

SOSIALISASI DAN STRATEGI UNTUK MENGURANGI KECEMASAN MASYARAKAT DESA KEKERAN AKIBAT ISU-ISU COVID-19

I Gusti Agung Ayu Kusuma Wardani¹⁾, I Made Agus Sunadi²⁾, I Made Deny Sapt Gir³⁾

^{1,2,3)}Universitas Mahasaraswati Denpasar
Email: Saptadeny23@gmail.com

ABSTRAK

Coronavirus (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh coronavirus versi baru yang ditemukan pada akhir 2019 lalu (WHO, 2020). Dampak psikologis selama pandemi diantaranya gangguan stress pascatrauma (*post-traumatic stress disorder*), kebingungan, kegelisahan, frustrasi, ketakutan akan infeksi, insomnia dan merasa tidak berdaya. Banyaknya isu-isu Covid-19 yang beredar membuat masyarakat Desa Kekeran menjadi resah, cemas dan gelisah. Melihat kondisi tersebut, Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Mahasaraswati Denpasar hadir untuk membantu menurunkan angka kecemasan yang dituangkan dalam program sosialisasi psikoedukasi yang meliputi pemberian informasi mengenai Covid-19, tips-tips dalam mengurangi kecemasan, tips-tips menjaga kesehatan mental dan membantu menemukan informasi Covid-19 yang terpercaya. Sosialisasi ini dilakukan dengan terjun langsung ke masyarakat dengan 14 orang partisipan dengan menghadirkan seorang Psikolog. Sosialisasi ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang isu-isu Covid-19 dan pentingnya menjaga kesehatan mental yang dapat dilihat dari nilai evaluasi posttest lebih besar dibandingkan pretest. Kecemasan masyarakat diukur dengan menggunakan kuesioner CAS (*Coronavirus Anxiety Scale*). Nilai kuesioner CAS (*Coronavirus Anxiety Scale*) yang diperoleh semua partisipan yaitu <9 yang berarti masyarakat tidak dalam kondisi cemas dalam rentang waktu 2 minggu terakhir. Sosialisasi ini membantu masyarakat dalam mengakses informasi tentang Covid-19 serta memberikan tips-tips menjaga kesehatan mental melalui poster, *infografis* atau bertanya langsung ke pelaksana dan *direct message* ke Instagram Umah Lentera.

Kata Kunci: Sosialisasi, Kecemasan, Akibat Isu-isu Covid-19

ANALISIS SITUASI

Desa Kekeran merupakan wilayah Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung yang terletak di tengah – tengah Ibu Kota Kabupaten Badung yang memiliki luas wilayah 4.05 KM. Desa Kekeran merupakan daerah yang datar, terletak kurang lebih 6 Km dari ibu Kota Kecamatan, dari pusat pemerintahan

Kabupaten jaraknya kurang lebih 8 Km, dari pusat pemerintahan Provinsi kurang lebih 30 Km. 7 mg/dL pada laki-laki dan 6 mg/dL pada perempuan (Kim *et al.*, 2010). Coronavirus (Covid-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh coronavirus versi baru yang ditemukan pada akhir 2019 lalu (WHO, 2020). Sebagian besar gangguan yang dialami

oleh individu yang terinfeksi virus COVID-19 akan mengalami penyakit pernapasan ringan hingga sedang dan sembuh tanpa memerlukan perawatan khusus (Bayu *et al.*, 2020). Menurut Brooks *et al.*, (2020), dampak psikologis selama pandemi diantaranya gangguan stress pascatrauma (*post-traumatic stress disorder*), kebingungan, kegelisahan, frustrasi, ketakutan akan infeksi, insomnia dan merasa tidak berdaya.

