

## **PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG KESEHATAN JIWA REMAJA DI MASA PANDEMI COVID 19**

Yustina Kristianingsih<sup>1</sup>, Sri Winarni<sup>2</sup>, Vincentia Nona Wangge<sup>3</sup>  
<sup>1-3</sup>STIKES Katolik St Vincentius A Paulo Surabaya  
Email: tinakristiani@gmail.com

### **ABSTRAK**

Pandemi covid 19 yang berjalan 2 tahun ini telah terjadi banyak perubahan pola kehidupan yang memaksa keluarnya kebijakan pembatasan sosial. Di pendidikan menengah remaja juga harus melaksanakan pembelajaran daring yang membuat remaja kurang bisa aktulisasi peran masa mudanya. Anak-anak dan remaja berpotensi mengalami masalah kesehatan jiwa sebagai akibat dari pandemi covid 19. Pencegahan bisa dilakukan dengan pemberian pendidikan kesehatan kepada remaja sehingga remaja dapat memahami tentang kesehatan jiwa. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Pendidikan kesehatan secara daring dengan menggunakan zoom dengan jumlah sasaran 311 siswa. Analisis yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan analisis univariate untuk melihat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan. Hasil evaluasi kegiatan ini menunjukkan peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan tentang kesehatan jiwa dan tips sehat jiwa. Diharapkan kegiatan pendidikan kesehatan ini dapat dilaksanakan secara kontinyu untuk masalah kesehatan lainnya.

**Kata Kunci:** Kesehatan jiwa, remaja, pandemi covid 19

## **ABSTRACT**

*The COVID-19 pandemic that has been running for 2 years has seen many changes in life patterns that have forced the issuance of social restrictions policies. In secondary education, adolescents must also carry out online learning which makes adolescents less able to act out the role of their youth. Children and adolescents have the potential to experience mental health problems as a result of the covid 19 pandemic. Prevention can be done by providing health education to adolescents so that adolescents can understand mental health. The method used in this community service activity is online health education using zoom with a target number of 311 students. The analysis used in this activity uses univariate analysis to see the increase in knowledge before and after health education. The results of the evaluation of this activity showed an increase in the level of knowledge before and after health education about mental health and mental health tips. It is hoped that this health education activity can be carried out continuously for other health problems.*

**Keywords:** *Mental health, youth, covid 19*

## **LATAR BELAKANG**

Kesehatan jiwa sering kali tidak mendapatkan perhatian dan kurang disadari setiap individu. Perhatian lebih sering pada kondisi sehat secara fisik dan bebas keluhan. Kesehatan jiwa merupakan sejahtera yang berhubungan dengan kebahagiaan, gembira, kepuasan, pencapaian dan harapan<sup>(1)</sup>. Di masa pandemi covid 19 yang berjalan 2 tahun ini telah terjadi banyak perubahan pola kehidupan yang memaksa keluarnya kebijakan pembatasan sosial. Di Indonesia kebijakan pembatasan sosial juga terjadi pada hampir semua aspek kehidupan salah satunya di dunia pendidikan. Pendidikan harus mengubah pembelajaran tatap muka menjadi daring mulai dari pendidikan paling rendah sampai pendidikan tinggi. Di pendidikan menengah remaja juga harus melaksanakan pembelajaran daring yang membuat remaja kurang bisa aktulisasi peran masa mudanya.

Laporan Unicef dalam peringatan hari kesehatan jiwa tahun 2021 mengatakan bahwa anak-anak dan remaja berpotensi mengalami masalah kesehatan jiwa sebagai akibat dari pandemi covid 19. Dalam laporan Unicef juga ditampilkan data terbaru yakni 1 dari 7 remaja yang berusia 10-19 tahun hidup dengan masalah kesehatan jiwa. Secara global angka kesehatan jiwa hanya 2%<sup>(2)</sup>. Permasalahan pada remaja di Surabaya juga terjadi sebagai akibat dari pandemi covid 19.

