



EDUKASI DUKUNGAN KESEHATAN PSIKOSOSIAL PADA SISWA AKIBAT PEMBELAJARAN DARING DI SAAT PANDEMI COVID-19

Ulfa Suryani^{1*}, Yola Yolanda², Velga Yazia³, Nurleny⁴

¹²³⁴STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

*Email: ulfasuryani1803@gmail.com

ABSTRAK

Belakangan ini diketahui bahwa munculnya suatu penyakit dengan indikasi umum pada penderitanya yaitu kesulitan bernafas, penyakit ini dikenal sebagai COVID-19 yang ditemukan pertamakali pada November 2019. Penyakit ini punya karakter sangat cepat penyebarannya, dengan berinteraksi jarak dekat serta bersentuhan dengan penderita, maka sudah bisa mengantarkan seorang terjangkit penyakit ini. Sehingga para ahli kesehatan menyarankan untuk melakukan *social distancing*, *physical distancing* dan *stay at home*. Terus merebaknya penyakit ini ke berbagai tempat di berbagai Negara, mengantarkan kita harus bisa beradaptasi dengan situasi ini. Hal ini meyebabkan banyak pemerintah di berbagai negara melakukan tindakan seperti melakukan karantina, isolasi sosial, penutupan perkantoran, penutupan lembaga pendidikan. Terkait dengan kebijakan untuk melakukan aktivitas di rumah. Kemendikbud telah mengeluarkan edaran tentang pelaksanaan pembelajaran daring sebagai upaya pencegahan penyebaran covid-19. Sistem pembelajaran yang sebelumnya tatap muka memberikan beberapa dampak terhadap siswa yang menjalani pembelajaran sistem daring pada saat pandemi covid19 ini. Karena daring menyebabkan siswa beradaptasi dengan cara pembelajaran baru sehingga dapat mengganggu pada psikologis serta berdampak pada sosial siswa akibat belajar dari rumah. Situasi dan dampak dari daring yang dirasakan siswa membutuhkan perhatian dan penanganan yang segera sehingga tidak menjadi gangguan jiwa maupun psikososial yang lebih serius. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan siswa dalam mengantisipasi dan menjaga kesehatan psikososial akibat pembelajaran daring di saat pandemi-covid-19.

Kata kunci : Covid-19; Daring; Psikososial; Siswa

ABSTRACT

Recently, it has been known that the emergence of a disease with a common indication in the sufferer is difficulty in breathing, this disease is known as COVID-19 which was first discovered in November 2019. This disease has a very fast spreading character, by interacting with close proximity and coming into contact with the sufferer, it is possible deliver a person infected with this disease. So that health experts recommend doing social distancing, physical distancing and staying at home. The continued spread of this disease to various places in various countries has led us to be able to adapt to this situation. This has led many governments in various countries to take actions such as carrying out quarantine, social isolation, closing offices, closing educational institutions. Related to the policy for doing activities at home. The Ministry of Education and Culture has issued a circular on the implementation of online learning as an effort to prevent the spread of covid-19. The previously face-to-face learning system had several impacts on students who were undergoing online system learning during the COVID19 pandemic. Because online causes students to adapt to new ways of learning so that it can be psychologically disruptive and have an impact on students' social consequences from learning from home. The situation and the impact that students feel online requires immediate attention and treatment so that they do not become more serious mental or psychosocial disorders. The purpose of this activity is to increase students' knowledge in anticipating and maintaining psychosocial health due to online learning during the Covid-19 pandemic. Recently, it has been known that the emergence of a disease with a common indication in the sufferer is difficulty in

breathing, this disease is known as COVID-19 which was first discovered in November 2019. This disease has a very fast spreading character, by interacting with close proximity and coming into contact with the sufferer, it is possible deliver a person infected with this disease. So that health experts recommend doing social distancing, physical distancing and staying at home. The continued spread of this disease to various places in various countries has led us to be able to adapt to this situation. This has led many governments in various countries to take actions such as carrying out quarantine, social isolation, closing offices, closing educational institutions. Related to the policy for doing activities at home. The Ministry of Education and Culture has issued a circular on the implementation of online learning as an effort to prevent the spread of covid-19. The previously face-to-face learning system had several impacts on students who were undergoing online system learning during the COVID19 pandemic. Because online causes students to adapt to new ways of learning so that it can be psychologically disruptive and have an impact on students' social consequences from learning from home. The situation and the impact that students feel online requires immediate attention and treatment so that they do not become more serious mental or psychosocial disorders. The purpose of this activity is to increase students' knowledge in anticipating and maintaining psychosocial health due to online learning during the Covid-19 pandemic.

