



Dr. Anas Ahmadi, M.Pd., dosen Bahasa dan Sastra Indonesia, Unesa. Saat ini menjadi Kajar Bahasa dan Sastra Mandarin, Unesa. Selain mengajar, dia menulis buku, di antaranya: *Perencanaan Bahasa dan Sastra Indonesia* (2020), *Sastra dan Film China: Perspektif Apresiasi* (2020), *Psikologi, Junjian, Film, Sastra* (jolis seleksi insentif buku ajar, 2020), *Metode Penelitian* (jolis seleksi hibah buku ajar P1, 2020), *Seni Menulis Fiksi dan Nonfiksi* (2020), *Tipikal Maruse Biografi dan Nikrofia dalam Ekafiksi Indonesia* (2018), *Ergo-psychology Studies in Indonesia* (2017), *Psikologi Menulis* (2015), *Psikologi Sastra* (2015), *Tinjauan Filsafat, Sastra, dan Duceyanya* (2016), *Sastra, Saan dan Psikologi* (2022), *Psikologi Berbicara* (2022), *Sastra dan Filsafat* (2022), *Duceya Masyarakat Kepulauan* (2012), *Kajian Budaya* (2012), *Sastra Multiperspektif* (2010). Selain itu, dia juga menulis buku secara kolektif sekitar 24 buku. Artikel populemya ciumat di Jawa Pos, Racer Surabaya, Racer Sidoarjo, Radar Bojonegara, Duta Masyarakat, dan Surya. Korrespondens: anasahmadi@unesa.ac.id



Prof. Dr. Darni, M.Hum., dosen Bahasa dan Sastra Daerah, Unesa. Saat ini menjabat sebagai Ketua LPPM. Beliau menulis buku *Menulis Kreatif: Teori dan Praktik* (2018), *Pengembangan Creative Writing Berbasis Integrative Writing Model* (Iwin) *Berantuan Myers-Briggs Type Indicator (Mbt) Untuk Meningkatkan Literacy Competence Dan Mendukung Millenium Development Goals (Mdg)* (2017), *Karakter Priyayi dalam Fiksi Jawa Madura dalam Konstelasi Kebudayaan Indonesia I* (2016), *Kekerasan terhadap Perempuan dalam Fiksi Jawa Jawa Modern (Sebuah Kritik Sastra)* (2016), *Membangun Masyarakat Adil Gender melalui Pendidikan dalam Menuju Unesa Berkeadilan* (2013). Korrespondens: darni@unesa.ac.id



Dr. Suhartono, M.Pd., dosen Bahasa dan Sastra Indonesia, Unesa. Saat ini beliau menjabat sebagai Kaprodi 5-3 Pendidikan Bahasa dan Sastra, Unesa. Sebelumnya, beliau menjabat sebagai Sekretaris Prodi 5-4/5-3 Pendidikan Bahasa dan Sastra, Unesa. Beliau menulis buku *Pragmatik Konteks Indonesia* (2020), *Psikolinguistik* (2014), dan *Pragmatik* (2006). Selain itu, beliau juga menulis di media massa. Korrespondens: suhartono@unesa.ac.id



Wulan Patria Saroinsong, S.Psi, M.Pd, Ph.D., dosen PAU, Unesa. Head of Counselor, at Wuhan International Student courseing service, Huazhong normal University, 2017-2019. Membership of British Psychology Society (BPS). Saat ini bertanggung jawab pada office of International (OAI) UNESA dan Gugus Penjaminan Mutu FIP Unesa periode 2020-2022. Beliau menulis buku, *CBT Worksheet for Dummies in Psychology* (2020). Korrespondens: wulansaroinsong@unesa.ac.id



Siti Ina Savira, S.Psi, M.EdCP, dosen tetap di jurusan Psikologi Unesa selama lebih dari 20 tahun. Beliau lulus di Psikologi Universitas Airlangga & mendapat gelar master dalam bidang Educational Practice and Cognitive Psychology dari Flinders University, Australia. Beliau juga pernah menjabat ketua Jurusan Psikologi Unesa dan Ketua Pusat Studi & Layanan Psikologi Unesa. Saat ini aktif menulis dan mengikuti berbagai kegiatan ilmiah, beliau juga aktif sebagai konsultan di nematipsikologi.com. Beliau menulis buku di antaranya *Asesmen dan Intervensi Anak Tunanetra* (2020) dan *Psikologi Pendidikan* (2018). Korrespondensi: sissavira@unesa.ac.id

COMIC THERAPY COVID-19:

Perspektif Language Therapy dan Cognitive Behavior Therapy



Anas Ahmadi, Darni, Wulan Patria Saroinsong, Suhartono, M Siti Ina Savira



COMIC THERAPY COVID-19:

*Perspektif Language Therapy dan
Cognitive Behavior Therapy*

*Anas Ahmadi, Darni, Wulan Patria
Saroinsong, Suhartono, M Siti Ina Savira*

Comic Therapy Covid-19: *Perspektif Language Therapy dan Cognitive Behavior Therapy*

Penulis

Anas Ahmadi, Darni, Wulan Patria Saroinsong, Suhartono, M Siti Ina Savira

Tim Perancang Ide Cerita

Salsabilla Cahya Deltasyah, Anggita Caroline Cindyawati, Adelia Novita Azhari

Editor

Nuria Reny Hariyati, M.Pd.

Desain Sampul & Lay out

Damar Sejati

Komikus

Haidar Muhadzib

Penerbit

Graniti

Anggota IKAPI (181/JTI/2017)

Perum. Kota Baru Driyorejo, Jln. Granit Kumala 1/12, Gresik 61177

website : www.penerbitgraniti.com

FB : Penerbit Graniti

IG : @penerbit_graniti

Email : penerbitgraniti@gmail.com

Telp : 0813 5782 7429 / 0813 5782 7430

Hak cipta dilindungi undang-undang

All rights reserved

Cetakan pertama, Mei 2020

ISBN: 978-602-5811-62-3



Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak isi buku ini dengan bentuk dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

Isi buku di luar tanggung jawab penerbit dan percetakan

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan puji syukur ke hadirat Allah Swt., atas terselesainya buku yang berjudul **Comic Therapy Covid-19: Perspektif Language Therapy dan Cognitive Behavior Therapy**. Buku ini merupakan hasil tulisan kolaboratif antara penulis dari bidang bahasa-sastra dengan bidang psikologi. Jujur, buku ini merupakan buku yang masih sangat sederhana. Munculnya buku ini adalah sebagai sebuah alternatif dalam rangka pencegahan covid-19 yang saat ini menjadi pandemik.

