

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM KEPERAWATAN

PENYULUHAN DUKUNGAN KESEHATAN JIWA DAN PSIKOSOSIAL (DKJPS) COVID-19 PADA MASYARAKAT KATEGORI “ORANG SEHAT” DI BEKASI SELATAN

Omega DR Tahun¹

Prodi Keperawatan, STIKES Abdi Nusantara

RIWAYAT ARTIKEL

Diterima: 2 Feb 2022

Disetujui: 25 Feb 2022

KONTAK PENULIS

Omega DR Tahun
Prodi Keperawatan,
STIKES Abdi Nusantara

ABSTRAK

Pendahuluan: Mewabahnya virus corona (COVID-19) saat ini, menjadi ancaman dan tantangan besar bagi seluruh negara di dunia, termasuk Indonesia. Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah namun belum menunjukkan penurunan jumlah kasus. Hal ini menimbulkan masalah baru (stressor) bagi masyarakat salah satunya adalah masalah psikologis. Beredarnya informasi yang tidak adekuat (hoax), kesulitan berinteraksi sosial, masalah ekonomi, ketidakpastian akan berakhirnya masa pandemi dan lainnya membuat masyarakat menjadi mudah khawatir, panik, khawatir, cemas, gelisah, stres, tertekan, takut dan berbagai masalah psikologis lainnya

Metode: Metode yang digunakan dengan empat tahap yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap evaluasi, dan tahap lanjutan

Hasil: Terdapat peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan tentang pengetahuan dan kemampuan melakukan relaksasi akibat covid-19 pada seluruh peserta penyuluhan

Kesimpulan: Seluruh peserta penyuluhan mampu memahami pengertian, tujuan, manfaat dari kegiatan penkes dan mampu mengaplikasikan cara mengatasi ansietas dan mempertahankan edukasi tersebut pada tindakan sehari-hari sehingga terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap yang signifikan

Kata Kunci: DKJPS, Covid-19, Orang Sehat, Penyuluhan Kesehatan

1. PENDAHULUAN

Penyebaran kasus virus corona (covid-19), menjadi ancaman serius dan tantangan terbesar bagi seluruh negara didunia, termasuk Indonesia. Jumlah kasus virus corona di seluruh dunia masih terus mengalami peningkatan. Melansir data Worldometers dalam Kompas tertanggal 23 Juli 2020 melaporkan bahwa, jumlah kasus virus corona tercatat sebanyak 15.347.848 kasus. Dari angka itu, 625.110 orang meninggal dunia dan jumlah yang sembuh sebanyak 9.332.230 orang. Berdasarkan laporan Gugus Tugas Nasional Percepatan Penanggulangan Covid-19 per-tanggal 27 Juli 2020 disebutkan bahwa 95.418 kasus terkonfirmasi positif, 36.808 kasus dalam perawatan (38,6%), 53.945 kasus dinyatakan sembuh (56,5%), dan 4.665 kasus meninggal dunia ((4,9%) sedangkan 53.702 kasus suspek Covid-19.

Jumlah kasus baru positif Covid-19 di Bekasi Selatan meningkat signifikan dari waktu ke waktu dan dinyatakan dalam level masih tertinggi. Meskipun tidak dilaporkan dalam provinsi dengan kasus terbesar, namun Provinsi Bekasi Selatan berada pada posisi ke - 11 dari total 34 provinsi di Indonesia dengan jumlah 2.162 kasus terkonfirmasi positif, 978 kasus dinyatakan sembuh dan 119 kasus meninggal dunia. hal ini menyebabkan berbagai upaya percepatan penanggulangan wabah Covid-19 telah dilakukan oleh pemerintah dengan

memperhatikan berbagai aspek kehidupan masyarakat. Dimulai dengan peraturan dan kebijakan di lintas sektor sampai kepada kebijakan Penerapan Sosial Berskala Besar (PSBB), antara lain: 1) Peliburan sekolah dan tempat kerja; 2) Pembatasan kegiatan keagamaan; 3) Pembatasan kegiatan di tempat/fasilitas umum; 4) Pembatasan kegiatan sosial budaya; 5) Pembatasan moda transportasi; dan 6) Pembatasan kegiatan lainnya terkait aspek pertahanan dan keamanan. Hal tersebut dilakukan dalam upaya memperkecil meluasnya dampak penularan Covid-19 di masyarakat. Namun secara tidak langsung berbagai kebijakan tersebut menimbulkan stresor bagi masyarakat karena harus beradaptasi dengan situasi pandemi dengan instan termasuk penerapan berbagai protokol kesehatan baru sehingga sangat jelas berdampak pada psikososial masyarakat.