Berdasarkan hasil observasi lapangan dan online di Desa Kekeran, Kecamatan Mengwi Kabupaten Badung dapat diketahui bahwa terdapat banyak isu-isu tentang Covid-19 yang membuat masyarakat menjadi cemas, kebingungan, gelisah dan resah. Adanya isu-isu terkait Covid-19 ditambah banyaknya masyarakat yang kehilangan pekerjaan semakin memperburuk keadaan. Isu-isu tentang Covid-19 yang meresahkan masyarakat sangat mudah menyebar luas melalui internet dan dapat diakses oleh banyak orang. Sehingga, banyaknya isu-isu meresahkan tentang Covid-19 sangat menjadi perhatian. Menurut Deshinta (2020) dasar dari semua gangguan kesehatan mental diawali oleh perasaan cemas (*anxiety*). Menurut Sadock *et al.*, (2010) kecemasan adalah respons terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi. Dalam pandemi Covid-19 ini kecemasan masyarakat perlu dikelola dengan baik agar tidak sampai menimbulkan kepanikan yang

berlebihan hingga mengancam kesehatan jiwa seseorang menjadi lebih buruk.

PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian analisa situasi diatas maka dapat dirumuskan permasalahan yang sedang dihadapi masyarakat adalah:

1. Bagaimana cara meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Kekeran dalam memilih informasi tentang Covid-19 dan menjaga kesehatan mental?
2. Bagaimana cara mengetahui angka kecemasan di masyarakat akibat isu-isu tentang Covid-19?
3. Bagaimana cara agar informasi sosialisasi tentang menjaga kesehatan mental dapat diterima masyarakat di tengah keterbatasan jumlah kerumunan?

SOLUSI YANG DIBERIKAN

Solusi yang dapat ditawarkan berupa sosialisasi mengenai Covid-19 serta upaya-upaya psikoedukasi untuk menurunkan kecemasan masyarakat akibat banyaknya informasi dan isu-isu tentang Covid-19 yang berlebihan. Sosialisasi dilakukan dengan bekerja sama dengan seorang Psikolog yang juga berasal dari Desa Kekeran. Sosialisasi akan dilakukan kepada perwakilan anggota satuan gugus tugas (Satgas) Covid-19 serta perwakilan masyarakat Desa Kekeran. Sifat dari program yang dilakukan ini adalah rintisan mengingat bahwa satuan gugus

tugas (Satgas) Covid-19 serta masyarakat Desa Kekeran belum mendapatkan sosialisasi mengenai Covid-19 dan upaya untuk menurunkan kecemasan masyarakat terkait isu-isu dan informasi mengenai Covid-19 yang meresahkan serta memberikan informasi melalui infografis, poster dan contact person pelaksana atau direct message Instagram Umah Lentera. Penyebaran poster melalui dilakukan melalui media sosial dan secara langsung untuk ditempel di Balai Banjar.

METODE PELAKSANAAN

Waktu Pelaksanaan

Pelaksanaan program sosialisasi ini dilakukan selama 3 minggu, dimulai dari tanggal 22 Agustus 2020 sampai tanggal 12 September 2020. Sosialisasi dilakukan pada Hari Rabu 26 Agustus 2020 dan dilanjutkan dengan pemantauan sampai dengan tanggal 12 September 2020.

Tabel 1. Waktu Pelaksanaan

No	Kegiatan	Waktu
1	Survey lokasi sosialisasi dan persiapan sarana untuk sosialisasi	22-8-2020 s/d 25-8-2020
2	Sosialisasi Program	26-8-2020
3	Pembuatan poster dan penyebaran poster terkait materi sosialisasi	22-8-2020 28-8-2020 s/d 29-8-2020
4	Pendistribusian	1-09-

	Kuesioner	2020
4	Monitoring program sosialisasi dan diskusi mengenai isu-isu Covid-19	3-09-2020 s/d 12-09-2020

Tempat Pelaksanaan

Program sosialisasi ini dilakukan di Balai Banjar Delod Yeh Desa Kekeran Mengwi. Penyebaran poster dilakukan pada tempat-tempat yang sering dilewati oleh masyarakat seperti di depan Balai Banjar dan di posko-posko tongkrongan di wilayah Desa Kekeran. Monitoring dilakukan *Door to Door* ke rumah warga dan apabila ditemukannya kendala, proses penyelesaian kendala dilakukan melalui media social Whatsapp.

