

Adolescent Mental Health Support During the Covid 19 Pandemic at the Foster Children's Social

Nurul Istiqomah¹ , Anik Enikmawati², Sulastris³, Septi Aprilia⁴

¹Department of Pediatric Nursing, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

³Department of Maternity Nursing, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

⁴Department of Nursing, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

 nurulistiqomah207@itspku.ac.id

Abstract

Almost the entire world is currently experiencing a Corona Virus Disease-19 (Covid-19) pandemic. The Committee for Handling Covid 19 and the National Economic Recovery stated that the Covid-19 pandemic had an impact on most community activities, including the smallest groups, namely families and children. Changes in daily activities for children and adolescents not only have an impact on their physical aspects, but also on aspects of mental health because these changes occur in a fairly fast time. One of the impacts of the pandemic on children and adolescents is the social restrictions imposed by the government to prevent the potential transmission of the Covid-19 virus. The impact of Covid-19 on the mental health of children and adolescents is very concerning. Anxiety, depression, sleep and appetite disturbances, and disturbances in social interactions are the most common, compared with adults, this pandemic can continue to increase the long-term adverse consequences on the mental health of children and adolescents. The target of this program is all teenagers aged 12 to 18 years, both boys and girls, who are at the Mardhatilah Foster Social Institution, Sukoharjo as many as 40 teenagers. The implementation of this activity was carried out for two days online via Zoom. The government's effort through the Ministry of Health in dealing with mental health issues for children and adolescents during the pandemic is to make regulations that focus on the direction of each policy on the realization of a society that cares about mental health.

Keywords: *Mental Support; Youth;*

Dukungan Kesehatan Jiwa Remaja Selama Pandemi Covid 19 Di Panti Sosial Anak Asuh

Abstrak

Hampir seluruh dunia saat ini mengalami pandemi Corona Virus Disease-19 (Covid-19). Komite Penanganan Covid 19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional menyatakan bahwa pandemi Covid-19 telah berdampak pada sebagian besar aktivitas masyarakat termasuk pada kelompok terkecil yaitu keluarga dan anak. Perubahan pada aktivitas sehari-hari bagi anak dan remaja ini tidak hanya berdampak pada aspek fisik mereka saja, namun juga pada aspek kesehatan jiwa karena perubahan-perubahan tersebut terjadi dalam waktu yang cukup cepat. salah satu dampak dari pandemi pada anak dan remaja adalah adanya pembatasan sosial yang diterapkan oleh pemerintah untuk mencegah potensi penularan virus Covid-19. Dampak Covid-19 terhadap kesehatan mental anak-anak dan remaja sangat memprihatinkan. Kecemasan, depresi, gangguan tidur dan nafsu makan, serta gangguan dalam interaksi sosial adalah hal yang paling umum terjadi, dibandingkan dengan orang dewasa, pandemi ini dapat terus meningkatkan konsekuensi jangka panjang yang merugikan pada kesehatan mental anak-anak dan remaja. Sasaran dari program ini adalah seluruh Anak Usia Remaja 12 sampai 18 tahun baik laki-laki dan perempuan yang ada di Panti Sosial Anak Asuh Mardhatilah, Sukoharjo sebanyak 40 Remaja. Penyelenggaraan kegiatan ini dilaksanakan selama dua hari secara daring melalui zoom. Upaya pemerintah melalui Kementerian Kesehatan dalam menangani isu

kesehatan jiwa anak dan remaja selama masa pandemi adalah dengan membuat regulasi yang menitikberatkan arah dari setiap kebijakan pada terwujudnya masyarakat yang peduli pada kesehatan jiwa.