Buku yang bertemakan tentang covid-19 memang beberapa sudah muncul di pasaran. Namun, buku komik yang berkaitan dengan konteks covid-19 masih belum banyak didiskusikan dan dimunculkan. Karena itu, penulis berupaya memunculkan komik yang berkaitan dengan covid. Buku ini merupakan luaran dari penelitian penugasan yang didanai dari PNBPN Unesa 2020. Karena itu, penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada pihak berikut.

1. Rektor Universitas Negeri Surabaya, Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes.
2. Ketua LLPM Unesa, Prof. Dr. Darni, M.Hum.
3. Dekan FBS Unesa, Dr. Trisakti, M.Si.
4. Tim validator buku
5. Tim peneliti
6. Tim perancang ide cerita
7. Tim lay out buku
8. Editor buku
9. Responden
10. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu

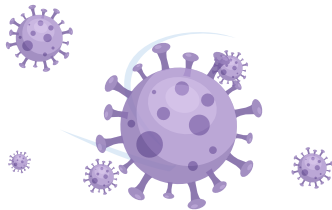
Akhir kata, semoga terbitnya buku ini bisa digunakan sebagai salah satu alternatif dalam menurunkan, meminimalisasi penyebaran covid-19. Kritik dan saran dari pembaca selalu kami nantikan.

Surabaya, Mei 2020

Penyusun

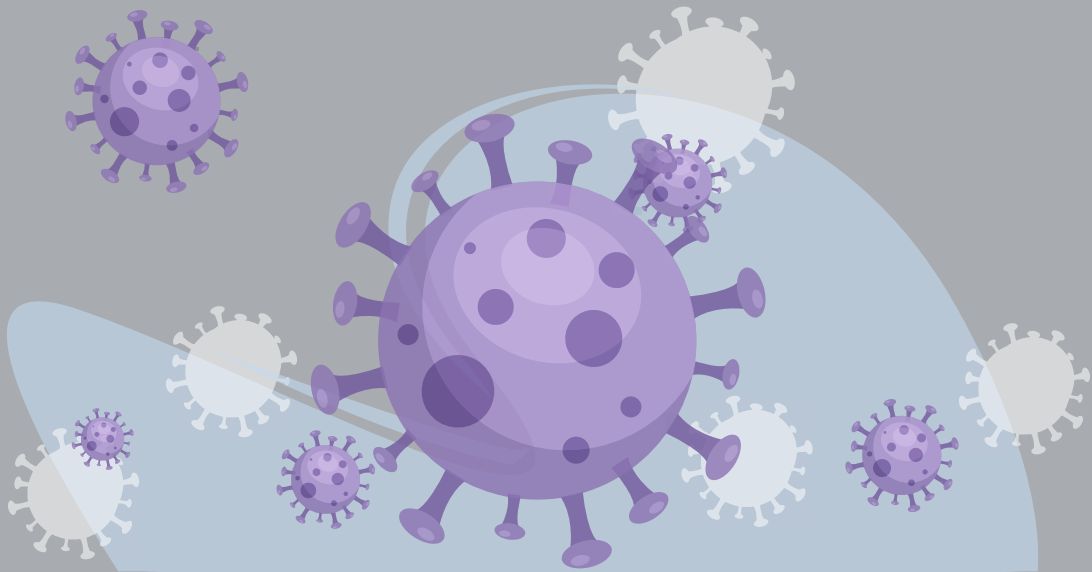
DAFTAR ISI

Sampul Dalam	
Kata Pengantar	
Daftar Isi	
Segmen 1: Apa itu Covid-19	1
Segmen 2: Istilah yang perlu kamu pahami tentang Covid-19	5
Segmen 3: Tanda-tanda orang yang terkena Covid-19	10
Segmen 4: Cara penularan Covid-19	14
Segmen 5: Cara pencegahan agar tidak terpapar Covid-19	17
Segmen 6: Cara penanganan orang yang terkena Covid-19	22
Segmen 7: Aktivitas yang bisa dilakukan pada masa Covid-19	26
Segmen 8: Saluran/sumber media yang bisa digunakan untuk memantau perkembangan Covid-19	30
Unesa Crisis Centre (UCC)	34
Segmen 9: Rumah Sakit Rujukan untuk Covid-19	37
Segmen 10: Aktivitas penanganan <i>Cabin Fever</i>	40
Segmen 11: C19-CBT Worksheet	42
Kepada Para Pembaca	45



Segmen I

Apa itu Covid-19?



PAGI HARI YANG CERAH,
ADEL DAN BILLA SEDANG
DUDUK SANTAI DI TERAS
RUMAH BILLA...

KAMU TAHU GAK
SIH COVID-19 ITU APA?

COVID-19 ADALAH
PENYAKIT YANG
DISEBABKAN OLEH
CORONAVIRUS...

NGGAK TAU,
AKU JUGA BINGUNG

YANG MENGINFEKSI
SISTEM PERNAFASAN

DENGAN GEJALA RINGAN,
SEDANG BAHKAN
SAMPAI BERAT.





SELAIN ITU, KITA JUGA BISA
PAKAI SARUNG TANGAN KETIKA
MEMBELI BARANG BELANJA.

MINIMAL, AGAR TANGAN STERIL DARI
COVID-19 YANG BISA JADI MENEMPEL
DI BARANG BELANJAAN

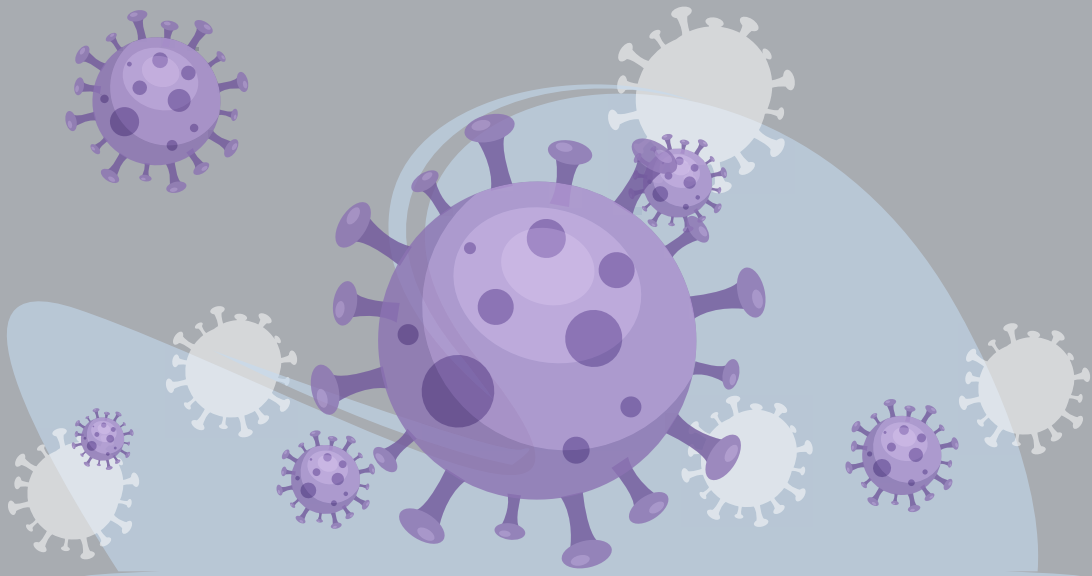


TAPI, JANGAN LUPA, SARUNG TANGAN
YANG SEKALI PAKAI BIAR LEBIH
STERIL.



