

NASKAH PUBLIKASI

**PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP TINGKAT STRES
MASYARAKAT DALAM MENGHADAPI PANDEMI
COVID-19 DI DUSUN PECITRAN DESA
MARON KECAMATAN LOANO
KABUPATEN PURWOREJO**

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh

Pinastiko Gagas Saputro

KP.17.01.242

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN (S1) DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**

2022

NASKAH PUBLIKASI


**PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP TINGKAT STRES
MASYARAKAT DALAM MENGHADAPI PANDEMI
COVID-19 DI DUSUN PECITRAN DESA
MARON KECAMATAN LOANO
KABUPATEN PURWOREJO**

Oleh
Pinastiko Gagas Saputro
KP.17.01.242

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal, 05 Agustus 2022**

Susunan Dewan Penguji


Ketua Dewan Penguji


Agnes Erida W, S. Kep., Ns., M. Kep

Pembimbing Utama/Penguji I


Ns. Nur Anisah, S. Kep., M. Kep.


Pembimbing Pendamping/Penguji II


Novi Istanti, S.Kep., Ns., M.Kep,

**Naskah publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar sarjana Keperawatan**

Yogyakarta, 24.08.2022

Ketua Program Studi Keperawatan dan Ners


Yuli Ernawati S. Kep.



PERNYATAAN

Nama : Pinastiko Gagas Saputro
Judul : PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP TINGKAT STRES
MASYARAKAT DALAM MENGHADAPI PANDEMI
COVID-19 DI DUSUN PECITRAN DESA
MARON KECAMATAN LOANO
KABUPATEN PURWOREJO

Dengan ini saya setuju naskah ringkasan penelitian yang telah disusun dipublikasikan dengan/tanpa mencantumkan nama pembimbing sebagai *co-author*.

Demikian harap maklum.

Yogyakarta 24.08.2022

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Ns. Nur Anisah, S.Kep., M.Kep. Novi Istanti, S.Kep., Ns., M.Kep

**PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP TINGKAT STRES
MASYARAKAT DALAM MENGHADAPI PANDEMI
COVID-19 DI DUSUN PECITRAN DESA
MARON KECAMATAN LOANO
KABUPATEN PURWOREJO**

Pinastiko Gagas Saputro¹, Nur Anisah², Novi Istanti³

INTISARI

Latar Belakang: COVID-19 adalah penyakit menular disebabkan oleh coronavirus, SARS-CoV-2, yang menyerang pernapasan dengan gejala umum demam, kejang, batuk kering, kelelahan dan diare. Kesehatan psikologis merupakan salah satu aspek yang paling terabaikan dari adanya pandemi COVID-19. Psikoedukasi adalah kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan sebagai usaha pencegahan munculnya gangguan psikologis atau meningkatkan pemahaman tentang psikologis pada suatu kelompok maupun individu.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh terapi psikoedukasi terhadap tingkat stres masyarakat dalam menghadapi pandemi COVID-19.

Metode penelitian: Metode penelitian ini adalah *Quasy-Experimental* menggunakan *purposive random sampling* dengan jumlah sample penelitian ini sebanyak 62 responden. Psikoedukasi diberikan dalam 1 pertemuan dengan 5 sesi. Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner DASS 42 (spesifik poin stres). Data dianalisis menggunakan *T-Test* berpasangan dengan level signifikansi 0.05.

Hasil: Hasil *T-Test* berpasangan menunjukkan perbedaan yang signifikan terhadap tingkat stres antara *pretest* dan *post test* pada kelompok intervensi ($p=0.000$).

Kesimpulan: Terdapat pengaruh psikoedukasi yang signifikan terhadap tingkat stres dalam menghadapi pandemi COVID-19. Psikoedukasi dapat digunakan sebagai suatu pilihan intervensi dalam upaya pelayanan kesehatan kaitanya dengan kesehatan psikologis, sehingga tingkat stres masyarakat maupun individu mengalami penurunan.

