

PENDAMPINGAN PSIKOEDUKASI KESEHATAN MENTAL (PPKM) KELOMPOK SADAR WISATA DALAM PELAYANAN KEPEMANDUAN DI DESA WISATA PANJI KABUPATEN BULELENG

Made Bayu Oka Widiarta¹, Shofi Khaqul Ilmy², Wigutomo Gozali³, Hesteria Friska Armynia Subratha⁴, Putu Irma Pratiwi⁵, I Gusti Agung Tresna Wicaksana⁶, Galih Gayatri⁷

¹Prodi Keperawatan Program Sarjana FK Undiksha; ²Prodi Keperawatan Program Sarjana FK Undiksha; ³Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi FK Undiksha; ⁴Prodi D3 Kebidanan FK Undiksha; ⁵Prodi Kebidanan Program Sarjana FK Undiksha; ⁶Prodi Pendidikan Profesi Ners Itekkes Bali; ⁷Prodi Keperawatan Program Sarjana FK Undiksha

Email: bayu.oka@undiksha.ac.id

ABSTRACT

Panji is one of the developing Tourist Villages at present. Nearly 85% of the members of this community-based tourism group (Pokdarwis) have been affected by the Covid-19 pandemic. Initial observations made by the service providers indicated limitations in resources and socialization as challenges in increasing awareness and attention to mental health. The world of tourism, especially in tourist villages, requires high levels of innovation and creativity to create an authentic and highly marketable tourist destination. Therefore, mental health is essential in generating these innovative ideas. Psychoeducation becomes an intervention in efforts to develop support resources and social support in facing these challenges. The psychoeducation support provided by the service providers in mental health for Pokdarwis has significantly benefited the community in recognizing their mental health conditions and how to take preventive steps independently to prevent deteriorating mental health conditions resulting from economic issues that emerged after the Covid-19 pandemic ended. There was a decrease in clinical symptoms of mental health, as measured by the Self-Report Questionnaire (SRQ), from 100% to 71.9%

Keywords: *Mental Health, Psychoeducation, Pokdarwis*

ABSTRAK

Panji adalah salah satu Desa Wisata yang sedang berkembang saat ini. hampir 85% anggota kelompok pokdarwis ini terdampak pandemi Covid-19. Pengamatan awal yang dilakukan pengabdian keterbatasan sumber daya dan sosialisai menjadi masalah dalam peningkatan kesadaran dan perhatian kesehatan mental. Dunia pariwisata khususnya desa wisata memerlukan sebuah inovasi dan kreasi tinggi guna menciptakan sebuah destinasi wisata yang otentik dan memiliki nilai jual tinggi. Sehingga kesehatan mental sangat diperlukan guna menghasilkan ide-ide inovatif tersebut. Psikoedukasi menjadi sebuah intervensi dalam upaya mengembangkan sumber-sumber dukungan dan dukungan sosial dalam menghadapi tantangan tersebut. Pendampingan psikoedukasi yang dilakukan pengabdian. Pendampingan psikoedukasi kesehatan mental pada Pokdarwis sangat memberikan manfaat yang signifikan kepada masyarakat dalam mengenali kondisi kesehatan mentalnya hingga bagaimana langkah preventif yang dapat dilakukan secara mandiri dalam mencegah kondisi kesehatan mental yang semakin memburuk akibat permasalahan ekonomi yang muncul pasca Pandemi Covid-19 berakhir. Terjadi penurunan gejala klinik kesehatan mental yang muncul setelah diukur dengan instrument *Self Report Questionnaire* (SRQ) dari 100% menjadi 71,9%.

Kata kunci: *Kesehatan Mental, Psikoedukasi, Pokdarwis*

PENDAHULUAN

Kondisi ketidakpastian pada Pandemi covid 19 memiliki efek yang hampir dirasakan oleh semua kelompok umur masyarakat dan kelompok status sosial masyarakat (Alwi et al., 2021). Ketahanan baik fisik maupun mental masyarakat di seluruh dunia diuji oleh Pandemi

covid-19. Saat ini hampir 4 tahun Pandemi telah berlalu, proses pemulihan sektor yang paling terpuruk yaitu pariwisata sudah mulai terlaksana.

