

**EVALUASI INTERVENSI KEPERAWATAN PSIKOEDUKASI DALAM PENURUNAN STRESS PSIKOLOGIS USIA LANJUT SELAMA WABAH COVID-19 DI BOGOR****Mahyar Suara<sup>1\*</sup>, Reggi Yudiawati<sup>2</sup>**<sup>1,2</sup>STIKes Abdi Nusantara Jakarta

Email Korespondensi: suaramahyar@gmail.co.id

Disubmit: 04 Juli 2022

Diterima: 31 November 2022

Diterbitkan: 01 Desember 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i12.7126>**ABSTRACT**

*Psychological stress is stress caused by a psychological mental situation disorder or the inability of a psychological condition to conform such as interpersonal relationships, socio-cultural or religious factors. Individuals often use their emotional state to evaluate stress. Emotional responses to stress include feelings of fear, phobias, anxiety, depression, feelings of sadness and anger. Research Objectives to determine the influence of evaluation psychoeducation interventions in lowering the level of psychological stress in the elderly against the Covid-19 pandemic in Griya Limus Asri Housing In 2021. This research is analytical using comparative intervention approach and with cross Sectional research design. The population in this study was 54 respondents, sampling technique using slovin formula with a sample number of 35 respondents. Instruments in this study using primary data that can be from the results of questionnaire dissemination, data processing analysis used, namely univariate analysis and bivariate analysis with T Test. The results showed that there is a significant relationship between the administration of psychoeducation with the level of stress of the elderly or in other words there is a difference in the level of stress of elderly who have not received psychoeducation and not with p value 0.001.*

**Keywords:** *Psychological Stress, Elderly, Covid-19, Psychoeducation Implementation*

**ABSTRAK**

Stres psikologis merupakan stres yang disebabkan oleh gangguan situasi mental psikologis atau ketidakmampuan kondisi psikologis untuk menyesuaikan diri seperti hubungan interpersonal, sosial budaya atau faktor keagamaan. Individu sering menggunakan keadaan emosional mereka untuk mengevaluasi stres. Respon emosional terhadap stres meliputi perasaan takut, fobia, kecemasan, depresi, perasaan sedih dan rasa marah. Tujuan Penelitian untuk mengetahui pengaruh evaluasi intervensi psikoedukasi dalam menurunkan tingkat stress psikologi pada lansia terhadap pandemic Covid-19 di Perumahan Griya Limus Asri. Penelitian ini bersifat analitik dengan menggunakan pendekatan intervensi komparasi dan dengan desain penelitian cross Sectional. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 54 responden, Teknik pengambilan sampel menggunakan rumus slovin dengan jumlah sampel 35 responden. Instrument dalam penelitian ini menggunakan data primer yang di dapat dari hasil penyebaran kuesioner, analisis pengolahan data yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis

bivariat dengan Uji T. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pemberian psikoedukasi dengan tingkat stress lansia atau dengan kata lain ada perbedaan tingkat stress lansia yang belum mendapatkan psikoedukasi dan tidak dengan p value 0,001.

**Kata Kunci :** Stres Psikologi, Lansia, Covid-19, Implementasi Psikoedukasi

## PENDAHULUAN

Coronavirus Disease (Covid-19) menjadi suatu permasalahan yang meluas di dunia karena prevalensi 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 kurangll sejak ada pandemi Covid-19 dan 35% usia lanjut menunjukkan melakukan aktivitas yang hampir samall 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.

Berdasarkan data dari latar belakang diatas dengan jumlah kejadian Covid19 dunia yakni mencapai 190,504,759 kasus dan kasus di Indonesia mencapai 1.709.762 orang. Dengan jumlah lansia di Indonesia Pada tahun 2020 (BPS, Susenas 2020) mencapai 26,82 juta jiwa (9,92%) dari seluruh penduduk Indonesia pada tahun 2020. Angka ini meningkat dibandingkan tahun 8 sebelumnya yang hanya terdapat 8,97% (sekitar 23,4 juta) lansia Indonesia. sedangkan Pada tahun 2021 jumlah penduduk lansia di Jawa Barat diperkirakan sebanyak 5,07 juta jiwa atau sebesar 10,04% dari penduduk total Jawa Barat. Kondisi ini menunjukkan bahwa Jawa Barat memasuki aging population (Profil Lansia Provinsi Jawa Barat, 2017). Dan persentase lansia dari hasil wawancara di tempat penelitian, maka Penulis tertarik untuk memberikan evaluasi intervensi psikoedukasi dalam menurunkan tingkat stress psikologi pada lansia terhadap pandemic Covid-19 di Perumahan Griya Limus Asri.

