

Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat

21 November 2020, Hal. 1-8

e-ISSN: 2686-2964

Edukasi Covid-19 dan pemberdayaan masyarakat melalui program KKN KLB, desa Kelinjau Ulu, Muara Ancalong, Kutai Timur Kalimantan Timur

Rudy Agung Nugroho, Anton Rahmadi, Fachreza Arin Saputra, Rina Nabila, Suratmi, Dewi Wardana, Ayu Indah Dwi Novianti Wibowo, Nailil Muna Alfu Laila

Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur

e-mail:rudyagung.nugroho@fmipa.unmul.ac.id

ABSTRAK

Kuliah Kerja Nyata Kejadian Luar Biasa (KKN-KLB) merupakan salah satu kegiatan pendidikan dan sekaligus pengabdian kepada masyarakat, yang dilaksanakan di masa pandemi Covid-19. Adanya pandemi Covid-19 ini, mengakibatkan pelaksanaan KKN dilakukan secara daring untuk mencegah dan menghambat penyebaran virus corona. Kegiatan berlangsung di desa Kelinjau ulu dari tanggal 8 Juli-18 Agustus 2020 dan bersifat daring serta mengambil tema edukasi covid-19 dan pemberdayaan masyarakat. Kegiatan yang dilaksanakan berupa edukasi tentang : covid-19 melalui banner, video edukasi cara mencuci tangan yang baik dan benar, aplikasi budikdamber (budidaya ikan dalam ember) tanpa listrik di lahan yang sempit sebagai peningkat ekonomi, Prospek kegiatan usaha pembuatan masker kain bagi masyarakat desa Kelinjau ulu, poster edukasi dan banner cara menjaga kesehatan mental selama masa pandemi covid-19. Kegiatan yang dilakukan oleh 6 mahasiswa dari berbagai fakultas didampingi oleh dosen pembimbing lapangan dan pendamping lapangan serta melibatkan komponen masyarakat. Kegiatan berlangsung dengan baik dan mendapatkan respon positif dari masyarakat. Kesimpulan kegiatan ini adalah masyarakat mendapatkan lebih banyak informasi tentang covid-19 dan menjadi lebih paham dalamantisipasi penyebaran virus corona, mengetahui upaya pemberdayaan masyarakat terutama di masa pandemi. Meskipun ada kendala dalam masalah jaringan internet dan prasarana teknologi, KKN KLB ini membawa dampak positif bagi masyarakat setempat, di Kelinjau Ulu, Kutai Timur.

Kata kunci: edukasi covid-19, pemberdayaan, KKN-KLB, Kelinjau Ulu, Kutai Timur

ABSTRACT

Community Service Program-Extraordinary Condition/outbreak (KKN-KLB) is an educational activity, which was held during the Covid-19 pandemic. The existence of the Covid-19 pandemic has resulted in the implementation of KKN being carried out through online system to prevent and inhibit the spread of the corona virus. The activity was held in Kelinjau Ulu village from 8 July to 18 August 2020. This program took the theme of covid-19 education and community empowerment. Activities carried out in the form of education about Covid-19 through banners, educational videos on how to wash hands properly and correctly, the application of budikdamber (fish farming in buckets) without electricity on narrow land as an economic enhancer, Prospects for business activities to make cloth masks for the people of

Kelinjau village ulu, educational posters and banners on how to maintain mental health during the Covid-19 pandemic. The activities carried out by 6 students from various faculties who accompanied by field supervisors and field assistants and involved community components. The activity was properly done and got a positive response from the community. In conclusion, the resident from Kelinjau ulu got more information about covid-19 and becomes more understanding in anticipating the spread of the corona virus, knowing community empowerment efforts, especially during the pandemic. Even though there were some problems during the program, such as internet networks and technological infrastructure, this KLB KKN had a positive impact on the local community, in Kelinjau Ulu, East Kutai.

Keywords : Covid-19 education, Empowerment, KKN-KLB, Kelinjau Ulu, Kutai Timur

PENDAHULUAN

Desa Kelinjau Ulu terletak di Kecamatan Muara Ancalong Kabupaten Kutai Timur. Desa ini memiliki jumlah penduduk 4.370. Pekerjaan penduduk di desa ini pada umumnya adalah peternakan, perikanan, pertanian dan perkebunan. Potensi desa/kecamatan yang teramati adalah di bidang perkebunan dimana sebagian besar masyarakat desa Kelinjau Ulu bekerja di perkebunan kelapa sawit, namun tidak menutup kemungkinan bidang yang lainnya saling membantu kebutuhan masyarakat desa.

