

Evaluasi Intervensi Keperawatan Psikoedukasi Dalam Penurunan Stress Psikologis Usia Lanjut Selama Wabah Covid-19 di Bogor

*Mahyar Suara¹⁾, *Reggi Yudiawati²⁾,

¹⁾²⁾ Program studi D3 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Correspondence Author ; suaramahyar@gmail.co.id, Jakarta, Indonesia

DOI : <https://doi.org/10.37012/jik.v14i1.852>

Abstrak

Coronavirus Disease (Covid-19) menjadi suatu permasalahan yang meluas di dunia karena prevalensi dan mortalitasnya yang meningkat, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang cara penularan. Pandemi Covid-19 secara psikologis menimbulkan dan meningkatkan tingkat stress pada semua tingkat usia terutama usia lanjut, tingkat stress psikologis pada usia lanjut disebabkan dalam kelompok rentan yang paling berisiko tertular virus Covid-19, hal ini perlu dilakukannya intervensi psikoedukasi. Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh intervensi keperawatan psikoedukasi untuk menurunkan tingkat stress psikologi pada usia lanjut selama wabah COVID-19 di Bogor. Penelitian ini bersifat analitik dengan menggunakan pendekatan *intervensi komparasi* dengan desain penelitian *cross Sectional*, metode yang digunakan kuantitatif dengan analisis bivariat *Uji T*. Hasil penelitian ada pengaruh yang signifikan intervensi keperawatan psikoedukasi dengan tingkat stress pada usia lanjut dengan perbedaan tingkat stress usia lanjut yang belum dilakukan intervensi keperawatan psikoedukasi dan sesudah dilakukan intervensi keperawatan dengan *p value* 0,001. rekomendasi hasil penelitian perlu adanya pendampingan secara konsisten pada lanjut usia oleh keluarga atau tenaga kesehatan dalam pemberian psikoedukasi.

Kata Kunci : Stres, Psikologi, Lansia, Covid-19, Psikoedukasi.

Abstract

Coronavirus Disease (Covid-19) is becoming a widespread problem in the world due to its increasing prevalence and mortality, lack of public knowledge about the way of transmission. The Covid-19 pandemic psychologically causes and increases stress levels at all levels of age, especially old age, the level of psychological stress in old age is caused in vulnerable groups most at risk of contracting the Covid-19 virus, this needs psychoeducation intervention. The purpose of this study is to know the influence of psychoeducation nursing interventions. to lower the level of psychological stress at an advanced age during the COVID-19 outbreak in Bogor. This research is analytical using a comparative intervention approach with cross Sectional research design, the method used quantitatively with bivariate analysis of Test T. The results of the study there is a significant influence of psychoeducation nursing intervention with stress levels in old age with differences in elderly stress levels that have not been done psychoeducation nursing intervesy and after nursing interview with a value of 0.001. Research needs consistent marginalization in the elderly by the family or health workers in the provision of psychoeducation.

Keywords : Stress, Psychology, Elderly, Covid-19, Psychoeducation.

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease (Covid-19) menjadi suatu permasalahan yang meluas di dunia karena pravelensi dan mortalitasnya yang meningkat, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang cara penularan Covid-19 ini mengakibatkan meningkatnya angka kesakitan Covid-19 di Indonesia.(Astuti, T, Rizki, 2019).

Pandemi Covid-19 secara psikologis menimbulkan dan meningkatkan tingkat stress pada semua tingkat usia terutama usia lanjut, tingkat stress psikologis pada usia lanjut karena kelompok rentan yang paling berisiko tertular virus Covid-19. (Astuti, T, Rizki, 2019).

Seiring peningkatan usia, secara fisik akan mengalami berbagai penurunan akibat terjadinya proses menua, diantaranya terjadi penurunan produksi pigmen warna rambut, produksi hormon, massa otot, kepadatan tulang, elastisitas kulit, kekuatan gigi hingga fungsi organ-organ tubuh.(Rahayu, 2016).

