

Virtual Edukasi tentang Psikologis dan Tips untuk Mengatasi Psikotik Pada Lansia Di Masa Pandemi Covid 19 di Kota Palu

¹Ni Luh Emilia, ²Sabarulian Tarigan

^{1,2}Program Studi Ilmu Keperawatam, Stikes Bala Keselamatan Palu

Korespondensi: niluhemilia101112@gmail.com

Abstract: During the covid 19 pandemic, it will greatly affect a person's health, personality and psychology problems, including the elderly, especially during a pandemic like now, they will feel lonely, lonely, and worse anxiety is suicidal ideation. There have been many efforts made by the government and health workers, one of which is that it can help the elderly in dealing with stress or psychological problems that are felt and can gradually change the perception of the elderly. The purpose of this community service activity is to provide virtual education to fostered elderly in Palu City about psychology and tips for overcoming psychotics. The method used is virtual counseling and collaborates with the elderly assisted by STIKes BK Palu and students as facilitators. The results obtained were as many as 17 elderly people participated in this activity enthusiastically and gave a good response by asking about material or other things related to covid 19 and the results of the evaluation of the elderly being able to understand and know the material provided. It is hoped that community leaders, especially the elderly posyandu, will provide education regarding other matters regarding covid 19, such as health protocols and important vaccinations.

Keywords: Education, Psychological, Covid 19, Pandemic, Elderly

Abstrak: Di masa pandemi covid 19 akan sangat mempengaruhi masalah kesehatan, keperibadian dan psikologi seseorang termasuk lansia, apalagi dimasa pandemi seperti sekarang ini lansia akan merasa kesepian, kesendirian, kecemasan bahkan yang lebih parahnya adalah keinginan bunuh diri. Telah banyak upaya yang dilakukan oleh pemerintah dan tenaga kesehatan salah satunya adalah edukasi yang dapat membantu lansia dalam mengatasi stress atau masalah psikologis yang dirasakan dan dapat mengubah persepsi lansia secara bertahap. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi secara virtual kepada lansia binaan yang ada di Kota Palu mengenai psikologis dan tips untuk mengatasi psikotik. Metode yang digunakan adalah penyuluhan secara virtual dan bekerja sama dengan lansia binaan STIKes BK Palu serta mahasiswa sebagai fasilitator. Hasil yang di dapatkan adalah sebanyak 17 lansia mengikuti kegiatan ini dengan antusias dan memberikan respon yang baik dengan bertanya mengenai materi ataupun hal lain terkait covid 19 serta hasil evaluasi lansia dapat mengerti dan tahu materi yang diberikan. Diharapkan keterlibatan tokoh masyarakat khususnya posyandu lansia dalam pemberian edukasi mengenai hal-hal lain tentang covid 19 seperti pentingnya protocol kesehatan dan vaksinasi

Kata Kunci : Edukasi, Psikologis, Covid 19, Pandemi, Lansia

PENDAHULUAN

Masyarakat di seluruh dunia telah menjalani kehidupan yang beradaptasi dengan kondisi pandemi Covid-19 kurang lebih dua tahun. Berbagai masalah yang menjadi tantangan muncul silih berganti, baik internal dan eksternal. Masalah internal diantaranya, seperti pengetahuan masyarakat terkait Covid-19, sikap masyarakat terhadap Covid-19 ¹ dan Vaksinasi Covid-19, serta perilaku pencarian pelayanan kesehatan terkait Covid-19 (termasuk pencarian pelayanan vaksin dan perawatan akibat Covid-19) ². Menurut data update Kementerian Kesehatan, hingga tanggal 22 Juni 2021, terdapat 2.053.995 kasus konfirmasi Covid-19, 171.542 (8.4 %) kasus aktif, 1.826.504 (88.9 %) kasus sembuh, 55.949 (2.79 %) kasus meninggal. Adapun masyarakat yang sudah divaksinasi pertama sebanyak 24.929.442 orang, dan vaksinasi kedua sebanyak 12.769.789 orang ³. Kelompok lansia (> 60 %) masih merupakan kelompok penyumbang kematian terbanyak akibat Covid-19 (50%) walaupun hanya 11.3 % dari seluruh kasus positif yang ada. Rasio fatalitas kasus kelompok lansia juga tertinggi (12 %) dibandingkan kelompok umur lainnya, bahkan 4 kali lipat dari angka nasional.

Menurut analisis kematian berdasarkan usia dan riwayat komorbid, lansia memiliki risiko 19.5 kali lipat lebih tinggi dibanding kelompok umur lainnya³.

