



PROMOSI KESEHATAN JIWA MASYARAKAT MENGHADAPI ERA NEW NORMAL

Rizka Ausrianti^{1*}, Rifka Putri Andayani²

¹Program Studi S1 Keperawatan, ²Program Studi D III Keperawatan
STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

*Email : rizka.ausrianti@gmail.com

ABSTRAK

Perubahan yang sangat signifikan menuju kehidupan new normal karena pandemi COVID-19 dapat menyebabkan beberapa respon psikologis terhadap masyarakat. Maka hal ini harus segera teratasi supaya tidak terjadi masalah yang lebih berat seperti depresi atau bahkan mengalami gangguan jiwa dan memberikan dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah pencegahan dini masalah kesehatan jiwa dan psikosoial pada masyarakat. Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini mengacu pada *action research* dan dengan pembentukan kader kesehatan jiwa di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo padang, Sosialisasi dan pemberian edukasi terkait promosi kesehatan jiwa dan psikososial, Pelatihan kepada kader keperawatan jiwa, Pendampingan kepada kader kesehatan jiwa, serta Monitoring Evaluasi kegiatan yang telah dilaksanakan dan juga bekerja sama dengan Puskesmas Nanggalo Padang sebagai tindak lanjut kegiatan ini. Hasil pengabdian di dapatkan 90 % peserta sangat antusias dalam kegiatan pengabdian dan mampu menyebutkan kembali tentang materi yang disampaikan. Masalah kesehatan jiwa dan psikososial di masa pandemi COVID 19 merupakan dampak dari masa pandemi COVID 19 yang terjadi di seluruh dunia.

Kata Kunci : COVID-19, Promosi Kesehatan Kesehatan Jiwa dan Psikososial, Kader kesehatan jiwa

ABSTRACT

A very significant change towards a new normal life due to the COVID-19 pandemic can cause several psychological responses in society. So this must be resolved immediately so that there are no more serious problems such as depression or even mental disorders and provide mental health and psychosocial support. The purpose of this community service is early prevention of mental and psychological health problems in the community. The method used in this community service activity refers to action research and with the formation of mental health cadres in the work area of the Puskesmas Nanggalo Padang, socialization and provision of education related to mental health and psychosocial promotion, training for mental nursing cadres, assistance to mental health cadres, and monitoring. Evaluation of activities that have been carried out and also in collaboration with Puskesmas Nanggalo Padang as a follow-up to this activity. 90% of the participants were very enthusiastic about the service activities and were able to mention the material presented again. Mental health and psychosocial problems during the COVID 19 pandemic were the impact of the COVID 19 pandemic that occurred around the world.

Keywords : COVID-19, Mental Health Promotion and Psychosocial Health, Mental health cadres



PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 merupakan sebuah krisis global dan bencana non alam berdampak di seluruh sektor kehidupan, bukan hanya mengancam kesehatan masyarakat secara fisik, namun juga dapat memberikan dampak pada kondisi kesehatan jiwa dan psikososial setiap orang. Hal ini sangat mempengaruhi seluruh aktivitas masyarakat, demikian juga dalam dunia pendidikan yang berdampak langsung yaitu dengan diliburkan dari seluruh berbagai kegiatan di seluruh tanah air dan dialihkan dari pembelajaran tatap muka menjadi *E-learning* (daring), adanya kebijakan *stay at home*, *Work From home* (WFH), dan tentunya yang paling berdampak adalah mereka-mereka yang terpapar COVID-19, termasuk yang merawatnya. Kondisi kesehatan masyarakat terkait penularan virus COVID-19 dibagi menjadi orang tanpa gejala, orang dengan pemantauan, pasien dengan pengawasan, dan orang yang menderita COVID-19 atau terkonfirmasi¹.

Berdasarkan data WHO (2020) Sampai dengan tanggal 13 November 2020, dilaporkan total kasus konfirmasi COVID-19 secara global di dunia sejumlah 17.660.523 kasus dengan jumlah kematian 680.894 orang. Di antara kasus tersebut, sudah banyak petugas kesehatan yang dilaporkan terinfeksi COVID-19. Pada tanggal 13 November 2020, Indonesia melaporkan kasus konfirmasi COVID-19 sebanyak 147.211 kasus dengan jumlah kematian 147.211 orang. Sementara di Sumatera Barat dilaporkan terdapat 1.482 kasus. Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa COVID-19 sudah menyebar di seluruh dunia dan merupakan bencana yang sudah terjadi secara global².