Sistem imun sebagai pelindung tubuh akan mengalami penurunan sehingga tidak bekerja sekuat ketika waktu masih muda, sehingga alasan kenapa usia lanjut rentan terserang berbagai jenis penyakit diantaranya Covid-19 yang menjadi penyebabnya adalah virus corona.(Fathimah, 2020) Oleh karena perlu penanganan yang serius dan perhatian khusus diberikan pada usia lanjut supaya tidak tertular dengan virus Covid-19.(Penn.Depil, 2022)

Kondisi pembatasan sosial atau *physical distancing* dapat memicu tekanan psikologis, apalagi saat ini masyarakat diliputi kecemasan karena ketidakpastian kapan pandemi ini berakhir pembatasan kontak sosial akibat pandemi Covid-19 dapat berdampak pada tingkat kesepian lanjut usia sehingga bisa meningkatkan tingkat stress psikologi pada usia lanjut.(Holditch-Davis et al., 2015)Usia lanjut dengan memiliki kondisi Kesehatan mental yang baik cenderung melakukan hal-hal positif untuk menunjang kualitas hidupnya. (Irawan, 2013) Penelitian D. Callow tahun 2020 Sekitar 37% usia lanjut menunjukkan bahwa mereka melakukan aktivitas fisik yang jauh lebih sedikit atau agak kurang| sejak ada pandemi Covid-19 dan 35% usia lanjut menunjukkan melakukan aktivitas yang hampir samal dibandingkan sebelum pandemi Covid-19. 25% dikategorikan mengalami depresi ringan, 63,1% depresi sedang dan 11,4% yang dikategorikan mengalami depresi berat. Dan yang mengalami kecemasan minimal sebanyak 28%, 64% kecemasan ringan 6,9% yang mengalami kecemasan sedang, dan 0,8% yang dikategorikan mengalami kecemasan yang parah Di sisi lain, usia lanjut dengan mengalami kondisi mental yang buruk akan menyebabkan penurunan kesehatan dan kualitas hidupnya. Oleh sebab itu penting memperhatikan kesehatan mental lansia dengan intervensi psikoedukasi tentang Covid-19

dan diketahuinya pengaruh intervensi keperawatan psikoedukasi untuk menurunkan tingkat stress psikologi pada usia lanjut selama wabah COVID-19

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* data yang digunakan yang terkait variable dependent dan variable independent didapat dari data primer dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan menggunakan kuesioner mengenai evaluasi intervensi psikoedukasi dalam menurunkan tingkat stress psikologi pada lansia terhadap pandemic Covid-19. Pelaksanaan penelitian selama empat bulan dilaksanakan pada bulan April sampai dengan Juli 2021 di wilayah Kabupaten Bogor . Variables Independent yaitu Intervensi keperawatan psikoedukasi dan variable dependen yaitu penurunan tingkat stress psikologi pada usia lanjut. Dalam Penelitian ini populasi yang digunakan lansia yang berdomisili wilayah Bogor berjumlah 120 lansia dan jumlah sampel 35 responden dengan penentuan sampel menggunakan *Rumus Sampel Slovin*, teknik pengumpulan data dengan mengisi instrument yang digunakan dalam penelitian yaitu kuesioner yang disebar pada responden, analisis pengolahan data yang digunakan analisis univariat dan bivariat dengan *Uji T*. Penyajian data dalam bentuk angka yang tergambar dalam tabel. Etika dalam melakukan penelitian ini, peneliti mendapat perizinan langsung dari Bapak RW di Perumahan Griya Limus Asri. Studi awal penulis menekankan pada masalah etika yaitu *Informed Consent, Anonymity, Confidentiality, Privacy, and Protection From Discomfort*. (Suara & Wahyudi 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan temuan penelitian ini menunjukkan dalam analisis univariat, akan dibuatkan pada tabel dan menjelaskan secara deskriptif mengenai data demografi (umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan). Studi ini menunjukkan bahwa variabel yang diteliti yaitu variabel independen (Covid-19) dan variabel dependen (Stress Psikologi) data demografi berdasarkan umur ini disajikan dalam tabel 1 berikut ini .