Tim Pelaksana

Tim pelaksana dari sosialisasi yang mengambil tema psikologi ini terdiri dari dosen pembimbing yaitu Ibu apt. I Gusti Agung Ayu Kusuma Wardani, S.Farm.,M.Si sebagai pembimbing, Bapak Kepala Desa Kekeran yaitu I Made Nuaja sebagai pihak yang berwenang memberikan ijin dilakukannya sosialisasi, Ketua Satgas Covid-19 Desa Kekeran yaitu Bapak I Ketut Konten, Kelihan Dinas Br Delod Yeh yaitu Bapak I Ketut Sujana, Kelihan Adat Br Delod Yeh yaitu Bapak I Ketut Wiratma yang telah memfasilitasi dan menyediakan fasilitas sosialisasi, Fakultas Farmasi Universitas Mahasaraswati yang telah meminjamkan prasarana, Ibu Ni Luh

Krisna Ratna Sari, M.Psi., Psikolog sebagai narasumber dan STT Dwi Sartika Putra yang telah membantu menyukseskan program sosialisasi menjaga kesehatan mental.

Partisipan

Partisipan dari program sosialisasi ini yaitu perwakilan anggota Satgas Covid-19 serta masyarakat umum yang terdiri dari 14 orang.

Penerapan Program

Metode yang dilakukan untuk menjalankan program sosialisasi ini yaitu:

a. Tahap Pertama

Tahap pertama yaitu dilakukan observasi, melakukan penyusunan jadwal bersama dengan ketua Satgas Covid-19 Desa Kekeran dan menyiapkan materi terkait sosialisasi yang dilaksanakan. Sosialisasi disetujui dan dilaksanakan tanggal 26 Agustus 2020.

b. Tahap Kedua

Tahap kedua dilakukan observasi tempat pelaksanaan program sosialisasi dan strategi untuk mengurangi kecemasan akibat isu-isu Covid-19, kemudian dilakukan persiapan alat-alat dan bahan yang diperlukan untuk mendukung kelancaran berjalannya sosialisasi.

c. Tahap Ketiga

Tahap ketiga dilakukan sosialisasi dengan materi yang dibawa oleh Psikolog. Sebelum sosialisasi, dilakukan pemberian tes (*pretest*) kepada

partisipan. Kemudian dilanjutkan dengan sesi pemaparan materi, selanjutnya sesi diskusi dan diakhiri dengan *posttest*.

d. Tahap Keempat

Tahap keempat dilakukan pembuatan poster terkait materi yang diberikan selama sosialisasi. Kemudian dilanjutkan dengan menyebarkan poster tersebut ke berbagai balai banjar yang ada di Desa Kekeran dan disebar melalui sosial media. Penyebaran poster di sosial media juga bekerja sama dengan *official account* Instagram Taksu Jagat Kekeran.

e. Tahap Kelima

Tahap kelima dilakukan penilaian terhadap hasil program yaitu dengan pemberian kuesioner pada peserta sosialisasi untuk melihat seberapa besar manfaat dari program sosialisasi yang dilakukan. Kuesioner yang disebar mengacu pada pedoman kuesioner CAS (*Coronavirus Anxiety Scale*) untuk mengukur kecemasan terhadap seseorang (Leily, 2011). Kemudian dilanjutkan dengan monitoring dan diskusi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ketercapaian Kegiatan

Secara keseluruhan kegiatan telah terselenggara sesuai rencana dan berjalan dengan baik. Adapun hasil kegiatan yang telah dicapai dimulai dari hasil sosialisasi, hasil penilaian *pretest* dan *posttest*, hasil distribusi informasi berupa poster, hasil kuesioner CAS (*Coronavirus Anxiety Scale*) dan hasil

monitoring (diskusi). Adapun realisasi ketercapaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan baik dan dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 2. Spesifikasi dan Realisasi Kegiatan