Segmen 2

Istilah Yang Perlu Kamu Pahami Tentang Covid-19.



ISTILAH COVID-19 DI INDONESIA
SENDIRI ADA BERBAGAI MACAM.
MULAI DARI PDP, ODP, TLO, KLB
DAN SEBAGAINYA.



PDP:
PASIEN DALAM PENGAWASAN



ODP:
ORANG DALAM PENGAWASAN



OTG:
ORANG TANPA GEJALA

GEJALA COVID-19 TIDAK
TAMPAK, NAMUN TETAP BISA
MENULARKAN.



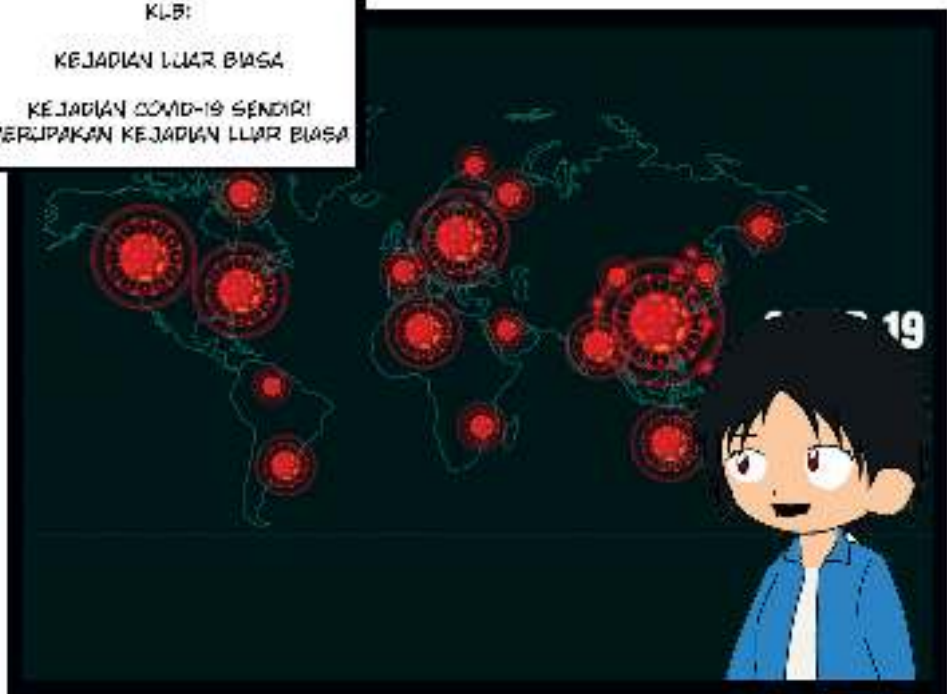
SUSPECT
PASIHEN YANG MENUNJUKKAN
GEJALA VIRUS COVID-19



KLB:

KEJADIAN LUAR BIASA

KEJADIAN COVID-19 SENDIRI
MERUPAKAN KEJADIAN LUAR BIASA



LOCKDOWN



ORANG-ORANG HARUS
TINGGAL DI RUMAH.
TIDAK BOLEH KELUAR RUMAH
(DALAM SKALA NEGARA)

ISOLASI



MEMISAHKAN ORANG
TERKENA GEJALA COVID-19
DENGAN ORANG YANG
MASIH SEHAT AGAR
MENUTUS RANTAI PENYEBARAN

PSBB

PEMBATASAN SOSIAL
BERSKALA BESAR



KARANTINA

UNTUK ORANG YANG TIDAK SAKIT COVID-19, TETAPI TELAH TERPAPAR DENGAN PASIEN ATAU PERNAH BERSAMA DENGAN PASIEN, KARANTINA INI DILAKUKAN SEKITAR 14 HARI UNTUK MENGETAHUI APAKAH ORANG YANG BERSANGKUTAN TERPAPAR COVID-19 ATAU TIDAK.



*PERLU DIKETAHUI BAWA WABA INKUBASI COVID-19 SEKITAR 14 HARI

PANDEMI



PENYEBARAN SUATU WABAH PENYAKIT DI SELURUH WILAYAH NEGARA HINGGA BENUA

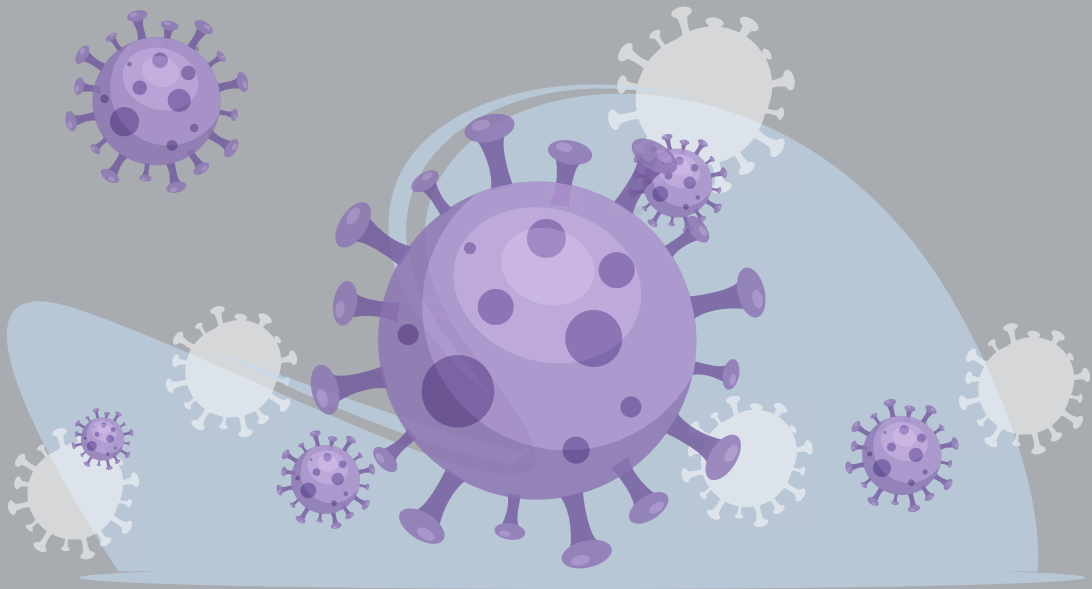
ENDEMI



KEHADIRAN PENYAKIT DI SATU WILAYAH DAERAH YANG MENYERANG MASYARAKAT.