Lansia memiliki peningkatan kondisi kerentanan (frailty) secara klinis, dimana terjadi ketergantungan dan/atau kematian ketika terpapar terhadap stressor. Lansia yang renta/frail mudah mengalami sakit hanya dengan stresor yang ringan, dimana sakitnya dapat menjadi berat dan dirawat, serta berisiko meninggal. Adapun kerentanan/frailty merupakan suatu proses yang sejalan dengan menurunnya kapasitas fungsi tubuh pada proses penuaan⁴. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya penanganan Covid-19 sangat diperlukan bagi lansia agar terhindar dari risiko tertular dan bahkan ancaman terhadap jiwanya.

Strategi pemerintah untuk terus meningkatkan kesadaran masyarakat sehingga harus membuat program dengan pendekatan khusus untuk lansia, yang dibuat sesuai dengan karakteristik lansia yang memiliki keterbatasan dalam mobilitas dan akses informasi. Program perlindungan lansia di masa pandemi harus dilaksanakan secara sungguh-sungguh mengingat kondisi lansia yang rentan dengan harapan masyarakat hidup sehat dan terhindar dari ancaman Covid-19⁵.

Dari beberapa penelitian mengatakan bahwa dimasa pandemic covid 19 akan sangat mempengaruhi masalah kesehatan, keperibadian dan psikologi seseorang termasuk lansia, apalagi dimasa pandemi seperti sekarang ini lansia akan merasa kesepian, kesendirian, kecemasan bahkan yang lebih parahnya adalah keinginan bunuh diri⁶⁻⁹. sehingga di masa pandemi ini, komunikasi serta kegiatan lansia harus tetap dilakukan seperti biasanya agar lansia tidak merasakan kesepian yang justru dapat berpengaruh pada kondisi psikologisnya seperti: stress, depresi, cemas, dan gangguan lainnya^{10,11}. Dengan memberikan edukasi kita dapat membantu lansia dalam mengatasi stress atau masalah psikologis yang dirasakan dan dapat mengubah persepsi lansia secara bertahap.

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi secara virtual kepada lansia binaan yang ada di Kota Palu mengenai psikologis dan tips mengatasi psikotik untuk meningkatkan pengetahuan lansia di masa pandemi covid-19.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini terdiri dari beberapa tahap, pertama melakukan kordinasi dengan Ketua Prodi dan bagian praktek STIKes BK Palu karena kegiatan ini dilaksanakan bersamaan dengan praktek gerontik, kemudian menyusun materi, kontrak waktu dengan lansia binaan beserta mahasiswa sebagai fasilitator dalam kegiatan ini. Tahap kedua yaitu tahap pelaksanaan dengan memberikan 4 pertanyaan mengenai masalah yang dialami selama masa pandemi covid-19, penyuluhan secara online dan evaluasi kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Persiapan

Persiapan diawali dengan koordinasi dengan mitra terdiri dari Ketua prodi dan bagian praktek STIKes BK Palu mengenai lansia binaan. Sasaran yang diikuti pada kegiatan ini adalah semua lansia binaan STIKes BK yang ada di Kota Palu dengan jumlah 20 orang. Materi yang di siapkan sudah disesuaikan dengan tingkat penerimaan partisipan. Mempersiapkan mahasiswa sebagai fasilitator dalam proses ini, yaitu menjelaskan apa saja yang akan mereka lakukan mulai dari mempersiapkan alat elektronik (Hp/Laptop) sebagai media untuk edukasi, cara pengisian kuisisioner pre dan posttes.

STIKes BK sangat mendukung rencana pelaksanaan kegiatan dalam upaya optimalisasi kebijakan pemerintah dalam penanggulangan Covid 19 dalam bentuk penyuluhan kepada masyarakat serta membantu lansia memahami masalah psikologi yang muncul dan cara mengatasinya.