Pemanfaatan potensi desa Kelinjau Ulu dalam bidang pekerjaan cukup stabil tetapi semenjak wabah virus corona jenis baru, Covid-19 masuk di awal tahun 2020 dan tingkat penyebarannya masih sangat tinggi di wilayah Kalimantan Timur (Paramita *et al.*, 2020). Tercatat per tanggal 14 Agustus 2020 bahwa kasus positif yang terkonfirmasi dari Gugus Tugas Covid-19 Pemerintah Kalimantan Timur sebanyak 2.227. Hal ini sangat berdampak bagi seluruh lapisan masyarakat di beberapa wilayah Kalimantan Timur dan berdampak pula pada aktivitas yang dilakukan oleh masyarakat tidak bisa bekerja di luar ruangan. Pada umumnya beberapa wilayah Kalimantan Timur terutama di kabupaten Kutai Timur Kecamatan Muara Ancalong tepatnya di Desa Kelinjau Ulu sangat jauh dari ibukota Kalimantan Timur. Tidak menutup kemungkinan bahwa desa tersebut tidak mengetahui bagaimana dengan adanya penerapan adaptasi kebiasaan baru (new normal). New normal yang ditangkep oleh sebagian masyarakat desa bahwa penyebaran virus covid-19 sudah tidak ada lagi sehingga aktivitas dapat dijalankan seperti biasa, namun pemahaman yang salah justru membuat masyarakat desa bisa rentan tertular dari persebaran virus covid-19 tersebut.

Pandemi Covid 19 ini banyak memberikan dampak negatif khususnya terhadap usaha mikro. Dampak yang dirasakan langsung membuat beberapa usaha gulung tikar akibat penyebaran covid sangat cepat. Namun pemerintah melihat kesulitan masyarakat dengan membuat kebijakan baru yaitu adaptasi kebiasaan baru (new normal) dengan mengutamakan protokol kesehatan yaitu *physical distancing*, rajin mencuci tangan menggunakan sabun, dan memakai masker. Salah satu APD yang langka adalah masker di sekitar masyarakat yang harganya melambung tinggi sehingga beberapa masyarakat kesulitan mendapatkan masker kesehatan. Meski demikian, dalam situasi seperti ini muncul opsi baru penggunaan masker kain untuk menggantikan masker bedah yaitu masker berbahan dasar kain dapat dijadikan alternatif untuk mencegah penularan virus. Masker kain dapat menjadi pilihan daripada tidak menggunakan masker sama sekali. Alat pelindung diri (APD) adalah salah satu upaya untuk melindungi sebagian atau seluruh tubuhnya dari potensi bahaya. APD terhadap debu dan udara yang terkontaminasi polutan salah satunya berupa masker, yang berfungsi untuk melindungi debu atau partikel yang masuk ke dalam pernapasan, dapat berupa kain dengan ukuran pori-pori tertentu. Masker adalah APD yang paling umum digunakan di Indonesia dilihat dari

sebelumnya masker kain digunakan untuk para pengendara sepeda motor tersedia secara umum dan masker sudah menjadi keperluan bahkan hal wajib yang dimiliki semua orang selama pandemi ini (Gunawan, 2020; Sunaryo, 2020).

Beberapa masyarakat tidak memahami bagaimana memanfaatkan peluang usaha yang baik agar keberlangsungan usaha tidak berhenti karena terkendala modal usaha. Kualitas SDM usaha mikro sangat penting untuk kelancaran usaha. Minimnya pengetahuan dan kurangnya kepedulian masyarakat menggunakan masker di saat wabah covid menyebar luas hingga ke daerah pedesaan. Seringkali pelaku usaha mengabaikan pencatatan keuangan sehingga tidak adanya pemisahan antara kebutuhan usaha dan kebutuhan pribadi.