Segmen 3

Tanda-tanda Orang Yang Terkena Covid-19



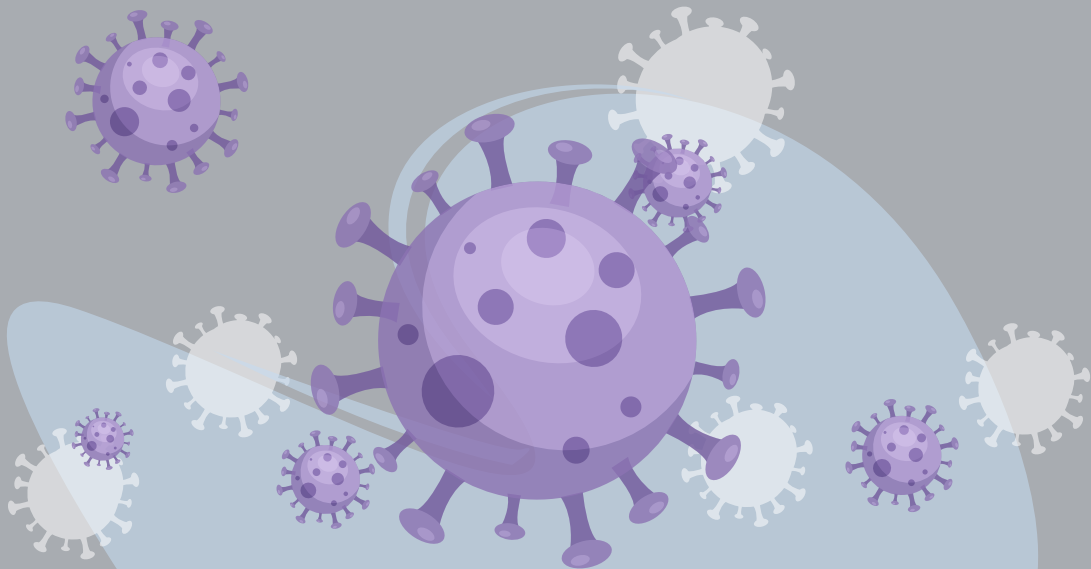






Segmen 4

Cara Penularan Covid-19



NAMUN, ADA JUGA ORANG YANG TIDAK MERASA BAHWA DIRINYA TERINFEKSI COVID-19, TETAPI DIA MENULARKAN VIRUS TERSEBUT PADA ORANG LAIN. UNTUK PENULARAN NON ORANG, COVID-19 DAPAT DITULARKAN MELALUI APA SAJA SEPERTI LINGKUNGAN SEKITAR DENGAN KONTAK DENGAN BENDA-BENDA YANG BANYAK DISENTUH OLEH ORANG LAIN YANG MANA DAPAT MENPERBANYAK DAN MEMPERCEPAT PERKEMBANGAN VIRUS YANG KITA TIDAK TAHU APALAGI KALO KITA TIDAK CUCI TANGAN SELEPAS MEMEGANG BENDA TERSEBUT



WAH, BAHAYA SEKALI YA?
TERUS ADA APA LAGI?




NAH, LALI PENERAPAN SIKAP BATUK
DAN BERSIN YANG DISEPELEKAN
OLEH SEMUA ORANG







EMANGNYA KENAPA?




BANGAT BAHAYA DEL, MEREKA TIDAK TAHU BAHWA BATUK DAN BERSIN YANG DIKELUARKAN TANPA ADANYA SIKAP YANG BENAR SEPERTI MENUTUPI DENGAN SIKU ITU BAHAYA ATAU TIDAK



IYA BELAMA INI BANYAK SEKALI YANG TIDAK MENUTUPI HIDUNG DAN MULUT SAAT BERSIN DAN BATUK ATAU BAKKAN WANGNYA MENUTUPI DENGAN TELAPAK TANGAN



NAH, WAKA DARI ITU KITA MENGANTISIPASI DENGAN MENUTUPI MULUT DAN HIDUNG DENGAN SIKU KARENA KITA TIDAK TAHU BAHAYANYA BAKTERI ATAU VIRUS YANG KELUAR

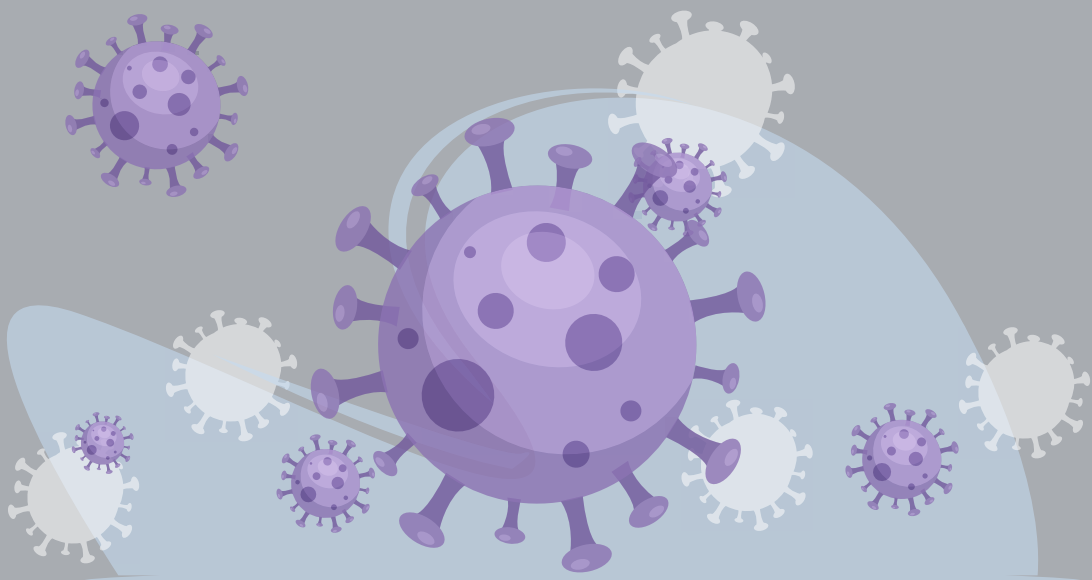


OH, BENGTU, TERIMA KASIH YA LINI, AKU JADI TAHU BAGAIMANA CARA PENULARAN COVID ITU

IYA AKU JUGA

Segmen 5

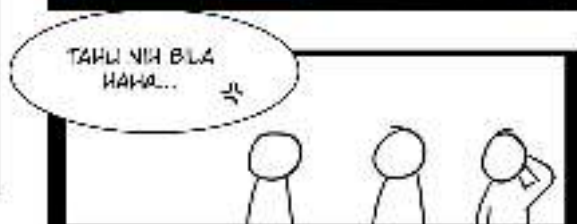
Cara Pencegahan Agar Tidak Terpapar Covid-19





WALAH KETIKA DI TOILET...