Hal ini membuat masyarakat harus cepat dapat beradaptasi dengan cerdas dan cepat. Adaptasi dan akselerasi dalam membenarkan aktivitas, terutama masa pandemi covid-19, yang pada awalnya di berlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), namunsaat ini mayoritas publik cenderung menghendaki Pembatasan

Sosial Berskala Besar (PSBB) di hentikan agar perekonomian bisa segera berjalan dan harus beralih ke new normal. Perubahan yang sangat signifikan menuju kehidupan new normal karena pandemi COVID-19 dapat menyebabkan beberapa respon psikologis yaitu emosi negatif seperti kelelahan, ketidaknyamanan, dan ketidakberdayaan disebabkan oleh informasi yang diterima atau di baca, ketakutan dan kecemasan, dan kepedulian terhadap pasien dan anggota keluarga. Koping individu termasuk penyesuaian psikologis dan kehidupan, tindakan altruistik, dukungan tim, dan kognisi rasional. Respon psikologis yang bersifat negative berkembang bersama respon psikologis yang bersifat positif. Faktor lain yang dapat menjadi pencetus kecemasan di masyarakat pada masa pandemi COVID-19 adalah stres akibat isolasi sosial atau *physical distancing* menuju kehidupan new normal. Hal ini harus segera teratasi supaya tidak terjadi masalah yang lebih berat seperti depresi atau bahkan mengalami gangguan jiwa.³

Gambaran risiko gangguan Jiwa terhadap korban bencana alam gempa di Lombok Nusa Tenggara Barat menunjukkan bahwa 75 responden menderita gangguan neurosis, 26 responden menderita gejala psikosis dan 57 responden mengalami gejala PTSD (*Post Traumatic stress disorder*). Penelitian tentang masalah kejiwaan pada bencana alam sudah banyak dilakukan. Tetapi belum banyak penelitian pada klien bencana non alam seperti COVID-19 ini. Penanganan pada klien COVID-19 masih cenderung pada penanganan secara fisik saja. Padahal terdapat banyak masalah kesehatan jiwa dan psikologis yang terjadi pada masyarakat akibat COVID-19, secara umum kondisinya cukup baik, tanpa gejala. Justru keluhan stres yang disampaikan karena harus beradaptasi dengan new normal ini merupakan suatu masalah yang harus secara dini di atasi³.

Belum ada penelitian yang mengukur masalah kesehatan jiwa dan psikososial masyarakat terkait dengan pandemi COVID-19 ini, namun berdasarkan hasil penelitian WHO saat bencana alam tsunami, maka perlu segera dilakukan promosi kesehatan



jiwa dan psikososial, pencegahan terjadinya masalah kesehatan jiwa dan psikososial, serta mendeteksi dan memulihkan masalah kesehatan jiwa dan psikososial. Penting bagi semua profesi yang melakukan Promosi kesehatan jiwa dan psikososial terkait memberikan Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial. Mengingat adanya risiko peningkatan masalah kesehatan jiwa dan gangguan kejiwaan akibat COVID-19 di masyarakat.⁴

Secara global istilah Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (DKJPS) digunakan dalam Situasi Kedaruratan, yang berarti dukungan jenis apa pun dari luar atau lokal yang bertujuan untuk melindungi atau untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis atau mencegah serta menangani kondisi kesehatan jiwa dan psikososial. DKJPS dipakai berbagai pihak untuk menangani kondisi kedaruratan seperti bencana, salah satunya yang terjadi saat ini yaitu pandemi COVID-19. DKJPS mengintegrasikan pendekatan secara biologis, psikologis, dan sosiokultural di bidang kesehatan, sosial, pendidikan dan komunitas, serta untuk menerapkan perlunya pendekatan-pendekatan yang bermacam-macam dan saling mengisi serta melengkapi dari berbagai profesi dalam memberikan dukungan. DKJPS dalam Situasi Kedaruratan mengedepankan berbagai tingkatan intervensi agar diintegrasikan dalam kegiatan respons pandemi⁵.

