

MEMORI PANDEMI COVID-19



**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN**



MEMORI PANDEMI COVID-19

EDITOR

Dr. dr Leo Simanjuntak, SpOG

dr. Janry Sinaga, MKT

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN**

MEDAN

2023

**MEMORI
PANDEMI
COVID-19**

DAFTAR ISI

Sambutan Rektor	iv
Sambutan Dekan	v
Pengalaman dan Kesaksian Selama Pandemi Covid-19	1
Penelitian Dosen dan Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19	55
Poster-Poster.....	63

SAMBUTAN REKTOR
UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN MEDAN

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas perlindunganNya kepada kita semua khususnya keluarga besar Universitas HKBP Nommensen sehingga dimampukan melewati cobaan yang mahadahsyat yaitu pandemi Covid-19. Kita ada saat ini hanyalah semata-mata karena kemurahan Tuhan saja.

Kami menyambut dengan sangat gembira atas terbitnya buku “Memori Covid-19 FK UHKBPN”. Buku ini sangat penting selain sebagai wadah mengabadikan pengalaman selama pandemi Covid-19 paling tidak yang dialami oleh keluarga besar FK UHKBPN tetapi juga menunjukkan peran aktif sivitas akademika FK UHKBPN dalam membantu masyarakat mengatasi pandemi Covid-19.

Saya menyampaikan apresiasi kepada Dekan FK UHKBPN yang menginisiasi, kepada editor dan kontributor serta kepada semua pihak yang terlibat sehingga buku yang penting ini dapat diterbitkan.

Salam Pro Deo et Patria

Rektor UHKBPN

DR. Haposan Siallagan, SH, MH.

SAMBUTAN DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN

Salam Sejahtera, salam sehat.

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karuniaNya kepada keluarga besar Fakultas Kedokteran UHKBP Nommensen yang terus berkarya meskipun ditengah-tengah badai pandemi COVID-19.

Pandemi COVID-19 telah meluluhlantakkan sendi-sendi seluruh kehidupan termasuk pelayanan kesehatan secara global. Tidak ada satu negarapun yang tidak merasakan dampaknya meskipun pada tingkat yang berbeda-beda. Pelayanan kesehatan mengalami dampak yang maha dahsyat dimana terjadi banyak korban jiwa dokter, paramedis dan tenaga kesehatan lain yang berjuang melawan pandemi ini. Mereka adalah pejuang-pejuang kesehatan, pejuang-pejuang kemanusiaan yang gugur demi kemanusiaan.

Mengingat kembali saat-saat yang sangat menakutkan, mengerikan dan memilukan hati pada awal terjadinya pandemi seakan manusia hanya bisa pasrah dan tidak berdaya menerima takdir. Korban demi korban berjatuh bukan hanya tenaga kesehatan tetapi juga masyarakat, tidak pandang usia, ras, status sosial, jenis kelamin, pekerjaan dari pejabat tinggi hingga masyarakat jelata, politisi, konglomerat tidak ada yang luput. Sejumlah tokoh dunia seperti Presiden AS saat itu Donald Trump dan PM Inggris Boris Johnson adalah merupakan penyintas. Pelayanan kesehatan kolaps dan tidak berdaya menghadapi “tsunami” pandemi COVID-19. Terdengar jeritan pilu diseantero dunia karena kehilangan orang-orang terkasih. Kehidupan menjadi “gelap gulita” seakan tinggal menunggu babak akhir perjalanan.

Fakultas Kedokteran UHKBPN meskipun terdampak namun tetap turut berjuang bersama-sama dengan pemerintah dan masyarakat bahu membahu memberikan sumbangsih mulai dari pemberian bantuan Alat Pelindung Diri (APD) kepada RS dan Puskesmas, demikian juga melaksanakan penyuluhan-penyuluhan daring, webinar dan vaksinasi massal.

Dunia Pendidikan terutama bidang penelitian bergerak cepat mengambil peran yang sangat menentukan. Melalui penelitian-penelitian yang dilaksanakan secara massif diseluruh dunia, sedikit demi sedikit tersingkap rahasia dibalik pandemi ini. Tidak dapat dipungkiri dunia pendidikan dan penelitian berhasil menyingkap rahasia dan menemukan berbagai pengobatan terutama vaksin terhadap COVID-19. Penemuan vaksin COVID-19 dianggap sebagai *end game* atau babak akhir pandemi COVID-19 menuju keadaan endemi.

Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen turut berperan aktif melaksanakan peran darma penelitian sehubungan dengan pandemi COVID-19. Dosen dan mahasiswa terlibat aktif menghasilkan karya-karya yang menjadi bagian dari SEJARAH PERJALANAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS

HKBP NOMMENSEN dalam berjuang mengarungi badai pandemi COVID-19, sekaligus menunjukkan eksistensi Fakultas Kedokteran UHKBP. Buku ini kiranya menjadi sumbangsih kecil bagi dunia pendidikan dan bahkan bagi peradaban manusia. Buku ini menjadi SAKSI SEJARAH perjuangan manusia khususnya sivitas akademika FK UHKBPN menghadapi pandemi COVID-19 yang mahadahsyat.

Sebagai pimpinan saya menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada editor, kontributor dan semua pihak yang telah berjerih lelah sehingga tercipta buku yang monumental ini.

Salam Pro Deo et Patria

Medan, Januari 2023

Dekan

Dr.dr.Leo Simanjuntak,Sp.OG

**PENGALAMAN DAN
KESAKSIAN SELAMA
PANDEMI COVID-19**

PANDEMI COVID-19

Oleh:

Dr.dr.Leo Simanjuntak,SpOG

Dekan FK UHKBP



Datang bagaikan Tsunami bergulung-gulung
Menggilas, beringas, luluh-lantak sampai ke palung
Rumah Sakit banjir bagaikan air bah yang tak terbendung
Raga meregang, jiwa melayang tak tanggung-tanggung

Tangis dan jerit pilu sambung-menyambung
Orang-orang terkasih menutup mata satu demi satu seperti tak berujung
Sirene ambulans siang dan malam meraung-raung
Kejar-mengejar menuju kubur, oohhh... pilu menyucuk jantung

Kemarin seorang terkasih meregang nyawa
Hari ini sahabat karib bernasib sama
Tak putus-putus hati merana
Siapa gerangan esok dan seterusnya



Hari ini seorang ayah menutup mata,
Esok hari isteri tercinta menyusul tanpa sepatah kata.
Air mata tercurah sedih tak terkira,
Sanak saudara menjerit, meronta rasanya ingin mati saja.

Sahabatku, bagaikan saudaraku kandung.
Karibku bergurau dan bersenandung
Sekuat jiwa dan raga bertarung
Takdir sang Khalik tak kuasa dibendung

Hati hancur langkah limbung,
Raga terkurung jiwa terkungkung
Tanya membuncah setinggi gunung,
Resah, gelisah kian membumbung.

Seantero jagad gugup dan gagap
Tak pandang kurus ataupun tegap
Cemas, takut, panik kian mendepak
Menghimpit berat hidup kian gelap

Bisnis ambruk terjerembab
Tiada ampun sampai megap-megap
Meskipun mati-matian berusaha tegap
Apa daya gulung tikar menetap

Kemana-mana wajib memakai masker,
Menjaga jarak paling tidak satu meter,
Sampai-sampai diawasi polisi dan militer,
Meskipun disana-sini ada saja yang tidak solider

Rumah ibadah sementara ditutup,
Beribadah dirumah saja dianggap cukup,
Pada mulanya canggung dan gugup
Namun iman tak pernah redup.



Cerdik pandai mengulas teori
Berharap masalah segera terurai
Siang dan malam jawaban dicari
Optimisme muncul perlahan tapi pasti

Segenap insan berdoa dan bersujud,
Memohon ampun dosa dan laku terkutuk.
Tak kuasa melawan makhluk tak kasat wujud
Penuh harap doa dan permohonan terwujud.

Tuhan mendengar umat meratap
Perlahan misteri mulai tersingkap
Covid-19 dipastikan awal penyebab
Segenap insan bersyukur penuh harap



Dr. dr. Jenny Ria Sihombing Sp.PK (Wakil Dekan I FK UHKBP)

Kenangan kisah saya dan keluarga sebagai pasien covid-19 pertama di FK Nommensen Medan Tepatnya pada tanggal 23 bulan Oktober 2020, merupakan saat yang tidak pernah terlupakan bagi saya dan keluarga. Kami sekeluarga didiagnosis menderita Covid-19, yang pada saat itu sangat mencekam dan menakutkan, seorang teman dosen sebelumnya meninggal karena Covid. Suami sangat ketakutan karena mempunyai penyakit comorbid, anak nomor 2 sedang persiapan ujian UKMPPD, anak nomor 3 sedang aktif kuliah, praktikum, dll. Shock??? So pasti...

Saya langsung berinisiatif menghubungi RS tempat saya bekerja yang menjadi RS Darurat Rujukan Covid Provinsi Sumatera Utara untuk Isolasi. Selama 14 hari kami isolasi di RS, Kampus dilakukan *lockdown*, karena saya merupakan **kasus covid-19 pertama** yang terjadi di FKUHN. Selama isolasi saya dan keluarga saling support, berdoa dan olahraga bersama. Anak2 tetap aktif belajar dan saya tetap mengajar walaupun secara online. Anak nomor 2, saya lihat tetap semangat belajar di kamar sebelah, si bungsu walaupun sedang sakit, membuat video parktikumnya. Sungguh situasi yang mengharukan dan membanggakan. Kami tidak patah semangat dan tetap berjuang bersama.

Puji Tuhan kami dapat melewati masa isolasi. Satu hal yang saya mau bagikan disini, penyakit covid-19 yang kami derita menjadikan kami sekeluarga semakin dekat dan semakin kuat beriman kepada Tuhan Yesus. Mari kita tetap berjuang bersama untuk saling mendukung dalam suka dan duka keluarga besar FK Nommensen yang kita cintai. Tuhan Yesus memberkati

Dr. Renatha N.H.Naingolan, M.Ked (ClinPath), Sp.PK

Suka duka selama pandemic COVID-19 pada tahun 2020, staff laboratorium 24 jam RS Tipe B tempat saya bertugas terpapar Covid-19 sebanyak 20 orang secara bersamaan. Sebagai Garda Terdepan percepatan pandemic, Tetap harus melayani walaupun kekurangan staff. Setiap hari saya memvalidasi hasil PCR mulai jam 08.00 – 20.00 wib. Sewaktu memvalidasi rapid test antigen petugas KPU sebanyak 45.000 orang, saya terdiagnosa DVT karena posisi duduk selama 2 minggu mulai pagi sampai sore. Syukur kepada Tuhan selama pandemic, saya tidak pernah terinfeksi Covid-19 karena selalu menerapkan prokes dan tervaksinisasi. Salam Sehat



Febriyanti Siagian, SKM (Pegawai Unit Lab FK UHN)

Musibah itu meruntuhkan keangkuhan, bukan menambah keakuan. Dan wabah itu mendekatkan pada Tuhan, bukan menjauhkan. Ketika harapan tampak tidak ada harapan, teruslah berjuang.

Terserang covid - 19 disertai kehamilan yg memasuki 8 bulan pada saat itu adalah masa-masa sulit, masa ketakutan, pikiran amburadul disertai fisik yang tidak baik, suami dan anak juga terserang covid yang membuat semakin tidak baik. Tetapi badai berlalu, Tuhan selalu menjaga sampai pada persalinan, Semoga Tuhan turunkan keberkahan dan senantiasa melindungi kita dari wabah virus corona.

Chelsa Lilis GR Situmorang

NPM: 21000056

Orangtua saya, lebih tepatnya papa saya pernah mengalami COVID-19. Awalnya dia sepele dan berpikir bahwa dia hanya demam biasa. Jadi dia memutuskan untuk istirahat saja di kamar.



Namun sebelumnya dia memang sering berinteraksi dengan salah satu paman saya yang katanya juga terkena COVID-19. Papa saya sebenarnya sangat khawatir terkait pandemi ini, dia sangat mematuhi peraturan yang ada. Namun, dia tidak bisa menghindari interaksi dengan paman saya ini dikarenakan mereka butuh waktu bersama untuk belajar. Pada akhirnya papa saya, hanya bisa tertidur dan meminum obat seadanya.

Awalnya, salah satu paman saya yang lain datang untuk melakukan rapid test, dan ternyata hasilnya negatif. Karena itu dia bersikeras untuk tidak pergi ke rumah sakit, dan akhirnya dia tetap beristirahat di kamar, namun semakin lama dia merasa tubuhnya semakin meriang dan dia mulai merasa sesak nafas. Tetapi, dia tetap tidak mau pergi ke rumah sakit, mungkin dia tetap besikukuh bahwa dirinya tidak covid. Kami di rumah sangat sedih, melihat kondisinya dari telepon. Dia memakai alat pembantu bernafas dan infus di tangannya. Karena mama saya sangat khawatir dengan kondisinya, berhubung papa saya sedang ada di luar kota, mama saya menghubungi supir agar dia berangkat dan melakukan pemeriksaan terhadap papa saya. Akhirnya, karena merasa banyak hal yang janggal dan mungkin menyerupai COVID-19. Papa saya akhirnya melakukan test kembali dan ternyata hasilnya positif. Pengecekan yang sebelumnya ternyata salah! Kondisi papa saya disitu sudah sangat mengkhawatirkan mungkin jika dibilang hampir meninggal, Keesokan harinya supir saya datang dan membawa orangtua saya ke salah satu Rumah Sakit, yang membuat saya heran adalah Supir yang membawa itu tidak melakukan prokes dan tetap sehat. Pada akhirnya papa saya diisolasi dengan bantuan oksigen. Karena dia bilang rasanya sangat sesak dan dia tidak bisa merasakan makanan yang dia makan. Dia juga berada di ruangan itu sendirian dan memakai pakaian yang sama selama sehari-hari. Dia juga mengalami penurunan berat badan yang lumayan drastis. Kami sekeluarga sangat sedih karena bila ingin mengunjungi pun tidak ada gunanya, kita tidak bisa masuk karena ruangnya jauh kedalam.

Namun, pada akhirnya mama saya juga berangkat dan melihat kondisi papa saya. Papa saya masih harus melakukan isolasi lagi di rumah. Mama dan papa saya kembali ke kota asal kami dan papa saya hampir 3 bulan hanya di kamar saja menunggu sampai benar-benar pulih. Papa saya juga selalu diberikan makan yang lebih sehat dan meminum banyak obat-obatan, dan pada akhirnya dia kembali sehat dan bisa melakukan vaksin ke-2. Menurut saya, covid sangat berpengaruh dan memberikan banyak dampak negatif, namun tidak menutupi adanya dampak positifnya.

Reinhard Bungaran Lumbanraja

NPM: 21000054



Awal mula pandemi COVID-19 sangat membuat ketakutan kepada kami sekeluarga terlebih karena kami sudah tidak bisa lagi jalan-jalan keluar negeri bersama keluarga karena cuma itulah waktu yang dipunya orangtuaku untuk anak-anaknya karena kesibukannya. Pada saat bulan agustus 2020 amongku(bapak) mulai demam, flu, dan batuk berat tetapi inongku(mama) tetap ingin merawatnya walau sudah dilarang amongku dan karena daya tahan tubuh inongku lemah inongku pun jadi sakit yang lebih berat dan disaat itu kakek saya sedang di rumah sakit dan dijaga oleh kakak saya dan inongku ingin kakak saya pulang untuk merawatnya, kondisi inongku semakin parah dan lemas lalu kami membawa kerumah sakit tapi penuh dan kami harus membawa pulang inong kami dan menunggu kabar dari mereka kalau ada ruangan kosong dan keesokan harinya saat dipapah kamar mandi inongku pingsan sampai matanya sudah putih semua dan kami semua nangis dan langsung membawanya ke rumah sakit lalu saat di antigen ternyata inongku positif covid dan hal yang paling menyakitkan dimana amongku harus menandatangani surat perjanjian jikalau inongku tidak terselamatkan di saat itu hati kami sangat hancur dan beberapa hari kemudian kondisi inongku mulai membaik tapi amongku di rumah makin buruk lalu kami membawanya swab PCR lalu esoknya keluar dan hasilnya amongku positif covid dan langsung dimasukkan juga ke rumah sakit yang sama dengan inongku, disaat itu adalah saat yang terhancur untuk kami anak-anaknya yang di mana kabar covid ini dapat mengambil nyawa seseorang, hari-hari kami sangat gelap tanpa adanya orang tua kami di rumah tapi kami tetap kuat untuk selalu mengantar baju, buah, jus dan kami harus selalu kuat di depan orangtua kami saat video call agar mereka senang bahwa kami anak-anaknya baik-baik saja di rumah agar pikiran mereka tidak terbebani dan agar mereka menjadi semangat untuk cepat sembuh.

Waktu berjalan tak terasa sudah dua minggu mereka di rumah sakit dan sudah saatnya mereka pulang dan kami sangat menantikan hal itu dan kedua orangtua ku sudah sehat dan kami meminta mereka untuk selalu melakukan 3M (menjaga jarak, memakai masker, dan mencuci tangan) dan kami juga meminta mereka untuk rajin berolahraga.

Handro Nathaniel Alroy Hutaeruk

NPM: 21000065

Hai... saya Handro, saya ingin bercerita selama saya mengalami atau terkena COVID-19 sungguh tidak baik untuk lingkungan sekitar terutama keluarga yang tinggal barengan bersama saya. Saya terpaksa menjalani isolasi mandiri di kamar saya dan selama saya isolasi mandiri banyak kegiatan yang terhalang mulai dari kegiatan belajar hingga saya sulit untuk berkomunikasi dengan orang lain dan selama saya mengalami covid itu saya banyak menerima pembelajaran untuk kedepannya dan beruntungnya saya tidak merasa kesepian karena saya masih bermain game dengan saudara saya secara online namun dengan waktu yang terbatas. Saya juga mulai rajin membaca karena ketika bosan saya tidak



mau melakukan apa dan saya dapat mencicil pembelajaran yang akan datang. Pesan saya selama Pandemic ini kita harus selalu mengkonsumsi vitamin dan istirahat yang cukup dan selalu ingat protokol kesehatan yang udah diberitahu dari Pemerintah.



Prima Irawan Lase

NPM: 21000058

Ini merupakan suatu tulisan tanganku mengenai situasi dan kondisi yang membuat negara Indonesia maupun seluruh negara merasakan sesuatu efek dari penyakit COVID-19. Untuk pertama kalinya dalam hidup, aku merasakan berdiam di dalam rumah seperti telah melakukan sesuatu kejahatan. Aku dan saudara lain seakan bukan saudara yg saling berinteraksi. Kebiasaan yang selalu ingin bersosialisasi tapi tak bisa dilakukan lagi. Sungguh efeknya benar terasa dari sekolah yang tak langsung, pekerja yg kehilangan pekerjaannya karena efek pandemi dan interaksi yang tak langsung. Menghilangnya jabatan sebagai tanda saling menghargai, memakai masker dan jarak yang selalu dibatasi. Dunia sudah berubah! Aktivitas yang dulu harus berubah dan kita diwajibkan mengikuti segala peraturan. Emosi dan keimanan sungguh diuji. Aku belum merasakan penyakitnya namun aku tau efek yang akan terjadi; puluhan ribu orang meninggal dunia dan puluhan ribu orang tak bisa melihat keluarganya, para dokter dan tenaga kesehatan menjadi garda terdepan. Sekarang, pandemi mulai sirna aktivitas sudah mulai kembali seperti semula. Terimakasih.

Ester Paulina Tambunan

NPM: 21000072

Halo teman-teman.... perkenalkan saya Ester Tambunan, mahasiswi FK UHKBPB Medan, ingin membagikan pengalaman saya di masa pandemi ini. Seperti yang kita ketahui bahwa pada bulan Desember 2019 terjadinya wabah virus COVID-19 di China. Di Indonesia sendiri wabah ini masuk pada tahun 2020 bulan februari dimana saya saat itu masih kelas 2 SMA. Nah, pada saat itu saya ingat sekali bahwa sekolah awalnya diliburkan selama seminggu tetapi malah liburanya keterusan sampai tamat SMA, bahkan perpisahan pun ditiadakan. Nah, selama pandemi saya memanfaatkan waktu untuk les masuk PTN tetapi belum rezeki. Setelah itu saya dan orangtua memikirkan untuk masuk ke Fakultas Kedokteran swasta dan akhirnya saya memilih UHN.

Pada bulan Agustus saya terkena virus COVID-19 dengan mama saya. Saat itu kami sempat khawatir dan masa-masa itu cukup berat menurut saya, awalnya keluarga dari mama saya yang terkena dari situ kami tiba-tiba diperiksa juga karna baru kerumahnya dan hasilnya reaktif, gejalanya sih pusing, badan kurang enak, dan aroma penciuman kami hilang. Kemudian karna tadi kami reaktif maka saya dan mama isolasi mandiri di rumah dirawat papa. Setiap hari minum 2 kaleng bear brand, makan makanan bergizi, menjaga kebersihan, menggunakan masker, mengonsumsi vitamin C dan obat dari dokter. Sampai akhirnya setelah setelah 6 hari saya dan mama saya hasilnya sudah negatif tetapi mama saya masih mengonsumsi obat avigan, vavipiravir agar menghilangkan bekas virus. Jadi teman-teman tetap jaga kesehatan dan semangat ya... GBU



Mariana Betsaida br. Panjaitan

NPM: 19000042

Pengalaman saya selama dimasa pandemi covid, dimana saya pernah merasa jika sistem belajar kuliah dilakukan secara daring itu enak. Ternyata selama 2 semester dilakukan kuliah secara daring. Saya merasa kalau kuliah secara daring itu kurang efektif, bahkan membuat saya jadi sedikit malas untuk belajar. Namun, saya berpikir jika saya malas maka uang kuliah saya dan materi dokter yang sudah diajarkan itu sia-sia. Jadi saya berusaha untuk belajar dan mengikuti sistem pembelajaran secara daring dengan baik. Dan tetap ada kurangnya, karena pada saat jadwal praktikum seharusnya dilakukan secara offline, namun terlaksana dengan daring. Disitu saya harus belajar dengan ekstra untuk bisa memahami materi yang akan dilakukan secara daring. Demikian pengalaman saya selama pandemi covid.



Yesintha Nainggolan

NPM: 21000059

Pada saat masa pandemi COVID-19 pembelajaran di Indonesia bahkan di luar negeri sekalipun mengalami gangguan. Bukan hanya pembelajaran saja ada yang seperti ekonomi yg kesusahan, pekerjaan yang terbatas, gangguan-gangguan yang seperti ini yang akan menimbulkan suatu permasalahan. Bagaimana bisa kita makan tanpa melakukan suatu pekerjaan? Pembelajaran secara daring pun membuat kita sebagai pelajar susah untuk memahami materi hanya melalui media hp atau laptop saja. Yang dulunya keluar dengan tenang dan damai semenjak ada COVID-19 keluar pun jadi takut, Jika mau keluarpun harus waspada dan wajib memakai masker agar tidak tertular dengan virus COVID-19, bahkan yang dulunya berbicara dengan teman tanpa ada rasa takut sekarang berbicara pun harus menjaga jarak agar sama-sama tidak menularkan atau tertularnya suatu penyakit COVID-19 bukan itu saja sekarang kita harus wajib mencuci tangan dan mandi setelah melakukan kegiatan dari luar.