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Umur

No	Interval	Frekuensi	%	Category
1	45 -54	0	0	Middle age
2	55-65	31	88,6	Elderly
3	66-75	4	11,4	Young old
4	75-90	0	0	Old
Jumlah		35	100	

Distribusi frekuensi umur dari 35 responden yang menyatakan umur lansia (Elderly) 55 – 65 tahun sebanyak 31 responden (86,6%) dan lansia muda (Young Old) yang berumur 66 – 74 tahun berjumlah 4 responden (11,4%).

Temuan penelitian ini menunjukkan dalam analisis univariat ini akan disajikan dan menjelaskan secara deskriptif mengenai data demografi jenis kelamin data ini disajikan dalam tabel 2 dibawah ini .

Tabel 2.
Distribusi Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	%	Category
1	Pria	16	45,7	Nominal
2	Wanita	19	54,3	Nominal
Jumlah		35	100	

Distribusi frekuensi jenis kelamin menunjukkan bahwa, dari 35 responden mayoritas responden wanita sebanyak (54,3%) dan pria (45,7%)

Temuan penelitian ini menunjukkan dalam analisis univariat, akan disajikan dan menjelaskan secara deskriptif mengenai data demografi tingkat pendidikan , data ini disajikan dalam tabel dibawah ini

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Frekuensi	%	Category
1	Tidak sekolah	5	14	Dasar
2	SD	25	71	Dasar
3	SMP	5	14	Menengah
4	SMA	0	0	Menengah
5	PT	0	0	Perguruan Tinggi
Jumlah		35	100	

Distribusi frekuensi tingkat pendidikan responden menunjukkan bahwa, dari 35 responden mayoritas tingkat pendidikan terakhir responden adalah tingkat dasar sebanyak 25 responden (71,4%), tingkat menengah sebanyak 5 responden (14,3%), tidak sekolah sebanyak 5 responden (14,3%), dan yang berpendidikan atas serta pendidikan tinggi sebanyak 0 responden dengan presentase (0%).

Temuan penelitian ini menunjukkan dalam analisis univariat, akan disajikan dan menjelaskan secara deskriptif mengenai data demografi pekerjaan, data ini disajikan dalam tabel berikut ini.

Tabel 4.
Distribusi Frekuensi Pekerjaan

No	Status Pekerjaan	Frekuensi	%	Category
1	Tidak Bekerja	26	74	Nominal
2	ASN /TNI/Polri	0	0	Nominal
3	Wiraswasta	2	5,7	Nominal
4	Swasta	0	0	Nominal
5	Lain-lain	7	2	Nominal
Jumlah		35	100	

Distribusi frekuensi pekerjaan, dari 35 responden mayoritas 26 responden (74,3%) lansia yang berstatus pekerjaannya pensiunan/ tidak bekerja, yang memiliki status tidak bekerja sebanyak 0 responden (0%), yang memiliki status pekerjaan wiraswasta sebanyak 2

responden (5,7%), swasta berjumlah 0 responden (0%), serta lain-lain berjumlah 7 responden (2,%).

Temuan penelitian ini menunjukkan dalam analisis univariat, akan disajikan dan menjelaskan secara deskriptif mengenai data keterpaparan covid 19 pada lansia, data ini disajikan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 5.
Distribusi Keterpaparan Covid19

No	Keterpaparan	Frekuensi	%	Category
1	Terpapar	3	8,6	Ordinal
2	Tidak Terpapar	32	91,4	Ordinal
Jumlah		35	100	

Distribusi keterpaparan Covid-19 pada lansia mayoritas responden (91,4%) tidak terpapar Covid-19, dan (8,6%) terpapar Covid-19.

Temuan penelitian ini menunjukkan dalam analisis univariat, akan disajikan dan menjelaskan secara deskriptif mengenai data kekhawatiran keterpaparan covid 19 pada lansia, data ini disajikan dalam tabel dibawah ini

Tabel 6.
Distribusi Kekhawatiran Keterpaparan Covid 19

No	Khawatir	Frekuensi	%	Category
1	Ya	28	80.0	Ordinal
2	Tidak	7	20.0	Ordinal
Jumlah		35	100	

Distribusi frekuensi kekhawatiran responden terhadap keterpaparan Covid-19 menunjukkan bahwa, dari 35 responden mayoritas 28 responden (80,0%) merasakan khawatir dan hanya 7 responden (20,0%) yang tidak merasakan khawatir terhadap keterpaparan Covid-19

Temuan penelitian ini menunjukkan dalam analisis univariat, akan disajikan dan menjelaskan secara deskriptif mengenai data kecemasan keterpaparan terhadap covid 19 pada lansia,

data ini disajikan dalam tabel berikut ini.