Tujuan dari kegiatan ini yaitu untuk memberikan dukungan kesehatan jiwa kepada masyarakat khususnya di wilayah puskesmas Nanggalo sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya masalah kesehatan jiwa dan psikososial.

METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo Padang. Metode yang akan dilakukan pada kegiatan pengabdian adalah 1) Strategi Pelaksanaan supaya dapat mencapai target luaran yang telah ditetapkan, maka tim pengabdian merencanakan rancangan

pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan melakukan pendekatan partisipatif dan kelompok, agar pihak Puskesmas Nanggalo Padang berpartisipasi aktif terhadap kegiatan ini dari awal hingga akhir. Selain itu, kegiatan ini mengacu ke langkah-langkah action research. Kejadiannya sebagai berikut

a) Perencanaan terdiri dari (1) Melakukan survey awal terkait permasalahan yang terjadi di masyarakat akibat dari pandemi COVID-19, (2) Koordinasi dengan Puskesmas Nanggalo Padang, (3) Koordinasi dengan penanggung jawab kesehatan jiwa di Puskesmas Nanggalo Padang, (4) Koordinasi dengan Puskesmas Pembantu yang ada di Kelurahan Kuaro pagang, (5) Mempersiapkan fasilitas dan saran untuk kelengkapan pengabdian masyarakat.

b) Tindakan terdapat dari 5 tahapan yaitu (1) Pembentukan kader khususnya untuk kesehatan jiwa masyarakat, (2) Memberikan edukasi pada masyarakat dan kader kesehatan jiwa yang sudah terbentuk terkait dengan kesehatan jiwa dan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial di era new normal. (3) Pelatihan pada kader kesehatan jiwa terkait dengan Skrining pada masyarakat dengan masalah kesehatan jiwa dan psikososial dan pelatihan memberikan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial pada masyarakat, (4) Pendampingan program secara berkala dan berkelanjutan dengan melibatkan puskesmas dan pemerintah setempat, (5) Monitoring dan evaluasi secara berkala dan berkelanjutan dengan melibatkan puskesmas dan pemerintah setempat. Pemberian materi adalah narasumber dari Tim pengabdian sendiri, dalam hal ini melibatkan mahasiswa sebagai fasilitator yang akan membantu melancarkan kegiatan ini.

Metode Pelaksanaan terdiri dari a) Identifikasi Masalah yaitu sebelum menyusun program ini, Tim pengabdian melakukan identifikasi masalah yang ada di lokasi kegiatan. Masalah-masalah tersebut diketahui dengan cara berdiskusi langsung dengan Pimpinan Puskesmas, penanggung jawab kesehatan jiwa dan masyarakat yang ada di Puskesmas Nanggalo padang. Semua



masalah yang ditemui dicatat untuk didiskusikan lebih lanjut dalam tim. Berdasarkan wawancara dengan Pimpinan puskesmas menyatakan bahwa Masyarakat wilayah Puskesmas Nanggalo Padang merupakan kelompok masyarakat yang menjadi sasaran dari pengabdian masyarakat yang akan dilakukan. b) Analisis Kebutuhan, berdasarkan informasi yang diperoleh dari berbagai pihak dan data-data sekunder, maka tim pengabdian menganalisis kebutuhan kader khusus kesehatan jiwa dan informasi tentang kesehatan jiwa dan psikososial serta dukungan kesehatan jiwa dan psikososial di era new normal ini pada masyarakat. Dari hasil analisis akan ditemukan masalah yang akan dicarikan solusi dengan cara penyusunan program berdasarkan skala prioritas dan disesuaikan dengan keahlian yang dimiliki. Tahap ini tim pengabdian sudah mengidentifikasi jumlah kader kesehatan jiwa yang di butuhkan. c) Penyusunan Program, program disusun berdasarkan skala prioritas dan benar-benar menjadi masalah utama yang ditemukan dilokasi kegiatan. Programnya berupa pembentukan kader khusus kesehatan jiwa masyarakat, pemberian edukasi, pelatihan kader kesehatan jiwa, pendampingan, monitoring dan evaluasi. Pada tahap ini sudah terbentuknya kader kesehatan jiwa. d) Pelaksanaan Program, Setelah program di susun secara detail dan rencana kerja sudah di buat, maka dilaksanakan program tersebut sesuai dengan rencana kerja yang telah ditetapkan. Pelaksanaannya berupa pembentukan kader khusus kesehatan jiwa masyarakat, pemberian edukasi, pelatihan kader kesehatan jiwa, pendampingan, monitoring dan evaluasi, e) Monitoring Evaluasi, selain dilakukan oleh tim pemberi dana juga dilakukan oleh tim internal dari kampus. Tim monitoring melakukan monitoring atas kegiatan yang dilakukan pengabdian apakah kegiatan tersebut sesuai dengan rencana kerja yang sudah ditetapkan seperti proses pelaksanaannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap persiapan pada pengabdian masyarakat ini adalah mempersiapkan instrumen pengabdian masyarakat yang akan dilakukan seperti alat-alat yang diperlukan saat pelaksanaan pengabdian serta melakukan koordinasi dengan Puskesmas Nanggalo serta Kader kesehatan wilayah Puskesmas Nanggalo Padang. Rangkaian pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu pembentukan kader khusus kesehatan jiwa masyarakat, pemberian edukasi, pelatihan kader kesehatan jiwa, pendampingan, monitoring dan evaluasi