Evi Elyana Limbong

NPM: 21000079

Cukup menyenangkan, Tetapi banyak kekurangan yang saya dapatkan selama perkuliahan dan melakukan praktikum. Dengan adanya belajar di rumah ini mudah memunculkan perasaan bosan sebab tidak bisa berinteraksi langsung dengan teman-teman sekelas dan dengan cara belajar di rumah ini menurut saya kurang efektif, Sebab tidak semua siswa memiliki media untuk belajar online. Sementara untuk kekurangannya adalah tidak ada kesempatan bertatap muka dengan dosen dan mahasiswa, sehingga kehidupan sosial di perkuliahan menjadi lebih renggang. Kekurangan yang lain adalah tugas praktikum yang diganti dengan video simulasi sulit dipahami, sulit untuk fokus, dan gangguan di sekitar yang membuat proses belajar terganggu. Pesan dari saya sebaiknya kita harus tetap disiplin dan selalu menjaga kesehatan dengan menjalani pola hidup yang sehat di masa pandemic ini selalu mencuci tangan dan pakailah masker jika ada kepentingan mendesak di luar rumah ,dan selalu menjaga jarak agar kita terhindar dari wabah virus Corona (covid_19).Semoga wabah virus Corona ini cepat berlalu agar kita bisa bertatap muka secara langsung.



Tania Christine Pasaribu

NPM: 21000060

Pengalaman COVID-19 yg saya rasakan datang dari saudara yang berada di Jawa Barat tepatnya di kota Bandung. Dia tinggal bersama anaknya yang masih berumur sekitar 6 tahun, dan istrinya tinggal di Medan. Dia memiliki rumah makan dan memiliki beberapa pekerja serta 1 orang untuk merawat anaknya. Di Bandung tidak ada keluarga, hanya mereka berdua dan beberapa pekerjanya. Pada saat dia terkena COVID-19, Semua keluarga yg ada di medan maupun di tempat lainnya sangat panik karena mengingat dia hanya berdua, di tambah lagi si anak yg sempat di nyatakan reaktif COVID-19. Semua keluarga tetap mendukung dengan memberikan semangat dan mengirimkan dana agar membantu pekerjanya membelikan obat-obatan yg di butuhkan pada saat itu kepada dia dan juga anaknya. Puji Tuhan, setelah mendengar dia sudah mulai sembuh dan membaik, kami keluarganya ikut senang dan tetap memberikan penghiburan kepada dia dan anaknya.

Angelina Nainggolan

NPM: 21000066

Tanggal 16 maret 2020 bertepatan dengan hari Ujian Akhir Sekolah ku di jenjang SMA, hari dimana kami semua dipulangkan sesuai edaran pemerintah untuk mengadakan lockdown akibat dari maraknya penyebaran virus COVID-19 di Indonesia. Perasaan yang campur aduk antara senang dan sedih yang kami rasakan pada saat itu. Kami semua bergegas pulang kerumah masing-masing dan melakukan segala kegiatan hanya dirumah saja. Tak terasa hari berganti hari, Minggu berganti minggu semakin lama tidak ada kepastian kapan kami akan kembali masuk ke sekolah dan melaksanakan kembali ujian. 2 minggu berlanjut menjadi 3 minggu dan berlanjut lagi sampai tidak terasa bahwa kami lulus tanpa ada kegiatan belajar mengajar lagi, Tanpa bertemu dengan teman-teman lagi semuanya hilang begitu saja. Semakin hari segala kegiatan dilalukan dari rumah seperti bekerja dan belajar.



Untuk pertama kalinya, saya merasakan dampak dari wabah COVID-19 ini yang sangat merugikan. Seiring berjalannya waktu juga semakin banyak orang yang terkena virus COVID-19 ini dan protokol kesehatan yang harus dilakukan belum lagi semakin banyak orang yang di PHK dari pekerjaannya, Tempat ibadah ditutup semakin banyak hal yang terjadi diluar dugaan. Tapi tak terasa sudah hampir 2 tahun seluruh masyarakat merasakan dampak ini maka tetap selalu menjaga prokes dengan mencuci tangan, mengganti setiap pakaian jika berpergian dari luar serta menjaga pola makan dan olahraga teratur.

Ana Stela Yofani Br Brahmana

NPM: 21000080

Nama saya Ana lulus SMA tahun 2020, yang dimana kata kebanyakan orang angkatan corona pertama. Saya masih ingat awal dimana saya merasakan dampak dari pandemi ini. Kemarin di tahun 2020, Suatu hari di hari Jumat saya baru pulang sekolah yang dimana hari itu kami baru saja selesai ujian sekolah, Sementara hari seninnya kami menghadapi Ujian Nasional. Tidak ada yang tau jika akhirnya hari itu adalah hari dimana saya dan teman-teman sekolah saya bertemu bahkan tidak ada kata perpisahan atau apapun. Ya benar, Kami tidak melangsungkan Ujian Nasional karena kemunculan pandemi Covid-19. Saya gagal SNMPTN, SBMPTN, dan mandiri. Saya memutuskan untuk gapyear setahun.

Pandemi juga berdampak pada masa gapyear saya. Saya memutuskan tidak les selama gapyear dikarenakan les nya melaksanakan kelas online. Saya merasa kelas online sangat tidak efisien, jadinya saya tidak les saat gapyear. Saya berakhir kuliah di FK UHN, semester satu yang saya hadapi adalah masa-masa yang sulit karena dilakukan secara online. Sulit rasanya memahami materi saat dokter hanya menjelaskan lewat layar zoom. Betapa bahagianya saya masa-masa sulit itu cepat berlalu, akhirnya di semester 2 sudah mulai dilakukan praktikum, skills lab, dan ujian offline. Dan diakhir cerita saya berharap dunia benar-benar cepat pulih dan kita tidak akan mengalami masa pandemi lagi. Demikian cerita saya, jika ada salah kata mohon dimaafkan, terimakasih sudah mau membaca

Ely Harastia Manullang

NPM: 21000052

Saudara kakak saya mengalami COVID-19. Dimana awal mula nya kakak itu merasa kurang enak badan, flu, batuk, dan pusing. Tapi kami masih merasa aman-aman saja, kami masih sering bertemu. Dari awalnya kami pikir hanya mengalami meriang atau demam biasa. Kakak itu pun hanya meminum obat biasa untuk meredakan keluhan yang dia rasakan.

Tetapi di beberapa hari kemudian kakak itu merasa makin tidak enak badan, Semakin pusing dan penciumannya juga sudah mulai terganggu, bukan itu saja bahkan perasanya pun sudah tidak mampu merasakan rasa makanan. Dari gejala-gejala yang dirasakan kakak ini dari sini kami mulai curiga kalau kakak ini terpapar COVID-19, Kami menyuruh kakak itu melakukan SWAB dan ternyata hasilnya positif covid. Setelah diketahui kakak ini terpapar covid, kami pun yang ada dirumah merasa cemas, apalagi saya yang sebelumnya tidur bersama kakak saya. Maka dari itu kami serumah melakukan SWAB dan untungnya kami semua negatif. Walaupun negatif kami tetap melakukan isoman dirumah karena takut nantinya timbul gejala. Dan kakak yang



terpapar COVID-19 kami menyuruhnya untuk pulang kerumahnya untuk melakukan isoman selama 2 minggu dan memakan makanan dan obat dengan teratur, Kami juga melakukan isoman setelah melakukan Swab dan untungnya selama seminggu kami isoman tidak ada gejala yang timbul yang kami rasakan.

Alhafiz Siddiq Nasution

NPM: 21000084

Saya adalah mahasiswa dari Fakultas Kedokteran Nommensen stambuk 2021. Saya ingin membagikan kisah saya pada masa terjadinya wabah COVID-19. Bermula pada saat diumumkannya status darurat COVID-19 di Indonesia dan terjadinya lockdown di kota-kota besar. Dikarenakan banyak orang yg meninggal oleh virus COVID-19. Saya yang tinggal dikampung pada saat itu masih aman-aman saja. Saya hampir tidak percaya bahwasannya COVID-19 itu ada. Pada awal 2020 mulailah COVID-19 masuk ke daerah saya mulai mewabah sehingga banyak yang bersakitan hingga meninggal dunia. Alhamdulillah kami sekeluarga tidak ada yang meninggal karena COVID-19, Walaupun kami sempat merasakan tanda dan gejala. Tapi kami yakin kepada Allah SWT. Bahwasannya jika belum ditakdirkan meninggal pasti tidak meninggal. Jadi waktu lagi darurat covid tidak ada warga kampung yg berani berkerumunan maupun bepergian. Berhubung saya juga punya usaha rental mobil, akibat COVID ini berdampak pada usaha rental mobil saya selama 3 bulan. Membuat saya rugi dan menunggak cicilan mobil sampai hampir ditarik leasing. Bersyukur ada bantuan UMKM dari pemerintah sehingga saya bisa membayar bunga dari cicilan mobil saya dan saat itu pemerintah membuat adanya program tidak bayar pokok hanya bayar bunga saja.

Waktu itu banyak pengusaha yang bangkrut bahkan ada yang tidak berani menemui keluarganya dikarenakan takut terkena COVID-19. Yang saya sedihkan ketika ada yang terkena COVID-19 tapi malah dikucilkan. Sehingga membuat ia sedih. Dan stress. Sehingga fisiknya menurun dan akhirnya meninggal. Dari kisah tentang COVID-19 saya jadi belajar bahwasannya kita tidak boleh melupakan tuhan dalam hal apapun. Dan tetap disiplin dalam beraktifitas. Sehingga ketika wabah COVID-19 ini menjadi pelajaran agar kita lebih menjaga kebersihan. Pola hidup yang sehat. Dan taat pada tuhan. Mungkin saja ini sebagai teguran dari tuhan dikarenakan kita sudah lalai dalam segala perintahnya. Dan alhamdulillah sejak wabah COVID-19 berakhir jiwa saya semakin kuat dalam usaha dan belajar.



Mutiara Habeahan

NPM:

Kesan saya dengan adanya COVID-19 salah satunya adalah dunia bisa lumpuh dengan tidak ada kegiatan diluaran dan hanya dilakukan di dalam rumah tanpa bertemu langsung. Dari segi perkuliahan juga dilakukan online dan banyak dukacita karena banyak yang meninggal karena positive covid. Dan pelajaran berharga dengan adanya dampak covid membuat belajar tidak ada nya abadi dan membuat kualiti time dengan keluarga.

Restu Imeylia Limbong

NPM: 21000061

Kata covid sudah tidak asing lagi kita dengar hampir berjalan 3 tahun kita hidup berdampingan dengan COVID-19. Jika ditanya takut, ya pasti sangat takut jika kita terkena COVID-19 ini karena dampak dan yang kita rasakan akan sakit sekali bahkan bisa berakibat fatal yaitu kematian, tidak sedikit teman dan kerabat saya yang mengalami penyakit virus covid ini. Bahkan saudara saya sendiri meninggal akibat covid yang di tubuhnya tidak kunjung pulih dan imunitas tubuhnya yang semakin lama semakin lemah. Saya juga punya teman yang gagal mengikuti ujian UTBK hanya karena waktu di antigen

ternyata dia positif, biasanya jika kita mendengar kabar yang positif hati kita terasa senang bukan? tapi kali ini tidak sama sekali, yang ada hanyalah larut dalam kepanikan dan kesedihan.

Dahulu awal Covid-19 viral saya kurang yakin bahwa covid ini benaran ada dan mematikan, tetapi saya sudah alami sendiri dengan melihat saudara dan teman saya. Sejak saat itu keluarga kami pun sangat mengikuti protokol kesehatan dimana saja dan kapan saja, karena sangat takut jika ada yang menyusul

lagi. Kesan saya adalah disatu sisi saya bersyukur karena adanya COVID-19 ini jadi segala sekolah dan kuliah dilaksanakan secara daring, waktu berkumpul, berdoa dan bahagia bersama keluarga terasa sekali yang dulunya sangat jarang berkumpul karena ada yang sudah kost. Jujur saya juga sangat kagum melihat Nakes-nakes yang rela mengabdikan demi keselamatan masyarakat dan menomor 2 kan dirinya. Semoga covid ini cepat berlalu agar situasi dapat kembali normal.



Nova Hutagalung

NPM:

Kita tahu dampak dari COVID-19 pada sebagian besar orang sangat berdampak buruk dalam berbagai bidang. keluarga besar saya juga merasakan dampak COVID-19, dimana satu rumah positif covid, hal tersebut otomatis membuat diri down dan seperti tidak ada harapan di saat kondisi itulah diperlukan motivasi dan semangat dari keluarga yang lain agar bisa survive dan semangat dalam proses pemulihan dan pengobatan terhadap covid. Tidak hanya itu dalam bidang ekonomi juga menjadi dampak dari COVID-19 ini, Dimana saat itu perekonomian drastis menurun karena bisnis orang tua tidak bisa berjalan oleh karena adanya lockdown. Hal tersebut tidak mudah untuk dilalui tapi seiring dengan kebijakan-kebijakan pemerintah yang selalu ada pembenahan terhadap lockdown seiring itu juga bisnis mulai berjalan. Saya yakin semua orang sangat merasakan keresahan akibat pandemi ini dan saya berharap pandemi ini semakin hari semakin menurun angka penderitanya sehingga bebas melakukan aktivitas kita di outdoor maupun indoor



AKSI TANGGAP COVID-19 MEMBERIKAN DONASI APD KEPADA RS.Murni Teguh, RS.Pirngadi dan Puskesmas Sentosa Baru, sebanyak 2 tahap pada tanggal 4 April 2020 dan 11 April 2020.



Sarmauli Silitonga

NPM: 21000057

Shalom... Hallo, Saya Sarmauli Silitonga, sekarang aku menumpuh pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen. Bicara soal cerita atau curahan hati tentang bagaimana perasaan aku waktu masa pandemi COVID-19 sebenarnya banyak yang mau dan bisa diceritakan apalagi aku sebagai salah satu orang yang terkena dampak dari virus ini. Awal menjadi mahasiswa baru saja sudah terikat dengan daring. Mulai dari pembelajaran mata kuliah, Tutorial, Praktikum, dan Skills lab. Bahkan ujian aku harus ikuti melalui zoom, tidak bisa ketemu langsung dengan teman-teman baru.

Banyak yang buat aku pribadi mengeluh karna proses perkuliahan diadakan secara online, termasuk biaya kuota internet dan jaringan yang tidak selalu bagus. Aku punya dua kakak perempuan yang pernah terkena gejala covid ini, Semenjak itu aku mulai takut keluar rumah bahkan keluar kamar atau berkontak langsung dengan keluarga ku. Pasti ada rasa khawatir untuk keluarga dan aku pribadi disaat covid sedang meningkat. Tapi menurut pendapat aku, Seharusnya kita gak perlu takut dengan virus COVID-19 karna seharusnya jika kita mengikuti saran dan peraturan yang ditetapkan pemerintah seperti memakai masker, Jaga jarak, Tidak berkerumun dan yang pasti selalu patuhi protokol kesehatan maka kita bisa memutuskan penyebaran virus COVID-19 ini, Nah kalau sudah patuh semua pasti balik lagi normal seperti dulu. Aku berharap pembelajaran kuliah segera bisa dilakukan tatap muka, dan semua kembali normal. Sekian ya cerita dari aku. Shalom.... Terimakasih

Andre Trianta Sitepu
NPM: 21000076

Pada Tahun 2020 tepatnya tanggal 2 Maret 2020 ada warga Indonesia yang terkena virus COVID-19, setelah itu bertambah banyak satu per satu, dan waktu itu saya juga terkena dampak tersebut memang terkena COVID-19 itu tidak enak tapi kalau sudah kena kita terpaksa harus melawannya, setelah itu saya merasakan sakit batuk, demam, pilek, sakit tenggorokan setelah itu saya langsung berjuang untuk sembuh, berapa Minggu sudah saya lalui Puji Tuhan saya sudah sembuh dari COVID-19, setelah itu saya melihat berita ada banyak kematian yang di Landa oleh virus COVID-19. yang saya bisa ialah hanya menjaga kesehatan dan memakai masker jika keluar dari rumah. lalu ketika memang ekonomi Indonesia turun drastis perkara COVID-19 ada yang terkena pengurangan karyawan, mendengar nya saja sudah sedih apalagi merasakan nya, lalu hari demi hari Presiden RI Jokowi sudah mengumumkan bahwa ada vaksin covid. saya pun mendengar nya begitu bahagia, supaya negara tercinta ini kembali seperti dulu lagi. Lalu setelah semua terkena vaksin covid saya pikir Indonesia sudah kembali seperti dulu, tapi nyatanya itu tidak karena Februari 2022 Indonesia terkena kasus omicron yang begitu melanda cukup besar sama seperti waktu COVID-19

Tetapi untung saja pemerintah langsung bergerak cepat untuk mengatasi omicron tersebut, sehingga kasusnya tidak terlalu begitu besar seperti COVID-19, dan sampai sekarang kita sudah tidak mendengar lagi berita yang meninggal perkara COVID-19. Semoga Indonesia semakin maju dan sehat selalu.



Irawaty Christyn Marthyna Simanjuntak

NPM: 19000038

Pada masa pandemi COVID-19 perkuliahan jadi lebih sulit dipahami dikarenakan harusnya dijalani secara Daring/Online melalui Zoom. Pandemi COVID-19 juga sangat merugikan diri saya dan keluarga saya. Disaat maraknya COVID-19, Saya dan keluarga saya mengalami sakit juga dikarenakan terkena COVID-19. Gejala yang saya rasakan sangat mengganggu aktifitas saya. Saya yang terlebih dahulu terkena COVID-19 sangat merugikan keluarga saya juga. Sampai akhirnya saya dan mama saya dibawa ke RS dan harus mendapatkan tindakan dirawat inap dengan segala bantuan tim medis.

Koridor Falua Sakti Halawa

NPM: 21000063

Hallo semua! Kenalin, saya kori halawa, saya merupakan mahasiswa aktif fakultas kedokteran UHN Medan stambuk 21, Disini saya ingin berbagi sedikit cerita tentang pengalaman dan perjalanan saya selama pandemi COVID-19. Awal mulanya saya mendengar berita covid yang terjadi di negara china sekitar akhir dari tahun 2019 tepatnya bulan Desember tahun 2019 yang mana pada saat saya menyaksikan beritanya saya merasa penyakit tersebut tidaklah separah yang terjadi beberapa bulan kemudian. Waktu terus berjalan dan covid dari negara china yaitu tepatnya dari kota wuhan itu menyebar dengan cepat ke seluruh pelosok dunia.

Pada bulan februari 2020 merupakan puncak dari penyakit ini meyebar ke seluruh dunia hingga menyebabkan ribuan orang dalam sehari meninggal dikarenakan oleh virus COVID-19. Disaat itu juga di indonesia telah mulai menyebar virus mematikan ini, hari demi hari banyak nyawa manusia yang hilang dan semakin lama semakin menyebar keselur pelosok indonesia bahkan seuruh pelosok dunia. Bulan terus berjalan dan virus covid pun semakin menyebar di indonesia sehingga semua kegiatan-kegiatan di luar rumah di berhentikan untuk sementara waktu dan bahkan di lur negeri mereka melakukan lockdown kepada negara mereka untuk meminimalisir penyebaran virus ini.



Tibalah bulan maret tahun 2020 dimana pada saat itu saya masih duduk di bangku sekolah SMA, dan kami diliburkan selama 2 minggu, pada saat itu saat merasa khawatir dan tidak merasa tenang dikarenakan di luar lingkungan saya terasa seperti berada di kota hantu yang tidak ada penghuninya dimana semua orang pada saat itu berada di rumah,

Dan pada bulan april tepatnya minggu kedua saya merasakan ada gejala-gejala saya terkena virus ini dimana indra penciuman dan perasa saya hilang dan saya tidak deman dari yang saya baca dalam berita penyakit ini merupakan virus covid tanpa gejala dan dari situ saya mulai khawatir, untuk itu saya mulai melakukan penyembuhan sendiri dengan

cara berjemur di pagi hari dan membuat tubuh saya sekuat mungkin untuk menambah daya tahan tubuh saya untuk menyembukan sakit ini. Waktu terus berjalan dan saya pun perlahan pulih dan setahun awal covid di dunia dan di indonesia sangatlah mengkhawatirkan. Setahun kemudian covid mulai mereda dan saya pun sudah di Melakukan vaksinasi, dan semua keluarga saya juga. COVID-19 ini mengajarkan saya betapa berharganya kesehatan dibanding apapun yang kita miliki oleh karna itu mari sama-sama jaga kesehatan mulai dari diri sendiri sehingga kita menjadi pribadi yang sehat, baik jasmani rohani. Sekian dari saya. Terimakasih



Soteria Chrisfince Zega
NIM: 21000075

Saya mahasiswa kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan. Seperti yg kita tahu pada saat ini kita sedang di masa pandemi COVID-19 sudah kurang lebih 3 tahun. Pada situasi ini banyak sekali pengalaman yang terjadi. COVID-19 masuk ke Indonesia pada awal tahun 2020, tentu ini sangat mengkhawatirkan khususnya masyarakat Indonesia. Mulai saat itu saya sendiri mulai menerapkan protokol kesehatan seperti mencuci tangan, memakai masker dan menjauhi kerumunan bahkan tidak lupa untuk mengonsumsi makanan yg sehat agar menjaga imunitas tubuh. Saya pribadi belum pernah terkena covid begitupun dengan keluarga saya, saya sangat bersyukur akan itu. Namun, saya punya tetangga yg sudah terpapar virus ini. Melihat hal itu saya merasa sedih, karena keluarga dari tetangga saya pun tidak bisa berada di samping untuk menjaga karena efek dari covid ini sangat berdampak bagi orang yang ada disekitar.

Di perkuliahan pun saat ini masih menerapkan daring (dalam jaringan). Saya sebagai mahasiswa baru sangat sulit untuk berinteraksi dengan teman teman lainnya. Namun, hal ini dilakukan untuk mencegah penularan



COVID-19. Banyak sekali suka duka selama mengikuti perkuliahan daring. Mulai dari tidak bisa bertemu dengan teman maupun dosen dan kurangnya interaksi antar sesama.

Keganasan COVID-19 ini dapat menyebabkan kematian tentu kita harus memberi apresiasi kepada pada tenaga medis yg sudah mengorbankan waktu, tenaga bahkan nyawa, dimana di awal pandemi banyak sekali tenaga medis yg meninggal demi menyelamatkan nyawa pasien pasien yg sudah terpapar. Saya sebagai mahasiswa kedokteran melihat hal ini sangat sedih dan terharu. Jadi, saya harapkan kepada kita semua mari mengikuti protokol kesehatan untuk mencegah tertularnya virus COVID-19 dan berdoa agar pandemi ini cepat berakhir.