Tema	Spesifikasi Kegiatan	% Ketercapaian
Sosialisasi Dan Startegi Untuk Mengurangi Kecemasan Masyarakat Desa Kekeran Akibat Isu-Isu Covid-19	Persiapan (bobot 15%)	15%
	Memberikan Sosialisasi Dan Strategi Untuk Mengurangi Kecemasan Masyarakat Akibat Isu-Isu Covid-19 Yang Meresahkan (bobot 50%)	50%
	Monitoring Dan Evaluasi (bobot 35%)	35%
Total		100%

Dalam pelaksanaan kegiatan ini, setiap spesifikasi kegiatan memiliki porsi masing-masing, dimana tahap persiapan memiliki porsi sebesar 15%, tahap pelatihan memiliki porsi tertinggi yaitu sebesar 50% dan tahap monitoring dan diskusi memiliki porsi sebesar 35%. Apabila kegiatan sudah berjalan dengan baik pada masing-masing porsi, maka dapat disimpulkan bahwa ketercapaian kegiatan memenuhi porsi yang sudah ditetapkan yaitu sebesar 100%.

Adapun faktor pendukung keberhasilan dalam kegiatan Sosialisasi dan Startegi untuk Mengurangi Kecemasan Masyarakat Desa Kekeran Akibat Isu-Isu Covid-19 adalah antusiasme masyarakat yang tinggi untuk mengikuti program ini serta dukungan fasilitas dan mental dalam melakukan sosialisasi dari Lembaga-lembaga Desa Kekeran membuat program ini berjalan dengan lancar dan tanpa hambatan yang berarti.

Hasil Sosialisasi, Penilaian Pre dan Postest

Sosialisasi dilakukan pada hari Rabu 26 Agustus 2020 bertempat di Balai Banjar Delod Yeh Desa Kekeran. Sosialisasi dimulai pukul 19.15 sampai pukul 20.15 dengan dihadiri oleh 12 partisipan (1 orang perwakilan Satgas

Covid-19), Kelihan Dinas Br Delod Yeh dan Kelihan Adat Delod Yeh. Sosialisasi diawali dengan pembukaan kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi oleh Ni Luh Krisna Ratna Sari, M. Psi., Psikolog dengan materi “Menjaga Kesehatan Mental Selama Pandemi Covid-19. Karakteristik partisipan dapat dilihat pada tabel dibawah.

Tabel 3. Karakteristik Partisipan

Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa partisipan sosialisasi berjumlah 12 orang dengan 6 orang laki-laki, 6 orang perempuan. Karakteristik Pendidikan partisipan yaitu SMP 1 orang, SMA 6 orang, SMK 3 orang, D1 Pariwisata 2 orang dan semua partisipan sosialisasi berusia diatas 16 tahun. Rangkaian acara sosialisasi dilanjutkan dengan evaluasi pengetahuan partisipan dengan menggunakan metode *Pre* dan *Posttest*. Hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel dibawah

No	Karakteristik	Jumlah
1	Jenis Kelamin	
	Laki-Laki	6 orang
	Perempuan	6 orang
2	Riwayat Pendidikan Terakhir	
	SMP	1 orang
	SMA	6 orang
	SMK	3 orang
3	Umur	
	>16	12 orang

Tabel 4. Penilaian Pre dan Posttest

No	Umur	Jenis Kelamin	Nilai Pretest	Nilai Posttest
1	22	L	5	8
2	21	L	6	9
3	14	L	8	8
4	18	L	8	9
5	21	P	7	8
6	17	P	7	7
7	20	L	8	10
8	17	P	6	9
9	21	P	7	9
10	21	P	10	9
11	27	L	6	7
12	18	P	8	9
Rata-Rata			7,2 (72%)	8,5 (85%)