Untuk itu perlunya ide kreatif yang disalurkan oleh ibu PKK, ibu rumah tangga untuk rutin dalam melakukan kegiatan seperti menjahit masker kain dengan berbagai motif mulai dari pembuatan masker anak-anak hingga orang dewasa dengan standar kesehatan dan penggunaan kain yang baik. Tidak semua masyarakat mengerti bagaimana bisa menangkap peluang usaha di tengah pandemi covid 19 ini dikarenakan beberapa modal yang tidak bisa diputar membuat beberapa pelaku usaha menutup usahanya. Perlunya kerjasama yang baik bagi BUMDes dan masyarakat desa khususnya ibu PKK dan ibu rumah tangga di desa yang memiliki bakat menjahit dan membuat usaha bersama dengan dana yang tidak terlalu besar bisa diusahakan melalui BumDes agar meningkatkan perekonomian bagi masyarakat begitu juga Desa Kelinjau Ulu sendiri.

Datangnya virus covid-19 dengan tiba-tiba, dan kurangnya pemahaman masyarakat Desa mengenai virus ini secara tidak langsung dapat menyebabkan seseorang mengalami kepanikan, sehingga menimbulkan perasaan cemas ataupun stress. Stress disebabkan oleh pola pikir yang negatif terhadap diri sendiri, lingkungan dan masalah yang dihadapi. Pikiran-pikiran negatif yang seringkali muncul dapat menyebabkan stres, cemas maupun depresi obsesif. Sumber permasalahan berupa pola pikir yang negatif terhadap diri, lingkungan dan masalah yang dihadapi pada hakekatnya merupakan suatu ancaman bagi keberlangsungan hidup sehingga individu perlu mengantisipasinya (Stallard, 2005; Verduyn, 2007). Kholidah and Alsa (2012) menambahkan bahwa kondisi stres dapat berlanjut menjadi gangguan mental dan perilaku, namun dapat pula tidak karena tergantung pada kuat lemahnya status mental atau kepribadian seseorang. Banyak kasus stres terjadi karena kurang mempunyai individu menghadapi sumber stres ini.

Stres adalah bagian yang tak terhindarkan dari kehidupan sehari-hari. Stres menurut Bartsch dan Evelyn (2005) adalah ketegangan, beban yang menarik seseorang dari segala penjuru, tekanan yang dirasakan pada saat menghadapi tuntutan atau harapan yang menantang kemampuan seseorang untuk mengatasi atau mengelola hidup. Dalam pengertian tersebut jelas perlu adanya strategi dalam menghadapi stres agar seseorang mampu melanjutkan hidupnya dengan sehat. Ketika individu mengalami stres seringkali tidak memiliki kemampuan mengatasi atau melakukan strategi dengan tepat, sehingga permasalahan yang dihadapi tidak mampu diselesaikan, dan dapat mengganggu kesehatan mental. Berdasarkan beberapa pengertian di atas, maka strategi yang tepat untuk menghadapi stress, adalah dengan menjaga kesehatan mental selama pandemi covid-19.

Sementara itu, di masa pandemi, masyarakat harus meningkatkan ketahanan ekonomi dengan pemberdayaan sumber daya alam, dan sumber daya manusia. Di daerah Kelinjau ulu masih banyak lahan pekarangan yang belum dimanfaatkan dengan baik dan sumber daya manusia terampil yang perlu ditingkatkan untuk peningkatan perekonomian, terutama di masa pandemi. Pemanfaatan pekarangan kemudian sangat erat kaitannya dengan usaha mencapai ketahanan pangan masyarakat yang dimulai dari skala yang paling kecil yaitu skala rumah tangga. Salah satu cara yang dapat digunakan dalam pemanfaatan pekarangan adalah teknologi budidaya ikan dalam ember (budikdamber). Budikdamber menjadi solusi potensial bagi budidaya perikanan di lahan yang sempit dengan penggunaan air yang lebih hemat, mudah

dilakukan masyarakat di rumah masing-masing dengan modal yang relatif kecil serta akhirnya mampu mencukupi kebutuhan gizi masyarakat.