Reynaldo Gilbert Sembiring

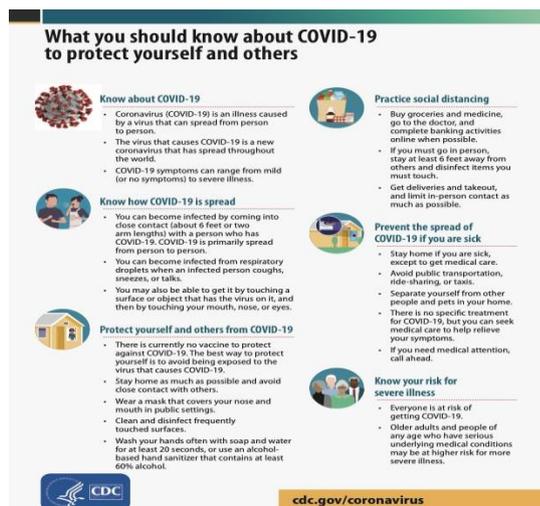
NPM: 21000078

Awal COVID-19 masuk ke Cina, Saya merasa bahwa penyakit yang disebabkan virus ini hanyalah flu biasa bahkan awalnya saya merasa virus ini tidak akan masuk ke Indonesia. Namun setelah beberapa bulan kemudian, Pada bulan maret atau april (saya lupa kapan covid masuk Indonesia hahaha). Saya merasa bahwa COVID-19 ini bukanlah penyakit yang main main, Apalagi setelah teman ayah saya meninggal karena penyakit ini. Walaupun penyakit ini tidak main-main ganasnya, banyak juga orang yang tidak peduli dengan penyakit ini ada yang merasa penyakit ini hanyalah penyakit yang dibuat buat oleh pemerintah saja. Padahal, sudah banyak korban yang berjatuhan mulai dari sakit hingga meninggal dunia. Saya juga merupakan korban dari keganasan COVID-19 di Indonesia. Saya, abang, ayah, dan ibu saya positif covid di waktu yang bersamaan. Panik? Tentu saja iya hahah. Tapi syukurlah kami bisa sembuh dari keganasan COVID-19. Selama sakit, kami diharuskan melakukan segala aktivitas kami di dalam rumah. Untung saja, zaman sekarang sudah canggih dan semua bisa dilakukan di dalam rumah, mulai dari belanja, olahraga, dan banyak hal lainnya bisa dilakukan di dalam rumah. Jadi, stay at home bukanlah hal yang begitu berat lagi bagi saya.



COVID-19 melukis pengalaman baru di hidup saya dimana saya harus melakukan segala kegiatan yang biasanya saya lakukan di luar rumah, Tetapi saya harus melakukannya di dalam rumah, memakai masker kemana-mana dan masih banyak lagi. COVID-19 juga membuat banyak orang berinovasi dan memaksa banyak orang untuk memutar balikkan otaknya, agar segala sesuatu yang seharusnya dilakukan di luar rumah (seperti *meeting*, sekolah, kuliah, dll) dapat dilakukan di dalam rumah. Sekarang COVID-19 sudah mulai hilang dari bumi. Banyak hikmat, kebaikan, dan pengalaman yang kita dapat dari singgahnya covid di dunia. Mudah mudahan ini menjadi wabah pertama dan yang terakhir di hidup saya.

Suatu hari ketika saya abis pulang dari liburan, Selama saya di mobil saya merasakan tubuh saya panas dan sedikit meriang. Awalnya saya rasa itu hanya demam biasa, Namun kondisi sedang lagi pandemi tiba-tiba saya merasa takut jika saya terkena COVID-19, dan untuk membuktikannya saya melakukan swab mandiri yang di laksanakan oleh kakak saya. Hasil swab menunjukkan 2 garis, namun salah satu garis warnanya agak samar, sehingga saya masih ragu" apakah saya terkenak covid atau tidak. Lalu orang tua saya



meminta kakak saya buat membuat obat herbal China untuk diminum oleh saya. Ketika malamnya sekitar jam 12 WIB, Saya merasa agak pilek dan saya tidak bisa mencium bau, Saya masih merasa jika saya itu sekedar terkena flu atau demam biasa. Besoknya gejala yang saya rasakan masih belum hilang, Lalu saya pergi ke kamar orang tua saya untuk mengambil balsem buat di hirup, pas saya hirup, hanya sebelah kiri hidung yang tidak dapat mencium aroma dari balsam tersebut namun sebelah kanan hanya dapat mencium

samar-samar bau balsem. Ini saya alami hingga 2-3 Minggu, selama itu saya diminta buat minum obat herbal China yang di masak dan memakan vitamin pendukung. Kemudian lama kelamaan deman, Selama saya mengalami gejala ini, saya tidak pernah mengunjungi dokter, karena takut didiagnosis terkena covid dan di minta buat isolasi di rumah sakit.

Setelah saya sudah tidak sembuh dari gejala yang saya rasakan, saya mulai berani buat keluar rumah dan tidak lupa buat mengikuti prokol kesehatan. Lalu pada suatu hari, Ketika saya menemani mama saya pergi ke bank, Saya mendengar percakapan ibu-ibu yang ada di bank itu. Mereka bilang "Sekarang jika ada berita mengenai ambulans yang selalu bolak balik ke rumah sakit karena meningkatnya covid, itu sudah biasa. Trus kalian jangan salah loh, kalian hanya tidak bisa mencium bau saja itu sudah terkenak covid, karena gejala setiap orang berbeda' Lalu dari situ saya sadar kalok bahwasanya saya sudah pernah terkena COVID-19. Pelajaran yang saya dapat bahwa gejala covid yang dialami setiap orang berbeda-beda, Walaupun sudah Vaksin hingga ke 2 kali belum tentu tidak terkena covid ada kemungkinan terkena covid namun dengan gejala yang ringan, harus selalu menjaga stamina tubuh kita agar tidak mudah terpapar.

Anna Teresha Manik
NPM: 21000042

Sejak 2020 covid sudah ada di Indonesia, Tetapi saya sejak awalnya tidak menganggap penting karena belum ada keluarga ataupun tetangga yang terkena. Lalu tahun 2021 saya dan saudara saya mulai pergi keluar kota karena ada yang kuliah dan bekerja. Kakak saya bekerja dibagian yang melayani publik yang mengharuskannya untuk bertemu orang banyak, Awalnya kakak saya juga menganggap remeh COVID-19, tetapi sejak mulai ada teman sekantornya yang terkena dan kebetulan berinteraksi dengan kakak saya. Kakak saya dan teman sekantornya yang lain diperiksa dan hasilnya negatif, Namun beberapa hari kemudian kakak saya mengalami demam dan tubuhnya sakit, dan memberitahu kepada saya dan saudara saya yang lain, Karena takut membuat orangtua saya panik dan stres jika mendengar kabarnya kemudian orangtua saya tahu, dan mulai panik serta menyuruh kakak saya untuk periksa lagi.



Kakak saya dan temannya pergi ke rumah sakit untuk periksa dan ternyata kakak saya positif COVID-19. Orangtua saya panik karena tidak ada yang bisa menjaga kakak saya disana, serta meminta tolong kepada teman kakak saya yang lain untuk membantu memenuhi keperluan kakak saya. Kakak saya merasa bahwa orangtua saya terlalu sibuk mengurusnya dan membuat dia semakin stres, tapi akhirnya kakak saya mengerti mengapa orangtua saya sepanik itu.

Tetapi dari sini saya mulai menganggap bahwa adanya pandemi COVID-19 juga membawa dampak positif jika dilihat dari sudut pandang lain. Orangtua akan semakin protektif dengan anaknya bahkan sanak saudara yang semakin menunjukkan kepedulian satu sama lain baik dalam keluarga dan pertemanan, dan COVID-19 juga membuat orang-orang yang tadinya acuh dengan kebersihan mulai peduli dan mulai menjaga kebersihannya mereka.



Tiara Sapira Br. Sihaloho

NPM: 19000009

Saya Tiara mahasiswa FK Nommensen, bulan Mei 2021 positif COVID-19. Saya sedang dirumah saya dengan keluarga saya karena keluarga saya berasal dari orang awam, Mereka tidak terlalu waspada dengan penyakit yang saya derita, Bahkan mereka ingin kontak langsung dengan saya meskipun saya sudah di diagnosa positif COVID-19. Saya berusaha menjelaskan bahaya dari virus ini dan berupaya untuk tidak mengadakan kontak langsung dengan setiap anggota keluarga saya. Saya menggunakan toilet serta peralatan yang berbeda dengan keluarga saya selain itu saya meminum obat dan antivirus, Saya juga mengkonsumsi makanan yang bergizi setelah 7 hari menjalankan isolasi mandiri, Saya dinyatakan negatif di hari ke-7.



Putri Sari Berly Warta Br. Purba

NPM: 19000018

Selama 2 tahun tingginya kasus covid di Indonesia, Saya dan keluarga saya sangat taat akan prokes tapi diawal tahun 2022 tepatnya dibulan Februari saya dan keluarga saya terkena covid19 karna ada kontak dengan pasien covid, Dimana berketepatan saya mau ujian Osce. Gejalanya di saya menurut saya tidak terlalu berat tapi cukup mengganggu proses belajar. Saya tidak tahan untuk belajar yang cukup lama untuk mempersiapkan Osce saya. Gejalanya saya rasakan lebih kurang 1 minggu dan saat osce *online* pun saya masih memiliki gejala hidung tersumbat, Batuk dan Suara yang sedikit serak. Tapi untung nya disaat Osce saya urutan awal dan bisa melewati Osce

Putri Sari Estetika Pangaribuan

NPM: 21000067

Halo teman-teman sejawat, Bapak ibu, Abang/kakak, Adik-adik dan semuanya yang membaca tulisan saya ini. Salam kenal, Saya Putri mahasiswa kedokteran universitas HKBP Nommensen Medan. Umur saya 18 tahun, nah bahasa gaulnya di era saya nih disebut Angkatan Corona. Untuk yang sudah tahu sebutan gaul tersebut, pasti kita pernah di era yang sama ga tuh? Hehehee... , Nah untuk adik-adik yang hanya mendengar atau yang bertanya-tanya, apa sih Angkatan Corona itu kak? tenang, disini kakak bakalan cerita nih, Era corona setelah 2,5 tahun berlalu. Mana tau di tahun berikutnya jadi kita

bernostalgia karena kita menerima Era corona bukan sebagai musibah melainkan pembelajaran dan hal yg membangun. Corona bisa bahasa inggrisnya COVID-19 adalah virus yang menular yang masuk perlahan dari satu hingga ke seluruh dunia. Menyebarkan virus bagi manusia yang bertubuh sehat hingga menyebabkan penyakit maupun kematian. Tahun 2019 sudah mulai nih kabar dari negara sebelah masuknya corona, ehh tau-tau Indonesia juga kena nih sama corona.

Pertama kali peristiwa corona yang menyerang indonesia, semua sistem, baik dari sistem peraturan ataupun kehidupan sehari-hari secara umum ditetapkan ulang. Mulai dari orang tua/pekerja yang bekerja dari rumah (WFH) anak sekolah yang sekolah secara daring. Nah hal ini, kenapa saya dibilang angkatan corona, karena 2 tahun kelas 11&12 SMA saya sekolahnya dari rumah. Ujian juga secara online dari rumah jadi dikira orang-orang hidup kami yang angkatan corona ini enak waktu sekolah, bisa nyontek pas ujian bahkan bisa rebahan pas zoom sekolah. Padahal engga ya kan? capek malah kami dengar-dengar tuduhan bilang angkatan corona lulusan covid, belajar ga belajar nilai bagus. Padahal nih ya kami ini jadi harus extra belajar 2x lipat, karena pada saat zoom ada gangguan jaringan jadi tidak mengerti apa yang diajarkan oleh guru. Terpaksalah kami belajar sendiri, ikut bimbel secara mandiri di luar sana. Dulu tuh sempat ngerasa kalo corona ini pembawa sial bahkan malapetaka.

Tapi sebenarnya karena corona ada juga hal-hal yang baik terjadi emang bener yaa, Dimana ada kekurangan pasti ada kelebihan. Kekurangannya kita anak sekolah, Mahasiswa, Pekerja yang kesulitan belajar, yang kesulitan ekonomi. Kelebihannya, saya dan kamu, Kita lebih mengenal diri sendiri saat berdiam di rumah (stay dirumah aja) lebih mengenal orang-orang didalam rumah kita, tempat dimana kita bergerak pergi dan kembali pulang.

Menghabiskan waktu bersama keluarga di rumah. Lebih mengerti kepribadian diri sendiri dan saling mengerti kepribadian keluarga di rumah baik untuk lingkungan, Polusi udara yang berkurang dari aktivitas buruk manusia. Lebih merasa bersyukur akan kehidupan yang diberikan Tuhan terhadap saya, kamu, dan kita semua. Mampu tetap bertahan hingga saat ini kita dapat bernostalgia bahkan baiknya bisa saling mengerti penderitaan kesulitan akan orang-orang dan teman-teman kita di luar sana yang membuat kita tergerak untuk mulai berbuat kebaikan. kesan bagi saya bahwa corona bukan hal yang

How some of the Covid-19 vaccines compare

Company	Type	Doses	How effective*	Storage
 Oxford Uni-AstraZeneca	Viral vector (genetically modified virus)	 x2	62-90%	 Regular fridge temperature
 Moderna	RNA (part of virus genetic code)	 x2	95%	 -20C up to 6 months
 Pfizer-BioNTech	RNA	 x2	95%	 -70C
 Gamaleya (Sputnik V)	Viral vector	 x2	92%	 Regular fridge temperature

*preliminary phase three results, not yet peer-reviewed

Source: Respective companies, WHO



buruk ataupun malapetaka melainkan suatu hal pembelajaran yang membuat kita tergerak berubah,berpikir untuk melakukan kebaikan.



Winola Hasianna Simanjuntak
NPM: 21000055

Dua tahun yang lalu dengan awalan pengumuman libur sekolah selama 2 minggu. Pada saat itu semua siswa sangat senang dengan pengumuman tersebut. Mungkin awalnya senang melakukan pembelajaran dan ujian lewat daring, Namun semua memburuk kami para siswa tidak ada yg menyangka libur sekolah terus bertambah dan bahkan mencapai 2 tahun. Keadaan yg harus memaksa untuk mengurung diri dirumah tidak ada aktivitas yg leluasa untuk dilakukan diluar rumah para pekerja di PHK, Banyak orang kelaparan, Tempat-tempat pembelanjaan ditutup, Tempat ibadah ditutup, Jalan kota bahkan terlihat sepi seperti kota tak berpenghuni, dan banyak orang berjatuh terkena virus COVID-19.

Mulai ada hal wajib yg masih belum fasih untuk kami lakukan seperti 3M (Memakai masker, Mencuci tangan, dan Menjaga jarak). Kami tidak pernah menyangka bahwa COVID-19 ini dapat merenggut nyawa, Kami mengira bahwa semua pasien dapat sembuh. Namun waktu sudah menjawab, Televisi terus berkoar tentang pertambahan drastis manusia yg meninggal dunia disebabkan terinfeksi covid. Namun ada hal lucu di pikiran kami, kami para siswa mengira bahwa siapa yg terkena virus COVID-19 akan mati dan dikubur namun suatu saat mereka akan bangkit dan akan menjadi zombi hahahahaha. Sebenarnya menceritakan kembali masa itu membuat air mata berlinang. Banyak hal yg hilang, waktu, keseharian, bahkan jati diri dan hampir saja kehilangan niat hidup sangat sulit menjalaninya.

Pada saat itu hal yg dinantikan oleh ku atau bahkan orang lain adalah keadaan yg kembali normal. Bahkan jika aku bisa meminta tolong kembalikan kami ke tahun 2019 namun dengan keadaan yg berbeda yaitu keadaan yg baik-baik saja. Sudahlah pengalaman

tetap pengalaman mungkin enak untuk di kenang namun tidak untuk di ulang. Aku tidak bisa Bercerita banyak tentang pengalamanku, terlalu banyak kawan hahahahaha. Pengalaman kita juga mungkin berbeda brodi. Namun Pesan saya kepada pembaca ini bahwa apapun keadaan yg ada di depan mu, jangan pernah lari dari keadaan karna keadaan yg akan membawamu sampai ke titik ini dengan diri yg sudah lebih kuat.

Ranny Patrecia Simanjuntak

NPM: 21000050

Pada masa pandemi COVID-19 kami sekeluarga terpapar COVID-19 berawal abang saya yang pada saat itu melakukan KKN, Seminggu kemudian saya yang terpapar seminggu kemudian adik saya lalu minggu berikutnya mamak dan bapak saya terpapar sekaligus disaat kondisi saya baru pulih. Kami sekeluarga dari awal sudah memutuskan untuk isoman karena untuk pemberian makan, minum, dan obat itu lebih teratur. Ada pengalaman yang dibilang tidak berkesan sih sebenarnya karena pada saat terpapar itu abang dan saya itu ibaratkan tobat mendadak karena sakit yang dialami itu tidak seperti biasanya. Dimana Indra perasa dan pembau tidak berfungsi, menggigil sampai-sampai 1 selimut tebal tidak cukup dikenakan, ya seperti gejala pada umumnya. Tapi yang saya tidak suka ketika terpapar COVID-19 tersebut adalah obatnya yang sangat banyak dan juga ada yang ukurannya besar jadi saat meminumnya, Obat-obat itu nyangkut di tenggorokan saya dan menyebabkan muntah sampai saya kena marah hanya karena obat tersebut. Pada saat terpapar itu kami meminum juss makan sayur-sayuran yang dimana inilah yang membantu proses penyembuhan kami dengan cepat. Sampai pada akhirnya kami sudah kembali sehat dan melakukan aktifitas seperti biasanya dan tetap mematuhi protokol kesehatan.

PENENDATANGANAN MOA ANTARA FKUHKBPN DENGAN KANTOR KESEHATAN PELABUHAN BELAWAN MELAKSANAKAN VAKSINASI COVID-19 MASSAL KEPADA MASYARAKAT



Ade Dirta Ransmi Dakhi

NPM: 19000004

Tahun 2020 adalah awal COVID-19 masuk ke daerah Medan. Saat itu saya masih berada di Medan, Sekolah dan perguruan tinggi diliburkan, Kantor dan pekerjaan lain di pulangkan, Hingga banyak penyebutan baru sejak COVID-19 menyerang, Work From Home (WFH), PPKM, dan lain sebagainya. Maret 2020, Begitu terasa hiruk pikuk viralnya COVID-19 semua orang menimbun berbagai macam benda antara lain seperti Tisu, Hand sanitizer, Masker, Sarung tangan dan lain sebagainya. Dan pada saat itu saya cukup dalam kondisi bingung sendirian khawatir dan was-was untuk pergi kemana saja. Saya harus Memakai masker berlapis-lapis, Sarung tangan, Baju menutupi seluruh badan bahkan satu helai rambut pun jangan sampai keluar dan terpapar dari udara. Sempat ragu untuk pulang atau tidak pulang ke kampung halaman. Namun seiring berjalannya waktu, Menerapkan prokes dan lain sebagainya, Kehidupan berjalan secara *new normal*, dan semua orang pun sudah terbiasa dengan kehidupan bersama COVID-19.

Joewella

NPM: 21000048

Tahun 2020 dimana kejadian yang akan masuk dalam sejarah. Pandemi COVID-19 memang berimbas pada setiap orang bahkan ayah, ibu, kakak, kakek, nenek semua orang tersayang kita. Pengalaman pribadi saya ketika tahu bahwa ada ancaman diluar, Harus lebih berhati-hati, Jaga jarak, Memakai masker, Mencuci tangan segala hal dilakukan agar tidak terkena virus ini. Kesedihan hati ketika melihat ayah tidak bisa bekerja karena virus begitu juga dengan ibu yang selalu mewanti-wanti anaknya agar tidak keuar rumah. Sanak saudara yang ikut memberikan seputar informasi terbaru mengenai virus ini. Sekolah terganggu, Persiapan ujian yang dipersiapkan semaksimal mungkin, Tetapi tidak terlaksana dengan baik. Namun itu tidak ada apa-apanya, Disaat sebuah kertas hasil tes virus ini menunjukkan hasil positif. Rasanya bercampur aduk mulai dari Sedih, Gelisah, dan Takut semuanya bersatu.

Orang terdekat pertamaku yang terkena adalah papa. Memang sudah muncul gejala dari jauh hari gejalanya hanya sebatas Batuk, Pilek pemerintah. Yasudah aku antar beliau untuk tes dan ya hasilnya positif saat mendengar hasil tersebut membuat ketakutan yang sangat amat kurasakan. Saat itu juga semua keluarga yang berkontak erat dengan papa aku kabari, Agar dapat memeriksakan diri. Kamipun begitu, Satu keluargaku pergi untuk periksa antigen dan untungnya hanya papa yang positif. Rasa takut terus menghampiri terlebih papaku juga memiliki riwayat sakit jantung belum lagi memikirkan akan isolasi dan Nyeri sendi. Sudah berobat namun tidak kunjung membaik. Akhirnya kami memutuskan untuk tes antigen virus. Kala itu, Harga tes sangat mahal dan belum ada pengurangan dari dimana hingga obat apa yang akan diberi sampai Vitamin apa yang harus dikonsumsi.

Hari demi hari berlalu akhirnya kami memutuskan agar papa diisolasi mandiri saja, Diberi obat, Berjemur dibawah matahari, Minum vitamin dan Makan yang teratur. Kala itu sempat juga indra penciuman beliau menghilang, Tetapi saya menenangkannya dan semuanya berlalu dengan baik-baik saja. Syukur tidak terjadi hal yang saya takutkan. Setelah isolasi 10 hari kami kembali melakukan antigen dan hasilnya negatif. Lega rasanya, Kamipun lebih menjaga diri lagi terhadap virus ini. Pandemi membawa banyak cerita memang entah harus bangga atau menyesal menjadi bagian dari pandemi COVID-19 ini.

Chyntia Fellina Aghata Depari
NPM: 21000049



COVID-19 sudah terlewati. Pada kala itu, Waktu terasa sangat berjalan lambat ketika COVID-19 menyerang seseorang yang disayangi yaitu orang tua. Dimana ketika dikabarkan mereka mulai tertapar dan menimbulkan khawatir dan ketakutan . Saat itu ayah saya bekerja di klinik sebagai dokter dan menangani pasien COVID-19 lalu terpapar dan menularlah ke ibu . Kemudian, Anak – anak tinggal terpisah dari orangtua dan hanya bisa memantau dan bertukar kabar melalui telfon genggam, Bahkan akibat dari isolasi mandiri kita terhambat akan sosialisasi dan keterbatasan pergerakan serta anak yang harus mandiri tanpa dampingan orangtua. Seiring berjalannya waktu, Akhirnya satu persatu mulai terpapar. Saya terpapar COVID-19 akibat berinteraksi diluar seperti pergi ke kampus. Kemudian merawat diri sendiri dan menjalani isolasi mandiri. Yang diperlukan saat itu adalah hanya dukungan semangat dan doa. Kemudian untuk mempercepat pengobatan dianjurkan mengkonsumsi obat yang sudah diberikan dokter dan mengkonsumsi makanan yang bergizi.