Kata kunci: Pengabdian masyarakat; Remaja; Dukungan kesehatan mental

1. Pendahuluan

Populasi anak di dunia saat ini adalah 28% atau sekitar 2,2 miliar anak, Terdapat 16% dari populasi di dunia dengan rentang usia antara 10 hingga 19 tahun [1]. Hampir seluruh dunia saat ini mengalami pandemi Corona Virus Disease-19 (Covid-19). Komite Penanganan Covid 19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional (2020) [2] menyatakan bahwa pandemi Covid-19 telah berdampak pada sebagian besar aktivitas masyarakat termasuk pada kelompok terkecil yaitu keluarga dan anak. Perubahan pada aktivitas sehari-hari bagi anak dan remaja ini tidak hanya berdampak pada aspek fisik mereka saja, namun juga pada aspek kesehatan jiwa karena perubahan-perubahan tersebut terjadi dalam waktu yang cukup cepat. salah satu dampak dari pandemi pada anak dan remaja adalah adanya pembatasan sosial yang diterapkan oleh pemerintah untuk mencegah potensi penularan virus Covid-19. Pembatasan sosial ini membuat muncul rasa takut yang berlebihan pada anak dan remaja karena banyaknya informasi yang mereka terima tentang pandemi ini. Pembatasan sosial juga membuat anak dan remaja merasa bosan karena harus berdiam diri di rumah dan tidak bisa berinteraksi dengan teman-temannya. Terjadi ketidakmerataan akses terhadap fasilitas pendukung untuk pembelajaran daring maupun luring yang dialami pada anak yang sudah masuk usia sekolah.

Anak remaja sebanyak 68 persen dapat mengakses terhadap fasilitas pendukung selama masa pembelajaran namun juga terdapat 32 %anak bahkan tidak mendapatkan program belajar dalam bentuk apapun. Tidak dapat dipungkiri, pandemi ini juga dapat berdampak kepada aspek psikososial dari anak dan remaja di antaranya adalah perasaan bosan karena harus tinggal di rumah, khawatir tertinggal pelajaran, timbul perasaan tidak aman, merasa takut karena terkena penyakit, merindukan teman-teman, dan khawatir tentang penghasilan orangtua. Dampak paling membahayakan adalah sebanyak 62 persen anak mengalami kekerasan verbal oleh orang tuanya selama berada di rumah [3].

Dampak COVID-19 terhadap kesehatan mental anak-anak dan remaja sangat memprihatinkan. Kecemasan, depresi, gangguan tidur dan nafsu makan, serta gangguan dalam interaksi sosial adalah hal yang paling umum terjadi, dibandingkan dengan orang dewasa, pandemi ini dapat terus meningkatkan konsekuensi jangka panjang yang merugikan pada kesehatan mental anak-anak dan remaja [4]. Hasil systematic review menunjukkan bahwa Covid-19 berdampak pada kesehatan mental remaja dan terutama terkait dengan depresi dan kecemasan pada kelompok remaja [5]. Terdapat 40 remaja di panti, dimana mengalami kecemasan, stress dikarenakan pembatasan terhadap kegiatan. Keadaan dipanti juga menjadi berubah, kegiatan yang biasanya dapat dilakukan bersama, dibatasi bahkan ditiadakan. Hal tersebut menjadi berisiko terhadap Kesehatan mental remaja. Perlunya langkah-langkah strategis untuk tetap mendukung Kesehatan mental anak dan remaja saat ini dan jangka panjang [6] Penting untuk memantau dampaknya pada status kesehatan mental anak-anak dan remaja dan bagaimana membantu mereka meningkatkan hasil kesehatan mental mereka di masa pandemi saat ini atau di masa depan. Pengabdian masyarakat ini ditujukan untuk mengetahui gambaran Kesehatan mental remaja dan memberikan dukungan Kesehatan mental untuk remaja di Panti Sosial Anak Asuh Mardhatilah Sukoharjo.