Berbagai dampak yang dirasakan sebagai pemicu masalah pikososial yaitu meningkatnya prevelensi kasus terkonfirmasi positif secara cepat di berbagai wilayah, beredarnya informasi yang tidak adekuat serta ketidakpastian akan keberhasilan program perawatan dan pengobatan pasien positif Covid-19 maupun ketidakpastian kapan pandemi ini berakhir, secara langsung menjadi sumber ancaman sehingga menyebabkan masyarakat menjadi mudah panik, cemas, gelisah, stres, merasa tertekan, takut dan bersikap maladaptif menghadapi situasi pandemi seperti ini (DKJPS, 2020).

Hal ini bisa dilihat dari data yang ditemukan dilapangan bahwa beberapa warga mengatakan takut terpapar dengan virus corona, cemas bila bertemu dengan orang baru, dan lainnya yang mengindikasi adanya gangguan kecemasan. Berdasarkan paparan diatas, maka pemberian penyuluhan kesehatan tentang dukungan jiwa dan psikososial terkait pandemi covid-19 dirasakan perlu untuk dilaksanakan pada wilayah Bekasi Selatan, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan warga dan memperkuat imunitas fisik dan jiwa dan menjadikan Bekasi Selatan menjadi wilayah dengan tingkat kesiapan yang adekuat dalam menjalankan adapttatanan/perilaku hidup baru (*new normal*) di masa pandemi Covid-19 ini.

2. METODE

Kegiatan penyuluhan kesehatan DKJPS COVID-19 pada kategori “orang sehat” di Bekasi Selatan ini menggunakan metode ceramah dan praktik menggunakan video (gerak dan lagu). Kegiatan ini dilakukan dengan cara mendatangi warga masyarakat usia dewasa dirumahnya masing-masing (*accidental sampling*). Metode ini dipilih karena saat pelaksanaan kegiatan bersamaan dengan pandemi covid-19 sehingga tim tidak mengumpulkan peserta penyuluhan pada satu lokasi sebagaimana biasanya. Seluruh proses pelaksanaan kegiatan mematuhi penerapan protokol kesehatan yang berlaku dan dikoordinir oleh pihak kelurahan dan kecamatan.

Adapun pelaksanaan kegiatan ini terbagi menjadi 3 tahapan yaitu :

- 1) Tahap persiapan, diawali dengan koordinasi dengan pihak kecamatan dan kelurahan, penyusunan *pre-planning*, pembagian kelompok (tim fasilitator), persiapan alat dan bahan
- 2) Tahap pelaksanaan, tim melaksanakan kegiatan penyuluhan dengan cara langsung mendatangi rumah warga dengan bantuan kader kesehatan dan kepala lingkungan. Tim menjelaskan tujuan kegiatan, mengkaji pengetahuan awal tentang covid-19 dan skoring tingkat ansietas (*pre-test*), memberikan ceramah singkat tentang covid-19, ara penularan, cara pencegahan dan disertai latihan relaksasi mengatasi ansietas
- 3) Tahap evaluasi, meminta peserta penyuluhan termasuk keluarga yang mendampingi untuk menceritakan/ memperagakan kembali tentang materi dan latihan relaksasi yang diajarkan sebelumnya. Selanjutnya, mengkaji pengetahuan tentang pengetahuan dan kemampuan melakukan latihan relaksasi (*post-test*). Kegiatan ini berhasil menjangkau sebanyak 53 masyarakat dewasa (usia 30 – 60 tahun)
- 4) Tahap lanjutan, memberikan video edukasi tentang latihan relaksasi yang sudah diajarkan melalui kiriman *whatsapp/bluetooth* kepada seluruh peserta penyuluhan maupun kepada kader kesehatan

dan pimpinan desa agar dapat dijadikan sebagai bahan latihan maupun diagikan kepada warga masyarakat yang belum sempat mengikuti kegiatan ini. Hal ini dilakukan agar edukasi ini dapat diterima oleh seluruh masyarakat dan latihan relaksasi dapat dilatih secara kontinyu sehingga warga desa Seretan dapat memelihara kesehatan fisik dan psikologisnya di masa pandemi ini.

3. HASIL

Kegiatan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah di Bekasi Selatan ini berlangsung pada tanggal 11-12 Agustus 2020 dengan dibantu oleh 10 orang mahasiswa, 3 tokoh masyarakat, 3 kader kesehatan dan berhasil menjangkau sebanyak 53 masyarakat dewasa (usia 30 – 60 tahun).