Tak hanya mental dan fisik saja yang berdampak, Banyak hal yang berdampak akibat dari COVID-19. Terutama untuk kalangan pelajar adalah ilmu yang diberikan menjadi terbatas akibat terhambatnya interaksi sesama menjadi minimnya ilmu yang didapat untuk berpikir dan disayangkan untuk keadaan ekonomi yang kurang memadai menjadi terhalangnya teknologi untuk tempat mengakses ilmu selama pandemi. Kemudian untuk segi pandangan ekonomi juga banyak yang dari setiap keluarga bahkan perusahaan mengalami penurunan omset bahkan sampai ada yang bangkrut. Kesan menurut saya adalah Peristiwa pandemi ini sangat memberikan pengalaman dan kenangan yang mendalam, Karena disetiap orang memiliki ketakutannya masing – masing terutama ketakutan kehilangan orang yang disayangi. Dari segi pesan yang ingin saya sampaikan yaitu meskipun sudah dikabarkan akan menjadi endemi, tetaplah hidup tertib seperti selalu mengutamakan kebersihan diri dan lingkungan serta menjaga kesehatan dan untuk yang sudah terjadi biarlah menjadi pengalaman manis yang tersimpan.

Robert Josafat

NPM: -

Nama saya Robert Josafat mahasiswa Universitas HKBP Nomensen fakultas kedokteran saya ingin sedikit bercerita tentang pengalaman saya selama pandemi COVID-19 terjadi. Jadi selama pandemi saya pernah terpapar COVID-19 dan di isolasi selama kurang lebih dua minggu. Selain pola hidup yang berubah saya juga merasakan adanya perubahan ekonomi di mana banyak sektor berdampak terutama dari segi sektor yang digeluti oleh orang tua saya mengalami penurunan pendapatan dan menyebabkan adanya perubahan ekonomi dilingkungan keluarga kami maupun orang lain seperti ada orang terpaksa beralih profesi.

Perubahan yang terjadi bukan cuman berpengaruh di sektor ekonomi saja tapi juga segi pola hidup juga yang berubah di mana kita sehari-hari harus menggunakan masker dan alat pelindung lainnya untuk menjaga diri kita dari paparan virus tersebut. Perubahan yang lain juga terlihat di mana kita harus melakukan pembelajaran daring atau online. Kontak fisik yang semakin diminimalisir juga merupakan upaya yang kita lakukan untuk mencegah penyebaran virus ini. Sekian itu saja, Terima kasih



Indra Anugrah Zebua

NPM: 19000001

Puji Tuhan selama pandemi COVID-19 ini berlangsung saya tidak pernah terdiagnosa positif COVID-19. Tetapi 2 dari teman sekontrakan telah terkena covid. Selama mereka terkena covid gejala yang timbul tidak terlalu signifikan tidak adanya tanda-tanda lemas dan gejala berbahaya lainnya. Indra pengecap mereka juga tidak sepenuhnya mati rasa. Selama positif covid mereka selalu membatasi kegiatan mereka dengan dunia luar, dan sebisa mungkin tidak keluar dari kamar dan tetap mengusahakan untuk tetap menggunakan masker agar mencegah penularan dengan teman yang lainnya. Selama dirumah, Mereka selalu mengkonsumsi vitamin untuk cepat memulihkan kondisi tubuh mereka dan tak sedikit teman-teman yang tidak positif covid menyempatkan diri untuk pergi ke tempat teman-teman yg positif covid dengan tujuan memberikan makanan dan vitamin agar teman yg sudah terinfeksi mengurangi aktifitas mereka dengan lingkungan luar.

Jehezkiel Jowatsen Sipayung

NPM: 19000005

Selama pandemi, Saya telah dua kali terkena COVID-19. Pertama tahun 2021 bulan Juni saya terkena varian virus Delta ketika saya sedang berada di BSD, Tangerang. Hasil swab PCR saya keluar H-7 ketika saya harus kembali ke Medan untuk ujian osce. Pada waktu itu saya pasrah dan fokus pada penyembuhan, puji Tuhan saya hanya mengalami gejala ringan dan hasil PCR saya negatif H-1 jadwal keberangkatan saya pulang ke Medan. Akhirnya saya bisa kembali mengikuti osce untuk bulan 6 dengan keadaan yang belum terlalu pulih.

Setahun berikutnya, pada Februari 2022 saya kembali positif covid dan harus isolasi di belakang rumah. Untungnya saya positif covid setelah kegiatan osce telah usai dan bisa fokus pada penyembuhan. Dari kedua riwayat covid yang saya alami, Keduanya saya alami dengan gejala ringan berkat bantuan dari keluarga dan teman-teman yang selalu mensupport saya. Hikmahnya saya bisa kembali lebih *aware* terhadap kesehatan dan lebih produktif berolahraga untuk meningkatkan daya tahan tubuh sampai saat ini.



Salomo Hutagalung

NPM: 19000007

Cerita pengalaman saya di masa pandemi COVID-19 tidak panjang, Mungkin pengalaman pribadi perihal terpapar covid puji Tuhan belum pernah positif, dan di pihak keluarga juga belum pernah ada terindikasi positif covid mungkin karena jarang keluar atau imun tubuh saya termasuk yang kuat saya tidak tahu yang pasti saya masih bersyukur atas hal itu. Beberapa kejadian sering terdengar di telinga saya tentang teman ataupun



orangtua dari teman saya yang terpapar covid dan ada juga yang sampai meninggal, Yah untuk itu saya turut prihatin dan membuat semakin berjaga jaga

Namun yang sangat berdampak buat saya adalah saya jadi tidak bisa berinteraksi sering dengan orang sekitar, Acara terganggu, Kegiatan kampus yang terhenti sejenak sehingga membuat keseharian saya sangat membosankan dikarenakan apa-apa harus melalui daring, untuk pekerjaan orangtua mungkin sedikit terganggu karena harus menyesuaikan dengan protokol kesehatan. Namun seiring berjalannya waktu semua itu lambat laun bisa menyesuaikan yah namun harus dengan protokol yang berlangsung, jadinya mau melakukan apapun harus ada persyaratan, mungkin agak ribet, Tapi mungkin hanya itu pengalaman yang bisa saya ceritakan tentang masa pandemi COVID-19. Buat saya semua itu ada hikmahnya karena pasti ada hal yang kita petik atas apapun yang terjadi. Tetap semangat, Terimakasih dan Semoga dunia semakin membaik.

Anil

NPM: 19000013

Pada saat menjalani pandemi COVID-19 saya kebanyakan melakukan aktivitas dirumah dan tidak banyak melakukan aktivitas di luar rumah, Begitu juga dengan kegiatan perkuliahan saya di Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan. Saya melakukan kegiatan perkuliahan dirumah menggunakan aplikasi zoom dan juga google classroom.



Kebanyakan juga pada saat pandemi COVID-19 saya membaca berita tentang tingkat penularan COVID-19 diberbagai daerah seperti Kota Medan dan kota-kota lain di Indonesia begitu juga dengan diluar negeri. Pada saat pandemi saya menjalankan protokol kesehatan dengan baik sehingga dengan berkat Tuhan Yang Maha Esa saya

dan keluarga tidak terpapar COVID-19 dan juga saya beserta keluarga secara bersamaan melakukan vaksinasi ditempat vaksin terdekat. Saya melakukan vaksinasi di FK UHN. Banyak hal yang tertunda karena pandemi COVID-19 dalam jadwal saya seperti pergi liburan menjadi terhambat karena tidak dapat keluar rumah.

Meta Pakpahan

NPM: 19000023

Hal paling mengesankan yang saya alami selama pandemi COVID-19 yaitu saat orang tua saya dinyatakan positif COVID-19. Saat itu saya benar-benar sedih bahkan marah dengan COVID-19 karena orangtua saya diisolasi di RS dan kami hanya dapat bertatap muka dari parkir motor RS lewat jendela kamar mereka yang letaknya dilantai 4. Karena hal itu juga orangtua saya tidak lagi fokus memikirkan usahanya dan alhasil perekonomian pun menurun. Teman saya juga pernah terkena COVID-19 dan berhasil sembuh sendiri isolasi mandiri. Teman saya banyak menceritakan pengalamannya saat isolasi. Dia melewati masa isolasi mandirinya dengan tenang dan kondusif. Namun, puji Tuhan saya sendiri sampai sekarang belum pernah terkena COVID-19.

Alek Febrian Maruli Teguh Manik

NPM: 19000021

Perkenalkan nama saya Alex Febrian Manik dengan NPM 19000021 sebagai mahasiswa FK UHN. Jadi disini saya akan berbagi pengalaman saya mengenai COVID-19. Dulu waktu angka COVID-19 sedang tinggi saya pernah terdampak dan waktu itu saya mengalami beberapa gejala seperti Demam, Sakit Kepala, batuk hingga hilangnya penciuman. Mungkin itu terjadi karna saya awalnya kurang menjaga diri dan sering lalai dalam penggunaan masker. Di masa pandemi COVID-19 ini juga saya mengalami kenaikan berat badan dikarenakan saya lebih banyak menghabiskan waktu di rumah dan jarang untuk berolah-raga.

Di masa pandemi COVID-19 ini juga kami melaksanakan pembelajaran perkuliahan secara online. Hal ini membuat saya dan teman-teman banyak mengalami kesulitan untuk memahami pembelajaran secara online. Selama pandemi COVID kami selalu mengingatkan orang tua kami untuk menjaga kesehatan dan mematuhi protokol kesehatan agar terhindar dari COVID-19. Ini cerita saya , Terimakasih.

Sarah Wanda

NPM: 19000033

Pada 13 Februari 2022, Saya mengalami demam tinggi, Meriang, Pegal di keseluruhan badan ,Dimulai dari batuk parah hingga kehilangan nafsu makan. Kemudian keesokan harinya 14 febuari 2022 saya Swab di salah satu rumah sakit swasta di Kota Medan. Betul saja hasilnya positif COVID-19 saya sedih dan cemas pada saat itu dan dikarenakan saya juga jauh dari orang tua saya. Walaupun saya mempunyai teman dekat yang selalu bersedia membantu saya, Dia membantu saya mengantarkan saya SWAB, Membelikan saya obat hingga membelikan saya makanan. Valentine yang berbeda tahun ini saya harus terbaring lemas di kamar kost tidak bisa kemana-mana. Tetapi Puji Tuhannya beberapa

hari kemudian saya pulih kembali dan akhirnya bisa beraktivitas seperti biasa, Betul-betul pengalaman yang cukup berarti bagi saya dimana saya harus mandiri jauh tanpa orang tua saat saya terkena COVID-19. Dan Akhirnya sekarang kita bisa sedikit lega karena penurunan angka COVID-19 di Indonesia. Semoga pandemi ini segera berakhir dan adanya pemulihan disegala aspek bisa segera terlaksana.

Nana Rosi Degita Tampubolon

NPM: 19000003

Pada bulan Maret kasus covid mulai menyebar di Indonesia dan membuat kampus saya merumahkan siswa/i selama 2 minggu kemudian berlanjut maju ke 1 bulan dan berlanjut



sampai sekarang sehingga membuat metode pembelajaran yang baru yaitu *daring* walaupun tidak pada semua kegiatan. Saya sangat sedih dan trauma melihat keluarga teman saya ada yang pergi untuk selamanya karena terinfeksi Covid-19. COVID-19 mengajarkan banyak hal, terutama pada menjaga kesehatan dan mengetahui bahwa kesehatan sangat mahal. Saya bersyukur selama masa pandemi saya dan keluarga tidak pernah terkena corona

virus. Walaupun sudah memasuki masa endemi, Semoga protokol kesehatan tetap dipatuhi.

Renti Novita Napitupulu

NPM:

Libur 2 minggu yang menjadi libur terpanjangku karena ternyata liburnya bukan 2 minggu tapi 2 tahun. Mulai libur itu di bulan Maret Tahun 2020. Dimulainya pembelajaran *daring* ku sampai saat ini mulai suka duka yang sangat banyak. Kusadari masuk Fakultas



Kedokteran sangat sulit untuk menjalani kesehariannya mulai dari kuliah, Tutorial, *Skillslab* dan juga praktikumnya hingga terkadang kehilangan waktu bersama teman-teman tapi inilah waktunya fokus dengan masa depan saya.

Awalnya saya sangat kecewa dengan keberadaan covid ini dengan dilakukannya pembelajaran *daring* mengingat saya kuliah di universitas

swasta itu sangat tidak sesuai tapi saya ambil hikmahnya dimana pada saat pembelajaran daring saya bisa lakukan dirumah sambil membantu orang tua saya, Mulai dari bangun

pagi memasak, berberes rumah dan sambil berjualan itu bisa mengurangi beban orang tua saya tapi disamping itu selama pembelajaran daring saya menjadi kurang fokus karena pikiran saya terbagi-bagi dan di rumah saya jaringannya tidak terlalu bagus dan juga bukan merupakan alasan yang harus saya benarkan. Sebenarnya saya bisa saja dimedan melakukan pembelajaran *daring* tetapi itu tidak membuat saya produktif , Karena pembelajaran dilakukan hanya secara *daring* lebih baik saya lakukan di kampung sambil bisa membantun kedua orang tua saya. Sekian

Selsa Arlinis

NPM: 19000026

Di era pandemi COVID-19 yang dimulai sejak Tahun 2020 di Indonesia, Banyak perubahan yang mempengaruhi berbagai aspek kehidupan saya baik kehidupan pribadi, Sosial, Hingga pendidikan. Sebagai seorang mahasiswi, Saya merasa aspek yang paling besar perubahannya adalah di bidang pendidikan. Pembelajaran yang sebelumnya secara *luring* menjadi *daring* membawa banyak pengaruh. Saya berhadapan dengan berbagai tantangan, Namun hal ini juga membawa berbagai dampak positif seperti membuat saya dapat menjadi lebih fokus lagi dalam memperhatikan kuliah dan Melakukan manajemen waktu saya juga dilatih menjadi lebih baik. Selain itu, Saya juga belajar bagaimana cara mengatasi kebosanan akibat posisi monoton di depan layar gadget yang terlalu lama

Yessa Yonika Simatupang

NPM: 19000028

The advantage of the COVID-19 pandemic for me, It's been two years longer, pandemi menjadi sejarah baru di Indonesia yang banyak memicu kesedihan dan kegembiraan. Kesedihan timbul bagi keluarga yang kehilangan anggota keluarganya. Kesedihan itu juga dapat menimbulkan efek trauma yang mendalam bagi mereka yang di tinggalkan. Mereka yang di tinggalkan sangat tidak menduka akan kehilangan anggota keluarga yang mereka kasihi. Kehilangan itu menjadi penghalang agar mereka memulai kehidupan yang lebih baik lagi. Yang menjadi kegembiraan bagi kalangan anak rantau adalah dapat berkumpul lebih lama lagi bersama dengan keluarga mereka. Kegembiraan itu dapat menimbulkan kesan yang lebih besar ketika dapat membantu orang tua. Yang menjadi bekal agar kesedihan itu manjadi pemicu bagi mereka yang di tinggal kan.

Yohanna Sophianda Sihombing

NPM: 19000014

Selama terjadinya COVID-19 ini banyak hal yg terjadi baik itu peristiwa duka terjadi dari kehilangan orang-orang sekitar yang disayang dan hal baiknya dari orang-orang hebat yang bertahan berjuang melawan penyakit COVID-19 ini, Dijauhkan dari keluarga teman

dan orang terdekat yang bahkan ada berjuang melawannya sendiri (karantina) tanpa adanya orang sekitar yg membantunya di samping karena banyaknya hal-hal negatif jika mereka melakukan karantina di rumah sakit. Terima kasih buat mereka yang berjuang melawan COVID-19 dan para tenaga medis lainnya dan dokter-dokter hebat yang bahkan tetap bekerja untuk mereka yang membutuhkan uluran tangan bersama berjuang melawan COVID-19 ini hingga akhirnya kita dapat melewatinya hingga sekarang.

Elsa Bea Nibasi Zega

NPM: 19000025

COVID-19 merupakan kata yang tidak asing lagi untuk masyarakat di seluruh dunia. Ada yang menganggap COVID-19 adalah hal yang mematikan, Hal yang mengerikan tapi ada juga yang menganggap itu hal biasa saja. COVID-19 ini memberi banyak pengaruh pada segala aspek kehidupan semua orang. Untuk saya sendiri, COVID-19 memberi banyak pengaruh dalam proses perkuliahan, Terlebih bagi saya yang masih menjadi mahasiswa semester 2 saat COVID-19 masuk ke Indonesia. Pada saat itu saya harus berusaha untuk mengetahui dan mencari tau banyak hal karena keterbatasan tenaga pendidik untuk mengajari mahasiswa secara langsung. Tetapi hal positifnya, Saya lebih banyak tau tentang teknologi dan saya menjadi lebih mandiri untuk mencari tau apapun tentang perkuliahan tanpa harus menunggu dari dosen. Terimakasih COVID-19 untuk banyak hal indah atau sedih selama pandemi ini.

Angel T. S

NPM: 19000039

Kesan saya selama terjadinya pandemi COVID-19 ini adalah saya merasa lebih tertutup, tidak suka keramaian dan cenderung lebih *sensitive*. Tetapi semenjak pandemi saya bisa lebih banyak meluangkan waktu bersama orang tua menemani ketika pergi berobat, Membantu pekerjaan orang tua dan lebih terbuka tentang perkuliahan dan pertemanan. Selama pandemi saya juga jadi tidak boros, Lebih suka menabung untuk hal-hal yang penting dan berguna serta mengerti akan bersyukur dalam segala hal dan lebih mandiri lagi.

Saya juga sempat terkena covid dan dari situ saya lebih mengerti serta sadar akan menjaga kesehatan karena saya merasa waktu saya terkena covid saya benar-benar terasingkan kadang ngeraja dijauhi dan membuat saya tidak nyaman. Tetapi saya bersyukur ada keluarga yang selalu mendukung dan tidak pernah meninggalkan saya.



Indah Maharani Br. Sembiring

NPM: 19000031

Tahun lalu tepatnya Oktober 2021, Saya dan keluarga terkena COVID-19 kecuali ayah dan ibu saya. Saya, Kakak serta Abang ipar saya dan juga keponakan saya yg masih berumur 2 tahun 8 bulan kebetulan kami isolasi mandiri di rumah kakak saya, Sedih rasanya ketika melihat orang tua kami yang sedih melihat kami semua positif awalnya terasa sangat berat bahkan saya menangis setiap hari selama seminggu pertama. Pertama kali saya takut mati hari itu namun setelah seminggu berlalu akhirnya kami bangkit kembali kami mulai melakukan rutinitas seperti Olahraga, Membersihkan rumah setiap hari dan Mulai melakukan hal-hal positif. Alhamdulillah, setelah sebulan kami semua negatif.



Elsa Liasti Harefa

NPM: 19000035

COVID-19 banyak merugikan masyarakat. Terutama dari segi usaha juga berdampak kerugiannya karna sekolah atau beberapa perkantoran di perkerjakan secara *daring*, jadi membuat usaha tersebut tidak berjalan dengan baik. Disisi lain banyak masyarakat yang tidak mengikuti prokes sehingga tertular COVID-19 yang membuat mereka menjadi sakit dan terlentang di rumah sakit membuat banyak masyarakat yang meninggal karna ada cairan

pada paru-parunya sehingga menyebabkan sesak nafas.

Pada saat pasien meninggal karna COVID-19, Keluarga dari pasien tidak dapat melihat atau melayat dan mendatangi pemakaman tersebut, Karna takut tertular pada warga yang sehat sehingga pemakaman dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun aparat keamanan daerah setempat.

Indah Riskita Tarigan

NPM: 19000010

COVID-19 telah menjadi masalah global dan tidak asing lagi untuk di dengar. WHO menyatakan COVID-19 menjadi pandemi sejak 2019. Sejak saat itu banyak terjadi perubahan mulai dari segi ekonomi, pendidikan, dan life style. Dari segi ekonomi sangat banyak yang mengalami kesulitan karna terbatas nya interaksi, terutama pemerintah membatasi tempat waktu untuk berkumpul agar tidak terjadinya interaksi yang begitu lama sehingga menyebabkan resiko penularan COVID-19 semakin tinggi. Saya sendiri merasakan nya karna usaha orang tua yang sempat terkendala akibat covid -19. Begitu

juga dengan harga² yang semakin tinggi. Dari segi pendidikan saya juga merasakan perubahan karna pemerintah juga membuat sistem belajar menjadi *daring*. Semua kegiatan kuliah di lakukan melalui *zoom meeting*. Kendalanya adalah masalah biaya pembelian paket kuota internet dan jaringan yang buruk. Dari segi *life style* tentu sangat merubah banyak, Setiap orang harus memakai masker dan menjaga jarak.

Ona Tri Ulina Simbolon

NPM:

Pada masa Pandemi Covid – 19 ini pembelajaran di Indonesia atau bahkan hampir diseluruh dunia pasti mengalami gangguan. Mulai dari gangguan dalam pendidikan, Pekerjaan, Aktivitas terhambat dan sumber rezeki juga terhalang. Nah, Gangguan-gangguan ini tentu saja menimbulkan permasalahan baru dalam kehidupan. Tak terkecuali dengan dunia pembelajaran di sekolah, Semua kalangan kabut sehingga terkesan tak siap menerima perubahan mendadak ini. Virus corona datang tiba-tiba sehingga menyeruak menjangkiti manusia. Termasuk menjangkiti dunia pendidikan di Indonesia.

Selama wabah COVID-19 menjangkit hampir di seluruh dunia pembelajaran secara dalam jaringan (*daring*) dianggap menjadi solusi kegiatan belajar mengajar. Meski berbagai instansi pendidikan telah menyepakati, Cara ini menuai banyak kontroversi di masyarakat. Bagi tenaga pengajar juga seperti sistem pembelajaran daring hanya efektif untuk penugasan. Mereka menganggap untuk membuat siswa memahami materi, cara *daring* dinilai sulit. Selain itu, Kemampuan teknologi dan ekonomi setiap siswa berbeda-beda. Tidak semua siswa memiliki fasilitas yang menunjang kegiatan belajar jarak jauh ini. Koneksi lemah serta alat penunjang yang tidak mumpuni, dan kuota internet yang mahal menjadi hambatan nyata bagi setiap para pelajar.



Pada kenyataannya internet sering lemah dan smartphone para pelajar yang kadang tidak mumpu. Hal ini tentu membutuhkan kuota internet yang lumayan banyak sementara tidak semua orang tua siswa adalah orang yang mampu. Seperti yang kita tahu bahwa kuota internet begitu mahal apalagi melihat faktor ekonomi di tengah pandemi ini sungguh dapat membuat krisis tiap rumah tangga bahkan perusahaan besar. Nah berdasarkan beberapa pengalaman mengajar secara *daring* selama ini, Sistem pembelajaran memang efektif tapi menurut pendapat saya hanya efektif untuk memberi penugasan aja dan memang beberapa materi harus dijelaskan secara langsung dan jelas. Contohnya pada saat praktikum, Skill lab dan ada beberapa kuliah yang harus di offlinekan. Dan secara *online* mengurangi berinteraksi kepada teman,

Keluarga, dan tempat wisata yang di tutup sehingga membuat rasa stress karena mengurung diri di rumah.

Febby Tamada Simangunsong

NPM: 19000046

Medan, Sebuah kota kecil yang menjadi bagian dari wilayah yang biasa disebut sebuah daerah pinggiran ibukota yang masih menyimpan nuansa hijau pepohonan dengan lingkungan alami yang masih bertahan. Entah sampai kapan nuansa itu terhindar dari gangguan gejala pembangunan dan pola hidup khas metropolitan demi mengejar sesuatu yang disebut dengan perkembangan.

