

PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG KESEHATAN JIWA PADA SITUASI PANDEMIK COVID-19 DI DESA BONGKUDAI SELATAN

Syenshie V. Wetik¹, Angela Laka¹, Cindi T. M. Oroh¹, Vervando J. Sumilat¹

¹Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik De La Salle Manado

E-mail Penulis Korespondensi: swetik@unikadelasalle.ac.id

ABSTRACT

South Bongkudai Village is one of the villages under Moat District, East Bolaang Mongondow Regency. A pandemic situation causes people to experience various life difficulties, such as losing their jobs or sources of income and experiencing challenges in economic and other factors that impact all aspects of life. Providing education through health education about psychosocial problems that arise in pandemic situations is expected to increase residents' knowledge to become more familiar with psychosocial and psychosomatic disorders. It can strengthen physical and mental immunity so that Bongkudai Village becomes an area with an adequate level of readiness to adapt to new life behaviors. new normal) during this pandemic.

Keywords: *Psychosocial, Health Counseling, Education*

ABSTRAK

Desa Bongkudai Selatan merupakan salah satu desa yang secara administratif berada di bawah Kecamatan Moat, Kabupaten Bolaang Mongondow Timur. Adanya situasi pandemi menyebabkan masyarakat mengalami berbagai kesulitan hidup seperti kehilangan pekerjaan atau sumber penghasilan, mengalami kesulitan pada factor ekonomi dan lainnya sehingga berdampak pada seluruh aspek kehidupannya. Pemberian edukasi melalui kegiatan penyuluhan Kesehatan tentang masalah psikososial yang muncul di situasi pandemi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan warga untuk lebih mengenal gangguan mengenai gangguan psikososial dan psikosomatis serta dapat memperkuat imunitas fisik dan jiwa sehingga dapat menjadikan Desa Bongkudai menjadi wilayah dengan tingkat kesiapan yang adekuat dalam menjalankan adaptasi perilaku hidup baru (*new normal*) di masa pandemi ini.

Kata Kunci: Psikososial, Penyuluhan Kesehatan, Edukasi

PENDAHULUAN

Desa Bongkudai Selatan merupakan salah satu desa yang secara administratif berada di bawah Kecamatan Moat, Kabupaten Bolaang Mongondow Timur. Berdasarkan data pada bulan Februari 2021 dilaporkan bahwa Kecamatan Moat pernah menduduki posisi ke-5 penderita Covid-19 terbanyak di Kabupaten Bolaang Mongondow. Adanya situasi pandemik seperti ini menyebabkan masyarakat mengalami berbagai kesulitan hidup misalkan kehilangan pekerjaan atau sumber penghasilan, mengalami kesulitan pada faktor ekonomi dan lainnya sehingga berdampak pada seluruh aspek kehidupannya. Berbagai permasalahan yang dialami masyarakat berdampak pada kondisi fisik dan psikologis misalkan kelelahan, susah tidur, menjadi malu, murung, merasa tidak berdaya dan tidak berharga, konflik dalam rumah tangga, emosi tidak terkendali bahkan sampai berpikir untuk mengakhiri hidup. Hal tersebut terjadi karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang kesehatan jiwa.

Kesehatan jiwa menjadi isu yang paling penting diangkat pada situasi pandemik virus corona (COVID-19) ini. Hal ini dapat dilihat dari berbagai dampak yang dirasakan oleh masyarakat antara lain stres, mudah cemas akan berbagai hal, gangguan pola tidur, perilaku obsesif terkait kuman, takut untuk melakukan interaksi sosial dan lingkungan, mudah menangis, merasa kesepian, depresi, *Post Traumatic Syndrome Disorder* (PTSD) hingga perilaku bunuh diri. Berbagai kondisi psikologis yang terjadi tersebut tentunya akan berdampak pula pada kondisi fisiologis dan kualitas hidup manusia.

Berdasarkan pemaparan di atas, pemberian edukasi melalui kegiatan penyuluhan kesehatan tentang masalah psikososial yang muncul di masa pandemi Covid-19 sangat penting sehingga masyarakat dapat memperoleh informasi yang adekuat tentang Covid-19 dan meningkatkan pengetahuan masyarakat untuk lebih mengenal tentang gangguan psikososial dan psikosomatis yang dirasakan akibat pandemi Covid-19.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran utama pelaksanaan kegiatan ini adalah masyarakat Desa Bongkudai Selatan termasuk aparat pemerintah, kader kesehatan/ posyandu dan tokoh masyarakat berusia > 20 tahun. Metode kegiatan yang dilakukan adalah ceramah, demonstrasi dan diskusi tanya jawab. Langkah-langkah kegiatan dilaksanakan dalam 4 (empat) sesi yang terdiri dari:

1. Sesi pertama yaitu melakukan evaluasi awal tentang pengetahuan warga terkait dengan masalah kesehatan jiwa menggunakan metode tanya jawab
2. Sesi kedua yaitu memberikan penjelasan tentang masalah kesehatan jiwa yang terjadi di masyarakat sebagai dampak dari situasi pandemik Covid-19
3. Sesi ketiga yaitu mendemonstrasikan latihan relaksasi yang dapat digunakan untuk mencegah dan mengatasi masalah kesehatan jiwa yang dirasakan
4. Sesi keempat yaitu memberikan kesempatan kepada peserta untuk berdiskusi terkait materi yang disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk penyuluhan kesehatan tentang "Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Kesehatan Jiwa Pada Situasi Pandemi Covid-19" ini dilaksanakan dengan jumlah peserta yang diundang untuk mengikuti kegiatan

ini yang dibatasi kurang dari 20 peserta. Hal ini dilakukan karena masih dalam situasi pandemik Covid-19 sehingga diupayakan untuk tetap menerapkan protokol kesehatan sesuai anjuran pemerintah antara lain membatasi jumlah peserta, menerapkan *social distancing* dan penggunaan alat pelindung diri (masker) dan menyiapkan *hand sanitizer*.

Kegiatan ini diawali dengan sambutan yang dibawakan oleh Lurah Bongkudai Selatan. Setelah itu, dilanjutkan pada kegiatan penyampaian materi yang dibagi menjadi 4 (empat) sesi, yaitu: 1) sesi pertama, melakukan evaluasi awal tentang pengetahuan warga terkait dengan masalah kesehatan jiwa menggunakan metode tanya jawab. 2) Sesi kedua, memberikan penjelasan tentang masalah kesehatan jiwa yang terjadi di masyarakat sebagai dampak dari situasi pandemic covid-19. 3) Sesi ketiga, mendemonstrasikan latihan relaksasi yang dapat digunakan untuk mencegah dan mengatasi masalah kesehatan jiwa yang dirasakan. 4) Sesi keempat, memberikan kesempatan kepada peserta untuk berdiskusi terkait materi yang disampaikan.

Secara keseluruhan kegiatan ini berlangsung interaktif. Hal ini terlihat dari antusiasme yang ditunjukkan oleh seluruh peserta. Seluruh peserta terlihat mengikuti dengan seksama setiap penjelasan yang diberikan dan langsung merefleksikan dalam kehidupan sehari-hari. Pada sesi demonstrasi, seluruh peserta terlihat mampu beradaptasi dan mengikuti latihan yang diberikan hingga mampu melakukan secara mandiri. Pada sesi diskusi, peserta tampak antusias bertanya sambil menceritakan pengalaman tentang kesehatan jiwa yang dirasakan selama situasi pandemik. Di akhir sesi, peserta mengungkapkan kesan dan pesan terkait pelaksanaan kegiatan ini yaitu merasa sangat bermanfaat, menambah wawasan baru karena belum pernah memperoleh pengetahuan kesehatan jiwa yang dirasakan sangat relevan dengan pengalaman yang dirasakan saat ini terkait situasi pandemik Covid19 ini.

Isu akan permasalahan kesehatan jiwa sebagai dampak dari situasi pandemik Covid-19 ini menjadi tantangan besar di Tahun 2021. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) menyebutkan bahwa 69% masyarakat terdeteksi mengalami gangguan psikologis berupa kecemasan (68%), depresi (67%), dan trauma psikologis (77%) hingga depresi dan memikirkan kematian (49%) di situasi pandemik ini (Himapsikologi, 2020). Hal yang sama juga dilaporkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (KEMENKES RI) bahwa terjadi peningkatan kasus yang signifikan pada masalah kesehatan jiwa antara tahun 2019 dengan jumlah 197 ribu kasus dan di Tahun 2021 menjadi 277 ribu kasus sebagai dampak dari pandemi Covid-19 (Susanto, 2020). Hal ini terjadi karena dampak yang ditimbulkan oleh Covid-19 tidak hanya pada faktor kesehatan melainkan meluas pada seluruh aspek kehidupan khususnya Bidang Ekonomi (Fundrika & Varwati, 2021).

Adapun dokumentasi kegiatan yang telah dilakukan dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Berbagai permasalahan kesehatan jiwa sebagai akibat dari situasi pandemik ini belum dapat tertangani dengan baik. Hal tersebut dapat dilihat dari minimnya perhatian dan akses pelayanan kesehatan jiwa yang diterima oleh seluruh masyarakat Indonesia yang artinya belum setara dengan kesehatan. Hal ini terlihat dari belum adanya kampanye besar-besaran tentang kesehatan mental bagi masyarakat bila dibandingkan dengan penyakit kronis lainnya yang sangat mudah diakses di berbagai media massa. Kecenderungan kurang terbuka mencari pertolongan bila mengalami masalah kesehatan mental akibat kurangnya pengetahuan, persepsi negatif bahkan takut mendapat stigma karena kasus seperti ini sering dianggap sepele dan belum dianggap sebagai kasus yang *urgent* untuk diselesaikan (Primastiwi, 2018). Adanya stigma yang kuat terhadap orang dan keluarga dengan masalah gangguan kesehatan jiwa di lingkungan masyarakat Indonesia menyebabkan masyarakat enggan untuk melakukan upaya rehabilitatif (Dewi *et al.*, 2020).