Salah satu kelompok rentan yang paling merasakan dampak adanya Covid 19 ini adalah kelompok industri pariwisata. Dampak ekonomi salah satunya pada tempat-tempat

wisata. Berdasarkan data BPS selama Januari-September 2020 kunjungan wisatawan mancanegara mencapai 3,56 juta kunjungan, angka ini turun 70,57% dibanding Januari-September 2019 yang mencapai 12,10 juta kunjungan (Utami, Paradillah, Gustanela, Ginting, & Pratomo, 2021). Di masa pandemi covid 19 ini terjadi peningkatan tingkat distress di kalangan para pelaku pariwisata. Terdapat beberapa dampak psikologis yang diakibatkan karena adanya pandemi covid-19 yang menjadi wabah global seperti gangguan stres pasca trauma (*post-traumatic stress disorder*), kegelisahan dan ketakutan, frustrasi, kebingungan, insomnia dan rasa ketidakberdayaan (Lestari & Wahyudianto, 2022).

Distress merupakan suatu kondisi stress yang bersifat negatif terhadap kesehatan fisik tubuh. Distress disebabkan karena faktor kondisi pandemi covid 19 yaitu kekhawatiran hilangnya pekerjaan akibat ekonomi global yang menurun. Distress ini akan memicu masalah-masalah psikososial seperti ansietas. Dari 8.031 responden yang berasal dari 34 provinsi yang ada di Indonesia didapatkan hasil bahwa lebih dari 50% responden mengalami kecemasan, dengan kategori cemas dan sangat cemas (Zainal Anwar et al., 2017). Sebuah studi yang dilakukan oleh Dwi Putri Rusman et al., (2021) menemukan bahwa sebanyak 452 orang selama Bulan April tahun 2020 di Sulawesi Selatan, 76,1% menyatakan merasa cemas terkait kemampuan dalam pemenuhan ekonomi. Di Bali sendiri angka kecemasan di salah satu Banjar di Kabupaten Tabanan ditemukan bahwa sebagian besar masyarakat memiliki kecemasan kategori berat yaitu sebanyak 60,2% (Sintha Pratiwi Ni Made & Arista Candra Dewi Ni Luh Putu, 2021). Selain itu sebuah penelitian juga yang dilakukan Ari Dwi Jayanti dan Ayu Putu Satya (2023) menemukan bahwa salah satu jasa yang bergerak sebagai driver pariwisata di Bali adalah United Bali Driver (UBD), dengan anggota sebanyak 545 orang. Berdasarkan wawancara dengan kepala UBD mengatakan bahwa 80% kehilangan pekerjaan, tidak ada turis yang datang, dan tidak ada penghasilan. Mereka merasa stres, cemas, dan lelah menghadapi kondisi ini karena mereka juga memiliki kebutuhan itu harus dipenuhi bagi dirinya dan keluarganya (Made, Jayanti, Gusti, Putu, & Laksmi, 2023).

Kehilangan mata pencaharian ini tentunya menimbulkan kondisi tidak nyaman dan terancam dari rasa kesejahteraan ekonomi. Kondisi psikologi yang pertama muncul yaitu bentuk mekanisme pertahanan diri manusia dari stress. Pada individu dengan distress yang tidak tertangani intervensi dan manajemen diri yang tepat akan menyebabkan kondisi ansietas, Apabila ansietas ini tidak tertangani dengan baik maka akan dapat berpengaruh pada risiko untuk terjadinya penurunan produktivitas ekonomi hingga penurunan motivasi untuk melakukan *activity daily living*. Kreativitas seorang individu akan menurun untuk melakukan inovasi dalam menghasilkan produk pariwisata yang berkualitas dan laku dijual di dunia pariwisata. Risiko menjadi Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) semakin meningkat dimana hasil akhir yang terjadi yaitu penurunan *Quality of Life* masyarakat.