Keywords: Covid-19; Online; Psychosocial; Students

PENDAHULUAN

Coronavirus adalah salah satu patogen utama yang terutama menargetkan sistem pernapasan manusia (Rothan and Byraredy, 2020). Corona Virus Disease (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh jenis coronavirus yang baru ditemukan (WHO, 2020). COVID-19 merupakan virus baru dan penyakit yang sebelumnya tidak dikenal sebelum terjadi wabah di Wuhan, Tiongkok, bulan Desember 2019 (WHO, 2020). Pada 11 Maret 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan wabah COVID-19 sebagai pandemi. Menurut WHO, COVID-19 merupakan masalah kesehatan yang serius dan memiliki risiko lebih tinggi untuk penyakit parah dan menyebar dengan cepat di seluruh dunia (Ranjan and Ranjan, 2020).

Corona virus 2019 (COVID-19) adalah suatu kondisi infeksi, yang dapat menyebar secara langsung atau tidak langsung dari satu orang ke orang lain dan menyebabkan penyakit pernapasan, mulai dari flu biasa hingga sindrom pernapasan

akut (Chen et al., 2020). Kasus pertama virus ini ditemukan di Wuhan, Cina. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, COVID-19 adalah masalah kesehatan yang serius dan memiliki risiko lebih tinggi untuk penyakit parah dan menyebar dengan cepat di seluruh dunia. Di seluruh dunia, hingga Mei 2020, total 5.406.282 kasus yang dikonfirmasi dilaporkan. Dari jumlah tersebut, 343.562 (6,35%) telah berakibat fatal. Sementara itu, kasus terkonfirmasi di Indonesia sampai Mei 2020, jumlah kasus positif terinfeksi positif sebanyak 23.165 dan kasus meninggal tercatat sebanyak 1.418 kasus atau 6,12% (www.covid19.go.id). Sebagian besar kasus kematian terjadi pada pasien berusia di atas 50 tahun diikuti oleh anak kecil. Untuk kasus-kasus yang dikonfirmasi yang mencakup laboratorium dan diagnosa klinis sampai sekarang tidak ada pengobatan antivirus khusus yang direkomendasikan dan tidak ada vaksin saat ini tersedia (Huffington dan Williams, 2020).



COVID-19 sekarang menjadi pandemi dan dunia tidak harus menganggap remeh atau sembrono. Jika ditemukan kasus positif, negara harus mendeteksi, menguji, mengobati, mengisolasi, melacak, dan memobilisasi orang-orang mereka dalam respon. Ini adalah tantangan bagi banyak negara yang sekarang berurusan dengan kelompok besar atau transmisi komunitas (WHO, 2020).

Bagi mereka yang berusia muda atau remaja, adanya pandemi COVID-19 yang menyebabkan pembatasan beraktivitas tentu berdampak pada adanya tekanan mental. Mereka yang biasanya banyak melakukan aktivitas di luar rumah “dipaksa” harus melakukannya di rumah atau tempat-tempat terbatas. Kondisi tersebut berdampak pada masalah emosi dan perilaku atau kesehatan mental mereka. Sebelum adanya pandemi COVID-19, permasalahan kesehatan jiwa atau mental para remaja merupakan masalah yang sangat serius karena berdampak pada perkembangan mereka, serta menurunkan produktivitas serta kualitas hidup mereka. Disejumlah negara, masalah kesehatan mental anak remaja menjadi perhatian serius pemerintahnya. Seperti kasus di Amerika Serikat yang melaporkan bahwa para orang tua yang melaporkan kasus adanya masalah kejiwaan anak-anaknya. Sebagai contoh, 41% orang tua di Amerika Serikat khawatir anaknya mengalami kesulitan belajar, dan 36% khawatir mengalami gangguan depresi. Permasalahan tersebut timbul karena adanya masalah mental, emosi, dan perilaku anak-anak di Amerika Serikat (Wiguna, dkk.2010). Berbagai

stresor psikososial seringkali dikaitkan dengan terjadinya masalah emosi dan perilaku pada anak dan remaja, seperti adanya penyakit fisik, pola asuh yang inadekuat, kekerasan dalam rumah tangga, hubungan dengan teman sebaya yang inadekuat, serta kemiskinan. Stresor psikososial tersebut mempengaruhi proses perkembangan kognitif anak sehingga anak lebih memandang negatif lingkungan sekitar dan juga persepsi yang negatif mengenai dirinya. Disamping itu, stresor psikososial juga berkaitan dengan peningkatan emosi negatif, perilaku disruptif dan impulsif, serta menimbulkan cara-cara interaksi yang negatif sehingga berdampak pada hubungan dengan teman sebaya yang tidak optimal (Gelder et al., 2003).

Dampak COVID-19 juga menimpa pada dunia pendidikan di seluruh dunia. Dalam situs UNESCO dikemukakan bahwa pandemi corona ini mengancam 577 juta pelajar di dunia. Disebutkan juga bahwa terdapat 39 negara yang menerapkan penutupan sekolah dengan total jumlah pelajar yang terpengaruh mencapai 421.388.462 anak. Total jumlah pelajar yang berpotensi berisiko dari pendidikan pra-sekolah dasar hingga menengah atas adalah 577.305.660. Sedangkan jumlah pelajar yang berpotensi berisiko dari pendidikan tinggi sebanyak 86.034.287 orang. Di Indonesia, beberapa kampus dan sekolah mulai menerapkan kebijakan kegiatan belajar mengajar dari jarak jauh atau kuliah online. Kondisi tersebut menjadikan para pelajar dan mahasiswa “dipaksa” harus belajar di rumah dimana sebagian besar tidak terbiasa melakukan hal tersebut. Untuk

jangka waktu pendek hal tersebut tentunya tidak menjadi masalah, tetapi dalam jangka panjang akan membuat anak menjadi bosan dan tertekan, sehingga hal tersebut menyebabkan anak menjadi terganggu kesehatan mentalnya, mulai dari cemas sampai kasus depresi (Purwanto, dkk., 2020).