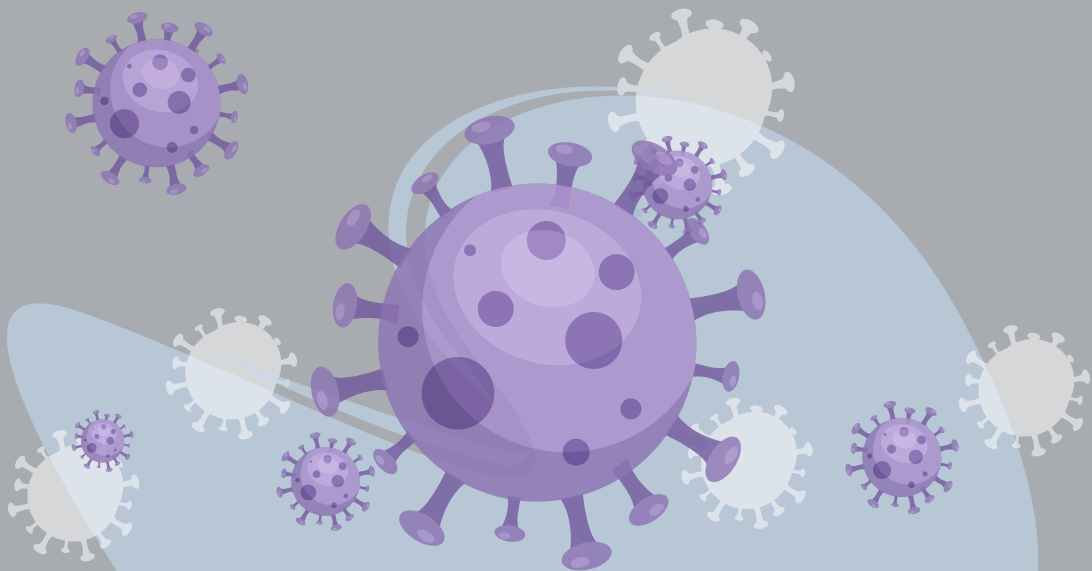








Segmen 6

Cara Penanganan Orang Yang Terkena Covid-19







LALU, BAGAIMANA DENGAN ORANG
YANG SUDAH TERINDUKSI COVID 19
INI?




IYA, BAGAIMANA CARANYA AGAR
SEMBUH KEMBALI?




TENANG, SUDAH ADA BANYAK CARA YANG DAPAT
DILAKUKAN SEPERTI ISOLASI MANDIRI DIRUMAH, PERGI
DAN PERIKSA KE DOKTER, JAGA JARAK DENGAN YANG
LAIN HINGGA MENJAGA KEBERSIHAN LINGKUNGAN
DENGAN MENYEMPROTKAN DISINFECTAN DAN TIDAK
LUPA JUGA SELALU GUNAKAN MASKER SERTA CUCI
TANGAN DENGAN BERSIH.




OH, BEGITU, BAIKLAH



AKU JADI BANYAK TAHU
INFORMASI BARU YANG BISA
JADI PEMAHAMANKU TENTANG COVID-19!