Namun siapa sangka, Kota yang masih memiliki pola lingkungan campuran antara lingkungan alami yang kental akan tradisi dengan kehidupan metropolitan yang modern ini justru menjadi pintu masuk serangan makhluk kecil yang bahkan tak dapat dilihat dengan mata justru menjadi hal yang paling dibenci masyarakat dunia untuk masuk ke Indonesia. Saat perbatasan tanah air dan negara tetangga sedang diantisipasi untuk segera *Lockdown*. Makhluk kecil itu dengan santainya diam-diam melewati penjagaan ketat dan mulai membuat kemah liburan yang merugikan sekaligus membuat peradaban baru yang merusak tatanan peradaban yang sudah ada.

Kegiatan hari ku hanya mengikuti alur yang sama yang biasa kulakukan. Tak ada yang berubah. Mulai dari adegan saat kubangun lalu buka laptop , Kuliah online, Skill lab online , Tutorial online hingga menutup pintu. Hanya itu-itu saja, Terkadang hal ini membuatku bosan Sungguh tak ada cara lain agar aku terhindar dari aktivitas-aktivitas tersebut, Kecuali menambah jam tidurku untuk melaksanakan ritual liburan yang jarang-jarang bisa kudapatkan selain pada situasi yang sedang genting seperti saat ini. Dan itu membuat benar-benar tidak sehat bagi tubuh.



Angel Kristin Gabriela Sirait

NPM: 19000040

Saya terpapar 2 kali, Karantina dalam waktu lama membuat saya kesulitan melanjutkan aktivitas dengan pernahnya pengalaman terpapar COVID-19 membuatku kesulitan belajar. Gejala, Pengobatan bahkan untuk pencegahannya. Yang pertama kalinya kena covid sewaktu ujian Blok membuat IPK saya jatuh. Terpapar covid memberi dampak lain bagi saya seperti berat badan yang bertambah, Sejak terpapar saya lebih rajin minum Vitamin, Susu dan Makanan. Kurangnya aktivitas karena harus karantina membuat berat badan saya naik 6 kg. Yang kedua sewaktu kena COVID-19 pas ketika saya sedang

melaksanakan Osce membuat nilai saya menjadi jatuh juga. Pandemi membuat saya malas belajar online dan membuat saya duduk seharian depan laptop, Melelahkan mata bahkan sakit pinggang. COVID-19 menghabiskan uang dan perlu tenaga ekstra untuk menciptakan suasana belajar yang nyaman dan membangkitkan semangat. Dari pandemi ini banyak hal baru yg harus diadaptasikan.

Gerald Osson

NPM: -

Covid- 19 adalah penyakit yang disebabkan oleh SARS-Cov2. Di indonesia kasus COVID-19 meningkat sangat pesat, Hal ini dikarnakan masyarakat masih belum mengetahui COVID-19 dan banyaknya cerita hoax terkait covid yang beredar di jarring sosial. Pemerintah pun harus terus mengingatkan masyarakat untuk tetap pakai Masker, Jaga jarak, dan Cuci tangan serta tidak keluar rumah. Pemerintah melakukan *lockdown* hingga membuat peraturan PPKM tingkat 4 yang tetap memaksa untuk tetap terus didalam rumah serta melakukan peribadahan pun dilakukan lewat rumah saja bahkan hari besar seperti ramadhan, paska dan natal tidak bisa dirasakan selama 2 Tahun lamanya. Rindu bertemu sanak keluarga pun harus tertahankan, Kadang ada keluarga beracara seperti Pernikahan, Acara lahiran, dll pun tidak bisa di hadiri.



bisa beraktivitas dengan baik. Gejalanya pun mengganggu aktivitas perkuliahan saya, harus diam di rumah selama 2 minggu. Pengeluaran pun banyak, Harus makan vitamin dan beli buah dan tes PCR. Semoga Covid-19 mereda dan mereka yang kehilangan di tabahkan. Aminn

John Salomo Nababan

NPM: 19000051

Selamat sore Dokter, Ibu, dan Bapak. Saya John Salomo Nababan dengan NPM 19000051 ingin menceritakan pengalaman saya tentang COVID-19, Jadi selama pandemi COVID-19 banyak sekali larangan yang harus di patuhi seperti selalu memakai Masker,

Menjaga jarak, dan lainnya. Pada keadaan seperti itu kita pasti merasa tidak nyaman dan terganggu bahkan saya juga selama COVID-19 susah berinteraksi dengan orang lain karena harus menjaga jarak. Terlebih saya juga pernah terkena COVID-19 untuk pertama kali yang membuat tidak nyaman. Saya mengalami gejala seperti penciuman saya hilang, Badan lemas kemudian setelah saya terkena covid. Saya ingin sekali divaksin untuk mencegah supaya tidak terkena COVID-19 lagi. Sekian dan Terimakasih Dokter, Bapak, dan Ibu

Debora Margareth Patricia Napitupulu

NPM: 19000053



Saya terkena covid di sekitar bulan Februari, Terkena dari teman saat ke kampus untuk ujian Osce *offline*. Saat tau saya berkontak dengan teman yg positif, Saya langsung memutuskan untuk isolasi mandiri dikamar. Saya melakukan pengecekan Swab pada Tgl 18 dan dinyatakan positif. Untung saja keluarga saya tetap sehat, Saya sangat sedih karena saat itu sudah dekat diadakannya ujian osce online, saya melaporkan ke kampus bahwa saya positif covid, yang saya rasakan selama mengidap Covid seperti Demam tinggi, Batuk flu, Kepala terasa nyeri dan Badan saya sakit, juga Mual muntah. Orangtua saya mengatakan saya untuk ke rumah sakit setelah mengetahui kondisi saya, Karena tidak ada yg bisa menjaga saya. Namun saya menolaknya karena saya mau ujian Osce *online*. Namun kondisi saya tidak memungkinkan untuk belajar dengan kondisi seperti itupun saya berusaha untuk mengikuti ujian, Walaupun hasilnya tidak sesuai yg saya harapkan. Begitulah pengalaman saya terkena covid.

Rachel Sriayu Aritonang

NPM: 19000032

Kehadiran Covid -19 selama 2 Tahun ini membuat saya banyak belajar tentang namanya menghargai waktu, Lebih perhatian ke kesehatan diri. Namun ada juga di titik jenuh yang membuat kita tidak bisa menyapa orang kadang takut bertemu orang juga. Tapi saya juga kehilangan orang tersayang saya akibat covid ini yaitu opung saya sendiri. Maka dari situ saya lebih memilih untuk menjaga dan menyayangi orang- orang yang saya sayangi dan lebih menghargai orang disekitar saya. Tapi dampak negatifnya membuat tidak ke kampus dan tidak puas untuk belajar, Dimana di Fakultas Kedokteran yang banyak kegiatan *offline* yang harus di lakukan. Mungkin demikian kesan dan pesan saya terhadap covid semoga kira nya tidak ada wabah-wabah yang lain . Semoga Indonesia bisa seperti dulu lagi Terimakasih Covid.

Banua Robertonius Lumban Siantar

NPM: 19000015

Pertama kali dengar berita tentang Covid, Aku biasa saja karena pada saat itu belum masuk ke Indonesia. Ternyata dampak dari covid ini libur sudah lebih dari 2 tahun. Awal libur saya merasa enak-enak saja, Karena memiliki waktu luang yang sangat banyak. Awal-awal kuliah *daring* memang agak sulit karena belum terbiasa namun lama kelamaan sudah mulai terbiasa dan nyaman. Tapi karena sudah sangat lama melakukan *daring* karena covid ini, Saya merasa sangat bosan tapi perlahan keadaan sudah mulai membaik, dan ujian pun sudah bisa dilakukan secara *offline*. Nah pada saat akan di lakukan *offline*, saya ke medan lebih awal selama saya di medan singkat cerita saya terkena covid. Yahh memang selama ini saya juga tidak terlalu takut dengan covid bukan berarti saya sepele. Saya tau saya positif covid karena saya melakukan Swab. Selama saya terkena covid memang sangat tidak nyaman karena batuk saya yang sangat mengganggu aktivitas menguras tenaga, Pilek, Lemas, dan Gejala lainnya. Tapi menurut saya tidak terlalu separah yang lain karena selama positif pun saya punya teman yang memperhatikan saya di rumah kontrakan, Jadi saya tidak terlalu memikirkan soal belanja keluar. Secara gambaran besar muali cara bergaul serta kehidupan berlangsung sangat berbeda dari sebelum covid, Tapi manusia juga tak bisa beradaptasi. Sekian

NPM: 19000043

Pandemi COVID-19 membawa banyak perubahan. Perubahan yang baik maupun buruk, ya salah satunya cara kuliah yang *offline* menjadi *online*. Sampai sekarang pun saya masih bingung saat kuliah online hal ini kadang memberi perubahan baik atau buruk buat saya. Disatu sisi saya anggap itu menjadi perubahan baik, Dimana sambilan kuliah saya bisa dikampung membantu orang tua saya, Namun satu sisi lagi saya anggap menjadi perubahan buruk, Dimana saya harus kuliah berjam-jam di depan layar komputer/hp/laptop, *skill lab* dan praktikum yang harusnya saya coba praktekan namun terkadang hanya sebatas nonton video yang membuat saya kurang puas. Yaa semoga dengan berlangsung pandemi ini, Kita semua semakin giat dan kreatif dalam membawa ide perubahan agar bisa menikmati hidup.

Immanuel Saragih

NPM: 19000037

Pertama libur covid waktu libur 2 minggu saya merasa senang karena selama kuliah saya merasa kurang tidur dan kurang merasakan istirahat. Tetapi libur 2 minggu tersebut menjadi langkah awal kami melaksanakan kuliah online. Adapun suka duka selama kuliah online yaitu menurunnya minat mahasiswa dalam belajar dan plusnya kuliah bisa dimana saja dan dapat direkam sehingga mahasiswa dapat mengulang rekaman perkuliahan dan

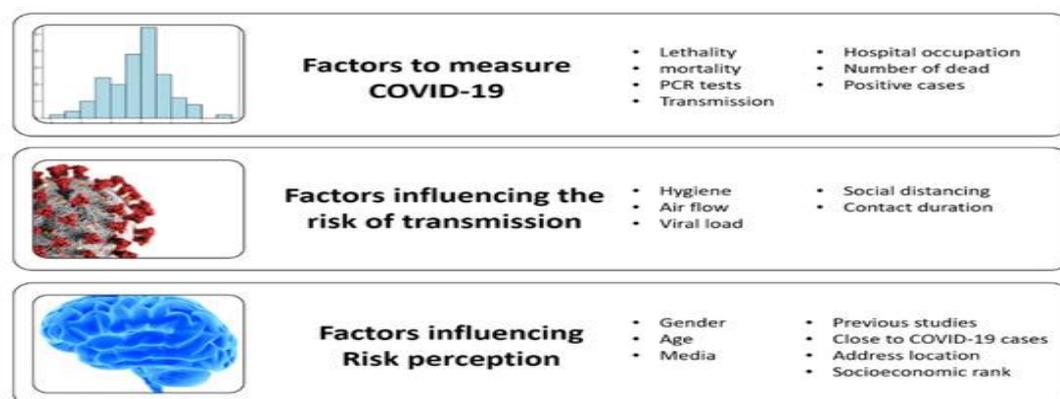
dapat memahami materi tanpa batas waktu. Saya juga merasa sedih melihat perekonomian saat covid, Banyak ekonomi terhambat sedangkan kebutuhan hidup dan biaya pendidikan tetap dibayar penuh padahal fasilitas banyak yang tidak digunakan. Tahun lalu saya dan orangtua saya sempat terkena covid dan merasakan hal yang sangat tidak enak, harus isolasi dan membatasi interaksi dengan sekitar. Berikut pengalaman saya selama covid

Daniel Simare mare

NPM: 19000030

Pengalaman selama masa pandemi Covid, saya rasakan biasa saja saat awal-awal mendengar berita bahwa COVID-19 belum masuk ke Indonesia. Namun beberapa bulan sesudahnya, Covid sudah masuk ke Indonesia hingga perkuliahan diliburkan. Awal diliburkan saya merasa biasa saja dan merasa keadaan akan biasa saja. Namun diluar dugaan, Libur covid terus diperpanjang karena kondisi pandemi yang tidak dapat diprediksi. Kami terpaksa diliburkan atau harus menjalani perkuliahan daring selama kurang lebih 2 tahun lamanya.

Selama perkuliahan *daring* menimbulkan tantangan baru bagi saya. Meskipun di satu sisi saya merasa nyaman bisa berkuliah dirumah tapi karena rumah saya di pedalaman desa, Menjadikan saya cukup sulit dalam menjalani perkuliahan. Hal tersebut dikarenakan kendala jaringan, Awalnya saya cukup merasa kesulitan dan menginginkan cepat kembali untuk melakukan perkuliahan *offline*, namun keadaan tidak dapat dipaksakan.



Lambat laun, Saya dapat menemukan solusi untuk perkuliahan *daring*. Walaupun masalah jaringan sudah terselesaikan, namun ada sedikit masalah lain dalam perkuliahan *daring* ini, yaitu kurang interaktifnya perkuliahan yang dilakukan secara daring tersebut. Karena hal tersebut, saya merasa dalam grup-grup diskusi seperti tutorial dan pleno pakar, masing-masing anggota kelompok kurang antusias dalam mengikuti jalannya diskusi. Hal tersebut cukup mempengaruhi saya menjadi kurang semangat dalam menjalani perkuliahan juga. Namun saya cukup senang saat ini karena perkuliahan akan dimulai secara tatap muka lagi walaupun perkuliahan kami menyisakan beberapa blok lagi. Demikian cerita saya

Jody Calvin P Girsang

NPM: 19000020

Menurut saya pada saat pandemi COVID-19 itu sangat menyenangkan namun ada juga rasa sedih juga dikarenakan saat senang itu semua menjadi *online* baik itu pendidikan maupun pekerjaan. Selama pandemi juga penjualan pasti meningkat apalagi jualan dalam bisnis *zoom*, maupun bisnis masker ataupun alat kesehatan lainnya. Untuk rasa sedih pada awal pandemi juga merasakan ketakutan yang sangat mendalam dikarenakan banyak orang yang terinfeksi COVID-19 itu banyak yang meninggal dunia sehingga saya merasakan takut terkena COVID-19, Apalagi saat itu untuk obat maupun peralatan kesehatan sangat minim sekali dan hingga saatnya pada tahun 2022 puji Tuhan sudah terjadi penurunan angka covid ke 0 kasus dan puji Tuhan juga sudah ada di temukan vaksin. Semoga COVID-19 benar benar hilang dari dunia ini.

Rizky Pramata Simamora

NPM: 19000029

Saya pernah terkena COVID-19. Waktu itu saya sedang berada di kos dan waktu itu adalah 2 minggu sebelum Osce. Akhirnya setelah saya melakukan pemeriksaan tes Swab, Saya pun diberitahu kalau saya terinfeksi COVID-19. Saya disarankan untuk melakukan karantina selama 2 minggu. Pada masa saya sedang sakit seluruh pergerakan saya dibatasi. Walaupun saya termasuk pasien tanpa gejala, Resiko untuk menularkan hal ini membuat saya menjadi khawatir untuk keluar rumah. Dikarenakan saya tinggal sendiri, Untuk mengurus keperluan sehari-hari saya harus terpaksa keluar rumah. Tetapi agar dapat mengikuti Osce saya harus berusaha agar segera sembuh. Akhirnya setelah 2 minggu dikarantina hasil pemeriksaan saya pun negatif. Untuk pandemi ini sendiri tidak ada masalah sendiri untuk saya dalam bersosialisasi dikarenakan saya memang tipe orang yang indoor. Jadi, untuk menghindari hal yang sama terjadi saya pun mengutamakan hidup dengan disiplin pada kebersihan.

Trivania Jesika

NPM: 19000045



COVID-19 hal yang mungkin tidak asing lagi didengar. Awal mulai covid semua pada senang karena semua memikirkan bakal banyak waktu untuk dirumah aja dan santai. Yapsss... saya juga merasakan seperti semua orang rasakan juga. Dimana semua senang dan happy dengan situasinya, Namun lambat laut semua terasa membosankan dan merindukan hal-hal dulu yang bisa dilakukan diluar rumah dan tidak menggunakan masker.

Banyak hal yang dapat kita pelajari dari COVID-19 ini, Dimana kita merasakan sedih karena kehilangan dan bersyukur berkumpul dengan keluarga semua. Aku salah satu orang yang sangat bersyukur di masa pandemi ini karena saya tidak merasa sedih karena kehilangan orang yang aku sayangi akibat covid. Selain itu saya juga sangat bersyukur karena aku bisa punya banyak waktu dengan keluargaku terutama bisa membantu mama dan papa. Banyak cerita atau kejadian yang tersembunyi juga dapatku ketahui dan selesaikan bersama dan membuat keluarga kami semakin harmonis.

Perkuliahanku pun bisa berjalan dengan baik walaupun harus *daring* dan yang paling waw nya lagi uang kuliah dapat dicicil sehingga itu sangat meringankan orangtua untuk membayarnya karena kami ada berdua di FK UHN. Sekian cerita singkatku selama pandemi COVID-19, Jangan lupa bersyukur....

Yessica Octavianda Munte

NPM: 19000008

Sudah sejak Maret 2020 Indonesia menghadapi pandemi COVID-19 selama itu pula saya tinggal di rumah. Semua kegiatan pun sebisa mungkin dikerjakan di rumah termasuk kuliah. Rasanya sedikit senang akhirnya bisa tetap di rumah bersama keluarga tetapi pada kenyataannya lebih banyak khawatirnya. Semua aktivitas dilakukan secara *online*, karena adanya larangan keluar rumah guna memutus mata rantai penyebaran virus yang telah menelan banyak korban. Konsep pendidikan juga berubah, Tadinya proses belajar mengajar dilakukan secara tatap muka sekarang menggunakan berbagai aplikasi jejaring sosial.

Akibat menggunakan konsep *daring* ini juga dengan menggunakan aplikasi *zoom* dan duduk berjam-jam di depan laptop mata saya menjadi rabun. Hal ini tak bisa dipungkiri karena saya lebih sedikit waktu di luar ruangan dan lebih banyak waktu menatap layar laptop. Untuk memeriksa mata ke dokter spesialis mata juga membutuhkan pertimbangan, Dikarenakan rumah sakit tempat yang rawan di kunjungi selama pandemic ditambah lagi harus Rapid Test dan memakai masker. Akhirnya, saya tetap memeriksa mata ke rumah sakit dan tetap menjalani prokes serta peraturan yang berlaku guna yg kebaikan bersama.

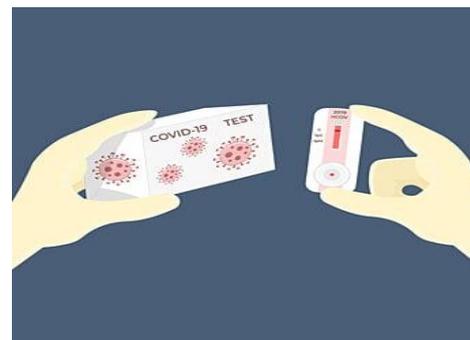
Desi Natalia Situmorang

NPM: 19000027

Pada awal 2020, Dunia dikejutkan dengan mewabahnya *pneumonia* baru yang bermula dari Wuhan, Provinsi Hubei yang kemudian menyebar dengan cepat ke lebih dari 190 negara dan teritori. Wabah ini diberi nama coronavirus *disease* 2019 (COVID-19) yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2). Sudah sejak Maret 2020 Indonesia menghadapi pandemi COVID-19 selama itu pula saya tinggal di rumah. Semua kegiatan pun sebisa mungkin dikerjakan di rumah termasuk

kuliah. Rasanya sedikit senang akhirnya bisa tetap di rumah bersama keluarga tetapi pada kenyataannya lebih banyak khawatirnya.

Pada bulan Mei tahun 2021 tahun lalu, Saya sangat terkejut mendapat telfon pihak rumah sakit yang memberitahukan bahwa hasil dari pada pemeriksaan PCR ibu saya positif. Rasanya saat itu dunia hancur tetapi saya harus tetap tenang dan tidak panik karena mengingat kondisi ibu saya yang sedang sakit, Kemudian dihari yang sama saya dan ayah serta abang saya melakukan pemeriksaan PCR dirumah sakit yang sama dan kemudian hasil keluar. Dinyatakan bahwa saya , abang saya positif



dan hanya ayah saya yang tidak. Disitu hati saya sangat sedih mengingat ayah tidak diperbolehkan kerja karena berkontak erat dengan keluarga yang positif. Selama karantina saya tetap berusaha dan selalu positif untuk merawat mama dan abang karena saya ingin segera sembuh dan beraktivitas kembali. Sekitar 10 hari setelah keadaan membaik dan tidak ada gejala apapun saya dan keluarga melakukan pemeriksaan kembali hasilnya sudah dikonfirmasi negatif. Kejadian itu saya dan keluarga lebih menjaga diri dan selalu mensterilkan ruangan. Setelah itu sebulan setelah nya terdengar kabar bahwa akan dilakukan vaksinasi covid 1 di kota saya. Saya beserta keluarga sangat antusias dan langsung divaksinasi. kemudian jadwal vaksinasi berikutnya saya dan keluarga tetap tepat waktu mengingat bahwa kami tidak ingin hal yang terjadi terulang kembali.

Banyak pelajaran yang saya dapat dari kejadian ini dimana saya dan keluarga menjadi lebih dekat dan saling menjaga. Kami juga lebih menjaga kesehatan dan tidak sembarangan pergi keluar, Kami lebih memilih dirumah dan saling menjaga agar orang dirumah tidak terkena. Selama karantina juga saya selalu diberi semangat oleh sahabat-sahabat saya.

Las Vayer Sinaga

NPM: 19000012

Pengalaman saya dalam pandemi COVID-19, Saya merupakan salah satu pasien penderita COVID-19 pada masa pandemi COVID-19 juga. Saya mengalami sedikit sulit bernafas dan banyak dahak yang dikeluarkan setiap hari selain itu mengalami sulit menelan, Mata kering, Suhu sedikit meningkat. Masa pandemi COVID-19 cukup menghalangi aktivitas seperti mengikuti perkuliahan yang dilakukan secara *daring* membuat kurang efektif. Tidak hanya itu, Saat mengikuti ujian Osce saya juga tidak mengikuti beberapa *stase* dikarenakan memiliki gejala sulit menelan dan batuk. Saya harus isolasi mandiri untuk menjaga ter-infeksinya pada lingkungan sekitar selama 2 minggu lebih serta harus melakukan pcr, pemeriksaan pcr tidak cukup nyaman dilakukan yang cukup sakit rasanya setelah melihat hasilnya ternyata saya dinyatakan negatif. Walaupun sudah negatif tetap untuk melakukan prokes agar tidak terinfeksi lagi.

Thessalonika Ulrike Butar butar

NPM: 19000048

Penyakit COVID-19 menimbulkan kepanikan ketakutan dan kekhawatiran pada masyarakat. Banyak masyarakat kehilangan pekerjaan bahkan kehilangan orang tersayang dan putus sekolah. Putus sekolah dikarenakan pandemi yang mengharuskan belajar *daring* yaitu menggunakan hp ataupun laptop yang membutuhkan biaya yang cukup besar. Orang tua mereka kehilangan pekerjaan dan anaknya menjadi putus sekolah. Banyak masyarakat yang tidak mengikuti protokol kesehatan yang membuat mereka tertular virus corona hingga membuat orang meninggal dunia. Hingga menjadi anak yatim piatu yang membuat mereka harus mencari makan sendiri hingga putus sekolah. Bahkan lansia membuat mereka mudah terkena penyakit sampai membuat mereka meninggalkan anak mereka karena tertular COVID-19. Kuliah online membuat mereka harus membeli laptop dan hp untuk belajar *daring*.