## KAJIAN PUSTAKA

### Konsep Stress

#### Pengertian

Stress adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan (Vincent Cornelli, dalam Jenita DT Donsu, 2017). Menurut Charles D. Spielberger, menyebutkan stress adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya. Stress juga bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan,

gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Jenita DT Donsu, 2017).

Anggota IKAPI (2007) menyatakan stress adalah reaksi nonspesifik manusia terhadap rangsangan atau tekanan (stimulus stressor). Stress merupakan suatu reaksi adaptif, bersifat sangat individual, sehingga suatu stress bagi seseorang belum tentu sama tanggapannya bagi orang yang lain (Jenita DT Donsu, 2017).

### Definisi Stress Psikologis

Kesehatan jiwa menurut World Health Organization (WHO) adalah berbagai karakteristik positif yang menggambarkan keselarasan dan keseimbangan kejiwaan yang mencerminkan kedewasaan kepribadiannya. Sedangkan Kesehatan jiwa menurut Undang-Undang Kesehatan Jiwa nomor 3 tahun 1996 adalah kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual, emosional secara optimal dari seseorang, dan perkembangan ini berjalan selaras dengan orang lain (Carson, 2000). Kesehatan jiwa adalah sikap yang positif terhadap diri sendiri, memiliki persepsi sesuai kenyataan, dan kecakapan dalam beradaptasi dengan lingkungan (Pitter, HZ, 2011).

Gelisah atau cemas, sedih, depresi, menangis, mood atau suasana hati sering berubah-ubah, mudah panas atau cepat marah, harga diri menurun atau merasa tidak aman, terlalu peka dan mudah tersinggung, gampang menyerah dan sikap bermusuhan, emosional atau kehabisan sumber daya mental (burn out) merupakan gejala-gejala dari stress psikologis (Sary, 2015). Lansia yang mengalami stres emosi seperti merasa khawatir dengan masalah yang tidak jelas, merasa letih, bangun tidur badan terasa sakit, merasa capek, merasa jantung berdebar akan menyebabkan kualitas tidur yang menurun. Lansia

yang mengalami stres akan mengalami kualitas tidur yang buruk. Depresi dan kecemasan seringkali mengganggu tidur. Seseorang yang dipenuhi dengan masalah mungkin tidak bisa rileks untuk bisa tidur. 14 Kecemasan akan meningkatkan kadar norepinephrin dalam darah yang akan merangsang sistem saraf simpatetik (Dahroni, dkk, 2017).

### Jenis-jenis Stres

Menurut Jenita DT Donsu (2017) secara umum stress dibagi menjadi dua yaitu :

a. Stress Akut

Stress yang dikenal juga dengan flight or flight response. Stress akut adalah respon tubuh terhadap ancaman tertentu, tantangan atau ketakutan. Response stress akut yang segera dan intensif di beberapa keadaan dapat menimbulkan gemeteran.

b. Stress Kronis

Stress kronis adalah stress yang lebih sulit dipisahkan atau diatasi, dan efeknya lebih Panjang dan lebih.

Menurut Priyoto (2014) menurut gejalanya stress dibagi menjadi tiga yaitu :

a. Stress Ringan

Stress ringan adalah stressor yang dihadapi setiap orang secara teratur, seperti banyak tidur, kemacetan lalu lintas, kritikan dari atasan. Situasi stress ringan berlangsung beberapa menit atau jam saja. Ciri-ciri stress ringan yaitu semangat meningkat, penglihatan tajam, energy meningkat namun cadangan energinya menurun, kemampuan menyelesaikan pelajaran meningkat, sering merasa letih tanpa sebab, kadang-kadang terdapat gangguan system seperti

pencernaan, otak, perasaan tidak santai. Stress ringan berguna karena dapat memacu seseorang untuk berpikir dan berusaha lebih Tangguh menghadapi tantangan hidup.

b. Stress Sedang

Stress sedang berlangsung lebih lama daripada stress ringan. Penyebab stress sedang yaitu situasi yang tidak terselesaikan dengan rekan, anak yang sakit, atau ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga.