Pencegahan terjadinya masalah pada kesehatan jiwa pada remaja penting untuk dilakukan dengan baik sehingga terhindar dari gangguan jiwa atau masalah mental lainnya<sup>(3)</sup>. Pencegahan bisa dilakukan dengan pemberian pendidikan kesehatan kepada remaja sehingga remaja dapat memahami tentang kesehatan jiwa<sup>(4)</sup>. Untuk mengatasi permasalahan yang dapat timbul maka STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya akan melaksanakan kegiatan pengabdian pada masyarakat dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada siswa SMA St Louis 2 Surabaya. Tujuan dari kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan jiwa dan tips sehat jiwa dimasa pendemi Covid 19.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Pendidikan kesehatan secara daring dengan menggunakan zoom. Adapun tahapan kegiatan Pengabdian masyarakat ini diawali dengan persiapan kegiatan bekerjasama dengan Guru bimbingan konseling SMA St Louis 2 Surabaya untuk menentukan tanggal dan promosi kegiatan zoominar. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan zoominar pada tanggal 18 Januari 2022, dimana pesertanya berjumlah 311 Siswa, kegiatan diawali dengan pemaparan materi dan tanya jawab. Tahap akhir kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pengukuran pengetahuan siswa tentang kesehatan jiwa dan tips sehat niwa dimasa pandemi covid 19 dengan kuesioner melalui google form. Analisis yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan analisis univariate untuk melihat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil evaluasi pendidikan kesehatan tentang kesehatan jiwa dan tips sehat jiwa di SMAK St Louis 2 Surabaya ditampilkan pada tabel 1.

Tabel 1. Tingkat pengetahuan siswa SMAK St Louis 2 Surabaya tentang Kesehatan jiwa dan tips sehat jiwa

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Tingkat Pengetahuan Sebelum	1.65	311	.484	.027
	Tingkat Pengetahuan Sesudah	2.62	311	.578	.033
Pair Sample Correlation					0.000

Dari tabel 1 dapat diketahui terdapat peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan tentang kesehatan jiwa dimana sebelum pendidikan kesehatan mean $\pm$ SD nya 1.65 $\pm$ 0.484 dan setelah pendidikan kesehatan mean $\pm$ SD nya didapatkan 2.62 $\pm$ 0.578.

### Pembahasan

Pendidikan kesehatan merupakan tindakan yang dilakukan dengan tujuan untuk mengubah perilaku individu atau kelompok<sup>(5)</sup>. Pendidikan kesehatan yang diberikan dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah dibidang kesehatan sehingga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja di SMA Katolik St. Louis 2 Surabaya tentang Kesehatan jiwa remaja di masa pandemi covid 19. Masa pandemic telah merubah proses belajar tatap muka menjadi daring yang sering menimbulkan berbagai permasalahan pada remaja dimana remaja tidak bisa bertemu guru, teman sekolah, tidak bisa melakukan kegiatan untuk menunjang bakatnya di sekolah dan harus berhadapan dengan Gadget untuk belajar. Berbagai permasalahan yang dihadapi remaja dapat memengaruhi kesehatan mental remaja.

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan mengukur tingkat pengetahuan awal remaja tentang kesehatan jiwa remaja di masa Pandemi Covid 19. Kemudian dilanjutkan dengan memberikan edukasi mengenai Kesehatan jiwa remaja dimasa pandemic secara Daring. Pada hari ke dua tim pengabdian pada masyarakat mengukur tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan jiwa remaja dimasa pandemik. Tabel 1 menunjukkan bahwa ada peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan tentang kesehatan jiwa dan tips sehat jiwa dimana nilai ujinya adalah  $p=0,000$  yang berarti bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa SMAK St Louis 2 Surabaya. Setelah dilakukan pemberian edukasi tentang kesehatan jiwa dan tips sehat jiwa didapatkan peningkatan tingkat pengetahuan remaja di SMA Katolik St.Louis 2 Surabaya, terjadi peningkatan dimana didapatkan data tingkat pengetahuan 66% Baik, 29% Cukup dan 5% kurang. Peningkatan tingkat pengetahuan ini dapat dipengaruhi oleh pemberian informasi melalui ceramah dan Tanya jawab, materi yang diberikan dengan