2. Metode

Tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan ini adalah meningkatnya kualitas Kesehatan jiwa remaja di Panti Sosial Anak Asuh Mardhatilah, Sukoharjo, Para remaja di Panti Sosial Anak Asuh Mardhatilah, Sukoharjo mengetahui pentingnya Kesehatan jiwa, Para remaja di Panti Sosial Anak Asuh Mardhatilah, Sukoharjo mengetahui meningkatkan kualitas Kesehatan jiwa pada remaja selama pandemic covid 19. Sasaran dari program ini adalah seluruh Anak Usia Remaja 12 sampai 18 tahun baik laki-laki dan perempuan yang ada di Panti Sosial Anak Asuh Mardhatilah, Sukoharjo sebanyak 40 Remaja. Permasalahan utama pada remaja yang berada di Panti Sosial Anak Asuh Mardhatilah Sukoharjo adalah kecemasan terkait dengan pembatasan kegiatan karena adanya Pandemi Covid-19 saat ini. Remaja yang berada di panti juga merasa bosan, stress karena harus bersekolah secara daring dalam waktu yang lama.

Pelaksanaan pengabdian ini dilaksanakan dengan tetap menjaga protocol Kesehatan secara ketat. Penyampaian materi terkait dengan dukungan Kesehatan mental dilakukan secara daring melalui zoom meeting licence. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk menyampaikan materi menggunakan *power point*, penyampaian pemateri bersifat partisipatif, dimana peserta dapat secara interaktif dalam mengikuti program pengabdian. Penyelenggaraan kegiatan ini dilaksanakan selama dua hari secara daring melalui zoom, dengan link <https://zoom.us/j/98047971540?pwd=eXh5YjRST2JjcFdCd0RuL2xsN0tudz09>, pada hari Sabtu 23 Januari 2021, mulai pukul 09.00 – 11.00 WIB. Tim pengabdian melakukan persiapan yang pertama melakukan perijinan, kemudian menyiapkan 1 layar, proyektor, laptop, 1 kamera di ruang Aula Panti, menyiapkan tempat, undangan untuk peserta juga pengurus panti. Pada saat pelaksanaan 2 orang dari tim berada di panti untuk bertanggung jawab mengoperasikan zoom serta mengarahkan kamera juga pesertanya.

3. Hasil dan Pembahasan

Terdapat 40 remaja di panti, dimana remaja tersebut mengalami kecemasan, stress dikarenakan pembatasan terhadap kegiatan. Keadaan dipanti juga menjadi berubah, kegiatan yang biasanya dapat dilakukan bersama, dibatasi bahkan ditiadakan. Hal tersebut menjadi berisiko terhadap Kesehatan mental remaja. Perlunya langkah-langkah strategis untuk tetap mendukung Kesehatan mental anak dan remaja saat ini dan jangka Panjang. Pendidikan Kesehatan Dukungan Kesehatan Jiwa pada remaja disampaikan oleh Ibu Nurul Istiqomah, M.Kep, pada hari Sabtu, 23 Januari 2021 pukul 09.30. Diskusi panel dipimpin oleh moderator dan MC Ibu Sulastri M.Kep. Penutupan dengan doa bersama dipimpin oleh Ibu Septi Aprilia, M.Pd, selain menyampaikan dukungan mental tim pengabdian juga menyampaikan terkait dengan protocol Kesehatan selama covid-19 yang disampaikan oleh Ibu Anik Enikmawati, S.Kep., Ns., M.Kep. Peserta juga melakukan demonstrasi bersama cuci tangan 6 langkah dilakukan secara virtual didampingi pengurus panti yang telah terlatih sebelumnya yang juga melakukan kegiatan relaksasi untuk menghilangkan kebosanan dan stres. Dokumentasi setiap kegiatan oleh semua tim yang terlibat. **Gambar 1** menggambarkan penerapan prokes di Panti Sosial Anak Asuh Mardhatilah Sukoharjo. Tim menerapkan jarak duduk untuk peserta, sebelum masuk ruangan tim yang berada luring di panti juga memberikan handsanitizer untuk cuci tangan, kemudian mengganti masker medis terlebih dahulu, kemudian memasuki aula panti. Pada **Gambar 2** adalah penyampaian materi terkait dukungan mental remaja, yang disampaikan oleh pemateri secara daring, menggunakan media zoom dan power point. Pemateri menggunakan metode partisipatif, sehingga peserta dapat secara langsung bertanya ataupun berkomentar. **Gambar 3** menunjukkan setelah para peserta selesai mengikuti rangkaian acara. **Gambar 4** menunjukkan peserta mengikuti rangkaian acara pengabdian kepada masyarakat. Diakhir