Fokus perhatian pemerintah dalam pelayanan kesehatan masih pada pelayanan kesehatan fisik, sedangkan kesehatan mental seperti ansietas, berduka dan depresi masih belum optimal. Seperti telah kita ketahui Kemenkes RI sejak tahun 2020 sudah mengeluarkan buku panduan khusus terkait penanganan kesehatan mental selama pandemic covid 19 (Kemenkes, 2020).

Selama masa pasca pandemi covid-19 *trend* perkembangan pariwisata mulai bergeser dari wisata yang ada di daerah tujuan wisata, saat ini wisata berkembang ke desa-desa dan menjadi desa wisata. Layanan psikoedukasi kesehatan mental merupakan salah satu langkah-langkah promotif dan preventif yang bisa dilakukan untuk mewujudkan penjabaran dari undang-undang nomor 18 tahun 2014 tentang kesehatan jiwa. Selain itu pasca pandemi covid-19 setahun berjalan, isu kesehatan mental merupakan sektor yang mendapatkan perhatian dari pemerintah, untuk itulah guna mewujudkan geliat kembali Desa Wisata Panji dalam suasana yang sehat jiwa, perlu dilakukan langkah-langkah strategis awal untuk memberikan pemahaman tentang isu kesehatan mental bagi masyarakat Desa Panji yaitu berupa psikoedukasi yang dimana didalamnya terdapat sebuah pendekatan holistik yang tidak hanya memperhatikan kesehatan fisik, tetapi juga memperhatikan kesehatan mental seorang individu atau kelompok masyarakat. Dengan pendampingan

psikoedukasi ini, masyarakat akan diberikan konseling dan pendampingan pengenalan awal terkait kesehatan mental dan juga keterampilan dasar dalam mengelola serta meningkatkan kesehatan mental. Kesehatan mental dalam hal ini sangat berperan penting sebagai dasar membangun energi positif untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan situasi dan kondisi. Terlebih saat ini desa wisata memerlukan sebuah kemampuan resiliensi yang cukup tinggi guna dapat bangkit dan berkembang menjadi sebuah destinasi wisata yang unggul dan memberikan kesejahteraan ekonomi pasca pandemic covid-19.

Tujuan Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Desa Panji adalah mengoptimalkan pelayanan kesehatan mental masyarakat khususnya kepada anggota Pokdarwis yang sangat merasakan dampak Pandemi Covid-19 dalam aspek ekonomi antara lain yaitu memberikan promosi kesehatan tentang kesehatan mental dan manajemen non farmakologi yang dapat dilakukan di masa pandemi covid 19, melakukan deteksi dini kesehatan mental anggota Pokdarwis dan pemeriksaan fisik anggota Pokdarwis serta melakukan pendampingan latihan dasar dalam upaya menjaga dan meningkatkan status kesehatan mental kepada anggota Pokdarwis Temuku Paras di Desan Panji

Berdasarkan ide tersebut, maka dirancanglah program pendampingan psikoedukasi pada kelompok anggota Pokdarwis Temuku Paras di Desa Panji Kecamatan Sukasada sehingga setiap anggota Pokdarwis Temuku Paras memiliki pemberdayaan diri dalam mengontrol masalah kesehatan mental pada masa pasca Pandemi Covid 19.