Kata kunci: COVID-19, tingkat stres, psikoedukasi¹Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan

¹Mahasiswa STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

**THE INFLUENCE OF PSYCHOEDUCATION ON THE LEVEL OF
COMMUNITY STRESS IN FACING THE COVID-19
PANDEMIC IN PECITRAN HAMLET, MARON
VILLAGE, LOANO DISTRICT,
PURWOREJO REGENCY**

Pinastiko Gagas Saputro¹, Nur Anisah², Novi Istanti³

ABSTRACT

Background: COVID-19 is an infectious disease caused by a coronavirus, SARS-CoV-2, which attacks breathing with common symptoms of fever, seizures, dry cough, fatigue and diarrhea. Psychological health is one of the most neglected aspects of the COVID-19 pandemic. Psychoeducation is an activity carried out to improve understanding and skills as an effort to prevent the emergence of psychological disorders or increase understanding of the psychological in a group or individual.

Objective: This study aims to analyze the effect of psychoeducational therapy on people's stress levels in the face of the COVID-19 pandemic.

Methods: The method of this study is Quasy-Experimental using purposive random sampling with a total sample of this study as many as 62 respondents. Psychoeducation is given in 1 meeting with 5 sessions. Stress levels were measured using a DASS 42 questionnaire (specific stress points). The data were analyzed using a paired T-Test with a significance level of 0.05.

Results: Paired T-Test results showed a significant difference in stress levels between pretest and post test in the intervention group ($p=0.000$).

Conclusion: There is a significant psychoeducational influence on stress levels in the face of the COVID-19 pandemic. Psychoeducation can be used as an intervention option in health service efforts related to psychological health, so that the level of stress of the community and individuals decreases.

Keywords: COVID-19, stress level, psychoeducation, Nursing Science Study Program Students

¹Nursing Student of STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

PENDAHULUAN

COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh coronavirus, SARS-CoV-2, yang menyerang pernapasan dengan gejala umum demam, kejang, batuk kering, kelelahan dan diare.⁴ Masa inkubasi virus ini diperkirakan antara 2-14 hari sejak terpapar virus (CDC, 2020). Coronavirus (COVID-19) pertama kali muncul pada bulan Desember 2019 di Wuhan, Cina, dan hingga sekarang telah berevolusi menjadi pandemi global.

Kesehatan psikologis merupakan salah satu aspek yang paling terabaikan dari adanya pandemi COVID-19.⁵ Ada penelitian yang menunjukkan bahwa COVID-19 memiliki dampak psikologis yang tidak diinginkan. Dilaporkan bahwa 23.6% mengalami dampak psikologis dari menengah hingga parah, 28.3% mengalami depresi, 24% cemas, dan 22.3% menunjukkan gejala stres.¹ Survei yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) melalui swaperiksa di web PDSKJI pada tanggal 23 april 2020, menunjukkan bahwa 80% dari 182 responden memiliki gejala stres karena mengalami atau menyaksikan peristiwa tidak menyenangkan terkait COVID-19.

Psikoedukasi adalah kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan untuk mengatasi masalah psikologis seperti depresi,

kecemasan, dan stres. Psikoedukasi dapat dilakukan secara aktif dengan memberikan konseling dan juga secara pasif yaitu dengan memberikan atau menyediakan informasi melalui leaflet, poster, media audio visual, dan sebagainya.⁶ Hasil meta analisis yang dilakukan oleh Donker *et al.* pada tahun 2009 terhadap 9010 abstrak penelitian yang dikumpulkan dari Cochrane, PsycInfo, dan PubMed menunjukkan bahwa psikoedukasi yang diberikan pada penderita depresi dan distress psikologi dapat menurunkan gejala tersebut secara signifikan.² Penelitian lain yang dilakukan oleh Mohammad Fatkhul Mubin dan Livana PH dengan judul “Pengurangan Tingkat Stres Melalui Terapi Psikoedukasi Terhadap Keluarga Paranoid Skizofrenia” (2019) dengan metode quasi experimental, menunjukkan bahwa terapi psikoedukasi dapat mengurangi tingkat stress hingga 28.6% dibandingkan dengan kelompok kontrol.³