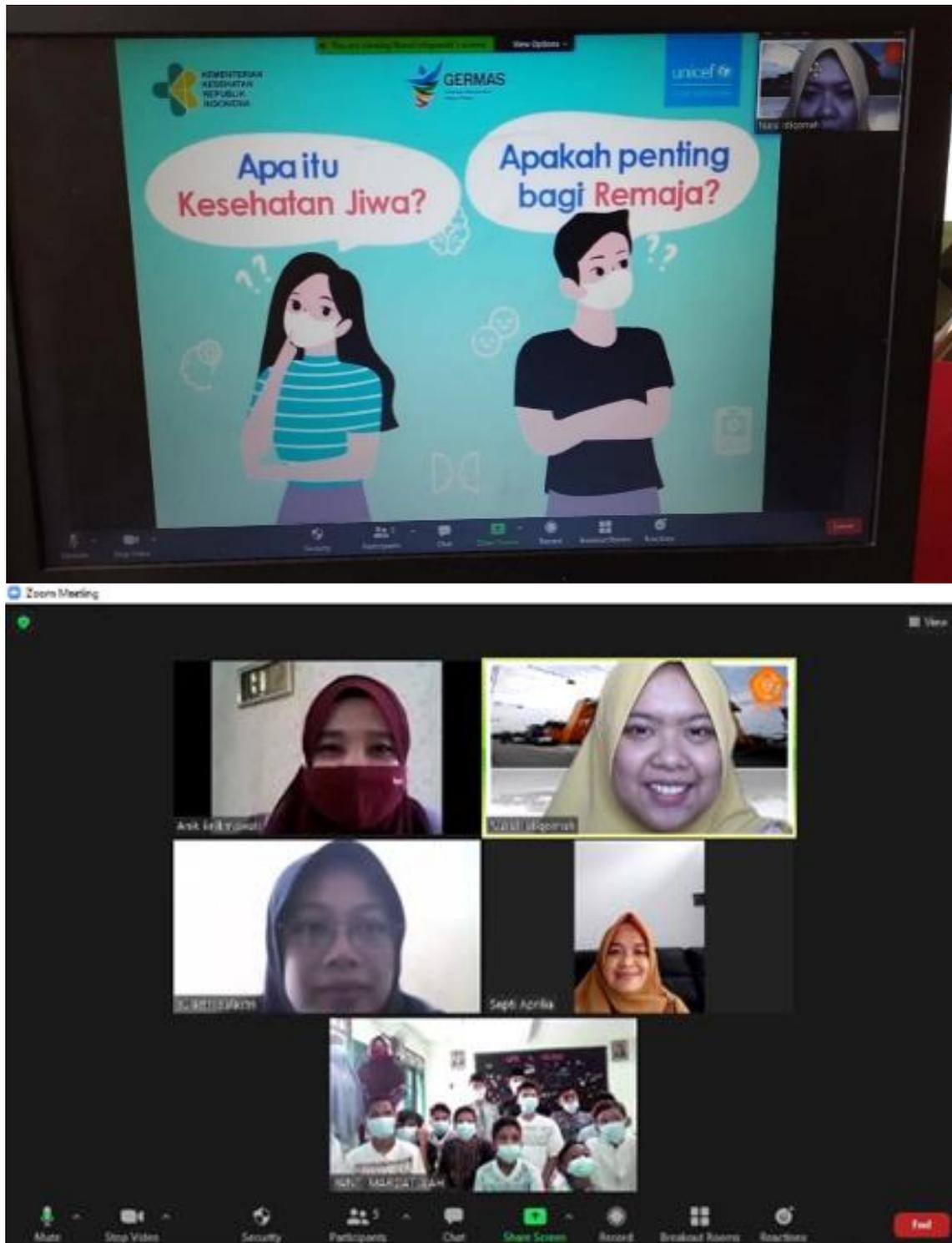
acara remaja diminta mengisi kuesioner penelitian terkait kesehatan jiwa remaja selama pandemi covid di link <http://bit.ly/SurveyKesehatanMentalRemaja>, Kuesioner *Strength and Difficulties Questionnaire* (SDQ) telah diisi oleh sebanyak 30 peserta, kuesioner SDQ ini untuk mengetahui permasalahan (negatif) dan kekuatan (positif) terkait Kesehatan mental dan perilaku remaja, yang terdiri dari masalah emosi, perilaku, hiperaktif dan masalah dengan teman sebaya sebagai permasalahan kesehatan mental. Perilaku prososial merupakan kekuatan terkait kesehatan mental pada remaja. Hasil yang didapatkan untuk total permasalahan ada sebanyak 17 (56,7%) anak mengalami masalah kesehatan mental. Hasil tersebut menjadi data untuk rencana tindak lanjut berikutnya.