METODE

Program kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan oleh tim pengabdian kepada kelompok sadar wisata Banjar Mandul Desa Panji dengan menggunakan metode sebagai berikut :

a. Tahap persiapan, yaitu kegiatan ini dimulai dengan pertemuan antara tim pengabdian dengan, Ketua Pokdarwis Temuku Paras, Ibu Bidan Desa Panji, Sekretaris Desa panji selaku penanggung jawab kegiatan kelompok sadar wisata Temuku Paras Desa Panji. Data yang didapat dari Ketua

Pokdarwis jumlah anggota yang aktif di Desa Panji yaitu berjumlah 32 orang. Selanjutnya melakukan koordinasi mengenai ijin pelaksanaan kegiatan. Setelah mendapatkan ijin, tim pengabdian melakukan observasi tempat yang sedianya dapat digunakan untuk melakukan psikoedukasi serta sarana dan prasana pendukung. Tempat yang akan digunakan untuk pendampingan psikoedukasi yaitu di obyek wisata kayoan temuku paras Desa Panji.

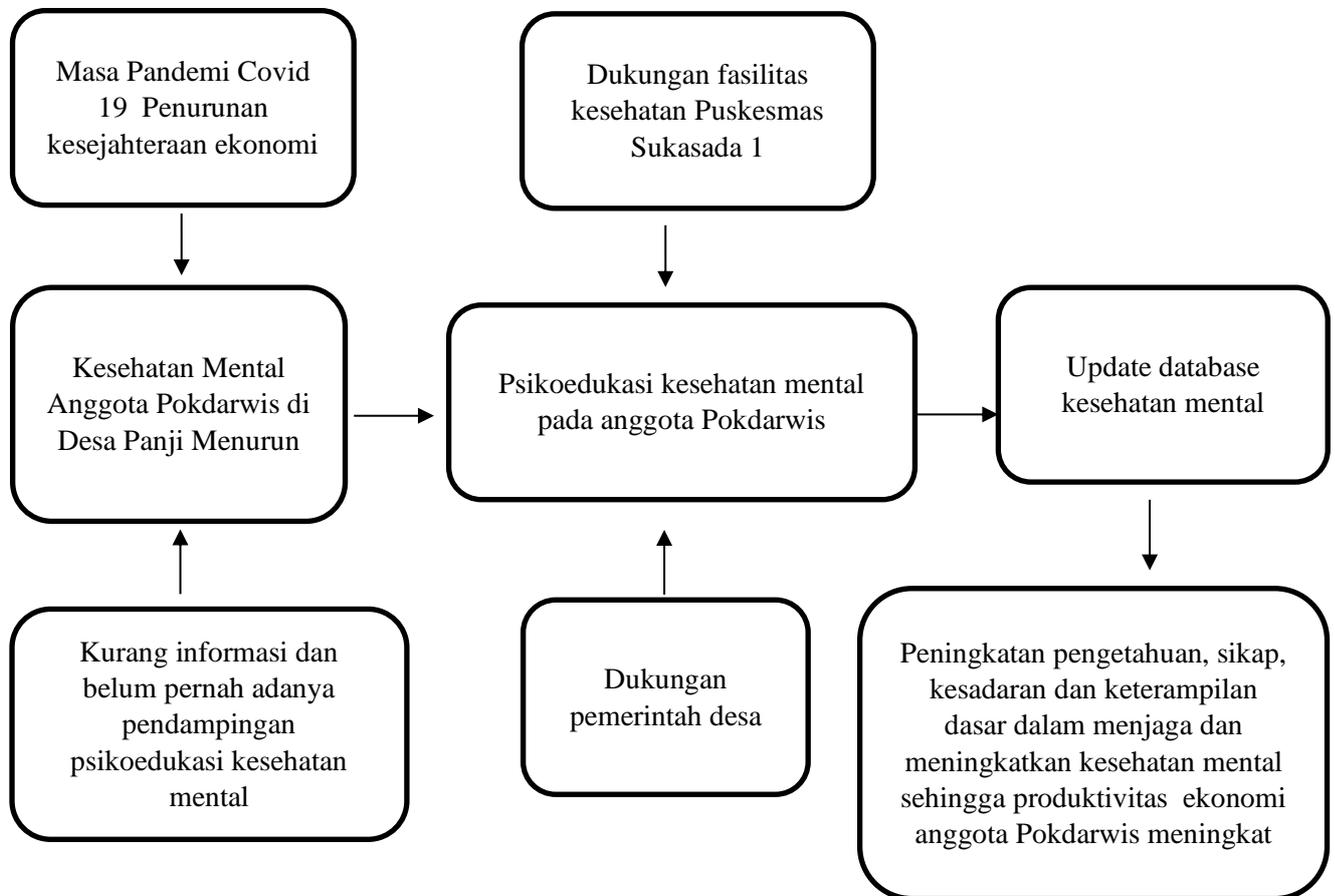
b. Tahap pra pelaksanaan yaitu sebelum dilakukan kegiatan, dilakukan evaluasi awal (pretest) dengan menggunakan instrument alat ukur *Self Report Questionnaire* untuk menilai pengetahuan dan kondisi kesehatan mental anggota Pokdarwis. Selanjutnya pada kegiatan edukasi dan deteksi dini status kesehatan mental dilakukan dalam upaya memberikan pengetahuan anggota Pokdarwis terkait materi kesehatan mental di masa pemulihan pasca pandemic covid-19. Penyampaian materi dalam bentuk ceramah yaitu memberikan komunikasi informasi dan edukasi berupa pengertian kesehatan mental, kategori sehat secara mental, dampak negatif jika kesehatan mental tidak diperhatikan bagi kesehatan fisik dan produktivitas ekonomi serta *activity daily living* anggota Pokdarwis, upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan mental, faktor pendukung yang dapat dimanfaatkan anggota Pokdarwis untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan mental.