Berikut ini dilampirkan foto kegiatan penyuluhan kesehatan di Bekasi Selatan (Gambar 1)



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan PKM

4. PEMBAHASAN

Seluruh proses pelaksanaan dapat dilaksanakan dengan baik sesuai dengan *Planning of Action* (POA). Adapun hambatan yang ditemui adalah, tidak semua masyarakat berada di rumah dikarenakan kegiatan dilangsungkan pada jam kerja, sebagian masyarakat berada diluar rumah (di kebun maupun tempat kerja lainnya). Selama proses pelaksanaan, para peserta penyuluhan sangat antusias menerima materi dan mampu mengikuti seluruh kegiatan dengan baik. Tidak ada peserta *drop-out* yang dilaporkan/ ditemui oleh tim. Adapun hasil yang didapatkan yaitu terdapat peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan tentang pengetahuan dan kemampuan melakukan relaksasi akibat covid-19 pada seluruh peserta penyuluhan. Hal ini nampak pada hasil *pre* dan *post-test*. Seminggu setelah kegiatan pelaksanaan, kader kesehatan melaporkan bahwa peserta penyuluhan masih terus menerapkan prosedur merawat gigi dan mulut serta saling mengedukasi antar satu dengan lainnya dan kegiatan latihan relaksasi dijalankan dengan antusias.

Berdasarkan hasil yang didapatkan tersebut terlihat bahwa kegiatan Dukungan Kesehatan Jiwa Psikososial (DKJPS) Covid-19 pada masa pandemi Covid-19 ini sangat diperlukan oleh masyarakat. Hal ini karena didalam kegiatan DKJPS akan diberikan pengetahuan secara kognitif dan psikomotor tentang pencegahan dampak fisik dan psikososial akibat covid-19 agar masyarakat (Keliat dkk, 2020)

5. KESIMPULAN

Adapun kesimpulan dari pelaksanaan penyuluhan DKJPS Covid-19 pada masyarakat kategori “orang sehat” di Bekasi Selatan yaitu seluruh peserta penyuluhan mampu memahami pengertian, tujuan, manfaat dari kegiatan penkes dan mampu mengaplikasikan cara mengatasi ansietas dan mempertahankan edukasi tersebut pada tindakan sehari-hari sehingga terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap yang signifikan

6. DAFTAR PUSTAKA

- Keliat, dkk (2020) *Mental Health and Psychosocial Support Covid-19: Keperawatan Jiwa*. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
- Aida, R.N. (2020, Juli 23). Update Virus Corona Dunia 23 Juli 2020: 15,3 Juta
- Orang Terinfeksi <https://www.kompas.com/tren/read/2020/07/23/082543665/updates-virus-corona-dunia-23-juli-2020-153-juta-orang-terinfeksi-ketegangan?page=all>, diakses tanggal 24 Juli 2020
- Keliat, B. A., Hamid, A. Y. S., Putri, Y. S. E., Daulima, N. H. C., Wardani, I. Y., Susanti, H., Hargiana, G., & Panjaitan, R. U. (2019). *Asuhan keperawatan jiwa*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran, EGC
- Kementerian Kesehatan RI (2019). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-2019)*.
- Kementerian Luar Negeri RI (2020, April 22) *Kebijakan Pemerintah Republik*

- Indonesia Terkait Wabah Covid-19)
<https://kemlu.go.id/brussels/id/news/6349/kebijakan-pemerintah-republik-indonesia-terkait-wabah-covid-19#:~:text=Peraturan%20Pemerintah%20Nomor%2021%20tahun,provinsi%20atau%20kabupaten%20kota%20tertentu>. diakses tanggal 24 Juli 2020
- Koernia.(2020, Mei 27). Covid-19 dan Bencana Nasional
<https://puspensos.kemsos.go.id/covid-19-dan-bencana-nasional#:~:text=Kondisi%20seperti%20saat%20sekarang%20Ini,untuk%20menanggulangnya%20agar%20secepatnya%20selesai>. diakses tanggal 24 Juli 2020.
- Putri, S.G (2020, Juni 11). WHO: Pandemi Covid-19 Memburuk, Bukan Saatnya Bersantai.
<https://www.kompas.com/sains/read/2020/06/11/080400523/who--pandemi-covid-19-memburuk-bukan-saatnya-bersantai?page=all> diakses tanggal 24 Juli 2020
- Satuan Gugus Tugas Covid-19 Nasional RI (2020, Juli 20)
<https://covid19.go.id/peta-sebaran>, diakses tanggal 24 Juli 2020
- Satuan Gugus Tugas Covid-19 Provinsi Sulawesi Utara (2020, Juli 23)
<https://corona.sulutprov.go.id/>, diakses tanggal 24 Juli 2020
- Utami, dkk (2020). Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial Pada Pandemi Covid-19. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- WHO (2020) *Mental health and psychosocial considerations during the COVID- 19 outbreak*.
 WHO (2020). <https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa-for-public>, diakses tanggal 24 Juli 2020.