Dari uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Tingkat Stres Masyarakat Dalam Menghadapi Pandemi COVID-19 Di Dusun Pecitran, Desa Maron, Kecamatan Loano, Kabupaten Purworejo”, karena pengaruh psikoedukasi terhadap tingkat stres masyarakat dalam menghadapi pandemi COVID-19 belum dapat dijelaskan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *quasi experimental (pre-test and post-test with control group)*. *Quasi experimental* merupakan desain penelitian yang berupaya mengungkap kausalitas atau hubungan sebab akibat dengan cara membandingkan kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen. Penelitian ini telah dilakukan di Dusun Pecitran Desa Maron Kecamatan Loano Kabupaten Purworejo. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 1 April 2022 sampai 1 Agustus 2022, Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat yang mengalami stres akibat pandemi, jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 62 orang. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik *purposive random sampling*. Data di analisis dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat. Menggunakan uji T *test* berpadangan pada masing-masing kelompok dan T *test* independen antar kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Tabel 4.4

Hasil uji T-Test berpasangan (dependen) kelompok kontrol

Pasangan	Mean	Std. deviation	Sig. (2-tailed)
Skor pretest - Skor post test	0.161	0.583	0.134

Sumber: Data Primer, 2022 (dengan pengolahan data)

Hasil analisis tabel 4.4 diatas menunjukkan nilai ρ value sebesar 0.134 ($\rho > 0.05$) yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat stres pada awal penelitian (saat *pretest*) dengan akhir penelitian (saat *post test*).

Tabel 4.5

Hasil uji T-Test berpasangan (dependen) kelompok intervensi

Pasangan	Mean	Std. deviation	Sig. (2-tailed)
Skor pretest - Skor post test	4.065	1.389	0.000

Sumber: Data Primer, 2022 (dengan pengolahan data)

Hasil analisis tabel 4.5 diatas menunjukkan ρ value sebesar 0.000 ($\rho < 0.05$) yang menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat stres kelompok intervensi sebelum dengan sesudah diberikan terapi psikoedukasi.

Tabel 4.6

Hasil uji *Levene's* (T-Test independen) kelompok kontrol-kelompok intervensi

	Kelompok	Mean	Std.deviation	Sig. (2-tailed)
Skor post test	Kontrol	16.42	1.628	0.000
	intervensi	13.23	1.146	0.000

Sumber: Data Primer, 2022 (dengan pengolahan data)

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai mean *post test* untuk kelompok kontrol sebesar 16.42 dan kelompok intervensi

sebesar 13.23, dengan selisih tersebut artinya tingkat stres kelompok intervensi cenderung mengalami penurunan setelah mendapat terapi psikoedukasi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapat terapi psikoedukasi. Begitu pula dengan p valuenya sebesar 0.000 yang berarti memang terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *post test* kelompok kontrol dengan *post test* kelompok intervensi.

2. Pembahasan

A. Pengaruh psikoedukasi terhadap tingkat stres masyarakat dalam menghadapi pandemi covid-19

Psikoedukasi merupakan suatu terapi yang diberikan kepada individu untuk memperkuat strategi koping atau cara khusus dalam mengatasi permasalahan psikologis yang dialami oleh individu (Mottaghipour & Bickerton, 2005). Stres adalah keadaan internal yang dapat diakibatkan oleh tuntutan fisik dari tubuh atau kondisi lingkungan dan sosial yang dinilai potensial membahayakan, tidak terkendali, atau melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya.⁵ Fenomena stres yang muncul di tengah masyarakat merupakan respon umum yang terjadi selama masa pandemi berlangsung.

Menurut Hawari (2011), tanda dan gejala stres yang dirasakan oleh setiap individu bervariasi. Keluhan yang paling sering dirasakan oleh responden dalam penelitian ini saat mengalami stres secara umum antara lain, gejala psikologis, pusing, gangguan pola tidur, gangguan somatik, dan gangguan konsentrasi. Perubahan psikologis dan perilaku sering kali muncul sebagai upaya tubuh untuk melawan timbulnya stres (Kaplan & Sadock, 1998). Dalam penelitian ini stres yang dialami oleh responden diukur menggunakan instrumen/kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) 42 dengan spesifik poin stres sebanyak 14 pernyataan dengan rentang skor 0-14 (normal), 15-18 (stres ringan), 19-25 (stres sedang), 26-33 (stres parah), 34-42 (stres sangat parah).