Budikdamber mengadaptasi Teknik Yumina-Bumina yang merupakan teknik budidaya yang memadukan antara ikan dan sayuran serta buah-buahan. Pada budidaya Yumina-Bumina dikenal empat sistem, yaitu : rakit, aliran atas, aliran bawah, serta pasang surut. Pada sistem aliran atas ini distribusi air dilakukan lewat atas ke setiap wadah media tanam sehingga nutrisi yang berasal dari limbah budidaya dapat tersebar merata ke setiap batang tanaman. Untuk membuat sistem aliran atas diperlukan bahan seperti: bak ikan, wadah media tanam, saluran air, pompa air, media tanam (batu apung), ikan (lele) dan tanaman (kangkong, pakcoy, tomat dan terong ungu) (Supendi *et al.*, 2016). Model akuaponik mini ini mengintegrasikan budidaya ikan dan sayuran sekaligus pada lahan yang terbatas. Teknologi vertiminaponik lebih menguntungkan dibandingkan dengan teknik budidaya konvensional (Rokhmah *et al.*, 2014). Budidaya sistem akuaponik pada prinsipnya menghemat penggunaan lahan dan meningkatkan efisiensi pemanfaatan hara dari sisa pakan dan metabolisme ikan. Sistem ini merupakan budidaya ikan yang ramah lingkungan (Setijaningsih & Umar, 2015).

Berdasarkan uraian di atas, telah dianalisis permasalahan yang ada di Kelinjau ulu, terkait dengan edukasi Covid-19, pemberdayaan perekonomian masyarakat setempat terutama di masa pandemi. Masyarakat desa Kelinjau Ulu perlu mendapatkan edukasi tambahan mengenai Covid-19 dan perlunya pengetahuan alternatif-alternatif peningkatan pemanfaatan lahan, dan menangkap peluang bisnis di masa pandemi. Oleh karena itu, tujuan dari program pengabdian kepada masyarakat melalui KKN KLB ini adalah, mengedukasi warga desa Kelinjau ulu tentang covid-19 melalui banner, video edukasi cara mencuci tangan yang baik dan benar, aplikasi budikdamber (budidaya ikan dalam ember) tanpa listrik di lahan yang sempit sebagai peningkat ekonomi, prospek kegiatan usaha pembuatan masker kain bagi masyarakat desa Kelinjau ulu, poster edukasi dan banner cara menjaga kesehatan mental selama masa pandemi covid-19.

METODE

Dalam situasi pandemi yang terjadi, tim pengabdian menggunakan metode secara *online* dengan tahapan sebagai berikut :

1. Komunikasi dengan pihak desa menggunakan Whatsapp dan Telepon serta SMS. Hal tersebut dilakukan mengingat kondisi desa yang tidak merata kekuatan jaringan komunikasinya.
2. Koordinasi dengan pihak desa tentang program-program yang akan dijalankan. Koordinasi juga dilakukan melalui peran pendamping lapangan dan dosen pembimbing lapangan.
3. Eksekusi program.
4. Monitoring dan evaluasi.

Secara spesifik metode penyampaian program yang dilakukan adalah:

1. Edukasi covid

Metode yang digunakan dalam pengerjaan program kerja kelompok adalah dalam bentuk design dan hasil output berupa X Banner (60x160cm) yang diletakkan di Kantor Desa Kelinjau Ulu, sebagai akses masyarakat desa lebih mudah melihat program kerja.
2. Budikdamber

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

 - a. Koordinasi rencana kegiatan secara *online* kepada aparat desa.
 - b. Pembuatan video dan poster tentang budikdamber.
 - c. Pelaksanaan kegiatan.

3. Pemberdayaan ekonomi dengan produksi masker
Langkah 1: Persiapan pencarian materi dan data-data baik dari google, media sosial lainnya, diskusi dengan masyarakat desa (ibu PKK dan remaja di desa Kelinjau Ulu) dan laporan KKN tahun lalu yang diperlukan untuk membuat video pembukuan sederhana dan melakukan diskusi dengan pendamping lapangan.
Langkah 2: Pembuatan video program kerja “Prospek Usaha Pembuatan Masker Kain Bagi Masyarakat Desa Kelinjau Ulu” melalui pemanfaatan media sosial yang dapat dijangkau oleh masyarakat. Dalam video ini menjelaskan pemahaman kepada masyarakat desa yang ada di Desa Kelinjau Ulu demi keberlangsungan usaha di tengah pandemi covid 19. Penjelasan dan pembuatan masker kain juga dijelaskan dalam video. Dalam pembuatan video ini meminta saran dan perbaikan kepada DPL dan PL kelompok KKN Desa Kelinjau Ulu. Setelah itu video diupload di media sosial youtube dan Instagram KKN Desa Kelinjau Ulu serta diberikan kepada PL dan Kepala Desa untuk disebarluaskan kepada masyarakat Desa Kelinjau Ulu terkhusus sasaran program kerja tersebut.
4. Ketahanan psikis masa pandemi
Langkah 1: Persiapan pencarian materi dan data-data baik dari google, media sosial lainnya, dan diskusi dengan masyarakat Kelinjau Ulu.
Langkah 2: Melakukan editing banner, poster, dan video mengenai cara menjaga kesehatan mental selama pandemi covid-19. Dalam video dan poster menjelaskan pemahaman mengenai cara-cara dan dampak dari pentingnya menjaga kesehatan mental, guna memberikan pemahaman kepada masyarakat desa yang ada di Desa Kelinjau Ulu demi menjaga kesehatan.
Langkah 3: Melakukan percetakan poster dan banner dipercetakan yang nantinya poster dan banner dikirimkan ke Desa Kelinjau Ulu.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Secara umum gambaran hasil dari kegiatan pengabdian di Kelinjau Ulu dapat disaksikan dalam tayangan video-video yang ada di tautan youtube berikut ini: <https://www.youtube.com/channel/UC5BvKzrvII5b9aWRfP0sMMg>. Sementara itu, hasil kerja program pengabdian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Edukasi covid