Evaluasi menggunakan pretest dilakukan sebelum sosialisasi dan pemberian posttest dilakukan setelah narasumber selesai memaparkan materi. Pemberian pretest dilakukan sebelum sosialisasi karena merupakan kesempatan pertama untuk bertatap muka secara langsung dan dapat menjelaskan maksud dilakukannya evaluasi pretest. Dari hasil diatas dapat

diketahui bahwa nilai pretest rata-rata yang diperoleh adalah sebesar 7,2 (72%) sedangkan nilai posttest yang diperoleh sebesar 8,5 (85%). Nilai pretest merupakan nilai yang digunakan untuk mengukur tingkat pemahaman masyarakat terkait materi kesehatan mental sebelum diberikan sosialisasi. Sedangkan nilai posttest menunjukkan pengetahuan masyarakat setelah memperoleh sosialisasi. Berdasarkan perolehan nilai diatas diketahui bahwa dengan adanya sosialisasi tentang kesehatan mental dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan mental, hal-hal apa yang menyebabkan kecemasan, sumber kecemasan dan kiat-kiat mengatasi kecemasan.

Hasil distribusi informasi (Poster)

No	Responden	Umur	Pendidikan	Nilai P1	Nilai P2	Nilai P3	Nilai P4	Nilai P5	Total Nilai
1	L1	22	SMP	0	0	0	0	0	0
2	L2	21	SMP	0	0	0	0	0	0
3	L3	14	SMA	0	0	0	0	5	5
4	L4	18	D1	0	0	0	0	0	0
5	P1	21	SMK	0	1	0	1	0	2
6	P2	17	SMK	0	0	1	0	0	1
7	L5	20	SMA	0	0	1	0	0	1
8	P3	17	SMK	0	1	0	0	0	1
9	P4	21	D1	0	0	2	0	0	2
10	P5	21	SMA	0	1	0	0	0	1
11	L6	27	SMA	0	1	0	0	0	1
12	P6	18	SMA	0	0	0	0	1	1

Penyebaran poster dilakukan pada hari Jumat 28 Agustus 2020. Penyebaran poster dilakukan secara offline dan online. Poster ditempatkan pada tempat-tempat yang sering dilewati oleh masyarakat. Penyebaran poster dan *infografis* online bekerja sama dengan *official account Instagram* Taksu Jagat Kekeran, STT Dwi Sartika Putra, dan account pribadi I Made Deny Sapta Giri.

Hasil penilaian kuesioner CAS (*Coronavirus Anxiety Scale*)

Penyebaran kuesioner dilakukan melalui *google form* tanggal 1 September 2020 dengan jumlah responden sebanyak 14 orang. Hasil penilaian kuesioner dapat dilihat pada Tabel 5.

Penilaian kuesioner CAS dilakukan dengan melihat total nilai yang diperoleh responden dengan menjawab 5 soal kuesioner. Nilai yang diperoleh lebih dari 9point menandakan bahwa

responden tersebut sedang mengalami kecemasan (Sherman *et al.*, 2020). Berdasarkan hasil penilaian CAS yang diperoleh dapat diketahui bahwa semua nilai yang diperoleh responden <9, hal tersebut menandakan bahwa semua responden tidak mengalami gangguan kecemasan akibat informasi terkait virus corona pada rentang waktu 2 minggu terakhir.

Hasil monitoring (Diskusi)

Berdasarkan hasil monitoring yang dilakukan dengan mewawancarai masyarakat secara langsung (*Door to Door*) diperoleh bahwa sebanyak 2 orang masyarakat yang menemui kendala. Kendala yang dialami kedua masyarakat tersebut adalah sulitnya mencari sumber informasi tentang covid-19 yang layak untuk dipercaya. Sebagai tindak lanjut terhadap kendala tersebut pelaksana memberikan solusi

berupa mengirimkan sumber-sumber atau wadah informasi yang patut untuk dipercaya dan diyakini kebenarannya.