Terapi psikoedukasi diberikan kepada kelompok intervensi sebanyak 5 sesi untuk memperkuat strategi koping, mengurangi stres dan gejala yang ditimbulkan akibat pandemi covid-19. Terapi ini dilakukan dengan rangkaian kegiatan; sesi 1 identifikasi masalah, sesi 2 pemberian materi, sesi 3 manajemen stres, sesi 4 manajemen beban dan strategi koping, sesi 5 evaluasi. Intervensi dalam penelitian ini dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi. Juga memberikan leaflet tentang

penyakit COVID-19 dan manajemen stres kepada setiap responden kelompok intervensi setelah pemberian terapi psikoedukasi pada kelompok intervensi.

Hasil penelitian diperoleh nilai mean tingkat stres untuk kelompok kontrol pada saat *pretest* sebesar 16.58 (stres ringan) dan pada saat *post test* 16.42 (stres ringan). Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang berarti pada skor *pretest* dan *post test* kelompok kontrol dengan nilai signifikansi 0.134 ($p > 0.05$).

Untuk kelompok intervensi, diperoleh nilai mean pada saat *pretest* sebesar 17.29 (stres ringan) dan pada saat *post test* sebesar 13.23 (normal). Hasil uji bivariat menunjukkan terdapat perbedaan yang berarti pada skor *pretest* dan *post test* kelompok intervensi dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$).

Artinya, tingkat stres kelompok intervensi mengalami penurunan sebanyak 3 hingga 5 poin setelah mendapatkan terapi psikoedukasi. Hal ini disebabkan karena responden yang mendapatkan terapi psikoedukasi memiliki pengetahuan tentang penyakit dan strategi coping yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan terapi psikoedukasi.

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa psikoedukasi memiliki pengaruh terhadap penurunan tingkat stres adalah sejalan dengan penelitian sebelumnya yakni oleh Mubin & Livana (2019) yang masing-masing menyatakan bahwa psikoedukasi terbukti dapat menurunkan tingkat stres secara signifikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis peneliti maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh psikoedukasi terhadap tingkat stres masyarakat dalam menghadapi pandemi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alkhamees, Abdulmajeed A., Al rashed, Saleh A., Alzunaydi, Ahmed S. Almohimeed., & Aljohani, Moath S. (2020). The Psychological Impact of COVID-19 Pandemic On The General Population Of Saudi Arabia. *Comprehensive Psychiatry*, 102,1.
- Donker, T. *et al.*, (2009). Psychoeducation For Depression, Anxiety And Psychological Distress: A Meta -Analysis. *BMC Medicine*, 7(1), 79.
- Mubin, Muhammad F, & Livana PH. (2020). Reduction of Family Stress Level Through Therapy of Psychoeducation Of Skizofrenia Paranoid Family. *Enfermeria Clinica*, 30(3), 156-157.
- Repici, A., Maselli, R., Colombo, M., Gabbiadini, R., Spadaccini, M., Anderloni, A., Lagioia, M. (2020b). Coronavirus (COVID-19) Outbreak: What The Department Of Endoscopy Should Know. *Gastrointestinal Endoscopy*, 1–6.
- Shaygan, Maryam., Zahra, Yazdani., & Adib, Valibeigi. (2020). The Effect Of Online Multimedia Psychoeducational Interventions On The Resilience And Perceived Stress Of Hospitalized Patients With Covid-19: A Pilot Cluster Randomized Parallel- Controlled Trial. *Research Square*, 2.
- Suryani, Efri Widia., Hernawati, Taty. & Sriati, Aat. (2016). Psikoedukasi Menurunkan Tingkat Depresi, Stres Dan Kecemasan Pada Pasien Tuberkulosis Paru. *Jurnal Ners*, 11(1), 128-133.