c. Pelaksanaan pendampingan psikoedukasi dilakukan oleh tim pengabdian kepada anggota Pokdarwis didampingi oleh bidan desa dan Sekretaris Desa Panji. Pelaksanaan dimulai dengan mengatur tempat yang nyaman, mengintruksikan anggota kelompok pokdarwis mencari posisi yang paling nyaman dalam mengikuti sesi psikoedukasi. Pendampingan dimulai dengan sesi ceramah, perkenalan dan teknik *ice break* agar peserta psikoedukasi menjadi lebih nyaman dalam mengikuti sesi pendampingan. Kegiatan ini akan dilaksanakan selama 30-60 menit. Selanjutnya dilanjutkan dengan metode tanya jawab setelah selesai pemberian materi oleh narasumber. Peserta dapat mengkonfirmasi tentang materi yang sudah diberikan yang mungkin belum di mengerti

oleh peserta. Pelaksanaan pendampingan akan dilakukan sebanyak 2 kali.

- d. Pelaksanaan akhir yaitu pada kegiatan ini dilakukan evaluasi akhir 1 minggu setelah pelaksanaan psikoedukasi pada anggota

Pokdarwis yaitu (posttest) dengan menggunakan kuesioner SRQ (*Self Report Questionnaire*) evaluasi pemahaman Pokdarwis, untuk mengetahui pemahaman dan keterampilan masyarakat terkait deteksi dini dan kondisi kesehatan mental.



Gambar 1. Bagan Alur Kerangka Pemecahan Masalah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendampingan psikoedukasi kesehatan mental pada kelompok sadar wisata Desa Panji dilakukan pada 27 sampai 31 Agustus 2023. Pada prosesnya sebanyak 32 orang anggota Pokdarwis yang aktif di kelompok wisata Temuku Paras Banjar Mekar Sari ikut masuk dalam kegiatan pendampingan psikoedukasi ini. Adapun hasil yang didapatkan dari kegiatan pendampingan ini adalah sebagai berikut :