IYA DONG, KITA JUGA HARUS
RAJIN MENGGALI INFORMASI LEBIH
BANYAK LAGI UNTUK MENAMBAH
PENGETAHUAN KITA

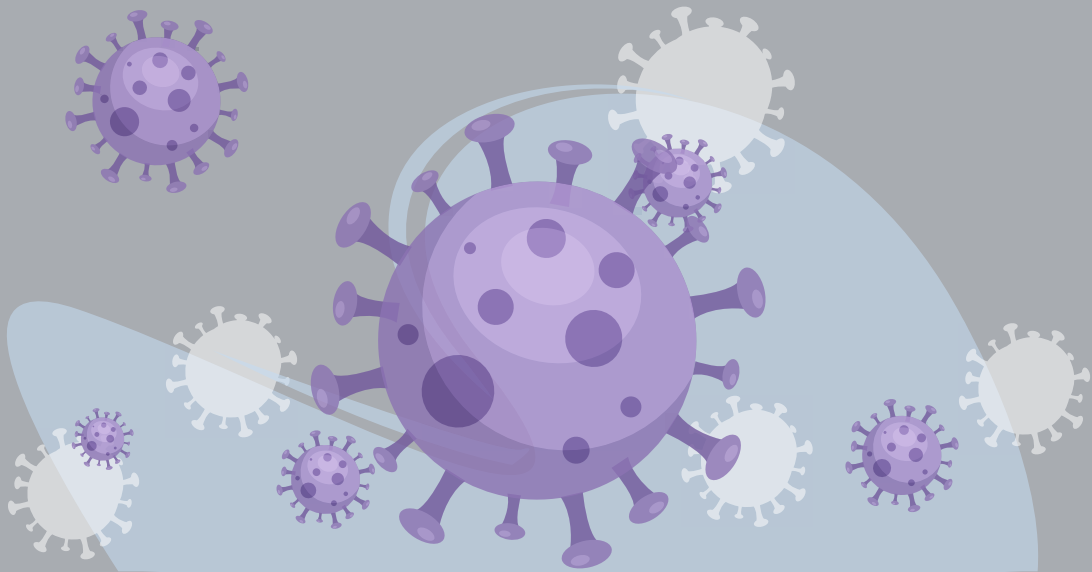


SENANG DEH PUNYA TEMAN KAYA KAMU



Segmen 7

Aktivitas Yang Bisa Dilakukan Pada Masa Covid-19



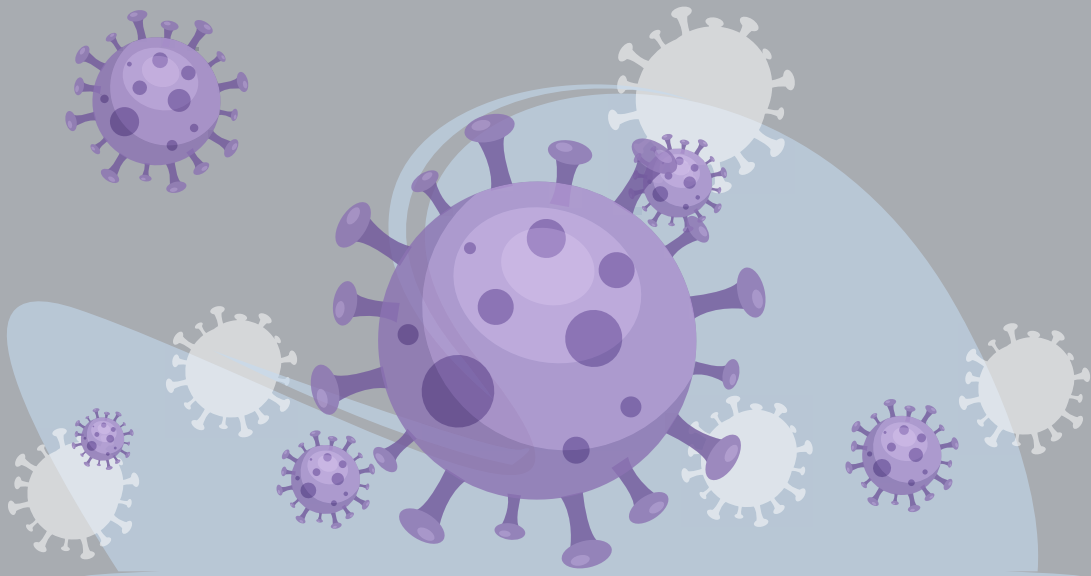








Segmen 8

Saluran/sumber Media Yang
Bisa Digunakan Untuk Memantau
Perkembangan Covid-19







SELAIN BERAKTIVITAS DI RUMAH, KITA
JUGA HARUS SELALU UPDATE TENTANG
PERKEMBANGAN COVID-19 INI



NAH IYA, SUPAYA KITA SELALU WASPADA
DAN TAHU INFORMASI YANG TERBARU



CARA DIPETIN INFORMASI
BARU NYA DIMANA DEL?



MUDAH KOK BIL.

TINGGAL BUKA WEB RESMI DARI WHO
[HTTPS://WWW.WHO.INT/EMERGENCIES/DISEASES/NOVEL-CORONAVIRUS-2019](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019)

NEW YORK TIME
[HTTPS://WWW.NYTIMES.COM/INTERACTIVE/2020/WORLD/CORONAVIRUS-MAPS.HTML](https://www.nytimes.com/interactive/2020/world/coronavirus-maps.html)

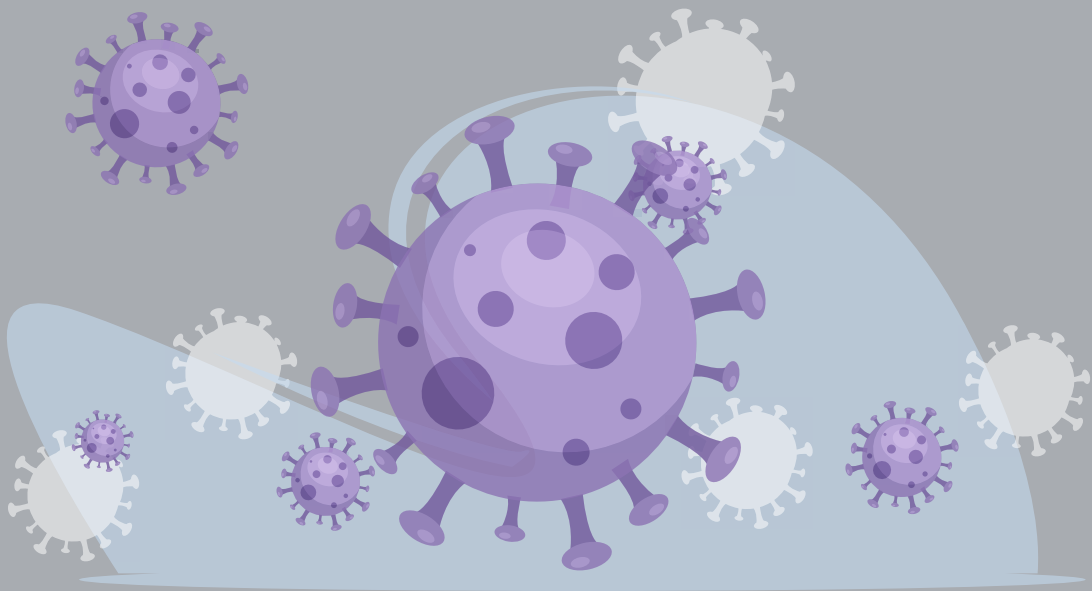
JOHNS HOPKINS UNIVERSITY AND MEDICINE :
[HTTPS://CORONAVIRUS.JHU.EDU/MAP.HTML](https://coronavirus.jhu.edu/map.html)

DAN MASIH BANYAK LAGI. DIJAMIN INFONYA
TERPERCAYA DAN SELALU UPDATE





UCC: Unesa Crisis Center





LCC ITU SINGKATAN DARI UNESA CRISIS CENTRE. HISTORISNYA, UNESA MEMBENTUK TIM UNESA CRISIS CENTER ATAU DISINGKAT LCC PADA 14 MARET 2020. LATAR BELAKANG DIBENTUKNYA TIM LCC INI ADALAH SEBAGAI BENTUK KEPEDULIAN LEMBAGA PADA KESEHATAN CIVITAS AKADEMIK UNESA DALAM MEMPERKECIL PENYEBARAN VIRUS CORONA

TIM YANG DIKETAHI OLEH DIREKTUR PASCASARJANA UNESA, DR. EDY MINTARTO, M. KES DAN SEKRETARIS, DR. DIANA RAHMASARI, S.PSI., M.SI. INI BERANGGOTAKAN DOSEN DAN TENDIK, PERWAKILAN SETIAP FAKULTAS, TIM PSIKOLOG, SERTA BEBERAPA RELAWAN



TRUS, AGENDANYA APA SAJA, DI UCC ML7



MEMILIKI PROGRAM (1) PENANGANAN MAHASISWA LINEA DARI WUHAN, TIONGGOK. HAL YANG DILAKUKAN DIANTARANYA ADALAH: DENGAN MELAKUKAN HOME VISIT KE LAMONGAN PASCA KEPULANGAN 8 MAHASISWA DARI WUHAN UNTUK MEMANTAU KONDISI KESEHATAN DAN PSIKOLOGIS MAHASISWA, KONSELING VIA ONLINE PADA MAHASISWA LINEA YANG MASIH TERTINGGAL DI WUHAN YAITU KHUMAIDI