Tabel 7.
Distribusi Kecemasan terhadap keterpaparan Covid 19

No	Cemas	Frekuensi	%	Category
1	Ya	22	62,9	Ordinal
2	Tidak	13	37.1	Ordinal
Jumlah		35	100	

Distribusi frekuensi rasa cemas responden terhadap informasi Covid-19 menunjukkan bahwa, dari 35 responden sebanyak 22 responden (62,9%) merasa cemas dan hanya 13 responden (37,1%) yang tidak merasa cemas terhadap informasi Covid-19.

Temuan penelitian ini menunjukkan dalam analisis bivariat ,akan disajikan dan menjelaskan secara deskriptif mengenai data stress psikologis pre dan pos tingkat stress berdasarkan hasil pre dan post intervensi psikoedukasi pada lansia ,data ini disajikan dalam tabel dibawah ini

Tabel 8.
Distribusi rata-rata tingkat stress psikologi responden menurut pengukuran Pre dan Post Intervensi Psikoedukasi

Variable	Mean	Std. Deviation	Std Error	p-Value	N
Pre Psikoedukasi	5,40	1,397	0,236	0,001	35
Post Psikoedukasi	3,57	1,145	0,194		

Rata-rata pemeriksaan stress pre psikoedukasi dalam Uji-T Test 5,40 dengan standar deviasi 1,397 .Pada pengukuran kedua didapatkan rata-rata dalam pengukuran stress post psikoedukasi yaitu 3,57 dengan standar deviasi 1,145. Terlihat nilai mean 1,829 dengan standar deviasi 0,923 hasil statistik di dapatkan nilai 0,001 maka dapat disimpulkan *ada penurunan yang signifikan* antara tingkat stress pre psikoedukasi dan pemeriksaan stress post psikoedukasi .

Penelitian ini berhasil mengevaluasi antara efek psikoedukasi dengan tingkat stress psikologis lansia terhadap pandemic Covid-19 yang menunjukkan bahwa (p value = 0,001 atau $< \alpha 0,05$), yaitu ada hubungan yang signifikan antara pemberian psikoedukasi dengan stress lansia atau dengan kata lain ada perbedaan tingkat stress lansia yang belum mendapatkan psikoedukasi dan tidak. Penelitian ini mengungkapkan bahwa mereka yang mendapatkan psikoedukasi akan mengalami penurunan tingkat stress yang signifikan dibandingkan yang belum mendapatkan psikoedukasi dari peneliti. Efek psikoedukasi memberi kontribusi terhadap penurunan perasaan stress yang dialami lansia. Semakin diberikan psikoedukasi, lansia semakin paham dan tingkat stress akan berkurang, dan sebaliknya jika lansia yang belum diberikan psikoedukasi maka peluang tingkat stress yang tinggi akan semakin besar.

Temuan ini meningkatkan pemahaman kita tentang pengaruh Intervensi keperawatan psikoedukasi terhadap penurunan stress psikologi pada lanjut usia dimana penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Marsya Rezkita Dewi (2019) menyatakan bahwa ada pengaruh psikoedukasi terhadap manajemen stress pada lansia di wilayah Puskesmas Rangkah Surabaya dengan (p value = 0,001 atau $< \alpha 0,05$), artinya bahwa ada hubungan signifikan antara psikoedukasi dengan kecemasan atau manajemen stress pasien.