Gambar 1. Penerapan Protokol Kesehatan



Gambar 2. Penyampaian Materi Kesehatan Mental Remaja





Gambar 3. Kegiatan pengabdian masyarakat yang diadakan secara daring dan luring



Gambar 4. Peserta Pengabdian Masyarakat

Upaya pemerintah melalui Kementerian Kesehatan dalam menangani isu kesehatan jiwa anak dan remaja selama masa pandemi adalah dengan membuat regulasi yang menitikberatkan arah dari setiap kebijakan pada terwujudnya masyarakat yang peduli pada kesehatan jiwa (Kemenkes, 2020).

4. Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada ITS PKU Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan support sarana dan prasarana yang mendukung untuk proses pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar.

5. Kesimpulan

Remaja di Panti Sosial Anak Asuh Mardhatilah mengetahui cara meningkatkan ketrampilan sosial setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan kesehatan jiwa pada remaja. Perlunya *follow up* secara berkelanjutan, mengingat pandemi covid-19 ini belum diketahui kpaan akan berakhir, Kesehatan mental merupakan hal yang penting untuk selalu dimonitor berbagai pihak.

Referensi

- [1] UNICEF, “Global population of children 2100,” 2019. <https://www.statista.com/statistics/678737/total-number-of-children-worldwide/>.
- [2] Komite Penanganan COvid 19 dan Pemulihan Eonomi Nasional, “Lindungi Kesehatan Jiwa Anak dan Remaja Saat Masa Pandemi COVID-19,” 2020. [Online]. Available: <https://covid19.go.id/p/berita/lindungi-kesehatan-jiwa-anak-dan-remaja-saat-masa-pandemi-covid-19>.

- [3] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, “Jaga Kesehatan Jiwa Anak dan Remaja Selama Masa Pandemi COVID-19,” 2021. <http://p2p.kemkes.go.id/jaga-kesehatan-jiwa-anak-dan-remaja-selama-masa-pandemi-covid-19/>.
- [4] S. Meherali *et al.*, “Mental health of children and adolescents amidst covid-19 and past pandemics: A rapid systematic review,” *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 18, no. 7, 2021, doi: 10.3390/ijerph18073432.
- [5] F. Nearchou, E. Hennessy, C. Flinn, R. Niland, and S. S. Subramaniam, “Exploring the impact of covid-19 on mental health outcomes in children and adolescents: A systematic review,” *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 17, no. 22, pp. 1–19, 2020, doi: 10.3390/ijerph17228479.
- [6] S. Tang, M. Xiang, T. Cheung, and Y. Xiang, “Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID- 19 . The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect , the company ’ s public news and information ,” *Psychiatry Res.*, vol. 293, no. January, pp. 337–339, 2020.