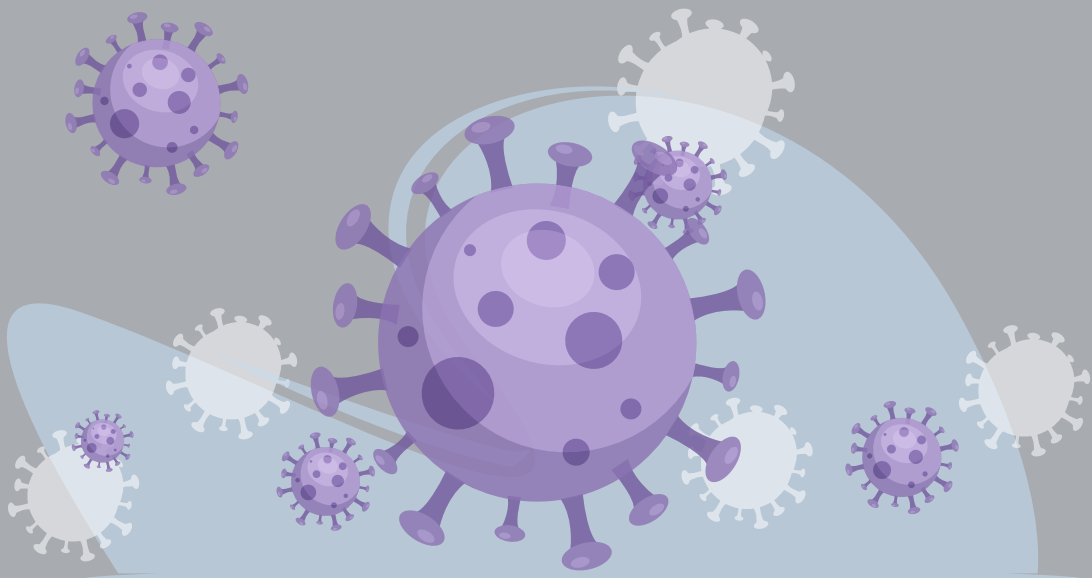
(2) LAYANAN KONSELING UNTUK KONSULTASI PSIKOLOGI ; (3) TIM MEDIS UNTUK LAYANAN KESEHATAN ; (4) DISTRIBUSI BANTUAN SEMBAKO KEPADA MASYARAKAT ; (5) OPEN DONASI ; (6) PEMBERIAN BANTUAN APD KE RUMAH SAKIT, PUSKESMAS, KARANG TARUNA, DAN MASYARAKAT.



MANTAPP, YA, KALAU BEGITU. LINEA PUNYA UCC

Segmen 9

Rumah Sakit Rujukan untuk Covid-19

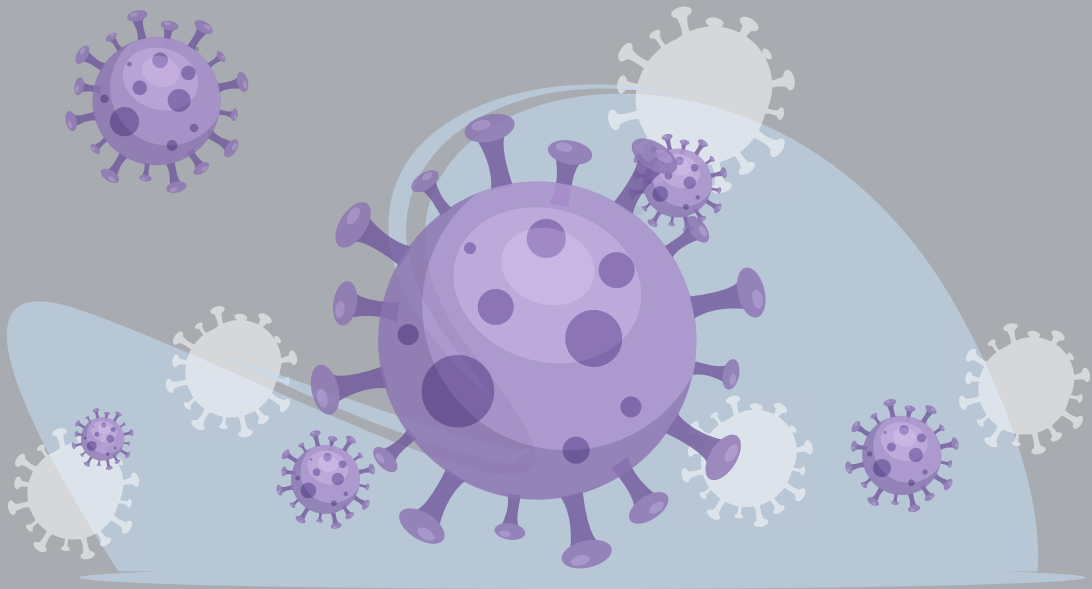






Segmen 10

Aktivitas Penanganan Cabin Fever



Cabin fever adalah reaksi psikis terhadap kondisi lingkungan yang kritis dimana seseorang mengalami gejala stress dan kecemasan yang diakibatkan terlalu lama terkurung dalam rumah. Hal ini banyak terjadi pada masyarakat saat ini pada masa pandemi COVID 19.



Marah
Untuk melawan masalah



Takut
Untuk melindungi kita dari bahaya



Antisipasi
Untuk melihat kedepan dan merencanakan



Terkejut
Untuk fokus kita pada situasi yang baru



Gembira
Untuk mengingatkan kita apa yang penting



Sedih
Untuk menghubungkan kita dengan mereka yang kita cintai



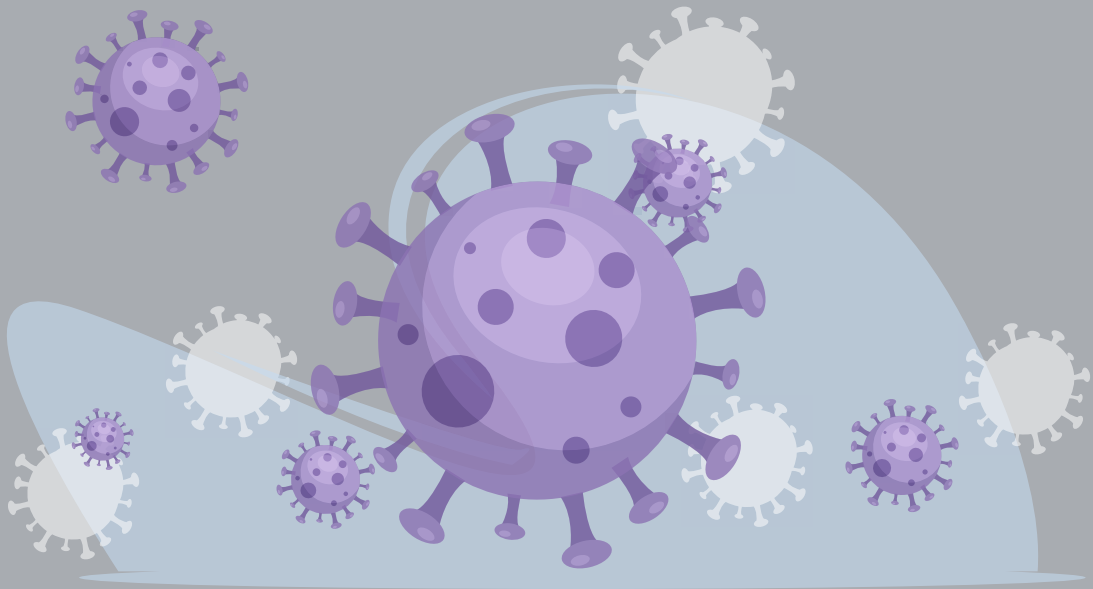
Kepercayaan
Untuk menghubungkan dengan orang yang butuh pertolongan