Theresia Christin Agatha

NPM: 19000006

Datangnya COVID-19 adalah permulaan dari ketakutan, Kecemasan serta gangguan psikologi yang hampir dialami semua orang. Virus corona yang datangnya tiba-tiba dan tak diundang menyakiti semua orang sampai mengakibatkan kematian. Banyak keluarga yang kehilangan orang yang mereka sayang akibat virus covid yang menyebar sangat cepat. Covid juga menghalangi segala kegiatan yang biasa dilakukan diluar rumah yaitu sekolah, Bekerja, berinteraksi dengan teman-teman maupun kerabat, Bermain dan bersenang-senang. Setelah covid datang semua harus dikerjakan didalam rumah dan mengurangi kegiatan diluar rumah. Akibatnya dari itu banyak orang yang mengalami gangguan psikologis dan stress.

Triyosi Cornelia

NPM: 19000017

Melangkah dalam ketakutan, Hari itu hari tak kuduga. Sabtu siang tanggal 12 Februari aku menemani temanku melakukan PCR karena dia mengalami gejala COVID-19. Kebetulan dia adalah teman se-kos ku. Karena PCR dilakukan gratis. Aku juga mau ikut tes, Aku percaya diri karena aku tidak ada merasakan gejala apa-apa. Dengan senyum sumringah menaruh KTP kepada petugas dan dilakukan lah tes PCR.

Aku berdoa supaya hasilnya negative karena kalau aku dan temanku positif entah apa yang akan kami lakukan kami hanya sendiri di medan. Keluargaku jauh berada di Bengkulu sedangkan minggu aku masih aman sejahtera. Karena tidak ada kabar apa-apa kata petugasnya kalo tidak dihubungi berarti negatif. Keesokan harinya, hari senin tanggal 14 february hari dimana aku menerima kabar bahwa aku positif COVID-19. Tertegunku

membaca kabar dari petugas COVID-19. Entah bagaimana aku menyikapinya ketakutan serasa menemaniku dan menjadi kawan akrabku. Hari itu, Aku melapor kepada ibu kos ku bahwa aku dan temanku positif covid teriak ibu kos ku terkejut. Entah bagaimana respon ibu kos ku, Dia memang sudah lansia tapi tidak seharusnya dia memarahi kami jika kami terkena COVID-19. Kejadian itu makin membuatku takut kami disuruh keluar dari kos padahal itu sudah jam 5 sore. Kami bingung cari kos dimana namun aku tidak mau berdiam diri syukur ada adik kelas kami yang membantu kami mencari kos hari itu dalam waktu 1 jam lebih kami bergegas keluar dari kos itu. Kami di perlakukan seolah telah membuat kesalahan besar. Aku sebagai mahasiswa kedokteran paham memang berisiko menularkan penyakit ini ke teman dan ibu kos. Tapi kalau cara ibu kos kemarin seperti ini, Aku sangat down bahkan takut dan gelisah.

Namun satu hal yang menguatkan ku. Tuhan yang akan jadi penolong dan pelindungku. Dalam situasi seperti ini aku memang tidak berdaya tapi Tuhan bisa pakai cara apa saja untuk menolong ku. Selalu, Diluar dugaan aku bisa mendapatkan kos baru dalam waktu 1 jam itu luarbiasa dan di luar dugaan, Ku harap mereka yang di perantauan apabila terkena COVID-19 tidak mengalami hal serupa seperti yang ku rasa kan.

Elwan Triani Harefa

NPM: 21000001

Masa pandemi yang mengubah pola hidup manusia, Awalnya pada akhir 2019 ada suatu penyakit yang sempat heboh di kalangan masyarakat dan awalnya penyakit ini tidak di temukan vaksin karena penyakit ini baru muncul yang namanya COVID-19. Well, Awalnya banyak orang yang mengira bahwa penyakit ini sama seperti penyakit pada umumnya dan menganggap enteng penyakit ini. Bulan pun berlalu saya selalu mendengar tentang covid ini yg terus meluas hingga sampai ke Indonesia. Pada saat penyakit ini sudah mulai ada di Indonesia *i think* ini penyakit biasa aja dan pasti akan segera berlalu seperti biasa. Setelah 4 hari berlalu saya juga terus memantau dan saya melihat hanya karena penyakit ini banyak orang yang tiba-tiba meninggalkan mendadak *i fell* kejadian ini mengubah mindset saya tentang penyakit ini, Lama-kelamaan penyakit ini makin memakan banyak korban serta banyak rumah sakit penuh yang di akibatkan oleh penyakit ini. Saya merasa cara orang juga dengan melihat sesamanya mulai berubah, Tingkah orang dengan sesama juga mulai berubah.

Pada saat awal pandemi ini mulai banyak orang dan termasuk saya sendiri mulai merasakan rasa apatis kenapa sesama ini mungkin di karenakan banyaknya faktor, Yang muncul di pikiran saya adalah saya merasa takut jika saya terkena pasti keluarga saya kena dampaknya dengan melihat televisi saya juga melihat ribuan korban yang



meninggal. Kemudian pada saat ini terkadang saya dan keluarga saya harus menutup rumah terus, bahkan untuk membeli persediaan makanan juga dibatasi oleh karena pandemi ini. Situasi pasar juga mulai kacau sebab banyak orang yg kekurangan ekonomi akibat dari PSBB. Dan juga saya terus mengikuti program di tv kan kemudian pada akhir 2020-2021 mulai ditemukan nya adanya vaksin.

Dalam vaksin ini juga banyak yg muncul opini yang baik dan tidak baik ada yang mengatakan setelah menerima vaksin tidak lama kemudian orang tersebut akan meninggal, Ada juga yang mengatakan setelah vaksin itu rasanya lemas dan demam yang berkepanjangan, Ada juga orang yang mengatakan kenapa sesamanya, apa gunanya vaksin itu kalo kita itu tetap terkena virusnya. Banyak opini masyarakat yang keluar sehingga keluar bahwa semua masyarakat itu harus divaksin. Saat itu saya juga ikut divaksin saat itu saya bersama kawan saya saat itu kami divaksin saat baru keluar adanya vaksin untuk umum kami ikut serta. Saat vaksin juga saya melihat banyak segerombolan orang yang ikut di vaksin tetapi orang-orang ini masih tetap berkerumunan meski para petugas tetap mengingatkan masih banyak orang yg tidak mendengarnya.

Hari pun terus berganti dan kemudian mulailah ada isu bahwa sekolah mulai diperbolehkan, Tetapi saat isu itu mulai keluar jumlah pasien yang terkena covid jug semakin meningkat. Terlebih lagi jika adanya hari libur /hari besar pasti tingkat covid semakin besar. Kemudian saat itu saya masih kelas 3 SMA semester 2 kmi pun mulai masuk sekolah dengan diberlakukannya sistem *shift* antar kelas. Saya mengikuti pembelajaran saat itu sekitar 2 bulan dan itu saya melakukan ujian dengan tetap memakai *shift* dan pola hidup di sekolah pun berubah mengikuti pola hidup masyarakat yang *new normal*.

Saat di sekolah tidak ada lagi yang salam menyapa selesai kelas atau ujian langsung balek ke rumah masing-masing. Saat ini saya merasakan sekali adanya perbedaan yang cukup jelas yang terjadi juga di masyarakat sekitaran saya. Pada saat hari kelulusan saya tiba pun tidak ada yang namanya hari pamitan dikarenakan covid juga masih tinggi. Kemudian pada saat bulan 6 2021 saya sempat berangkat ke Medan dan saat itu masih marak-maraknya Swab, Jika keberangkatan saat ini banyak orang yang mengeluh yang di karenakan harganya mahal, Bulan pun berganti bulan situasi *new normal* pun mulai terbiasa dengan saya.

Vaksinasi di masyarakat pun masih terus berjalan sampai saat ini dan situasi masyarakat pun sudah dapat di terima dengan baik dan saat ini pemulihan ekonomi masyarakat mulai diperbaiki dan banyak masyarakat juga sudah banyak di vaksinasi serta berpergian juga sekarang sudah tidak perlu Swab bagi yang sudah vaksin ke 2, dan pembatasan di masyarakat juga sudah mulai dikurangi. Tapi pada situasi ini aku tidak pernah lupa bagaimana cara pemerintah dalam campur tangan belum lagi tenaga kesehatan sebagai garda terdepan dan yang siap untuk mengorbankan diri mereka. Itu pengalaman saya selama masa pandemi ini, dan saya berharap semoga pandemi ini tidak terulang kembali. *Save the world, stay healthy.*

Margaretha N C Sitanggung

NPM: 19000036

Dua tahun yang lalu tanpa terasa sudah berlalu melangkah di tahun yang baru ini bila di ingat-ingat akan masa yang waktu itu, Masa mencekam yang tak terasa bila di ingat-ingat sangat tidak mengenakkan andai waktu diputar mungkin secarik kertas pun belum tentu cukup. Bermula virus yang muncul di Wuhan pada akhir Desember 2019 tidak disangka-sangka merebak ke negeri tercinta. Pandemi pun merebak ke Nusantara di bulan Maret 2020 dengan bermula ditemukannya pada anggota keluarga sebanyak orang hingga mempengaruhi semua kehidupan di muka bumi ini dan memberi dampak yang mendalam pada banyak keluarga termasuk keluargaku.

Dengan berada jauhnya ayahku dari keluarga kami kemudian bermula dengan ekonomi kami yang sempat tergoyahkan juga dengan dipaksaanya harus ibuku untuk tetap bekerja meski rekan rekannya mulai berjatuhan hingga membuat ibuku hampir terkena virus berbahaya COVID-19. Virus ini betul-betul mempengaruhi kehidupanku dimulai dari terbatasnya area untuk belajar kemudian terbatasnya untuk bergaul dengan teman sebaya hingga setiap ingin berbelanja kebutuhan ada rasa takut yang selalu menyelimuti dan menduga-duga apakah seseorang yang terinfeksi disana terkena, Betul-betul menyedihkan kondisi hal semacam itu terlebih dengan banyaknya tetangga-tetangga mulai berjatuhan dan aku pun tetap sangat ketakutan. Hingga nenek yang berada dirumahku pun harus kami ungsikan ke daerah yang memang aman jauh dari bahaya hal semacam ini, Hingga tiba saatnya nenek dipanggil pun sakit tua dan stress karena kurangnya bersosialisasi pada masa pandemi. Dear pandemi COVID-19, Terima kasih telah memberi pelajaran pada kami semua untuk lebih bersyukur dan selalu dekat dengan Tuhan.



Bintang Febriyanti

NPM: 19000016

Banyak rasa yang tidak enak hehe. Awal menjalani kuliah saya sangat bahagia saat *offline* tidak ada yang tau waktu sampai covid melanda seluruh dunia. Hingga semua mahasiswa se-Indonesia harus di pulangkan ke kampung masing-masing. Saya juga pulang kampung, sejak maret 2020. April 2020 mama kami tercinta masuk rumah sakit, *that's hurt me!* karena, Untuk pertama kali nya saya merawat mama saya dirumah sakit ditambah keadaan yang campur aduk kelas saya padat mama saya sakit belum lagi tugas ditambah kekhawatiran saya terhadap mama saya malam, Saya susah tidur kepikiran bagaimana mama saya? mau maksa tidur juga susah. Setiap saya lihat mama saya, Diriku sedih sambil menahan tangis namun setiap malam saya menangis sambil usaha supaya

suara tidak terdengar. Saya tetap berdoa dan setelah dirawat hampir 1 minggu di RS mama saya bisa pulang ke rumah dan sembuh. Semoga Covid ini bisa mendewasakan keadaan kepada orang-orang yang merasakan sulit dan sakit juga semakin sabar.

Beatric Gracia Br Manurung

NPM: 21000082

Haii, Namaku Beatric Gracia umur 18 Tahun dan sekarang lagi menjalani masa endemi. Awal bulan Februari tahun 2020 Indonesia dilanda pandemi COVID-19, Saat itu aku duduk di bangku SMA kelas 2. Pada awal covid masuk ke Indonesia sangat membingungkan bagi seluruh pihak dan timbul banyak keraguan bagi banyak pihak tentang bagaimana harus bersikap. Setelah beberapa minggu kasus pertama, Indonesia melakukan *lockdown*. Semenjak *lockdown* kehidupan yang kujalani awalnya monoton mengenai sistem pembelajaran *online* bukan merupakan hal yang baru bagiku karena di daerahku Riau sebelumnya ada bencana asap hampir setiap tahun dan sekolah ditutup. Namun dalam pandemi kita jangan mengikuti arus dan terperangkap, Di awal 2021 saat aku kelas 3 SMA aku memulai *baking*/ membuat kue. Berkat pandemi aku mengeksplor bakat baruku setiap sore aku selalu membuat satu kue untuk dimakan bersama orangtua sehabis keduanya bekerja. Dan di akhir 2021 saat aku masuk FK UHN aku lebih mengurangi kegiatan baking ku dan mulai perlahan mempelajari bahan perkuliahan. Sekian cerita pandemi ku, bye-bye.

Ulina Cecylia Hutaeruk

NPM: 21000004

Haii kenalin aku Ulina, Aku adalah salah satu mahasiswi dari Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen. Di sini aku mau bercerita sedikit tentang pengalamanku saat pandemi. 2020 adalah tahun dimana pandemi covid masuk ke Indonesia dimana saat hal itu terjadi menyebabkan warga Indonesia banyak yg terkena virus tersebut mulai anak-anak hingga orang dewasa maupun orang tua/lansia. Membuat hati kecilku pun merasa takut bagaimana kalau virus wabah tersebut masuk ke perkampungan tempat tinggalku karena yg aku lihat pada saat itu baru disekitar daerah kota-kota saja yg banyak terkena.

Beberapa bulan kemudian virus wabah tersebut pun mulai masuk ke perkampungan tempat tinggalku tanpa disadari bahkan tanpa diketahui, Bapakku merasakan gejala tanda-tanda dari covid tersebut dan



setelah di cek alhasil bapakku terkena virus covid dan hasilnya pun positif, Nah dari situpun aku dan keluarga makin panik terlebih kepada adikku yg masih kecil. Saat itu aku segera memberikan vitamin, Buah-buahan serta menyuruh bapakku untuk selalu berjemur di bawah sinar matahari pada pagi hari dan selalu melakukan hal tersebut dengan rutin.

Alhasil beberapa minggu kemudian badan bapakku mulai baikan dan dicek kembali sudah negatif. Itu merupakan suatu kebahagiaan tersendiri bagi aku dan keluarga akhirnya bisa terbebas dari virus covid tersebut meskipun kami tetap harus berjaga-jaga karena tidak ada yg tau kapan virus itu masuk kembali, Semoga saja tidak terkena kembali hehe... Kita tetap harus menerapkan 3M: Menjaga jarak, Mencuci tangan dan Memakai masker. Dengan adanya pandemi seperti ini juga membuat aktivitas yg lain terganggu seperti pembelajaran dalam sekolah, Perkuliahan, Pekerjaan dll. Yang awalnya pembelajaran *offline*/tatap muka sekarang jadi *online/daring* yg hanya bisa menatap kawan & dosen hanya melalui *zoom*. Sedih rasanya karena angkatan saya sudah merasakan pembelajaran *online* seperti ini sudah dari SMA dan sampai aku melanjutkan ke perguruan tinggi sekarang kira-kira kalau dihitung sekitar kurang lebih 2 tahun.

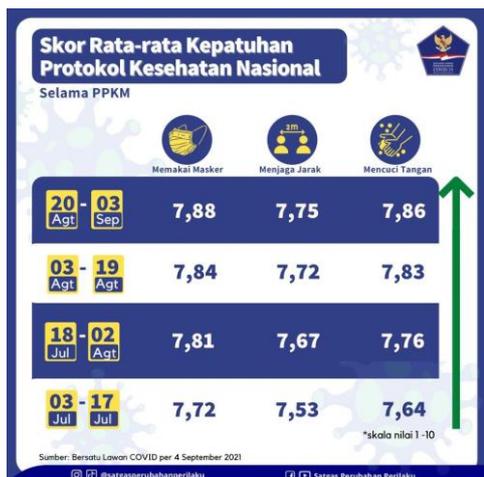
Dua tahun bukanlah waktu yg sedikit apalagi untuk menahan diri di rumah tidak berjumpa dengan kawan tidak dapat bercanda ria seperti biasanya dan lain sebagainya. Tetapi dari adanya pandemi ini bukan alasan untuk kita mengeluh dan menyalahkan keadaan justru kita banyak mendapatkan hal yg positif juga negatif dan banyak mendapatkan pembelajaran. Salah satu contoh hal positifnya itu adalah kita bisa lebih dekat lagi dengan keluarga di rumah dapat juga meluangkan waktu lebih untuk keluarga yang dimana sebelum pandemi mungkin org tua kita atau salah satu dari anggota keluarga kita jarang menyempatkan waktu untuk bertemu yg mungkin karena kesibukan kerja dan lain sebagainya. Lalu untuk hal negatif nya itu adalah tingkat pengangguran semakin tinggi, Perekonomian menurun lalu banyak yg kelaparan karena kehilangan pekerjaan dan lain sebagainya. Hal itu merupakan suatu contoh hal kecil yang sering kita lihat atau yang kerap terjadi di sekitar dan sekeliling kita. Pembelajaran yg kita dapat dari pandemi covid ini yaitu Selalu mengandalkan Tuhan dan jangan pernah mengeluh. Tuhan Yesus memberkati.

Sonya Maranata Situmorang

NPM: 21000005

Awal tahun 2020 adalah masa yang paling mengenaskan dimana timbul suatu penyakit yang banyak merenggut nyawa manusia yaitu Covid namanya. *Ambulance* selalu berlalu lalang kesana kemari yang membuat saya sangat takut dalam menjalani hidup. Berita di koran, televisi, maupun media masa lainnya selalu memberitakan tentang covid ini. Masyarakat semakin cemas untuk keluar rumah. Semua orang berebutan dalam menimbun makanan sehingga orang yang tidak kebagian makanan akhirnya mati di dalam

kelaparan nya. Korban jiwa tidak terelakkan disebabkan karena covid ini. Bahkan ada yang kehilangan keluarga, baik ayah, ibu, maupun sanak saudara lainnya.



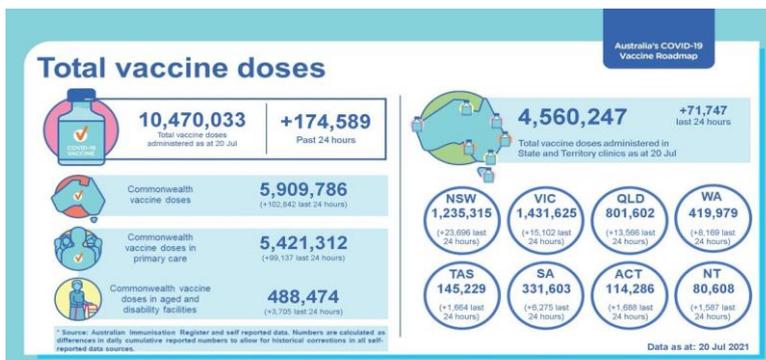
Semua manusia sangat dihantui dengan pandemi ini. Sembari itu ada juga masyarakat yang tidak percaya dengan pandemi ini. Ini yang menyebabkan saya semakin marah karena mereka tidak mau menaati protokol kesehatan. Mereka hanya mementingkan ego mereka masing-masing sehingga sampai mengorbankan masyarakat lainnya banyak orang yang terkontaminasi oleh pandemi ini bahkan sampai jutaan orang. Bahkan ada saja masyarakat yang sengaja menimbun makanan hingga mengambil semua kebutuhan manusia hanya mementingkan ego mereka. Kota-kota sepi seperti hamparan debu yang berlalu lalang di jalan. Orang-orang semua hanya berdiam diri

di rumah dan tidak ada yang berani keluar rumah. Pandemi ini seakan akan mencari tumbal di malam hari, Media massa selalu memberitakan bahwa semakin tinggi angka kematian manusia. Takut, takut dan takut yang saya rasakan pada saat itu, Saya sangat merindukan masa dimana dapat bertemu dengan sanak saudara bermain dengan teman teman. Saya hanya bisa berharap semoga pandemi ini bisa berakhir agar manusia bisa menjalani hidup seperti sedia kala.

Fernando

NPM: 21000046

Pertama kali mendengar bahwa ada suatu penyakit yang menular pada 2020 di Indonesia pada saat saya SMA saya berpikir bahwasanya penyakit itu akan hilang dalam sekejap pikir saya. Disitu saya merasakan senang pada saat dibilang libur 2 Minggu untuk menghindari penyebaran penyakit ini tetapi lama kelamaan hari berganti bulan Tahun berganti Tahun covid tak kunjung hilang saya menjadi merasa sedih karena segala sesuatu yang seharusnya saya rasakan pada saat itu hilang dan sirnah dalam 1 tahun untuk mengerjakan segala sesuatu hanya dirumah kebosanan selalu melanda ingin berjumpa kawan terasa sangat dirundukan semua bercampur aduk rasa cemas kadang khawatir maupun takut akan kematian yang dilanda oleh covid membuat saya tak bisa berkata apa-apa.



Hingga ditahun 2022 timbulah sercercah harapan dengan adanya perkembangan dalam sesi medis mengenai COVID-19 ini mulai dengan vaksin yang sudah di berikan pada masyarakat membuat saya senang, Tetapi itu bukan suatu hal yang mudah buat saya untuk mengikuti vaksinisasi tetapi saya takut dikarenakan ada yang mati karena vaksin membuat saya takut untuk divaksin, Namun keluarga membujuk saya untuk divaksin dan juga tuntutan sekolah akhirnya saya pun divaksin hingga saat ini saya tidak pernah merasakan terkena Covid tersebut. Puji Tuhan dengan perlindungan Tuhan dan janji Tuhan yang selalu digenapi di dalam hidup saya sehingga saya tetap sehat dan dilindungi Tuhan.