Temuan diatas konsisten dengan penelitian sebelumnya oleh (Astuti, T, Rizki, 2019) yang menyatakan bahwa ada pengaruh psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan pre operasi kanker payudara. Penelitian ini dijelaskan bahwa pasien yang diberikan psikoedukasi emosinya lebih stabil dan tenang menghadapi persiapan operasi, berbeda dengan pasien yang tidak diberikan psikoedukasi justru mengalami gangguan psikologis, seperti: panic, pusing, sakit perut, dan lainnya, bahkan mereka yang mengalami cemas berat ada peningkatan tekanan darah yang signifikan, dan hal ini akhirnya menghambat operasi. (Tandberg et al., 2019)

Tindakan psikoedukasi dapat dilakukan oleh tenaga medis di rumah sakit atau bahkan oleh siapa saja di berbagai tempat public lainnya. Tindakan psikoedukasi dapat menggunakan berbagai media, poster, booklet, leaflet, video. (Astuti et al., 2019) Pada saat proses intervensi keperawatan psikoedukasi sangat perlu kehadiran keluarga untuk mendampingi responden sebagai kunci keberhasilan intervensi, sehingga saling mendukung antara peneliti dan keluarga responden. Peneliti dapat membangun hubungan saling percaya agar dapat melakukan pengkajian yang tepat dan memberikan pengertian terhadap keluarga untuk dapat mengatasi dan mencegah terjadinya gangguan emosional dengan strategis

koping yang efektif. Psikoedukasi akan memberikan informasi-informasi penting permasalahan responden serta memberikan pengajaran tentang keterampilan-keterampilan yang dianggap penting dalam menghadapi situasi permasalahan.

KESIMPULAN

Penelitian yang dilakukan tentang evaluasi intervensi keperawatan psikoedukasi dalam menurunkan tingkat stress psikologi pada lansia terhadap pandemic Covid-19 di Bogor dengan jumlah responden sebanyak 35 responden dan hasil penelitian penulis dapat menyimpulkan . Ada pengaruh yang signifikan Intervensi keperawatan psikoedukasi terhadap tingkat stress lansia atau dengan kata lain ada perbedaan tingkat stress lansia sebelum dilakukan intervensi psikoedukasi dan sesudah dilakukan intervensi psikoedukasi dengan p value 0,001.

REFERENCES

Astuti, T, Rizki, M. (2019). Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Kanker Payudara. *Jurnal Kesehatan, 10*(Psikoedukasi).

Astuti, T., Desvianti, R. A., & Bangsawan, M. (2019). Pengaruh Psikoedukasi terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Kanker Payudara. *Jurnal Kesehatan, 10*(1), 121. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i1.1246>

Fathimah, B. dan. (2020). 2019-nCOV-JANGAN TAKUT VIRUS CORONA. *CORONA*.

Holditch-Davis, D., Santos, H., Levy, J., White-Traut, R., O'Shea, T. M., Geraldo, V., & David, R. (2015). Patterns of psychological distress in mothers of preterm infants. *Infant Behavior and Development, 41*, 154–163. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2015.10.004>

Irawan, H. (2013). Gangguan Depresi pada Lanjut Usia. *Cermin Dunia Kedokteran, 40*(11), 815–819. [http://www.kalbemed.com/Portals/6/06_210Gangguan Depresi pada Lanjut Usia.pdf](http://www.kalbemed.com/Portals/6/06_210Gangguan%20Depresi%20pada%20Lanjut%20Usia.pdf)

Penn.Depil. (2022). Research update on the psychosocial treatment of schizophrenia. *APA, 3* (Treatment of schizophrenia), 123. <https://doi.org/https://doi.org/10.1176/ajp.153.5.607>

Rahayu, A. &. (2016). Hubungan Self-Esteem dengan Tingkat Kecenderungan

Kesepian pada Lansia. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(Self-Esteem).

Suara, M., & Wahyudi, A. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dan Tilik Diri Pasien Skizofrenia Terhadap Tingkat Kesembuhan dan Lama Rawat. *Jurnal Antara Keperawatan*, 1(1), 38–43.

Tandberg, B. S., Flacking, R., Markestad, T., Grundt, H., & Moen, A. (2019). Parent psychological wellbeing in a single-family room versus an open bay neonatal intensive care unit. *PLoS ONE*, 14(11), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0224488>