Ciri-ciri stress sedang yaitu sakit perut, mules, otot-otot tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, badan terasa ringan.

c. Stress Berat

Stress berat adalah situasi yang lama dirasakan oleh seseorang dapat berlangsung beberapa minggu sampai beberapa bulan, seperti perselisihan perkawinan secara terus menerus, kesulitan financial yang berlangsung lama karena tidak ada perbaikan, berpisah dengan keluarga, berpindah tempat tinggal mempunyai penyakit kronis dan termasuk perubahan fisik, psikologis social pada usia lanjut.

Ciri-ciri stress berat yaitu sulit beraktivitas, gangguan hubungan social, sulit tidur, negatific, penurunan konsentrasi, takut tidak jelas, kelelahan meningkat, tidak mampu melaakukan pekerjaan sederhana, gangguan system meningkat, perasaan takut meningkat.

Karakteristik Stres menurut (Priyoto 2014):

- Sering merasa letih tanpa sebab,
- Penglihatan tajam,
- Gangguan pencernaan (sakit perut/ mules),
- Perasaan tegang,
- Gangguan tidur,

- f. Sulit beraktivitas krn penurunan konsentrasi,  
g. Negatifistic.
- Menurut Priyono (2014) dampak stress dibedakan menjadi tiga kategori, yaitu :
- a. Dampak Psikologik
    - 1) Gangguan pada organ tubuh hiperaktif dalam salah satu system tertentu :
      - a) Muscle myopathy : otot tertentu mengencangkan/melemah.
      - b) Tekanan darah naik : kerusakan jantung dan arteri.
      - c) System pencernaan : maag, diare
    - 2) Gangguan system reproduksi
      - a) Amenorrhea : tertahannya menstruasi
      - b) Kegagalan ovulasi pada Wanita, impoten pada pria, kurang produksi semen pada pria
      - c) Kehilangan gairah sex
    - 3) Gangguan lainnya, seperti pening (migrane), tegang otot, rasa bosan, dll.

#### Dampak Psikologik

- a. Keletihan emosi, jenuh, penghayatan ini merupakan tanda pertama dan punya peran sentral bagi terjadinya burn-out
- b. Kewalahan/ keletihan emosi
- c. Pencapaian pribadi menurun, sehingga berakibat menurunnya rasa kompeten dan rasa sukses.

#### Dampak Perilaku

- a. Manakala stress menjadi distress, prestasi belajar menurun dan sering terjadi tingkah laku yang tidak diterima oleh masyarakat
- b. Level stress yang cukup tinggi berdampak negative pada kemampuan mengingat informasi, mengambil

keputusan, mengambil Langkah tepat.

- c. Stress yang berat seringkali banyak membolos atau tidak aktif mengikuti kegiatan pembelajaran

#### Konsep Covid-19

##### Definisi

Covid-19 atau disebut juga dengan Corona Virus adalah kelompok virus yang bisa menyebabkan penyakit, baik itu pada manusia maupun pada hewan, pada manusia bisa menyebabkan infeksi saluran pernafasan mulai dari flu biasa sampai penyakit yang serius seperti Middle East Respiratory Syndroma (MERS) dan syndroma pernafasan akut berat/ Severe Acute Respiratory Syndroma (SARS) menurut (WHO, 2020). Covid-19 adalah penyakit menular disebabkan oleh corona virus yang baru ditemukan di Wuhan Tiongkok pada bulan Desember 2019. Komisi Kesehatan Nasional (NHC) Republik Rakyat Tiongkok kemudian mengumumkan hal itu dengan Corona Virus Novel, yang sekarang bernama Covid-19. Covid-19 inilah yang menjadi pandemi yang terjadi di banyak negara di seluruh dunia pada saat sekarang ini (WHO, 2020).