Tahap Pelaksanaan

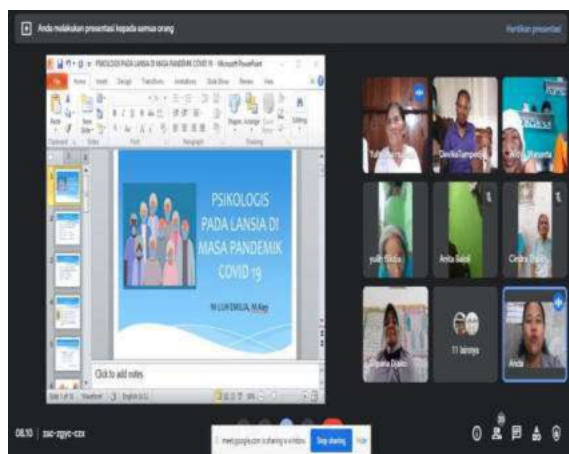
Sebelum kegiatan penyuluhan ini dilakukan, sudah didahului oleh kegiatan praktek gerontik mahasiswa dan mahasiswa masing-masing sudah menjelaskan kepada lansia bahwa akan dilaksanakannya kegiatan pengabdian ini. Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan mulai dari tanggal 18 September 2021 dengan lokasi di rumah masing-masing lansia dengan menjalankan kuisisioner dengan jumlah peserta 17 orang yang terdiri dari 4 pertanyaan yaitu apa yang dirasakan selama masa sekarang (covid 19/corona), kegiatan yang dilakukan selama masa pandemi ini, kegiatan apa yang menyenangkan yang hilang pada masa pansemik ini dan hal apa yang di rindukan di masa sekarang ini. Tanggal 19 September 2021 kegiatan dimulai dengan memberikan link Google Meet : <https://meet.google.com/zac-zgyc-czx> kepada mahasiswa yang akan memfasilitasi lansia.

Setelah semua lansia dan mahasiswa bergabung, kegiatan diawali dengan perkenalan dari pemateri yang dilanjutkan dengan pemberian materi mengenai masalah psikologis dan tips untuk mengatasi masalah psikotik pada lansia dimasa pandemic covid 19. Lansia mendengarkan penyuluhan/edukasi dengan baik dan antusias. Tampak mereka sangat aktif dan bersemangat dalam menerima penyuluhan yang di berikan terlihat dari featback saat mereka di berikan pertanyaan-pertanyaan. Mereka juga sangat bersemangat dengan bertanya dan terdapat 6 lansia yang aktif bertanya tentang penyuluhan maupun hal lain terkait dengan covid 19.

Tahap Evaluasi

Secara umum dari hasil pretest yang di dapatkan rata-rata lansia mengatakan bahwa merasa sedih dan cemas. Kegiatan yang banyak dilakukan adalah diam dirumah dan sebagian berkebun di area rumah. Rata-rata dari mereka mengatakan hal yang hilang dan di rindukan adalah berkumpul atau berkunjung kerumah kerabat atau keluarga mereka. Dari kegiatan ini terjadi penambahan tingkat pengetahuan peserta perihal masalah psikologis lansia yang kadang tidak disadari dan tips mengatasi masalah tersebut dengan evaluasi kembali menanyakan materi yang sudah disampaikan dan mereka dapat menjawab kembali pertanyaan tersebut.

Penerapan dari tips untuk mengatasi masalah psikotik ini dilakukan oleh mahasiswa yang dimasukan dalam asuhan keperawatan gerontik dalam masa praktek yang dilakukan.



Gambar 1&2 : Kegiatan penyuluhan/edukasi pada lansia di kota palu

Masalah psikologi memang dialami oleh semua kalangan di masa pandemic covid 19 salah satunya adalah lansia atau yang dapat dikatakan kelompok rentan. Data ini di dapatkan dari hasil menjalankan kuisioner dengan menayakan 4 pertanyaan yang salah satunya adalah apakah yang dirasakan oleh lansia selama masa pandemic covid 19 yang rata-rata menjawab adalah takut, kemas dan sedih, hal ini juga sejalan dengan beberapa penelitian yang mengatakan fenomena yang ditemukan di lapangan, dan dari pengamatan banyak peneliti bahwa orang-orang dari segala usia tampak gelisah dan merasakan ketakutan yang berlebihan dan hal ini akan menurunkan kekebalan tubuh sehingga akan lebih rentan terhadap Virus Corona¹²⁻¹⁵. Hasil penelitian George, dkk. di John W, Santrock, orang dewasa yang lebih tua memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami gangguan kecemasan daripada depresi. Pernyataan ini didukung oleh Tamber & Noorkasiani.¹⁶

Berdasarkan hal tersebut maka penting untuk dilakukan penyuluhan mengenai masalah psikologi pada lansia agar mereka mengetahui hal tersebut yang kadang tidak dirasakan sebagai pengganggu dan yang terpenting adalah tips mengatasi hal tersebut. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan informasi-informasi pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bias melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan serta terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan perubahan sikap¹⁷. Untuk membuat orang lebih tenang dan tetap waspada, mereka harus memiliki pengetahuan mental yang baik dengan memberikan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan masyarakat.