media yang tepat dan penjelasan yang diberikan membuat peserta pendidikan kesehatan yang berusia remaja mudah menerima materi yang diberikan sehingga dapat dicerna dan meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan jiwa remaja dimasa pandemi. Peningkatan pengetahuan ini juga didukung dengan adanya kesempatan bertanya bagi semua peserta pendidikan kesehatan untuk menanyakan segala sesuatu yang belum jelas, untuk kemudian diberikan penjelasan sampai peserta memahami. Peserta sangat antusias dalam bertanya tentang kesehatan jiwa remaja, tentang ciri-ciri sehat jiwa, tentang bagaimana sebaiknya beradaptasi dengan masa lalu yang tidak menyenangkan. Peserta juga bertanya tentang perbedaan depresi dengan gangguan jiwa. Semua pertanyaan telah diberikan penjelasan dan dapat diterima oleh peserta pendidikan kesehatan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Djajanti (2020) dimana penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja<sup>(6)</sup>.

Akan tetapi masih terdapat remaja yang memiliki tingkat pengetahuan kurang 15 orang remaja, hal tersebut dikarenakan proses pendidikan kesehatan secara daring sehingga kualitas informasi tergantung banyak faktor seperti kualitas jaringan internet yang kurang memadai yang membuat suara pemateri dan juga presentasinya tidak dapat diterima dengan jelas. Selain itu metode daring juga membuat peserta bebas untuk mendengarkan materi dengan melakukan aktivitas lainnya yang menyebabkan konsentrasi pada materi kurang sehingga tingkat pengetahuan tentang kesehatan jiwa selama masa pandemic COVID 19 masih kurang. Selain itu masih banyak remaja yang memiliki banyak permasalahan yang berhubungan dengan kesehatan jiwa remaja di keluarga, di masa lalu yang pernah dialami dengan teman atau sahabat dimasa sebelumnya.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui pendidikan kesehatan tentang kesehatan jiwa remaja dan tips sehat jiwa dengan sasaran (mitra) siswa SMAK St Louis 2 Surabaya sejumlah 311 siswa. Media pendidikan kesehatan daring dengan aplikasi zoom, metode yang digunakan penjelasan dilanjutkan tanya jawab. Hasil evaluasi terdapat peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan siswa tentang kesehatan jiwa dan tips sehat jiwa.

### **Saran**

Pendidikan kesehatan sangat efektif untuk meningkatkan perilaku hidup sehat, sehingga diharapkan dapat dilaksanakan secara kontinyu untuk masalah kesehatan lainnya.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

1. Kepala Sekolah SMAK St Louis 2 Surabaya yang telah memberikan ijin untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.
2. Guru Bimbingan konseling dan guru kelas yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

3. Para siswa SMAK St Louis 2 Surabaya yang telah bersedia mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan dan aktif mengikuti kegiatan ini.
4. Ketua STIKES Katolik St Vincentius A Paulo Surabaya yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan pengabdian masyarakat
5. Ketua LPPM STIKES Katolik St Vincentius A Paulo yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Stuart GW. Prinsip dan Praktik Keperawatan Jiwa Stuart. 10th ed. Keliat BA, editor. Singapore: Elsevier; 2016.
- [2]. Unicef. Dampak COVID-19 terhadap rendahnya kesehatan mental anak-anak dan pemuda hanyalah ‘puncak gunung es [Internet]. 2021. Available from: <https://www.unicef.org/indonesia/id/press-releases/dampak-covid-19-terhadap-rendahnya-kesehatan-mental-anak-anak-dan-pemuda-hanyalah>
- [3]. SUB Direktorat Kesehatan Jiwa. Kesehatan Jiwa Remaja [Internet]. Kementrian kesehatan. 2021. Available from: <https://kesehatanjiwanapza.kemkes.go.id/substansi-keswa-anak-dan-remaja/kesehatan-jiwa-remaja/>
- [4]. Sinaga LRV, Sianturi E, Amir MN, Simamora JP, Ashriady A, Hardiyati H. Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Yayasan Kita Menulis; 2021.
- [5]. Agustini A. Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Deepublish Publisher; 2019.
- [6]. Djajanti CW, Sukmanto PA, Wardhani IK. Penyuluhan Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Mata. J keperawatan Muhammadiyah [Internet]. 2022;7(1). Available from: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/index>