##### Penyebaran Virus Corona

Menurut WHO (2020) cara penyebaran virus Covid-19 bisa melalui udara dengan cara: a. Penyebaran virus Covid-19 melalui droplet: Penularan virus Covid-19 bisa terjadi pada saat bersin, batuk, berbicara, bernyanyi, hingga bernafas. Saat melakukan hal-hal tersebut udar yang keluar dari mulut dan hidung mengeluarkan partikel kecil atau aerosol dalam jarak dekat. b. Penyebaran virus Covid-19 melalui udara: Virus Covid-19 dapat menyebar melalui partikel-partikel kecil yang melayang diudara. c. Penyebaran virus covid-19 melalui

permukaan yang terkontaminasi: Penularan virus covid-19 terjadi bila seseorang menyentuh permukaan yang sudah terkontaminasi virus misalnya pada saat batuk atau bersin. d. Penyebaran virus covid-19 bisa melalui darah, dari ibu ke anak, dari hewan ke manusia.

### Manifestasi klinis

Menurut Perhimpunan Dokter Paru Indonesia PDPI (2020) infeksi Covid-19 dapat menimbulkan gejala ringan, sedang atau berat. Gejala klinis utama yang muncel yaitu demam (suhu >38°C), batuk dan kesulitan bernafas. Selain itu dapat disertai dengan sesak memberat, fatigue, myalgia, gejala gastrointestinal seperti diare dan gejala saluran napas lain.

Berikut sindrom klinis yang dapat muncul jika terinfeksi :

- a. Tidak Berkomplikasi Kondisi ini merupakan kondisi ringan. Gejala yang muncul berupa gejala yang tidak spesifik. Gejala utama tetap muncul seperti demam, batuk, dapat disertai dengan nyeri tenggorokan, kongesti hidung, malaise, sakit kepala & nyeri otot. Perlu diperhatikan bahwa pada penderita dengan Lanjut Usia dan penderita immunocompromises presentasi gejala menjadi tidak khas atau atipikal. Selain itu, pada beberapa kasus ditemui tidak disertai dengan demam dan gejala relative ringan. Pada kondisi ini pasien tidak memiliki gejala komplikasi diantaranya dehidrasi, sepsis atau napas pendek.
- b. Pneumonia Ringan Gejala utama dapat muncul seperti demam, batuk, atau sesak. Namun tidak ada tanda pneumonia berat. Pada anak-anak dengan pneumonia tidak berat ditandai

dengan batuk atau sulit bernapas.

- c. Pneumonia Berat pada penderita dewasa :
  - 1) Gejala yang muncul diantaranya demam atau curiga infeksi saluran napas.
  - 2) Tanda yang muncul yaitu takipnea (frekuensi napas >30x/menit), distress pernapasan berat atau saturasi oksigen pasien

### Konsep Lansia

#### Definisi

Lanjut usia adalah seseorang yang memiliki usia lebih dari atau sama dengan 55 tahun (WHO, 2017). Lansia dapat juga diartikan sebagai menurunnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan struktur serta fungsi normalnya, sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (Darmojo, 2015).

#### Batasan Usia Lansia (Lanjut Usia)

Birren dan Jenner (dikutip dalam Murwani & Wiwin, 2018) membedakan usia menjadi tiga yaitu:

1. Usia Biologis Diartikan sebagai jangka waktu seseorang sejak lahirnya berada dalam keadaan hidup dan tidak pernah mati.
2. Usia Psikologis Diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengadakan penyesuaian-penyesuaian kepada situasi yang dihadapinya.
3. Usia Sosial Diartikan sebagai peran-peran yang diharapkan atau diberikan masyarakat kepada seseorang sehubungan dengan usianya.

#### Klasifikasi Lansia

Menurut WHO (2017), Klasifikasi lansia adalah sebagai berikut :

1. Usia pertengahan (middle age), yaitu kelompok usia 45-54 tahun



2. Lansia (elderly), yaitu kelompok usia 55-65 tahun
3. Lansia muda (young old), yaitu kelompok usia 66-74 tahun
4. Lansia tua (old), yaitu kelompok usia 75-90 tahun
5. Lansia sangat tua (very old), yaitu kelompok usia lebih dari 90 tahun.