KESIMPILAN

Terjadi peningkatan pengetahuan lansia melalui penyuluhan secara virtual tentang Edukasi masalah psikologis dan tips dalam menanganinya, kemudian diharapkan keterlibatan tokoh masyarakat khususnya posyandu lansia dalam pemberian edukasi mengenai hal-hal lain tentang covid 19 seperti pentingnya protokol kesehatan dan vaksinasi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Kaprodi dan bagian praktek serta mahasiswa dan lansia binaan STIKes BK Palu dalam mendukung dan terselenggaranya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ferdous MZ, Islam MS, Sikder MT, Mosaddek ASM, Zegarra-Valdivia JA, Gozal D. Knowledge, attitude, and practice regarding COVID-19 outbreak in Bangladesh: An onlinebased cross-sectional study. *PLoS One*. 2020;15(10 October):1–17.
2. Mannan KA, Farhana KM. Knowledge, Attitude and Acceptance of a COVID-19 Vaccine: A Global Cross-Sectional Study. *SSRN Electron J*. 2021;6(4).
3. Kementerian Kesehatan RI. Situasi Covid 19. Jakarta: Dinkes 22 Juni 2021; 2021.
4. Wowor R, Wantania F. Masalah Kesehatan pada Lansia: Sindroma Frailty. *J Biomedik Jbm*. 2020;12(2):83–7.
5. Hakim LN. Pelindungan Lanjut Usia Pada Masa Pandemi Covid-19. *Pelindungan lanjut usia pada masa pandemi Covid-19*. 2020;XII:13–8.
6. Losada-Baltar A, Jiménez-Gonzalo L, Gallego-Alberto L, Pedroso-Chaparro MDS, Fernandes-Pires J, Márquez-González M. "we Are Staying at Home." Association of Self-perceptions of Aging, Personal and Family Resources, and Loneliness with Psychological Distress during the Lock-Down Period of COVID-19. *Journals Gerontol - Ser B Psychol Sci Soc Sci*. 2021;76(2):E10–6.
7. Losada-Baltar A, Martínez-Huertas JÁ, Jiménez-Gonzalo L, Pedroso-Chaparro M del S, Gallego-Alberto L, Fernandes-Pires J, et al. Longitudinal Correlates of Loneliness and Psychological Distress During the Lockdown Situation due to COVID-19. Effects of Age and Self-Perceptions of Aging. *Journals Gerontol Ser B*. 2021;XX(Xx):1–9.

8. Sheffler JL, Joiner TE, Sachs-Ericsson NJ. The Interpersonal and Psychological Impacts of COVID-19 on Risk for Late-Life Suicide. *Gerontologist*. 2021;61(1):23–9.
9. Carstensen LL, Shavit YZ, Barnes JT. Age Advantages in Emotional Experience Persist Even Under Threat From the COVID-19 Pandemic. *Psychol Sci*. 2020;31(11):1374–85.
10. Lee C Te, Yeh CJ, Lee MC, Lin HS, Chen VCH, Hsieh MH, et al. Leisure activity, mobility limitation and stress as modifiable risk factors for depressive symptoms in the elderly: Results of a national longitudinal study. *Arch Gerontol Geriatr*. 2012;54(2):e221–9.
11. Andréa F de, Lanuez FV, Machado AN, Jacob Filho W. Physical activity and stress coping in the elderly TT - A atividade física e o enfrentamento do estresse em idosos. *Einstein (São Paulo)*. 2010;8(4):419–22.
12. Huang Y, Zhao N. Corrigendum to Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey [Psychiatry Research, 288 (2020) 112954] (Psychiatry Research (2020) 288, (S0165178120306077), (10.101. Psychiatry Res. 2021;299(April):113803.
13. Palmer S, Vecchio M, Craig JC, Tonelli M, Johnson DW, Nicolucci A, et al. Prevalence of depression in chronic kidney disease: systematic review and meta-analysis of observational studies. *Kidney Int*. 2013;84(1):179–91.
14. Mazza MG, De Lorenzo R, Conte C, Poletti S, Vai B, Bollettini I, et al. Anxiety and depression in COVID-19 survivors: Role of inflammatory and clinical predictors. *Brain Behav Immun*. 2020;89(July):594–600.
15. Mann FD, Krueger RF, Vohs KD. Personal economic anxiety in response to COVID-19. *Pers Individ Dif*. 2020;167(June):110233.
16. Suryani A, Rosyid FN. Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia di Panti Wredha Dharma Bhakti Pajang SURakarta. *Muhammadiyah Surakarta*. 2016;(May):31–48.
17. Soekidjo N. Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2021.