Adapun beberapa upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk mengatasi gelombang masalah kesehatan jiwa yang terjadi pada masyarakat Indonesia. Pada bulan April 2021, peluncuran layanan bantuan konsultasi kesehatan jiwa (SEJIWA) untuk mencegah ancaman gangguan psikologis bagi masyarakat dengan cara menghubungi layanan *hotline* 119 ext 8. KEMENKES RI menerbitkan buku Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (DKJPS) sebagai bentuk upaya promotif dan preventif bagi masyarakat serta berkerjasama dengan HIMPSI dan Ikatan Perawat Keperawatan Jiwa memberikan pelatihan bagi tenaga kesehatan masyarakat umum dalam membentuk Desa Siaga Covid-19 (Winurini, 2020). Namun kegiatan tersebut tentunya belum sepenuhnya dapat menjangkau seluruh masyarakat Indonesia sehingga pemberian edukasi terkait masalah kesehatan jiwa di masyarakat menjadi hal yang sangat penting untuk dilakukan agar dapat membangun persepsi positif tentang kesehatan jiwa sehingga besar harapannya masyarakat dapat memiliki kesadaran yang baik dalam menjaga kesehatan fisik maupun mental secara seimbang.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang berbagai masalah kesehatan jiwa yang dirasakan akibat dampak Covid-19. Selain itu, masyarakat memiliki kemampuan tentang berbagai teknik relaksasi yang dapat dipakai untuk mencegah dan mengatasi masalah kesehatan jiwa yang muncul. Penyuluhan kesehatan sangat efektif dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental masyarakat. Hal ini didukung oleh hasil penyuluhan kesehatan terhadap masyarakat tentang kesehatan jiwa yang menunjukkan terjadinya peningkatan

(Wibowo & Zen, 2020). Penyuluhan kesehatan berbasis Dukungan Kesehatan Jiwa Psikososial (DKJPS) sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang dampak psikososial di masa pandemi Covid-19 (Wetik *et al.*, 2021). Peningkatan pengetahuan masyarakat melalui kegiatan edukasi berbasis DKJPS ditemukan efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat pada kelompok kategori ojek *online* (Ausrianti *et al.*, 2020).

PENUTUP

Adapun kesimpulan yang dapat diperoleh adalah terjadi peningkatan pengetahuan tentang Kesehatan jiwa pada situasi pandemi Covid-19 dan terjadi peningkatan terhadap kemampuan relaksasi masyarakat dalam mencegah dan mengatasi masalah Kesehatan jiwa.

Mengingat besarnya manfaat kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, maka selanjutnya perlu dilakukan kegiatan serupa pada kelompok masyarakat yang lebih kecil dan kesinambungan program pasca kegiatan dengan pihak kelurahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ausrianti R, Andayani RP, Surya O, Suryani, U. 2020. Edukasi Pencegahan Penularan Covid 19 serta Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial pada Pengemudi Ojek *Online*. *Jurnal Peduli Masyarakat*. 1(2): 59-64.
- Dewi EI, Wuryaningsih EW, Susanto T. 2020. Stigma Against People with Severe Mental Disorder (PSMD) with Confinement "Pemasungan". *Nursel.ine Journal*. 4(2): 131.
- Fundrika AB, Varwati L. 2021. Empat Faktor yang Bisa Jadi Pemicu Stres Selama Pandemi. [diakses 21 Februari 2021]. Tersedia pada: <https://www.suara.com/health/>
- Susanto, D. 2020. Kasus Gangguan Jiwa di Indonesia Meningkat Selama Masa Pandemi. [diakses Oktober 2020]. Tersedia pada: <https://mediaindonesia.com/humaniora/>
- Wetik SV, Polii, GB, Lumowa, F. 2021. Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (DKJPS) Covid-19 pada Masyarakat Kategori "Orang Sehat" di Desa Seretan Kecamatan Lembean Timur, Sulawesi Utara. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*. 4(1): 213-218. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i1.3247>
- Wibowo DA, Zen DN. 2020. PENTINGNYA PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG KESEHATAN JIWA DI DUSUN CIMAMUT KABUPATEN CIAMIS. *Abdimas Galuh*. 2(1): 65.