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2015) mengklasifikasi:

- a) Usia lanjut berumur 60 tahun - 69 tahun.
- b) Usia lanjut dengan resiko tinggi berumur lebih dari 70 tahun atau lebih 60 tahun dengan masalah kesehatan. (Yeni, R. 2020)

### **Konsep Psikoedukasi** **Defines Psikoedukasi**

Psikoedukasi adalah suatu bentuk pendidikan ataupun pelatihan terhadap seseorang dengan gangguan psikiatri yang bertujuan untuk proses treatment dan rehabilitasi. Adapun yang menjadi fokus sasaran dalam psikoedukasi adalah untuk mengembangkan dan meningkatkan penerimaan diri terhadap sesuatu yang sedang dialami (Fayyazi Bordbar & Faridhosseini, 2012). Psikoedukasi dapat dilakukan melalui sebuah pelatihan dengan metode eksplorasi, penilaian, diskusi, bermain peran dan demonstrasi (Soep et al., 2009). Dasar dari intervensi psikoedukasi adalah pada kekuatan dan fokus terhadap masa sekarang serta masa kini (Lukens & McFarlane, 2004). Intervensi ini tidak hanya memberikan informasi penting terkait dengan permasalahan individu/kelompok dalam menghadapi situasi permasalahannya, namun juga dapat diterapkan di dalam berbagai kelompok usia dan level pendidikan. Sebagai tambahan, psikoedukasi

lebih menekankan pada proses belajar, pendidikan, self-awareness dan self-understanding di mana kognitif memiliki proporsi yang lebih besar daripada komponen afektif (Brown, 2018).

### **Tujuan Psikoedukasi**

Tujuan psikoedukasi adalah untuk menambah pengetahuan bagi individu dan keluarga sehingga di harapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan fungsi keluarga (Stuart, 2009). Intervensi psikoedukasi di harapkan dapat meningkatkan pencapaian pengetahuan individu tentang penyakit, mengajarkan bagaimana upaya membantu mereka melindungi individu dengan mengetahui gejala-gejala perilaku dan mendukung individu (Elsi, D, B. 2020).

### **Fokus Psikoedukasi**

Psikoedukasi dapat menjadi intervensi tunggal, tapi sering digunakan bersamaan dengan beberapa intervensi lainnya untuk membantu partisipan menghadapi tantangan kehidupan tertentu. Psikoedukasi berfokus pada system yang lebih besar dan mencoba untuk mempatologikan pasien (Walsh, 2010).

### **Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh evaluasi intervensi psikoedukasi dalam menurunkan tingkat stress psikologi pada lansia terhadap pandemic Covid-19 di Perumahan Griya Limus Asri Tahun 2021.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuainya distribusi frekuensi sosio demografi lansia terhadap Pandemic Covid-19 di Perumahan Griya Limus Asri Tahun 2021.
- b. Diketuainya tingkat stress sebelum diberikan intervensi

psikoedukasi pada lansia terhadap Pandemic Covid-19 di Perumahan Griya Limus Asri Tahun 2021.

- c. Diketuainya tingkat stress psikologis lansia setelah diberikan intervensi psikoedukasi terhadap Pandemic Covid-19 di Perumahan Griya Limus Asri Tahun 2021.
- d. Diketuainya pengaruh evaluasi intervensi psikoedukasi terhadap stress psikologis pada lansia akibat Pandemic Covid-19 di Perumahan Griya Limus Asri Tahun 2021.

#### Pertanyaan Penelitian

Apakah ada pengaruh evaluasi intervensi psikoedukasi dalam penurunan tingkat stress lansia terhadap pandemic Covid-19 di Perumahan Griya Limus Asri periode bulan Juli Tahun 2021?

#### METODE PELAKSANAAN

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 dibawah ini .



**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Lansia di Perumahan Griya Limus Asri**

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
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>	

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%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Lansia di Perumahan Griya Limus Asri**

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

Berdasarkan tabel diatas tentang distribusi frekuensi jenis kelamin menunjukkan bahwa, dari 35 responden mayoritas responden

berjenis kelamin perempuan sebanyak 19 responden (54,3%) dan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 16 responden (45,7%).

**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
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>	

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%).

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
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>100</b>	

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,%).

Tabel 5. Distribusi Keterpaparan Covid19

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

Distribusi keterpaparan Covid-19 pada lansia mayoritas responden

(91,4%) tidak terpapar Covid-19, dan (8,6%) terpapar Covid-19.

Tabel 6. Distribusi Kekhawatiran Keterpaparan Covid 19

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

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

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

N	Variable	Mean	Std. Deviation	Std Error	p-Value
<b>Stres psikologi</b>					
	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.

## DAFTAR PUSTAKA

- 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>