Sumber informasi yang dapat diakses yaitu www.Covid.19.go.id, aplikasi *smartphone* Bersatu Lawan Covid, kemudian melalui Instagram dengan mengetik covid di halaman pencarian kemudian klik “WHO” atau dapat langsung bertanya kepada pelaksana kegiatan atau *direct message* instagram Umah Lentera untuk dicarikan informasi terkait Covid-19.

Partisipasi Masyarakat

Partisipasi masyarakat dalam kegiatan “Sosialisasi dan Strategi Untuk Mengurangi Kecemasan Masyarakat Desa Kekeran Akibat Isu-Isu Covid-19” sangat tinggi, terbukti dari antusias masyarakat yang tinggi, dukungan fasilitas dan semangat dari pemimpin lingkungan setempat karena masyarakat Desa Kekeran belum pernah mendapatkan sosialisasi mengenai kesehatan mental dan tentang Covid-19. Selain itu seka teruna teruni juga antusias dalam mengikuti kegiatan ini. Namun karena kendala maksimal jumlah kerumunan, peserta sosialisasi dibatasi untuk mencegah pelanggaran protokol kesehatan.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat Universitas Mahasaraswati Denpasar di Desa Kekeran, Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung secara umum terlaksana dengan baik dan lancar. Berdasarkan hasil sosialisasi yang diperoleh maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sosialisasi yang mengambil tema psikologi kesehatan mental ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan mental, informasi dan isu-isu mengenai Covid-19. Meningkatnya pengetahuan masyarakat dapat dilihat dari rata-rata nilai evaluasi posttest lebih tinggi dibandingkan dengan nilai pretest. Nilai rata rata posttest yang diperoleh yaitu 85% sedangkan nilai pretest yang diperoleh yaitu 72%.
2. Pengukuran angka kecemasan masyarakat dilakukan dengan menggunakan kuesioner CAS (*Coronavirus Anxiety Scale*). Nilai kuesioner CAS (*Coronavirus Anxiety Scale*) yang diperoleh semua partisipan yaitu <9 yang berarti masyarakat tidak dalam kondisi cemas dalam rentang waktu 2 minggu terakhir.
3. Sosialisasi ini membantu masyarakat dalam mengakses informasi tentang Covid-19 serta memberikan tips-tips menjaga kesehatan mental melalui

poster, infografis atau bertanya langsung ke pelaksana dan direct message ke Instagram Umah Lentera.

Saran

Diharapkan agar masyarakat bisa memanfaatkan teknologi dengan bijak dalam mencari informasi mengenai Covid-19 serta membagikan informasi-informasi terkait Covid-19 di media Sosial secara akurat dan terpercaya. Mengingat terlalu banyak menyerap informasi dan membagikan informasi tentang Covid-19 yang belum diketahui kebenarannya merupakan salah satu penyebab dari kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bayu Tejo Sampurno, Tri Cahyo Kusumandyoko, Muh Ariffudin Islam. 2020. Budaya Media Sosial, Edukasi Masyarakat dan Pandemi Covid-19. Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i. Vol 7. No. 6
- Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G.J. (2020). The Psychological Impact Of Quarantine And How To Reduce It: Rapid Review Of The Evidence. *Lancet*, 395 (10227), 912–920.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Desa Kekeran. 2020. Profil Wilayah dan Demografi Penduduk Desa Kekeran.
<http://desakekeran.badungkab.go.id/page/1188/Profil-Wilayah.html>. (Diakses, tanggal 12 Agustustus 2020)
- Sadock ,J.B., & Sadock, A.V. (2010). Kaplan & Sadock Buku Ajar Psikiatri Klinis. Edisi ke-2. EGC
- Sherman A. Lee* , Amanda A. Mathis, Mary C. Jobe, Emily A. Pappalardo. 2020. Clinically significant fear and anxiety of COVID-19: A psychometric examination of the Coronavirus Anxiety Scale. Elsevier: Psychiatry Research
- World Health Organization. Naming the coronavirus disease (COVID-19) and the virus that causes it [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2020 [cited 2020 March 29]. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novelcoronavirus>