Pengerjaan program kerja editing ini dilakukan pada tanggal 20 Juli 2020, dan banner (Gambar 1) telah disampaikan kepada masyarakat Kelinjau Ulu. Program ini memberikan dampak positif bagi masyarakat dengan bertambahnya pengetahuan warga tentang Covid-19. Tautan video program ini ada di youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=ISW30GphY-g>. Sementara itu, percetakan poster dan banner dilakukan di percetakan dan disebarluaskan kepada warga Kelinjau Ulu di tempat strategis, seperti terlihat pada Gambar 2.

2. Budikdamber

Video cara budikdamber dengan sistem akuaponik tanpa listrik, memberikan informasi tentang bagaimana proses pembuatan, apa saja alat dan bahan yang digunakan, dan bagaimana cara perawatannya. Pembuatan dan proses editing dalam video ini dilakukan pada tanggal 30 Juli - 01 Agustus 2020, dengan durasi video 05:06 menit dan waktu penyebaran video tersebut di media sosial pada tanggal 5 Agustus 2020. Penyebaran atau publikasi dilakukan di akun sosial media Youtube dan Instagram dengan link yang bisa diakses <https://www.instagram.com/tv/CD6yDZzgcHP/?igshid=3m39k76x2dm9> dan <https://www.youtube.com/watch?v=eHlrfMzSNDs&t=21s>.



Gambar 1. Banner tentang edukasi Covid-19 di Kelinjau Ulu



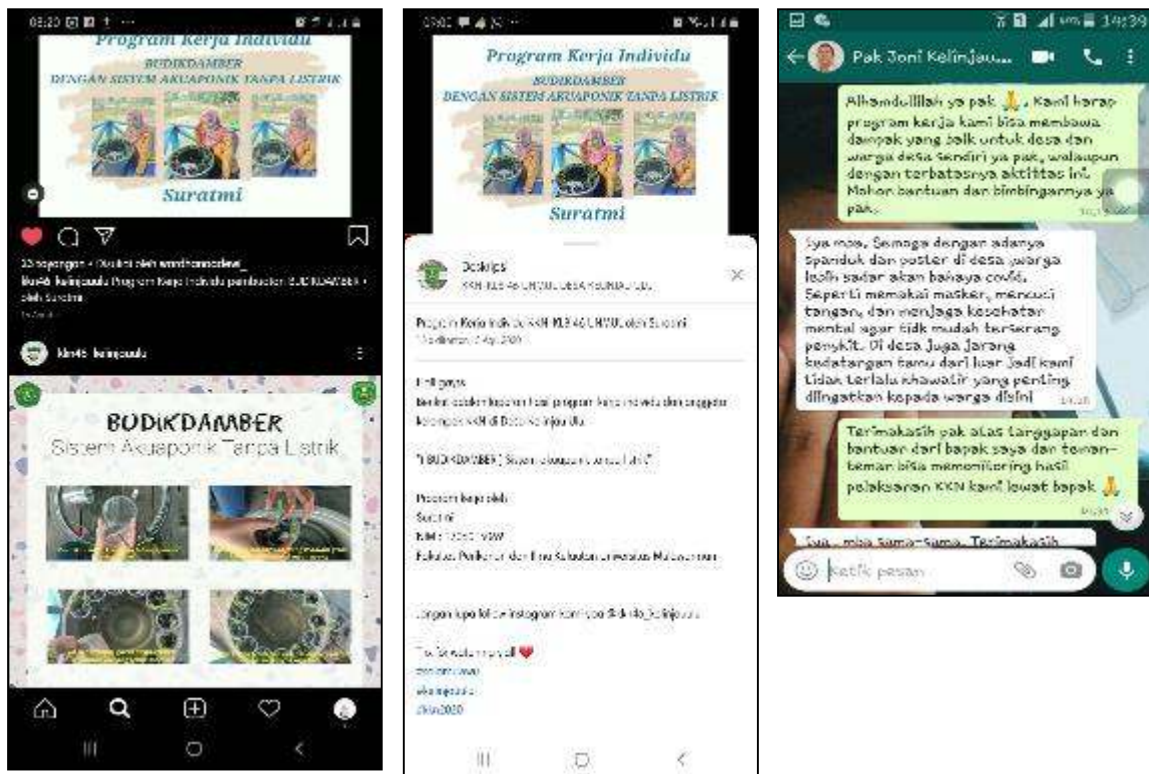
Gambar 2. Penempatan banner edukasi Covid di lokasi pengabdian Kelinjau Ulu