Monalisa Simarsoit

NPM: 21000074

Saya Monalisa Simarsoit mahasiswa UHN stambuk 2021 bercerita tentang pandemi COVID-19 saat ini, Saya memiliki pengalaman yang menurut saya baik untuk dikenang namun tidak untuk diulang. Saya pernah positif COVID-19 di tahun 2021 awal, Begitu saya dikatakan positif dan beberapa anggota keluarga lainnya. Saya dan keluarga melakukan isolasi mandiri selama beberapa minggu untuk menunggu hasil Pcr yang negatif. Namun, Saat isolasi mandiri benar-benar saat yang membosankan bagi saya karna saya tidak bisa keluar rumah dan hanya dapat melihat keadaan di luar rumah dari balkon. Bukan hanya itu, Saya juga mengalami beberapa gejala covid seperti tidak bisa mencium bau apapun tidak ada rasa kalau makan dan sakit tenggorokan. Saya juga merasa kesepian karna hanya sendirian di dalam kamar untuk isolasi mandiri. Saya meminum beberapa obat yang lumayan banyak untuk membantu dalam menangani gejala covid yang saya alami. Tapi saya sangat bersyukur saya dan anggota keluarga semuanya dapat kembali pulih dan dinyatakan negatif di hasil pemeriksaan Pcr. Kejadian ini saya belajar bahwa kepedulian terhadap COVID-19 itu adalah kewajiban bagi semua orang bukan hanya kewajiban dari pemerintah maupun tenaga kesehatan. Oleh karena itu saya jadi lebih prokes lagi untuk menjaga diri saya sendiri dan juga orang lain. Terimakasih

Gloria Martha Margareth Sinaga

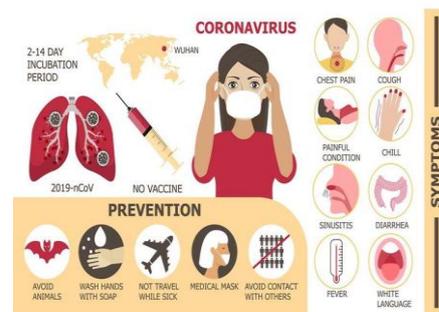
NPM: 21000008

Tahun 2020 dimana COVID-19 mulai masuk ke Indonesia dan banyak orang terkena dampak dari virus tersebut yang mengakibatkan ratusan bahkan ribuan orang meninggal setiap harinya membuat rumah sakit dimana-mana terisi penuh dengan orang terkena COVID-19. Dari pengalaman saya adanya COVID-19 ini membuat saya merasa sedih karena banyak yang meninggal mulai dari saudara, tetangga, teman dan lainnya dan juga banyak masyarakat yang kurang dalam faktor ekonomi semakin menurun bukan itu saja banyak pekerja-pekerja yang di PHK akibat dari pandemi tersebut. Sekolah di liburkan bahkan pertokoan ditutup dan di anjurkan tidak untuk keluar rumah. Jika kalaupun ada hal

penting yang harus di lakukan di luar rumah harus menerapkan protokol kesehatan seperti memakai masker, Jaga jarak dan mengguna *handsinitizer* atau mencuci tangan pada saat selesai memegang benda.

Terkadang saya ingin menangis melihat di sosial media bahkan televisi yang berisi jumlah covid yang meningkat dan jumlah angka kematian yang selalu meningkat drastis di kota bahkan di daerah manapun.

Yang paling saya sedihkan pada saat hari besar seperti Natal, Idul Fitri dan Tahun baru teman-teman atau saudara-saudara kita tidak bisa pulang ke kampungnya bertemu dengan saudara jauhnya dan bagi merantau tidak dapat kembali bertemu orang tua serta sanak saudara nyaa. Banyak anggota medis yang berjuang selalu membantu saudara kita yang terkena COVID-19. Tetapi saya bersyukur tahun 2022 ini covid sudah semakin menurun, Vaksin sudah di lakukan dimana-mana dan orang-orang sudah mulai melakukan aktivitasnya di luar seperti Sekolah, Bekerja, Berkumpul bersama lagi dengan keluarga dan sanak saudara. Kesan: "kita bisa berkumpul bersama keluarga di rumah, bisa melakukan aktivitas kesukaan kita yang dilakukan di rumah, bisa semakin dekat lagi dengan keluarga serta kepada Tuhan".



Cory Anita Purba

NPM: 21000087

Sebuah suka duka yang saya alami pada masa pandemi selama beberapa tahun ini sangat banyak. Dimana duka pertama kali yang saya dapatkan pada saat kedua orang tua saya terkena COVID-19 untuk yang pertama kalinya pada saat saya sudah memulai perkuliahan. Dimana dirumah hanya ada kami bertiga karena abang-abang saya sudah bekerja diluar kota, Sehingga saya berusaha maximal dirumah melakukan perkuliahan *daring* sambil mengurus orangtua saya dalam penyembuhan isolasi mandiri selama dirumah. Dimulai dari perkuliahan pagi sampai sore, Menyediakan makan dan minuman mama bapak, melakukan penyemprotan disinfektan disetiap sudut rumah, Kemudian memberi makan anjing-anjingku yang banyaknya ada 5. Pada saat itu semua tenaga dan pikiran seharian terkuras habis semua. Aku pikir itu akan menjadi awal dan akhirnya mama bapak terkena COVID-19. Akan tetapi, setelah beberapa kemudian terkena COVID-19 yang kedua kalinya dan abang saya juga kena karna pada saat itu sedang pindah tugas di kota kami.

Mengulang kembali rutinitas pada saat pertama kali mama bapak terkena COVID-19. Puji Tuhan juga itu sudah menjadi akhir untuk mama bapak abang terkena COVID-19. Kemudian pemerintah memberikan vaksin gratis dan kami sekeluarga menerima vaksin gratis sampai sekarang sehingga sudah merasa tidak terlalu takut terhadap COVID-19. Hanya saja masih tetap menjaga protokol kesehatan setiap kemanapun bepergian. Puji Tuhan juga dengan meredanya COVID-19 saya dapat melakukan beberapa aktivitas

Perkuliahan secara *offline* sehingga memaksimalkan pembelajaran yang sesungguhnya dibanding pada saat *daring*. Terimakasih. Salam sehat dan salam sejahtera buat kita semua.

What to expect when getting a vaccine



1. Medical professionals will advise on whether or not you should receive the vaccine.



2. A health worker will administer the vaccine.



3. You may need to wait for a few minutes before leaving to ensure there are no unexpected reactions.

Elisa Rinaldo Perdamenta

NPM: 19000034

"Pandemi COVID-19 tidak membuat saya khawatir karena infeksi virus ini bersifat *self limiting disease* terlebih karena saya masih muda, Namun saya bersyukur karena melalui pandemi COVID-19 ini sebagian besar masyarakat Indonesia mulai memiliki kesadaran untuk menjalani hidup sehat."

Grace Eliana Benedicta

NPM: 21000094

Pengalaman saya selama COVID-19, Misalnya dalam segi belajar selama kuliah ini saat online sangat terganggu dengan jaringan yang kurang stabil sehingga jadi penghambat saat belajar online, Tetapi ada juga manfaatnya selama pandemi saya bisa belajar tentang kemajuan teknologi saat ini.

Octora Angelica Violyn Tambunan

NPM: 21000070

Selama pandemi COVID-19 yang telah saya rasakan kurang lebih 2 tahun lebih ini banyak sekali pengalaman yang saya dapatkan. Pertama kali pandemi ini dimulai sejak



tahun 2020 dimana saya masih duduk di bangku kelas 2 SMA, Pembelajaran yang awalnya *luring* beralih ke *daring* hingga saya naik ke kelas 3 SMA dan hingga lulus SMA. Banyak yang saya lewatkan di masa SMA karena pandemi ini. Mulai dari kebersamaan masa SMA (yang

katanya) masa paling indah bahkan hingga acara perpisahan SMA yang paling ditunggu-tunggu juga saya lewatkan. Dimasa peralihan dari SMA ke kuliah kakek saya dinyatakan positif COVID-19 dan terlambat ditangani sehingga dukacita besar meliputi kami sekeluarga karena perginya kakek yang terasa cepat dan tiba-tiba sekali. Di masa dukacita itu, Tuhan izinkan pula saya dan ibu saya untuk memiliki pengalaman lebih di masa pandemi ini.

Kami dinyatakan positif COVID-19. Ibu panik, kondisinya lumayan parah karena ada riwayat penyakit yang menyebabkan gejalanya lebih berat. Terapi kami jalani dengan disiplin, puji Tuhan karena dukungan dan doa dari keluarga serta tetangga kami berdua dapat sembuh dan sehat hingga sekarang. Banyak yang terjadi selama kurang lebih hampir 3 tahun pandemi ini. Segala hal yang biasanya dilakukan secara langsung jadi tertunda atau beralih terlaksana secara online. Ibadah yang biasanya saya lakukan di gereja juga beralih secara *online*. Namun, Sisi positif dari pandemi ini juga banyak memberi saya pengalaman dan kesan. Saya jadi lebih akrab dengan keluarga menghabiskan waktu seharian dirumah seperti mengobrol dan *quality time* bersama. Uang bensin yang menjadi salah satu pengeluaran tiap harinya jadi dapat ditabung untuk kebutuhan lain. Segala sukacita dan dukacita di masa pandemi ini telah mengajarkan saya banyak hal dan saya bersyukur untuk segala jatuh bangunnya Tuhan masih memberikan kesempatan dan memberkati saya sekeluarga.

Natalia Theresia

NPM: 19000002

Di kampus FK UHN pertama kali diliburkan akibat pandemi covid terjadi pada bulan Februari tahun 2020. Sejak saat itu semua pembelajaran kuliah dilakukan secara daring. Pembelajaran secara daring cukup membosankan dan membutuhkan usaha yang lebih banyak untuk bersemangat dalam belajar

About the NAM series on Emerging Stronger After COVID-19: Priorities for Health System Transformation
This discussion paper is part of the National Academy of Medicine's Emerging Stronger After COVID-19: Priorities for Health System Transformation initiative, which commissioned papers from experts on how 9 key sectors of the health, health care, and biomedical science fields responded to and can be transformed in the wake of the COVID-19 pandemic. The views presented in this discussion paper and others in the series are those of the authors and do not represent formal consensus positions of the NAM, the National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, or the authors' organizations.
Learn more: nam.edu/TransformingHealth



**PENELITIAN-PENELITIAN
YANG SUDAH DAN SEDANG
DILKSANAKAN OLEH
DOSEN DAN MAHASISWA
FK UHKBP NOMMENSEN
DENGAN TEMA COVID-19.**

NO	JUDUL	PENULIS	PUBLIKASI
1	Gambaran Tingkat Keparahan Gejala Berdasarkan Rasio Neutrofil-Limfosit, C-Reactive Protein (CRP) dan D-Dimer pada Pasien Covid-19 dengan Komorbid Diabetes Melitus di Murni Teguh Memorial Hospital Medan	Dr.dr Leo Simanjuntak, Sp.OG dan Veronica Chisania	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6610
2	Gambaran Tingkat Keparahan Gejala Rasio Neutrofil-Limfosit (RNL), C-Reactive Protein (CRP), D-Dimer dan CT-Scan pada penderita covid-19 dengan Komorbid Hipertensi yang dirawat di Murni Teguh Memorial Hospital pada Tahun 2020	Gilbert Siallagan dan Dr.dr Leo Simanjuntak, Sp.OG	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6653
3	Gambaran Perilaku Jemaat Gereja HKBP Ressort Medan Sunggal terhadap pencegahan Covid-19	Keryn Yolanda Sihotang dan Dr.dr Leo Simanjuntak	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6604
4	Vaksinasi Covid-19 pada Ibu Hamil	Dr.dr Leo Simanjuntak, Sp.OG	Surat Kabar Analisis
5	Vaksinasi Covid-19 Aman pada Ibu Hamil	Dr.dr Leo Simanjuntak, Sp.OG	
6	Hubungan Vaksin Covid-19 pada Ibu Hamil dengan Luaran Maternal di RSU Herna dan RS Mitra Sejati Medan	Muhammad Ivan Adhar, Dr.dr Leo Simanjuntak Sp.OG, dan dr Hendra MKT	
7	Tingkat Kecemasan Terhadap Covid-19 dan Faktor yang Mempengaruhi pada Ibu Hamil	Dr.dr. Leo Simanjuntak, Sp.OG dan dr. Patrick Anando Simanjuntak	

8	Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Bedah Sesar dengan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil yang akan Dilakukan Persalinan Bedah Sesar selama Pandemi Covid-19 di RS Mitra Sejati Medan	John Salomo Nababan, Dr.dr Leo Simanjuntak, Sp.OG dan dr. Susi Sembiring, Sp.An	Belum Dipublis
9	Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Kecemasan Ibu Hamil Terhadap Kunjungan Antenatal Care pada Masa Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Glugur Darat, Kecamatan Medan Timur	Gerald Ossoon Fransiska Siahaan, Dr.dr Leo Simanjuntak, SpOG dan dr. Novita Hasiani Simanjuntak, MARS	
10	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kunjungan Pemeriksaan Antenatal pada Masa Pandemi Covid-19 di Kota Medan	Sarah Wanda, Dr. dr Leo Simanjuntak, Sp. OG dan dr. Saharnauli Verawaty Simorangkir, M.Biomed	
11	Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kepatuhan Melakukan Antenatal Care Ibu Hamil di Puskesmas Glugur Darat Kecamatan Medan Timur pada Masa Pandemi Covid-19	Triyosi Cornelia, Dr.dr. Hotma Partogi Pasaribu, M.Ked, Sp.OG dan dr. Ristarlin P. Zaluchu, M.Med.ED	
12	Gambaran Kecenderungan <i>Social Anxiety Disorder</i> pada Remaja di Kecamatan Medan Kota pada Masa Pandemi Covid-19 di Tahun 2022	Hanna Nathalya, dr. Henny E. Ompusunggu, M.Biomed dan dr. Ita L. Roderthani, Sp.THT-KL	
13	Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat Kota Tanjungbalai Kecamatan Datuk Bandar Timur tentang Pencegahan Covid-19 pada Anak Tahun 2022	Febby T. Simangungsong, dr. Sisca Silvana, M.Ked (ped), Sp.A(K))	
14	Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Gejala Dismorfik Tubuh pada Remaja di masa Pandemi COVID-19	Natalia Theresia, dr. Henny E. Ompusunggu, M.Biomed dan dr. Okto P. E. Marpaung, M. Biomed	

15	Hubungan Manifestasi Dermatologi dengan Tingkat Keparahan Penyakit pada Pasien COVID-19 di RSUD. Dr. Pringadi Tahun 2021	Margaretha N. C Sitanggang, dr. Rini A. C Saragih, M.Ked(KK), Sp.KK dan dr. Janry Lewis Sinaga, MKT	
16	Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Covid-19 Dengan Stigma Masyarakat Terhadap Pasien Covid-19 di Kota Medan	Betani Narwastu Siregar	
17	Korelasi Profil Hematologi 24 Jam Pertama terhadap Mortalitas Pasien Covid-19 di RS. Murni Teguh Kota Medan Tahun 2020	Ladila Latersia Tarigan	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6602
18	Gambaran Perilaku Pencegahan Pre Vaksinasi Covid-19 pada Masyarakat di RSUP H. Adam Malik	Enda Ertiyana, Nia C. Sidabutar, Andre D. Napitupulu dan dr. Novita H. Simanjuntak, MARS	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6631
19	Hubungan Diabetes Melitus dengan Tingkat Keparahan pada Pasien Terkonfirmasi Covid-19 di Murni Teguh Memorial Hospital Medan Tahun 2021	Ony Thasya	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6645
20	Pengaruh Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stress, Kecemasan Depresi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UHKBPB Angkatan 2018-2020	Noel Destian Silvester Tampubolon	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6625
21	Gambaran Perilaku Pencegahan Covid-19 Pasca Vaksinasi I pada Masyarakat di Kota Medan	Nia Cecilia Sidabutar	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6652
22	Gambaran Tingkat Kecanduan Internet pada Mahasiswa Universitas HBKP Nommensen Selama Pandemi Covid-19	Kristian Partogi Sinaga	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/5761

23	Hubungan Kadar D.Dimer dengan Tingkat Keparahan pada Pasien Covid-19 di Murni Teguh Memorial Hospital Medan pada Tahun 2020	Joice Melati H	
24	Hubungan Penggunaan Masker dengan Kejadian Kulit Area Selama masa Pandemi Corona Virus Disease (COVID-19) Di Kota Medan 2021	Agnes Christine Margaretha Elfrida Br Situmorang	
25	Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Tindakan Keluarga Pasien Covid-19 di Rumah Sakit Murni Teguh Medan Tentang Pencegahan Infeksi Covid-19	Enjely Simbolon	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6617
26	Hubungan Rasio Neutrofil-Limfosit (RNL) dengan Derajat Keparahan pada Pasien Covid-19 di Rumah Sakit Martha Friska Medan	Nathalia Elizabeth Rouli Sipahutar	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6600
27	Gambaran Tingkat Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19 di Gereja HKBP Padang Pasir Rantau Parapat	Yohana Br. Siagian	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/5238
28	Hubungan Tingkat Pengetahuan Pegawai Kampus Universitas HKBP Nommsen Terhadap sikap dan tindakan pencegahan Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)	Inri Yana	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/5246
29	Hubungan Tingkat Kepatuhan Physical Distancing dengan Kejadian COVID-19 di Kota Medan	Jianni Herawaty Sinaga	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/5248
30	Hubungan Tingkat Kepatuhan Penggunaan Masker dengan Kejadian COVID-19 di Kota Medan	Roy Yosep Salomo Hutauruk	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/5247

31	Gambaran Perilaku Pencegahan Covid-19 Pasca Vaksinasi II pada Masyarakat di RSUP. H. Adam Malik	Andre Daniel Napitupulu	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6640
32	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan di Masa Pandemi Covid-19	Angelitha Kadang dan dr. Henny E. S. Ompusunggu, M.Biomed	
33	Korelasi Netrophil-Lymphocyte Ratio (NLR) dan Erythrocyte Sedimentation Rate (ESR) pada Pasien Covid-19 di Rumah Sakit Umum Hermina Medan	Grace M.K Sitorus dan dr. Okto P.Marpaung, M.Biomed	
34	Analisis Persepsi Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa dan Mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen	Indra Zebua dan Dr. dr. Joice Sonya Gani Panjaitan, SpKK	
35	Hubungan Rasio Neutrofil-Limfosit (RNL) dengan Derajat Keparahan Pasien Covid-19 di Rumah Sakit Martha Friska Medan Tahun 2021	Nathalia Elizabeth Rouli Sipahutar	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6600
36	Gambaran Usia dan Gejala Klinik Pasien Covid-19 yang Datang di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Santa Elisabet Medan pada Periode Januari samapai Maret 2021	Diah Permata L Sinaga	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6641
37	Gambaran Perilaku Mencuci Tangan dan Kelainan Kulit Tangan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen di Masa Pandemi Covid-19	Claudia Martaulina Pasaribu	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6657

38	Gambaran Tingkat Depresi Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19 di Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen	Angela Martha A.B. Aruan	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/5240
39	Gambaran Kepatuhan Masyarakat terhadap Protokol Kesehatan dalam Pencegahan Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Kabanjahe	Tiur Maria Carolina Br. Sitanggang	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/5731
40	Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap Tingkat Morbiditas dan Mortalitas Pasien Covid-19 di Murni Teguh Memorial Hospital Medan pada Tahun 2020	Xina Valentina Sigalinging	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6642
41	Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Covid-19 terhadap Perilaku New Normal di Kalangan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan Periode Februari 2022	Maria Marlinez	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/7122
42	Kepuasan Pasien Terhadap Penggunaan Aplikasi Telemedicine pada Masa Pandemi Covid-19	Waldy Pasaribu	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/6619
43	Profil Kecemasan Orang Tua dan Guru pada Masa Pandemi Covid-19 di SDS.ST. Antonius VI Medan	Sinta Deslina	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/5760
44	Gambaran Persepsi Masyarakat di Lingkungan Universitas HKBP Nommensen Medan Terhadap Komunikasi Interpersonal Dokter pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2022	Paulus P. Sinaga	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/7123

45	Hubungan Penggunaan Masker dengan Kelainan Kulit pada Tenaga Kesehatan RSUD DR. RM Pratomo Bagan Siapi-Api di Era Pandemi Covid-19	Ricky Richardo Sitorus	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/7121
46	Hubungan Antara Sleep Hygiene dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommessen di Era Pandemi Covid-19	Yehezkiel Tell Rogata	http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/7115

POSTER-POSTER



AYO LAKUKAN!!!



PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT



Bagaimana sih Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ?

Memberi bayi ASI Eksklusif

Makan buah & sayur setiap hari

Lakukan persalinan di fasilitas kesehatan

Gunakan Jamban sehat

Menimbang balita setiap bulan

Melakukan aktifitas fisik

Tidak merokok

Pemberantasan sarang Nyamuk (Min. 1xSeminggu)



Selain itu... Hal ini juga harus di perhatikan !

Menggunakan sumber air bersih

Menggunakan air bersih

Cuci tangan dengan sabun dan air bersih

Menggunakan tempat sampah yang baik

Mengelola sampah dengan baik

Membuang sampah dengan teliti

Bagaimana Sumber Air yang Baik & Mengelola Sampah yang Baik ?

PENGELOLAH SAMPAH YANG BAIK



Tempat sampah harus kuat, tidak mudah bocor dan mudah diangkat

Sampah basah dan kering sebaiknya dipisahkan agar memudahkan proses pembuangan



Tempat pembuangan sampah tidak boleh berada dekat dengan sumber air yang digunakan, jauh dari pemukiman dan didaerah yang tidak rawan banjir

Bisa juga dengan cara...



Sampah dimasukkan ke dalam lubang



Jika sampah kering seperti daun, ranting, kertas dapat dibakar



Setelah lubang hampir penuh, timbun dengan tanah

SUMBER AIR YANG BAIK



Jarak letak sumber air dengan jamban dan tempat pembuangan sampah minimal 10 meter.

Harus dijaga kebersihannya seperti tidak ada genangan air di sekitar sumber air dan dilengkapi dengan saluran pembuangan air, tidak ada kotoran, tidak ada lumut pada lantai / dinding sumur



Penampungan air dilengkapi dengan penutup dan gayung bertangkai, dijaga kebersihannya

Jarak letak sumber air dengan jamban dan tempat pembuangan sampah minimal 10 meter



Sumber mata air harus dilindungi dari bahan pencemar

DESA TANJUNG GUSTA DUSUN II TIMUR

Narasumber: dr. Susi Sembiring, Sp.A.





HAND, FOOT, AND MOUTH DISEASE (FLU SINGAPURA)

FLU SINGAPURA merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus dari genus Enterovirus.

Gejala



Demam & Tidak enak badan



Nyeri Tenggorokan / Meneian



Nafsu Makan Berkurang



1-2 hari setelah demam muncul sariawan ruam-ruam kulit dan bintik-bintik merah di telapak tangan dan kaki



Penularan

- Melalui cairan hidung dan tenggorokan (ingus, ludah, dahak), serta lesi kulit yang pecah
- Melalui udara (bersin, batuk)
- Kontak erat dengan penderita (berbicara, memeluk, mencium)
- Kontak dengan kotoran pasien
- Kontak dengan objek atau permukaan yang tercemar oleh virus HFMD



Bagaimana Cara Mengatasi nya??

- Berikan obat anti demam dan nyeri
- Kompres hangat
- Pemberian minum yang lebih sering
- Pada anak yang lebih besar, kumur-kumur dengan obat kumur dapat mengurangi nyeri akibat luka-luka di mulut.
- Bawa ke pelayanan kesehatan terdekat



Bagaimana Cara Pencegahan nya ??



Ayah! Lakukan Hidup Bersih dan Sehat



Rajin Cuci Tangan



Tidak buang ludah sembarangan dan menjentoh mulut, mata, dan hidung sembarangan



Membiasakan menutup hidung dan mulut saat batuk dan bersin

CEGAH IMS DENGAN 4T

Apa itu IMS?

Infeksi Menular Seksual (IMS) merupakan sekumpulan infeksi yang mampu menular ke orang yang lain melewati kontak seksual.