1. *Screening* kondisi kesehatan mental

Penilaian terhadap kondisi kesehatan mental anggota pokdarwis di Desa Panji menjadi salah

satu tujuan dari pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat. Penilaian kondisi kesehatan mental ini digunakan instrument *Self Report Questionnaire* (SRQ). Hasil dari pengukuran kondisi kesehatan mental anggota pokdarwis (kelompok sadar wisata) Temuku Paras yaitu sebelum diberikan pendampingan psikoedukasi, gejala klinik yang muncul berdasarkan hasil pengukuran SRQ yaitu pada aspek energi didapatkan gejala yang muncul sebesar 15,3 %, selanjutnya aspek kognitif didapatkan gejala yang muncul yaitu 16,2%. Pada aspek depresi, fisiologi dan kecemasan secara berturut-turut menunjukkan persentase gejala klinik yang muncul yaitu 12,1%, 11%

dan 45,4%. Setelah diberikan pendampingan edukasi sebanyak 2 kali terjadi penurunan gejala klinis kesehatan mental yang muncul yaitu pada aspek energi 11,1%, aspek kognitif 10,2% dan aspek depresi, fisiologi serta kecemasan menurun dengan nilai secara berturut-turut yaitu 9,5%, 9,7% dan 31,4%. pada hasil ini terlihat bahwa terjadi penurunan yang cukup signifikan yaitu hampir 28,1 % pada gejala klinik kondisi kesehatan mental yang muncul pada anggota pokdarwis. penurunan cukup signifikan terlihat pada gejala klinis kecemasan yaitu dari sebelum diberikan pendampingan edukasi kecemasan yang muncul sebesar 45,4% turun menjadi 31,4%. hasil ini menunjukkan bahwa pendampingan psikoedukasi yang diberikan cukup memberikan manfaat kepada anggota pokdarwis dalam mengenali kecemasan dan bagaimana manajemen kecemasan tersebut sehingga dapat terkontrol. Hasil ini sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh Lestari & Wahyudianto, (2022) dimana dalam proses psikoedukasi, masyarakat akan dikenalkan dengan kondisi real kesehatan mentalnya saat ini dan saat diberikan pendampingan masyarakat dibimbing dalam melakukan upaya dalam mengenal sumber-sumber dukungan sosial dalam menghadapi tantangan hidup. Selain itu juga dalam psikoedukasi ini diberikan juga dukungan emosional serta melatih keterampilan dalam penyelesaian masalah serta keterampilan dalam melakukan *crisis intervention*. Salah satu media yang dapat digunakan dalam memberikan psikoedukasi kepada masyarakat desa wisata yaitu dengan teknik ceramah, pemberian media informasi berupa flyer (Veda Yus Vania, Laalah, Kristiawan, Mahasatya, & Wibowo, 2023).



Gambar 2. Pendampingan dalam melatih keterampilan penyelesaian masalah dan *crisis intervention*.

Usaha pencegahan dari munculnya gangguan psikologis serta meningkatkan pemahaman bagi masyarakat terkait gangguan psikologis dapat dilakukan dengan memberikan psikoedukasi. Sesuai pada hasil pengabdian ini terjadi penurunan dari awalnya muncul gejala klinik 100% menjadi 71,9%. Hal ini menunjukkan bahwa psikoedukasi akan memberikan pemahaman yang lebih baik kepada anggota pokdarwis terkait pentingnya kesehatan mental dan akhirnya anggota pokdarwis menyadari untuk memulai memperhatikan kondisi kesehatan mental. Dalam hal ini terlihat hubungan antara pengetahuan yang membaik dengan penurunan gejala klinik dari kesehatan mental yang artinya kondisinya membaik pula. Sehingga dengan perbaikan pengetahuan maka diharapkan akan ada perbaikan juga pada gejala klinis kondisi kesehatan mental masyarakat. Hasil pengabdian ini sejalan dengan hasil pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Mahadi et al., (2021) yang mendapatkan hasil yaitu pengetahuan masyarakat di Desa Wisata Pinge sebelum diberikan psikoedukasi yaitu 61% dan berubah mengalami peningkatan menjadi 84% setelah diberikan psikoedukasi.