Langkah tersebut diambil karena perlunya mengedukasikan bagaimana cara budidamber dengan sistem akuaponik tanpa listrik, agar dapat diterapkan oleh masyarakat Kelurahan Kelinjau Ulu dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan pangan, ketahanan pangan dan pemenuhan gizi masyarakat Kelinjau Ulu di masa pandemi covid-19. Langkah ini dapat dikatakan berhasil karena adanya publikasi video tersebut yang mendapatkan respon yang baik dari pihak aparat desa dan jumlah penonton dan *like* yang cukup baik. Langkah ini juga memberikan dampak positif terhadap masyarakat dan para penonton video tersebut karena dapat mengetahui dan menerapkan budidamber di rumah masing-masing (Gambar 3).

3. Pemberdayaan ekonomi dengan produksi masker

Pembuatan video mengenai prospek usaha pembuatan masker kain bagi masyarakat Desa Kelinjau Ulu telah dilakukan. Dengan adanya pembuatan video, masyarakat Desa Kelinjau Ulu yang menonton video ini bisa diulang jika masih belum memahami bagaimana memilih bahan-bahan masker kain yang berkualitas. Namun, kendalanya walaupun adanya video ini keterbatasan untuk turun lapangan mengajarkan kepada masyarakat Desa Kelinjau Ulu dikarenakan adanya pandemi covid 19. Pihak yang menjadi sasaran dalam penyelesaian masalah ini adalah masyarakat Desa Kelinjau masyarakat Desa Kelinjau Ulu khususnya ibu PKK dan ibu rumah tangga. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk

memberikan pemahaman kepada masyarakat desa yang ada di Desa Kelinjau Ulu demi keberlangsungan usaha di tengah pandemi covid 19 ini dan membantu masyarakat desa Kelinjau Ulu agar bisa menjadi desa yang mandiri dengan potensi sumber daya alam dan manusianya dimanfaatkan dengan baik. Penguploadan video di sosial media memudahkan masyarakat untuk menonton dan penyebaran video kepada pendamping lapangan memudahkan untuk membantu menyebarkan video kepada masyarakat yang ada di Kelinjau Ulu. Langkah ini memberikan dampak yang positif dalam memberikan pemahaman kepada masyarakat terkait prospek usaha yang bisa dimanfaatkan di tengah pandemi covid-19 berlangsung. Tautan video pembuatan masker dapat disaksikan dalam tautan youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=b6-qLsFAwrc>.



Gambar 3. Sosialisasi budikdamber di media sosial dan respon warga

4. Ketahanan psikis masa pandemi

Hasil jajak pendapat dan diskusi bersama kepala Desa Kelinjau Ulu masyarakat Desa, warga jarang sekali ada yang menggunakan masker, sehingga ditakutkan akan menularkan dan terkena virus/penyakit bagi tubuh. Kesehatan fisik pada tubuh sendiri saling berhubungan dengan kesehatan mental. Jika kesehatan mental lemah, maka kesehatan fisik juga akan ikut melemah. Hal itulah yang dapat memicu datangnya penyakit dan virus yang akan dengan mudah masuk ke dalam tubuh. Oleh karena itu perlunya untuk menjaga kesehatan mental di masa pandemi.