Cara penularan

Cara Hubungan Seksual



CEGAH DENGAN 4T

-  Tidak melakukan seks bagi yang belum menikah
-  Tetap setia pada pasangan
-  Tetap pakai Kondom
-  Tetap jaga kebersihan organ reproduksi

STOP IMS



Genitalia Higine

Mengeringkan genitalia yang basah dengan tissue

Membilas setelah buang air dengan benar yaitu dari depan ke belakang

Tidak membersihkan genitalia dengan air hangat atau panas

Menggunakan pakaian dalam yang berbahan katun dan longgar

Menghindari menyemprotkan parfum, kosmetik lainnya di sekitar area genitalia

Mengganti pembalut setiap 4-6 jam atau sebelumnya

Dianjurkan penggunaan pembalut bebas kapas dan pewangi

CEGAH TUBERKULOSIS

Dengan perilaku PHBS

YUK, KENALI GEJALA TB

- BATUK BERDARAH
- BATUK BERKEPANJANGAN
- MUDAH LEMAS
- DEMAM
- KERINGAT MALAM HARI
- BERAT BADAN MENURUN

Tidak merokok



Nutrisi yang seimbang



Ventilasi udara yang baik



Olahraga teratur



Mengenakan masker di tempat ramai



Mendapat vaksin BCG



Tutup mulut saat batuk/bersin dan cuci tangan



SIAPA SAJA YANG BERISIKO?

- 1 ANAK-ANAK DAN LANSIA
- 2 IBU HAMIL
- 3 PENDERITA KANKER
- 4 PENDERITA AUTOIMUN
- 5 ORANG DENGAN RIWAYAT PENGOBATAN TB YANG TIDAK TUNTAS

Kelompok: 8

1. Flowrence Otmian Theodora
2. Jehezkiel Jowatsen Sipayung
3. Tua Ricky Montana Manurung
4. Selsa Arlini Simarmata

Dosen Pembimbing:
dr. Novita Hasiani Simanjuntak, MARS



Apa itu Keputihan?

Keputihan merupakan keluarnya cairan atau lendir yang secara normal berfungsi membersihkan, melembabkan, dan melindungi vagina dari infeksi ataupun iritasi. Namun, saat berlebihan menjadi tanda keputihan yang tidak normal



YUK CARITAU JENIS KEPUTIHAN KAMU!!!

KEPUTIHAN NORMAL :

- BERWARNA BENING & JERNIH
- TIDAK BERLEBIHAN
- TIDAK BERBAU
- TIDAK ADA RASA GATAL & PERIH
- PH VAGINA 3.8-4.2

KEPUTIHAN TIDAK NORMAL :

- BERWARNA SEPERTI SUSU BASI/KUNING-KEHIJAUAN/ABU-ABU
- BERLEBIHAN. LENGKET. BERGUMPAL. BERBUSA
- BERBAU (AMIS. BUSUK. IKAN ASIN)
- RASA GATAL. PANAS. TERBAKAR & PERIH
- PH VAGINA >4.5

PENCEGAHAN



MENGHINDARI MEMAKAI CELANA DALAM KETAT

MENGGANTI PEMBALUT 2-3X DALAM SEHARI SAAT HAID



HINDARI PEMAKAIAN SABUN PENCUCI VAGINA

MEMBERSIHKAN VAGINA DARI ARAH DEPAN KE BELAKANG



HINDARI STRES

Jika kamu merasakan tanda dan gejala keputihan tidak normal segera datang ke layanan kesehatan terdekat





STATUS MALNUTRISI PADA KEJADIAN KANDIDIASIS ORAL PENDERITA HIV/AIDS

JEHEZKIEL JOWATSEN SIPAYUNG

Mengapa Kandidiasis Oral ?

- Infeksi Oportunistik paling dominan (50-90% kejadian pada HIV)
- Mudah dideteksi dengan pemeriksaan fisik sebagai sebuah marker stadium
- Muncul pada nilai CD4 < 200 sel/mm³

Mengapa Malnutrisi ?

Penderita HIV/AIDS mengalami peningkatan BMR (kebutuhan kalori) untuk mempertahankan keadaan tubuh agar tidak jatuh ke dalam keadaan immunodeficiency

Penderita HIV asimtomatik, mengalami peningkatan 10% BMR, 20-30% pada HIV simtomatik

Mudah dilakukan, perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT)

Manfaat Identifikasi Status Malnutrisi

1

Prediktor kadar albumin dan prealbumin pada penderita HIV-Malnutrisi

2

Rendahnya stadium HIV berbanding lurus dengan persentase malnutrisi sehingga menimbulkan infeksi oportunistik (IO)

3

Malnutrisi akan menghambat aktivitas dari terapi antiretroviral (ARV)

SUMMARY



Status nutrisi dinilai memiliki kepentingan klinis, dimana penurunan BB terjadi karena immunodefisiensi yang mengakibatkan kandidiasis oral. Pengukuran Malnutrisi mudah dilakukan hanya dengan pengukuran TB dan BB



Selain bermanfaat untuk penentuan stadium klinis HIV, malnutrisi memiliki hubungan bermakna terhadap prediksi nilai albumin/prealbumin pada pasien HIV dengan penurunan BB secara drastis, demikian juga pada keberhasilan regimen terapi ARV

Liu X, Cao J, Zhu Z, Zhao X, Zhou J, Deng Q, et al. Nutritional risk and nutritional status in hospitalized older adults living with HIV in Shenzhen, China: a cross-sectional study. BMC Infect Dis. 2021;21(1):1-9.

Teklu T, Chauhan N. Assessment of prevalence of malnutrition and its associated factors among aids patients from asella, oromia, erthiopia. Biomed Res Int. 2020;7(1):1.



Penyebab Keputihan Patologis

Eka S, Windy J, Jonaha B, Reinaldy P, Putri A, Deviani J, Raymond M, Dingsih A, M. And, Athalla F

Fakultas Kedokteran HKBP Nommensen

Pendahuluan

Keputihan adalah aliran cairan keputihan, kekuningan, atau kehijauan dari vagina wanita yang mungkin normal atau yang mungkin merupakan tanda infeksi. Keputihan dapat terjadi selama kehamilan dan dianggap normal bila keputihan encer, putih, dan relatif tidak berbau. Tinjauan pustaka ini dilakukan untuk mengetahui penyebab kecil dari keputihan patologis yang mungkin selama ini sering kita sepelekan. Sasaran utamanya ialah wanita usia reproduktif untuk lebih waspada akan tanda-tanda keputihan yang berbahaya.

Pembahasan

Faktor risiko keputihan patologis

- Infeksi oleh bakteri, jamur, protozoa
- Kebersihan diri yang kurang
- Gangguan keseimbangan hormone
- Obesitas
- Keadaan stress
- Neoplasma/ keganasan.
- Benda asing dalam vagina
- Kontak seksual

Tanda gejala keputihan patologis

- Keluarnya sekret kekuningan seperti keju dari vagina, berbau, dan lengket
- Gatal pada daerah kemaluan
- Nyeri pada daerah kemaluan
- Dysuria

Mekanisme keputihan patologis



Kesimpulan

Kegiatan sehari-hari yang mungkin sepele namun berdampak besar terjadinya keputihan patologis ialah malas untuk mengganti pakaian dalam ataupun menggunakan pakaian dalam yang lembab. Kurangnya menjaga kebersihan inilah yang mengakibatkan ketidakseimbangan flora normal di vagina sehingga terjadilah keputihan patologis. Hal ini sering terjadi pada wanita usia reproduktif. Jumlah keringat yang dihasilkan wanita usia reproduktif rentan banyak karena didukung dari kegiatan-kegiatan baik didalam ataupun di luar rumah. Jika dihubungkan dengan kebiasaan jaman sekarang ini, banyak wanita muda yang menggunakan kata "mager" untuk mandi. Sangatlah sepele bukan? Mari kita lebih waspada terhadap tanda dan gejala keputihan patologis yang mungkin sudah sering kita alami sebagai wanita usia reproduktif

Edukasi

- Pola hidup sehat
- Olahraga
- Setia kepada pasangan.
- Selalu menjaga kebersihan daerah pribadi
- Biasakan membasuh dengan cara yang benar tiap kali buang air yaitu dari arah depan ke belakang

Referensi

1. Supriyatningsih. Penggunaan vaginal douching terhadap kejadian candidiasis pada kasus leukorea. Dhiya A, editor. Yogyakarta: LP3M Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2015.
2. Rogers K. Leukorrhea. Britannica [Internet]. 2022; Tersedia pada: <https://www.britannica.com/science/leukorrhea>
3. Vaginal discharge [Internet]. Tersedia pada: <https://my.clevelandclinic.org/health/symptoms/4719-vaginal-discharge>
4. Buku panduan keterampilan klinik vaginal discharge. Makassar: Universitas Hassanuddin; 2015.



Tuberkulosis (TBC)

APA ITU TBC?

TBC atau Tuberkulosis adalah penyakit menular yang disebabkan oleh kuman *Mycobacterium tuberculosis*. Kuman ini menyerang tubuh manusia, terutama paru-paru.

Gejala TBC!

- 1 Batuk berkepanjangan 3 minggu atau lebih
- 2 Penurunan nafsu makan dan penurunan berat badan
- 3 Keringat pada malam hari tanpa adanya aktifitas
- 4 Demam meriang berkepanjangan
- 5 Batuk berdarah

Penularan TBC

Kuman TBC keluar ke udara melalui droplet/percikan dahak pada saat penderita TBC batuk, bersin atau berbicara, lalu terhirup oleh orang lain melalui saluran pernafasan

Pencegahan Penularan

- Daya tahan tubuh yang baik
- Makan makanan bergizi dan sehat
- Pola hidup sehat
- Olahraga teratur

Pemeriksaan TBC

- Pemeriksaan Dahak (BTA dan TCM)
- TCM = Tes Cepat Molekuler
- BTA = Bakteri Tahan Asam
- Rontgent Dada
- Pemeriksaan Darah
- Uji tuberkulin untuk anak

Apa yang harus dilakukan oleh penderita TBC?

- Menutup mulut dengan lengan ketika batuk dan bersin
- Tidak membuang dahak sembarangan
- Menggunakan masker saat berkontak dengan orang
- Minum obat secara teratur
- Makan makanan bergizi

Multi Drug Resistant Tuberkulosis (TB MDR)

Apa itu TB - MDR?

Merupakan penyakit Tuberkulosis yang kebal terhadap 2 jenis obat anti tuberkulosis

Apa penyebab TB MDR?

- Tidak teratur meminum obat
- Tidak menyelesaikan pengobatan lengkap
- Berhenti meminum obat sebelum waktunya

Gejala TB MDR

- Masih ditemukan gejala Tuberkulosis
- Rontgent dada masih ada plek
- Bakteri pada pemeriksaan dahak (BTA & TCM) masih positif kuman Tuberkulosis

Pemeriksaan TB MDR

- Uji resistensi bakteri (kultur, Teknik Cepat Molekuler)
- Rontgen

Bagaimana jika sudah TB MDR?

Memperoleh pengobatan lini kedua dengan msa pengobatan lebih lama.

EFEKTIVITAS VITAMIN D PADA PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN INFEKSI TUBERKULOSIS



RESTIN JULIANTI ZEBUA



PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara penyumbang kasus TB terbesar di dunia.¹ Salah satu Langkah efektif dalam pencegahan TB adalah dengan mengonsumsi vitamin D yang dapat meningkatkan imunitas tubuh melawan bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Hal ini mendukung pendekatan strategis pemerintah Indonesia dalam penanggulangan TB atau #EndTB pada tahun 2030, salah satunya adalah mengintensifkan langkah-langkah kesehatan untuk pencegahan dan pengendalian TB.



PEMBAHASAN

Vitamin D berperan dalam sistem imun termasuk makrofag untuk meningkatkan ekspresi peptida antimikroba yang mengatur respon inflamasi.⁵ Kadar vitamin D yang rendah dalam tubuh menyebabkan seseorang rentan terinfeksi TB.³ Seseorang dengan konsentrasi vitamin D <20 ng/mL memiliki sekitar tiga kali risiko terkena TB paru dan dua kali risiko kematian dibandingkan dengan seseorang yang memiliki vitamin D serum >30 ng/mL.⁴ Sehingga diperlukan kadar vitamin D yang cukup untuk mencegah terinfeksi TB.

PEMBAHASAN

Suplementasi vitamin D Ketika terinfeksi TB mempengaruhi konversi dahak sehingga direkomendasikan untuk dikonsumsi saat terinfeksi TB.⁵ Pemberian vitamin D pada orang yang terinfeksi TB dapat menghambat perkembangan TB.⁶ Sehingga dapat diberikan suplemen vitamin D pada orang yang terinfeksi TB.

KESIMPULAN

Penggunaan vitamin D dalam pencegahan dan pengendalian TB memiliki peran yang efektif kepada orang yang terinfeksi TB, sehingga dapat mendukung program pemerintah dalam mewujudkan #EndTB pada tahun 2030.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Indonesia commitment to eliminate TB by 2030 supported by the highest-level government [Internet]. World Health Organization. 2021. Available from: <https://www.who.int/indonesia/news/detail/28-11-2021-indonesia-commitment-to-eliminate-tb-by-2030-supported-by-the-highest-level-government>
2. Kemenkes. Strategi Nasional Penanggulangan Tuberkulosis di Indonesia 2020-2024 [Internet]. Kementerian Kesehatan RI. 2021. Available from: <https://tbindonesia.or.id/informasi/strategi-nasional/strategi-nasional-penanggulangan-tuberkulosis-di-indonesia-2020-2024/>
3. Acen EL, Biraro IA, Bbuje M, Katerete DP, Joloba ML, Worodria W. Hypovitaminosis D among newly diagnosed pulmonary TB patients and their household contacts in Uganda. *Sci Rep* [Internet]. 2022;12. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8964701/>
4. Wang M, Kong W, He B, Li Z, Song H, Shi P, et al. Vitamin D and the promoter methylation of its metabolic pathway genes in association with the risk and prognosis of tuberculosis [Internet]. *Clinical Epigenetics*. 2018. Available from: <https://clinicepigeneticsjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13148-018-0552-6>
5. Suddfield CR, Mugasi F, Muhibi A, Aboud S, Ngu TJ, Uluenga N, et al. Efficacy of vitamin D supplementation for the prevention of pulmonary tuberculosis and mortality in HIV: a randomised, double-blind, placebo-controlled trial. *HHS Author Manuscripts* [Internet]. 2021;7(7):463-71. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC793214/>





PEMBENTUKAN KAVITAS TUBERKULOSIS : Tinjauan Pustaka



Elisa Rinaldo, Daniel Simaremare

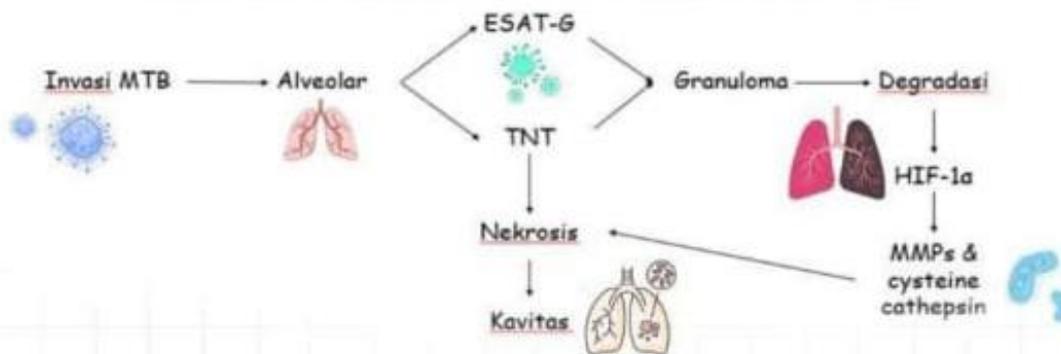


Pendahuluan

Data World Health Organization (WHO) tahun 2020 menunjukkan 9,9 juta penduduk dunia terinfeksi tuberkulosis (TB) dengan angka mortalitas mencapai 1,5 juta kasus. Persentase ditemukannya lesi kavitas paru pada pasien yang terdiagnosis TB mencapai 87%. Terbentuknya lesi kavitas paru pada pasien TB dapat memperparah infeksi sehingga terjadi penurunan fungsi paru yang menetap dan peningkatan rekurensi penyakit.

Pembahasan

Beberapa faktor yang mempengaruhi terbentuknya lesi kavitas paru pada pasien TB adalah kebiasaan merokok, BMI rendah, Komorbid DM dan riwayat infeksi sebelumnya

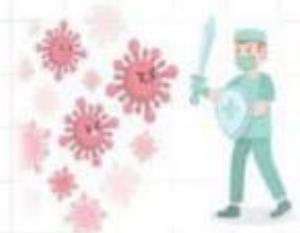


Kesimpulan

Terbentuknya lesi kavitas paru pada pasien tuberkulosis dipengaruhi oleh kebiasaan merokok, BMI rendah, Komorbid DM dan riwayat infeksi sebelumnya. molekul intrinsik MTB seperti TNT dan ESAT-6 dapat menginduksi nekrosis jaringan paru sehingga membentuk lesi kavitas paru.

Daftar Pustaka :

1. World Health Organization. Global Tuberculosis Report. 2021. 7–9 p.
2. Kim S-H, Shin YM, Yoo JY, Cho JY, Kang H, Lee H, et al. Clinical Factors Associated with Cavitory Tuberculosis and Its Treatment Outcomes. *J Pers Med*. 2021;11(11):1081.
3. Hunter RL. The Pathogenesis of Tuberculosis: The Early Infiltrate of Post-primary (Adult Pulmonary) Tuberculosis: A Distinct Disease Entity. *Front Immunol*. 2018;9:1–9.
4. Urbanowski ME, Ordonez AA, Ruiz-Bedoya CA, Jain SK, Bishai WR. Cavitory Tuberculosis : The Gateway of Disease Transmission. *Lancet Infect Dis*. 2021;20(6):117–28.



TATALAKSANA TB PARU

Eka Permata Sari Br Sihombing (2020)

Fakultas Kedokteran HKBP Nommensen



Pendahuluan

Penyakit infeksi paru kronik oleh mycobacterium tuberculosis yang ditularkan langsung melalui udara dimana biasa ditemukan pada tempat padat penduduk dari negara-negara prevalensi tinggi TB, tenaga medis, dan pasien HIV/AIDS. Penyakit tuberkulosis (TBC) di Indonesia menempati peringkat ketiga setelah India dan Cina dengan jumlah kasus 824 ribu dan kematian 93 ribu per tahun atau setara dengan 11 kematian per jam. Adapun tujuan dari tinjauan pustaka ini ialah untuk mengetahui pengobatan terbaru mengenai TB paru.

Pembahasan

PENGOBATAN TB PARU

- Prinsip pengobatan TB paru yang adekwat :
- Pengobatan diberikan dalam bentuk paduan obat yang meliputi minimal 4 macam obat untuk mencegah resistensi terhadap OAT.
- OAT diberikan dalam dosis yang tepat.
- OAT ditelan secara teratur dan sebaiknya diawasi oleh PMO.
- OAT diberikan dalam jangka waktu yang cukup meliputi : tahap awal / fase intensif dan tahap lanjutan untuk mencegah kekambuhan.
- Pengobatan TB standard untuk TB SO dibagi atas :
 - Pasien baru : Panduan obat 2RHZE/4RH diberikan setiap hari.
 - Pasien dengan Riwayat pengobatan TB lini pertama ,pengobatan berdasarkan uji kepekaan secara individual . Perlu dilakukan uji kepekaan obat, dapat diberikan OAT kategori I, lalu dilanjutkan sesuai hasil uji resistensi.

TUBERKULOSIS DENGAN KELAINAN HATI

- Pasien hepatitis akut dan atau klinis ikterik,OAT ditunda consult Penyakit Dalam, hepatitis mengalami penyembuhan baru mulai terapi.
- Tetapi bila sangat diperlukan dapat diberikan Streptomycin dan Etambutol maksimal 3 bulan.
- Pada pasien dengan hepatitis lanjut/ kronik, bila SGPT > 3 kali normal dapat diberikan panduan obat 2 obat hepatotoksik, 1 obat hepatotoksik atau tanpa obat hepatotoksik.

OBAT	IGRA STADIUM 1 - 3	IGRA STADIUM 4 - 5	PEMERUSA TRANSPLANTASI GINJAL
ISONIAZID	300 mg/hari	300 mg/hari atau 15 mg/kg BB, Maksimal 300 mg-3 kali seminggu	300 mg/hari
RIFAMPISIN	< 50 kg : 450 mg/hari >50 kg : 600 mg/hari	< 50 kg : 450 mg/hari > 50 kg : 600 mg/hari	< 50 kg : 450 mg/hari > 50 kg : 600 mg/ hari
PYRAZINAMIDA	< 50 kg : 1,5 g/hari, > 50 kg : 2 g/hari	25 – 35 mg/kg BB per dosis 3 kali seminggu.	< 50 kg : 1,5 g/hari 750 kg : 2 gr/ hari
ETAMBUOTOL	15 mg/kg BB/hari	15 – 25 mg/kg BB per dosis 3 kali seminggu, Maksimal 1,5 gr	15 mg/kg BB/ hari

Kesimpulan

Sebagai tenaga kesehatan kita harus turut dalam mengatasi kasus TB paru yang semakin meningkat. Selain mengadakan sosialisasi dengan masyarakat, kita harus mampu menegakkan diagnosa dengan benar lalu memberikan tatalaksana dan menangani efek samping obat. Bila kita menemukan pasien dengan kelainan hati dan ginjal berikan terapi sesuai panduan, bila keadaan semakin memberat maka segera ke penyakit dalam atau konsultan yang sesuai. Perlu diingat bahwa TB merupakan penyakit menular yang sangat sulit dituntaskan secara baik, maka marilah meningkatkan ataupun memperbaiki mutu pelayanan sebagai tenaga kesehatan.

TATALAKSANA PANDUAN OBAT PADA KEADAAN KHUSUS

- TB MILIER** : paduan obat tetap seperti TB paru : 2 RHZE/ 4RH, pemberian kortikosteroid tidak rutin, hanya pada saat adanya : sesak nafas, demam , toksik meningitis.
- TB PARU dengan DM** : panduan dan waktu pemberian sama dengan TB paru dengan syarat DM terkontrol bila DM tidak terkontrol maka pengobatan dapat dilanjutkan sampai 9 bulan.
- TB PARU pada kehamilan, menyusui dan pemakaian kontracepsi hormonal** : semua lini pertama aman diberikan selama kehamilan kecuali Streptomycin . Rifampisin mengurangi efectivitas kontracepsi hormonal.

Referensi

- Supari S. Pedoman penanggulangan tuberkulosis (tb). Jakarta: Mentr Kesehatan Republik Indonesia; 2019. 1–71 hal.
- Nawas A. Diagnosis dan penatalaksanaan tb paru. Jakarta:
- Pedoman nasional pelayanan kedokteran tata laksana tuberkulosis. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2013. 100-102 hal.
- Ayu M. Studi penggunaan obat anti tuberkulosis (oat) pada pasien tuberkulosis paru. Universitas Airlangga;

HUT RI 77 : JANGAN MAU DIJAJAH TB PARU, MERDEKA!!