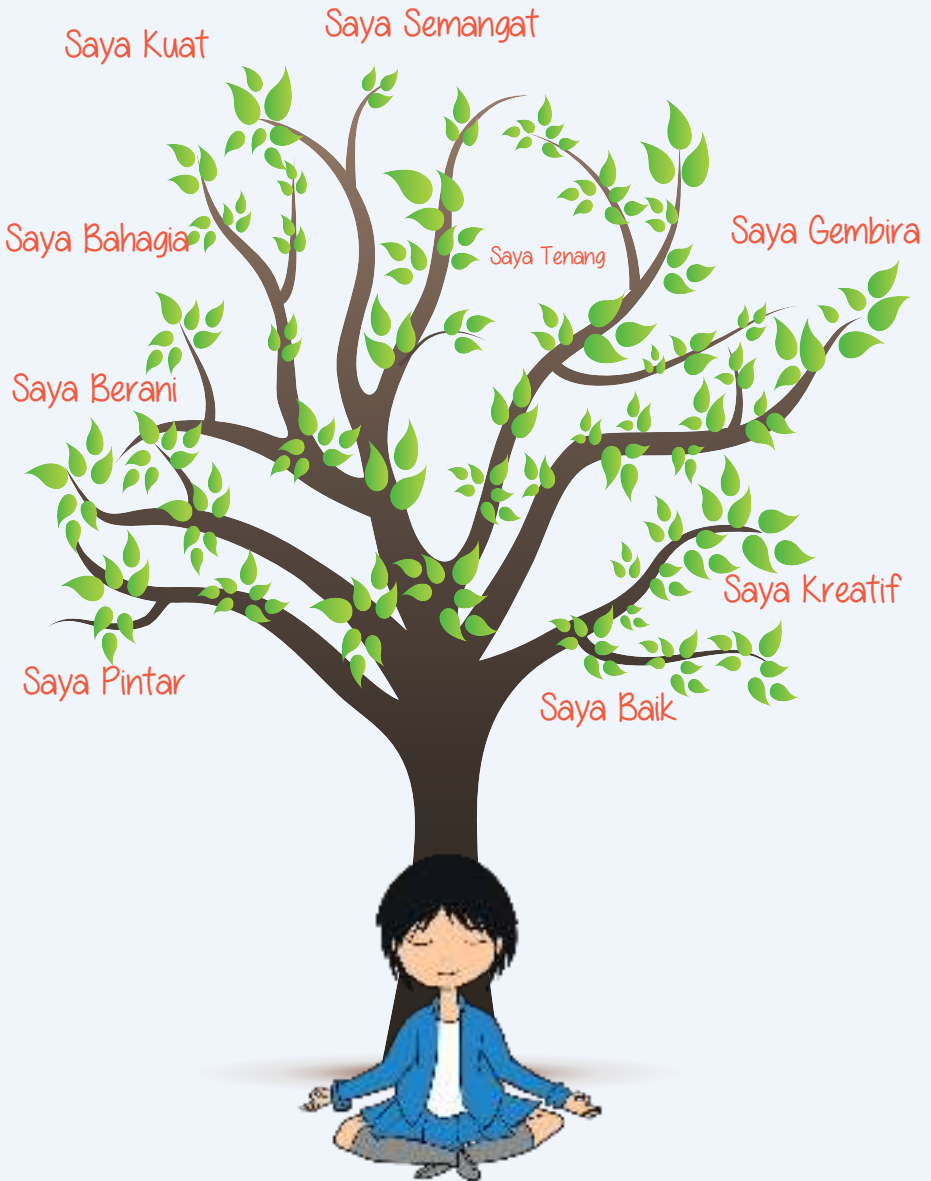
Memuakkan
Untuk menolak apa yang tidak menyenangkan

Segmen II

C19-CBT Worksheet



Covid-19 Cognitive Behavior Therapy, adalah penanganan healing emosi, kecemasan dan stress pada masa pandemi.



Sumber Rujukan

Berger, S. A. (2020). COVID-19, MERS and SARS: Global status. Los Angeles: Gideon

<https://www.unesa.ac.id/unesa-bentuk-unesa-crisis-center-ucc-untuk-cegah-penyebaran-covid-19>

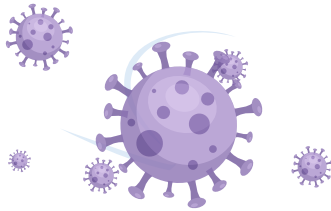
<https://covid19.go.id>

www.who.covidstatus

[https://covid19.kemkes.go.id/.](https://covid19.kemkes.go.id/)

[https://www.nytimes.com/interactive/2020/world/coronavirus-maps.html,](https://www.nytimes.com/interactive/2020/world/coronavirus-maps.html)

Para pembaca yang budiman, setelah membaca komik ini, kami mohon partisipasinya untuk mengisi angket. Isi angket tersebut berkaitan dengan tanggapan pembaca terhadap Covid Therapy Covid (CTC) yang berkaitan dengan terapi bahasa dan psikologi. Harapannya, melalui angket tersebut pembaca bisa melakukan selfhealing dan kami juga bisa mendeteksi sampai sejauh mana kontribusi CTC tersebut kepada masyarakat dalam kaitannya dengan Covid-19. Silakan klik dan isi respons Anda di https://bit.ly/comic_covid Terima kasih.

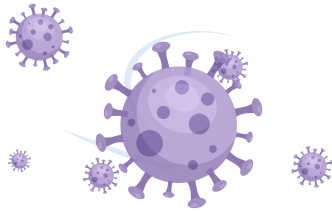




“

Sabar menghadapi
cobaan

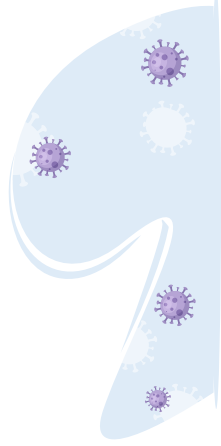
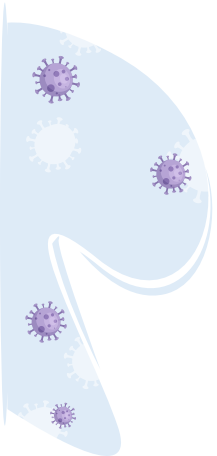
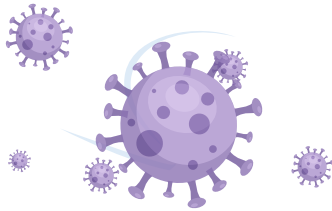
”



“

Berusaha dan
berdoa

”





“

Tetap berkarya
dalam keterbatasan

”