Adapun sekolah online atau pembelajaran daring adalah kegiatan pembelajaran dengan memanfaatkan jaringan internet, local area network sebagai metode berinteraksi dalam pembelajaran seperti penyampaian materi (Mustofa dkk., 2019). Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan fasilitas komputer, laptop maupun smartphone yang dihubungkan dengan jaringan internet. Dengan adanya fasilitas tersebut guru dan siswa dapat melakukan pembelajaran bersama di waktu yang sama

menggunakan platform seperti whatsapp, telegram, zoom, meets, google classroom (Fitriah, 2020). Dengan memberikan penyuluhan kesehatan ini diharapkan siswa memahami tentang COVID-19, siswa memahami memahami tentang cara mengatasi pembelajaran daring di saat pandemi covid 19 dengan cara pemberian dukungan kesehatan psikososial pada siswa.

METODE

Sasaran dalam kegiatan penyuluhan ini adalah siswa (SLTP/SLTA) yang berjumlah 10 orang. Metode penyuluhan yang digunakan adalah dengan menggunakan media daring yakni *zoom meeting*. Penyuluhan diawali dengan pembukaan dengan waktu kurang lebih 10 menit, penyampaian materi dengan waktu kurang lebih 20 menit, sesi tanya jawab dan penutup kurang lebih 10 menit

Metode dalam kegiatan pengabdian berupa penyuluhan dengan cara berikut ini:

Tujuan	Kegiatan pengabmas ini bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa dalam mengantisipasi dan menjaga kesehatan psikososial akibat pembelajaran daring di saat pandemi-covid-19.
Isi Kegiatan	Memberikan pengetahuan tentang gangguan psikososial akibat pembelajaran daring
Sasaran	Siswa SLTP dan SLTA
Strategi	Ceramah, tanya jawab dan demosntrasi secara daring

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabmas ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 9 Oktober 2021 dimulai dari jam 11.00-11.45 WIB. Peserta berjumlah 10 orang terdiri dari siswa SLTP dan juga siswa SLTA yang mengalami gangguan psikososial akibat sitem pembelajaran daring pada saat pandemi covid-19.

1. Tahap persiapan

Persiapan dimulai dari melakukan survei awal di poliklinik KIA

Puskesmas Nanggalo Padang dan membuat proposal pengabmas serta meminta izin untuk pelaksanaan pengabmas.

2. Tahap pelaksanaan

Pembukaan dibuka oleh moderator dan menjelaskan tujuan kegiatan. Kemudian dilanjutkan presenter dengan pemaparan materi tentang penjelasan materi gangguan psikososial akibat pembelajaran daring.



3. Tahap evaluasi
- Evaluasi Struktur
Peserta menghadiri kegiatan 100%. Tempat, media dan alat yang digunakan saat penyuluhan sesuai dengan rencana.
 - Evaluasi Proses
Waktu yang direncanakan sesuai dengan kegiatan penyuluhan. Peserta sangat antusias dan aktif bertanya serta mampu memahami intervensi gizi. Selama kegiatan berlangsung peserta mengikuti dari awal sampai akhir kegiatan.
- Prawiro, A. D., Trihadi, D., & Kembaren, L. (2020). Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psiko Sosial (Mental Health and Psycho Social Support) COVID-19:Keperawatan Jiwa . Jakarta: ISBN:dalam proses
- Ikatan Psikolog Klinis Indonesia. (2020). Panduan Layanan Psikologi Klinis dalam Rangka Penanggulangan Pandemi COVID-19.
- Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI). (2020). Panduan Layanan Psikologi dalam Masa Tanggap Darurat COVID-19 bagi Psikolog, Sarjana Psikologi, Asisten Psikolog dan Praktisi Psikologi.

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan “Edukasi Dukungan Kesehatan Psikososial Pada Siswa Akibat Pembelajaran Daring Di Saat Pandemi Covid-19” telah dilakukan, kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang upaya yang dapat dilakukan dalam mendukung kesehatan psikososial akibat belajar daring saat pandemi covid-19

DAFTAR PUSTAKA

- Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa
Kementerian Kesehatan RI. 2019. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-2019).
- Keliat, B.A., Marlina, T. (2018). Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psiko Sosial (Mental Health and Psycho Social Support):Keperawatan Jiwa . Jakarta: ISBN:978-602-1283-51-6
- 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
- Keliat, B.A., Marlina, T., Windarwati, H. W., Mubin, M. F., Sodikin, M. A.,