Program kerja telah dilakukan mulai tanggal 20 Juli 2020 sampai dengan tanggal 22 Juli 2020. Pembuatan program kerja memakan waktu 3 hari mulai dari editing poster, banner, membuat video hingga ke tahap percetakan. Hasil dari program kerja berupa poster dan x banner mengenai cara menjaga kesehatan mental selama pandemi Covid-19 memberikan dampak positif bagi masyarakat Desa Kelinjau Ulu. Masyarakat menjadi lebih mengetahui apa saja, dan bagaimana ciri beserta langkah yang harus dilakukan untuk

menjaga kesehatan mental kita, terutama selama terjadinya pandemi Covid-19. Hasil video edukasi kesehatan mental selama pandemi dapat disaksikan di tautan youtuber: <https://www.youtube.com/watch?v=uxPs5b3eETM> .

SIMPULAN

Secara umum pengabdian ini berjalan lancar dan mendapat respon positif dari warga Kelinjau Ulu. Respon yang positif tercermin dari respon masyarakat desa mengenai program kerja yang dilaporkan oleh Kepala Desa Desa Kelinjau Ulu melalui diskusi diaplikasi *online* (whatsapp). Diharapkan dengan adanya poster, banner dan juga video-video mengenai cara edukasi Covid-19, budidamber, pembuatan masker, dan menjaga kesehatan mental selama pandemi covid-19 bagi masyarakat Desa Kelinjau Ulu ini mampu dipahami dan diaplikasikan oleh masyarakat Desa Kelinjau Ulu agar masyarakat bisa lebih mengerti bahwa menjaga kesehatan mental tidak kalah penting dari menjaga kesehatan fisik, dan peningkatan pemberdayaan perekonomian masyarakat di masa pandemi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LP2M Universitas Mulawarman, Kepala Desa Kelinjau Ulu, Staff Kantor Desa Kelinjau Ulu, dan Pendamping Lapangan, serta warga desa Kelinjau Ulu, Kutai Timur atas kebersamaan dalam program KKN KLB Universitas Mulawarman.

DAFTAR PUSTAKA

- Bartsch, K., & Evelyn (2005). *The wounded healer* (Terjemahan). Panji Graha, Semarang.
- Gunawan, K. R. (2020). Dampak Covid 19 Terhadap Penjualan Masker Dan Hand Sanitizer Di Kabupaten Sumenep. *Eco-Entrepreneur*, 6(1), 25-33.
- Kholidah, E. N., & Alsa, A. (2012). Berpikir positif untuk menurunkan stres psikologis. *Jurnal psikologi*, 39(1), 67-75.
- Paramita, S., Rahmadi, A., Isnuwardana, R., & Nugroho, R. A. (2020). One-month Progress of COVID-19 Cases in East Kalimantan, Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 8(T1), 45-50.
- Rokhmah, N. A., Ammatillah, C. S., & Sastro, Y. (2014). Vertiminaponik, mini akuaponik untuk lahan sempit di perkotaan. *Buletin Pertanian Perkotaan*, 4(2), 14-22.
- Setijaningsih, L., & Umar, C. (2015). Pengaruh lama retensi air terhadap pertumbuhan ikan nila (*Oreochromis niloticus*) pada budidaya sistem akuaponik dengan tanaman kangkung. *Berita Biologi*, 14(3), 267-275.
- Stallard, P. (2005). *A clinician's guide to think good-feel good: Using CBT with children and young people*. John Wiley & Sons.
- Sunaryo, D. (2020). Pembuatan Masker Kain Sebagai Pencegahan Penularan Virus serta Mengoptimalkan Pendapatan di Masa Pandemi COVID-19 bagi Masyarakat di Desa Sukaratu. *Jurnal Abdidas*, 1(4), 183-192.
- Supendi, S., Maulana, M. R., & Fajar, S. (2016). Teknik Budidaya Yumina-Bumina Sistem Aliran Atas Di Bak Terpal. *Buletin Teknik Litkayasa Akuakultur*, 13(1), 5-9.
- Verduyn, C. (2007). A Clinician's Guide to Think Good-Feel Good: Using CBT with Children and Young People. *Child and Adolescent Mental Health*, 12(2), 102-102.