dari FISIP UNPAS pun tak ketinggalan untuk terlibat.

Diawali dengan pembukan dan penyampaian materi mengenai Komunikasi Kesehatan oleh ketua pelaksana dimana komunikasi merupakan hal yang krusial dalam menyampaikan pesan-pesan yang berhubungan dengan pandemi ini. Cara menyampaikan pesan untuk memutus mata rantai Covid 19 dengan pendekatan-pendekatan komunikasi yang baik

dan nyaman tentu saja bisa membuat masyarakat dengan mudah mengaplikasikan cara-cara yang harus dilakukan. Aplikasi 5M yakni memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak, menjauhi kerumunan dan mengurangi mobilitas jikalau disampaikan dengan cara komunikasi yang tepat maka akan lebih mudah dipahami dan diaplikasikan oleh masyarakat.

Dilanjutkan dengan berbagi pengalaman kuliah dalam situasi pandemi yang disampaikan oleh mahasiswa-mahasiswa Fisip Unpas, di mana mereka menyampaikan bagaimana mereka tetap melakukan aktivitas perkuliahan dengan sistem daring. Diungkapkan bahwa mereka tetap melakukan perkuliahan seperti biasa dan melaksanakan tugas-tugas kuliah seperti biasa. Mereka juga mengungkapkan bahwa Fisip Unpas tetap berusaha memberikan yang terbaik dengan membuat aplikasi yang mendukung kegiatan perkuliahan berjalan sebagai mana mestinya.

Setelah penyampaian materi dari Dosen dan Mahasiswa, diskusi pun dilaksanakan. Antapani sebagai Kecamatan yang kerap menduduki ranking atas dalam penyebaran covid-19 mengungkapkan cara mereka mengatasi masalah itu dengan cara mulai dari lingkaran terkecil yakni keluarga untuk mengaplikasikan kebiasaan baru yaitu 5M. Diungkapkan oleh Sekcam, Atang Rachmat bahwa kini posisi Antapani sudah tidak di 5 besar lagi namun sudah turun menjadi di 10 besar. Penurunan tersebut merupakan hal yang tidaklah mudah, namun bisa dilakukan oleh Kecamatan Antapani dalam waktu 3 bulan. Hasil dari kegiatan ini diantaranya :

- Tercapainya kesefahaman akan pentingnya komunikasi dalam penanganan penyebaran virus Covid-19
- Tercapainya kesefahaman akan adaptasi kebiasaan baru
- Tercapainya pengaplikasian 5 M
- Terwujudnya diskusi mengenai pengurangan penyebaran virus Covid-19



- Tersampainya bantuan hand sanitizer dan masker.

Gambar dan Tabel



**Gambar 5.1 Sekertaris Kecamatan Bapak Atang Rachman dalam sesi diskusi terkait penerapan Protokol kesehatan di kecamatan Antapani**



**Gambar 5.2 Tim Sosialisasi memberikan masker dan hand sanitizer ke kecamatan antapani Bandung**

Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang mendukung terselenggaranya kegiatan ini diantaranya;

1. FISIP UNPAS yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk melakukan kegiatan ini.
2. Kelurahan, Kecamatan dan warga Antapani Bandung yang telah bersedia menerima dan bekerja sama dalam menyukseskan kegiatan ini.
3. Riseloka Bandung yang telah memberikan sponsor berupa masker dan

hand sanitizer untuk diserahkan kepada warga Antapani.

## KESIMPULAN

Penyebaran virus Covid-19 yang terus memakan korban menjadi perhatian tersendiri dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat. Abaiya warga dalam penerapan 5 M dan longgarnya pengaplikasian Adaptasi Kebiasaan baru menjadi celah bagi penyebaran Virus ini. Metode sosialisasi yang dilanjutkan dengan metode diskusi dan simulasi menjadi pilihan bagi pengabdian untuk membangun kesadaran warga dalam melaksanakan 5M dan AKB dalam keseharian mereka. Dengan pendekatan metode tersebut tercapailah kesefahaman akan pentingnya komunikasi dalam penanganan penyebaran virus Covid-19, kesefahaman akan adaptasi kebiasaan baru, pengaplikasian 5M, diskusi mengenai pengurangan penyebaran virus Covid-19 dan tersampainya bantuan hand sanitizer dan masker.

## Saran

Berdasarkan temuan lapangan di mana penerapan hal baru harus dilakukan oleh masyarakat selama pandemic, pengabdian selanjutnya hendaknya menyentuh sasaran aspek lain dalam masyarakat misalnya aspek pendidikan selama pandemi dan aspek pendidikan selama pandemi.

## DAFTAR REFERENSI

- Abu, Ahmadi. (2009). *Psikologi Umum*. Jakarta: Rieka Cipta.
- Maclever, Robert Morrison (2013), *The Modern State*, London: Oxford University Press
- Nisa, Fahrudin Dita, (2020). *Menuju Penerapan Adaptasi Kebiasaan Baru Pada Santri Pondok Pesantren di kabupaten lumajang*. Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Service), vol 4 no 2. E-journal unair.ac.id. diakses pada tanggal 24 juni 2021.
- Richard West, Lynn H Turner, (2008). *Penantar Teori Komunikasi: Analisis dan Aplikasi*

(Buku 2) (Edisi 3) Jakarta: Salemba Humanika

Wilbur Schramm dan Donald F Robert (1990). *The Process and Effect Of Mass communication*, Wilbur Lang

<https://tirto.id/apa-itu-5m-3m-arti-ppkm-pengganti-psbb-istilah-penting-covid-19-f9r3>. Diakses pada tanggal 24 juni 2021