SIMPULAN

Kondisi new normal pasca pandemi covid-19 memberikan dampak yang cukup signifikan pada seluruh kelompok masyarakat pada khususnya masyarakat yang berfokus pendapatan dari sektor pariwisata. Dampak ini masih dirasakan saat new normal pada aspek ekonomi dan kesehatan mental masyarakat. Pendampingan psikoedukasi kesehatan mental pada Pokdarwis sangat memberikan manfaat yang signifikan kepada masyarakat dalam peningkatan pengetahuan masyarakat dalam mengenali kondisi kesehatan mentalnya hingga bagaimana langkah preventif yang dapat dilakukan secara mandiri dalam mencegah kondisi kesehatan mental yang semakin memburuk akibat permasalahan ekonomi yang muncul pasca Pandemi Covid-19 berakhir.

DAFTAR RUJUKAN

- Alwi, N. P., Fitri, A., Astari, W., Diii,), Fakultas, K. /, Dan, F., & Kesehatan, I. (2021). Kecemasan Ibu Hamil Dalam Masa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Minas. *Journal of Public Health Sciences*, 10(2). Retrieved

- from <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/kesmas> (IJNHS), 6(1). doi: 10.35654/ijnhs.v6i1.679
- Veda Yus Vania, Laalah, Kristiawan, A., Mahasatya, & Wibowo. (2023). Desa Siaga Sehat Jiwa Psikoedukasi Pentingnya Kesehatan Mental bagi Masyarakat Desa Banyubiru. *Magistrorum Et Scholarium*, 3(3), 452–460.
- Dwi Putri Rusman, A., Umar, F., & Majid, M. (2021). Kecemasan Masyarakat Selama Masa Pandemi Covid-19. In *Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa* (Vol. 8). Retrieved from <http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JKMK?page=index>
- Kemendes, R. (2020). *Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial pada Pandemi COVID19* (1st ed.; Subdit Masalah Penyalahgunaan Napza Direktorat P2MKJN, Ed.). Jakarta: Direktorat jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan RI .
- Lestari, S., & Wahyudianto, M. (2022). Psikoedukasi Literasi Kesehatan Mental Strategi Menjaga Kesehatan Mental di Kampung Wisata. *Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 4(2), 146–157.
- Made, D., Jayanti, A. D., Gusti, I., Putu, A., & Laksmi, S. (2023). New Habits Adaptation Associated with the Mental Health among Tourism Drivers During Covid-19 Pandemic. *International Journal of Nursing and Health Services*
- Mahadi, J. P. W., Dewa, I., Eka, A., Dharma Tari, P., Made Mahaardhika, I., Semara, A., & Giri, P. (2021). PKM Psikoedukasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Desa Wisata Pinge. *PKM Widya Mahadi*, 2(1), 110–117. doi: 10.5281/zenodo.5759247
- Lestari, S., & Wahyudianto, M. (2022). Psikoedukasi Literasi Kesehatan Mental Strategi Menjaga Kesehatan Mental di Kampung Wisata. *Plakat*, 4(2), 146–157.
- Sintha Pratiwi Ni Made, & Arista Candra Dewi Ni Luh Putu. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Masyarakat terhadap Pandemi Covid-19. *Jurnal Medika Usada*, 4(2).
- Utami, S., Paradillah, I., Gustanela, O., Ginting, J., & Pratomo, H. (2021). Pemberdayaan Kelompok Sadar Wisata (POKDARWIS) Desa Burai melalui Edukasi Protokol Kesehatan COVID-19 Menggunakan Whatsapp. *JPPM (Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 8(1), 95–108. doi: 10.21831/jppm.v8i1.37730
- Zainal Anwar, M., Surakarta Nur Kafid, I., Surakarta Akhmad Anwar Dani, I., Surakarta Nur Rohman, I., Surakarta Andi Wicaksono, I., Surakarta Khasan Ubaidillah, I., ... Surakarta, I. (2017). *Academica Journal of Multidisciplinary Studies*. 1(2).