Pemberian edukasi dilaksanakan pada tanggal 13 November 2020. Pengabdian masyarakat ini diawali dengan perkenalan dengan kader kesehatan jiwa, yang pada saat pelaksanaan di hadiri oleh kader kesehatan jiwa dari kelurahan Surau Gadang. Pemberian edukasi ini membahas tentang promosi kesehatan jiwa dan psikososial dan sistem pelayanan kesehatan jiwa pada masa pandemi. Selanjutnya dengan pemberian edukasi ini hendaknya kader bisa menjadi perpanjangan tangan dari puskesmas nantinya dalam hal mengatasi masalah kesehatan jiwa dan psikososial dan dapat mengetahui alur pelayanan kesehatan jiwa jika ada masyarakat yang mengalami permasalahan ini. Pemberian materi pertama berlangsung selama 60 menit dan materi kedua selama 30 menit dan di lanjutkan dengan 15 menit tanya jawab. Peserta tampak antusias dalam kegiatan, saat evaluasi 90 % peserta mampu menyebutkan kembali tentang materi yang disampaikan.

Pelaksanaan pemberian edukasi kegiatan sesuai dengan rencana, dimulai pukul 13.30 – 15.30 WIB. Jumlah kader yang hadir saat kegiatan pengabdian masyarakat adalah 13 orang. Setting media dan alat-alat yang digunakan sesuai dengan direncanakan yaitu dengan menggunakan media zoom.



SIMPULAN

Masalah kesehatan jiwa dan psikososial di masa pandemi Covid 19 merupakan suatu masalah yang harus segera di atasi dan di tangani yang terjadi masyarakat. biasanya masalah kesehatan jiwa yang terjadi di masyarakat di masa pandemi covid 19 ini adalah kecemasan, ketidakberdayaan dan keputusasaan. Banyak dampak yang akan timbul jika tidak di atasi dengan segera misalnya terjadinya gangguan jiwa. Pembentukan kader kesehatan jiwa, pemberian edukasi terhadap kader diharapkan dapat menjadi pencegahan dini terjadinya gangguan jiwa akibat pandemi covid 19 ini khususnya pada masyarakat di wilayah puskesmas nanggalo padang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksanaan kegiatan ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada Yayasan dan STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, LPPM STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang telah membantu dan memfasilitasi kegiatan pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. 2019. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-2019).
2. WHO. 2020. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak.
3. Sun, Niuniu et al. (2020). "A Qualitative Study on the Psychological Experience of

Caregivers of COVID-19 Patients." *AJIC: American Journal of Infection Control*. <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2020.03.018>

4. Keliat, B.A., Marliana, T. (2018). Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psiko Sosial (Mental Health and Psycho Social Support):Keperawatan Jiwa . Jakarta: ISBN:978-602-1283-51-6
5. Keliat, B.A., Marliana, T., Windarwati, H. W., Mubin, M. F., Sodikin, M. A., 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