

# Pelatihan Pendampingan Psikososial Pasien Covid-19 Yang Sedang Isolasi Mandiri Di Rumah Bagi Petugas Kesehatan Di Puskesmas

**Warih Andan Puspitosari<sup>1</sup>, Shanti Wardaningsih<sup>2</sup>,**

<sup>1</sup>Prodi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta, 55183

<sup>2</sup>Prodi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta, 55183

. Email: [warih.andan@umy.ac.id](mailto:warih.andan@umy.ac.id)

DOI: 10.18196/ppm.43.685

## Abstrak

Pasien COVID-19, wajib menjalani isolasi mandiri untuk menghindari risiko penularan dan penyebaran. Selama isolasi mandiri di rumah, pasien didampingi oleh petugas kesehatan puskesmas. Petugas tidak hanya memantau kondisi fisik pasien, namun juga kesehatan mentalnya. Hal ini disebabkan karena pasien isoman merasakan terpisah dari orang lain, tidak dapat beraktivitas seperti biasa dan merasakan khawatir terhadap kondisinya, sehingga membutuhkan dukungan psikososial. Petugas puskesmas belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk pendampingan psikososial. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan petugas kesehatan dalam pendampingan psikososial pada pasien COVID-19 yang sedang isolasi mandiri di rumah. Peserta pelatihan adalah 30 petugas kesehatan di puskesmas Pandak 1. Kegiatan dimulai dengan penyusunan modul oleh tim pengabdian tentang: 1). Manajemen Stres, 2). Reaksi terhadap Keduakaan, 3). Komunikasi Terapeutik, 4). Psychological First Aid (PFA). Selanjutnya, dilakukan pre-test kepada peserta dengan menggunakan gform. Pelatihan modul dilaksanakan dengan metode daring. Modul dibagikan di group whatsapp dan pemberian materi diberikan dengan media zoom oleh tim pengabdian sebagai narasumber. Diskusi dilanjutkan dalam group whatsapp selama 2 minggu. Kegiatan diakhiri dengan post-test. Hasil pelatihan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang pendampingan psikososial pada pasien COVID-19 yang sedang isolasi mandiri di rumah. Petugas puskesmas mempraktekkan hasil pelatihan secara berkesinambungan di masyarakat.

**Kata Kunci:** Pendampingan Psikososial, Petugas Kesehatan, Isolasi Mandiri, Covid-19

## Pendahuluan

Seluruh dunia dan Indonesia saat ini sedang dihadapkan dengan permasalahan kesehatan yang sama, yaitu persebaran pandemik *Coronavirus Diseases-19* (COVID-19). *Coronavirus Diseases-19* atau *Pneumonia Coronavirus Disease 2019* adalah penyakit peradangan paru yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2). Gejala klinis yang muncul beragam, mulai dari seperti gejala flu biasa (batuk, pilek, nyeri tenggorok, nyeri otot, nyeri kepala) sampai yang berkomplikasi berat (pneumonia atau sepsis). Cara penularan COVID-19 ialah melalui kontak dengan *droplet* (partikel kecil dari saluran napas penderita yang mengandung kuman penyakit, yang dihasilkan pada saat batuk, bersin, atau berbicara). Indonesia sejauh ini hingga tanggal 11 Februari 2021 memiliki total sebanyak 1,18 juta kasus, dengan Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sebanyak 24.534 kasus, 17.879 sudah sembuh, dan 567 meninggal dunia, sedangkan di kabupaten Bantul, pasien dirawat sebanyak 2.086, sembuh 4.616, dan meninggal 150 jiwa. Pandak adalah salah satu kecamatan di Kabupaten Bantul yang digunakan sebagai tempat mahasiswa KKN tematik kesehatan dari Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY). Pasien dari wilayah Pandak, yang dirawat sebanyak 68, sembuh 183, dan meninggal 8 jiwa.

Tidak semua orang yang terinfeksi Covid-19 harus dirawat di rumah sakit. Pasien dengan gejala ringan atau sedang bisa dirawat di rumah, namun harus tetap dijaga jangan sampai menularkan pada orang lain. Oleh karena itu pasien harus menjalani isolasi mandiri di rumah, untuk

menghindari risiko penularan yang sangat tinggi. Pentingnya isolasi diri selama lebih kurang 14 hari karena gejala COVID-19 akan muncul dalam rentang waktu tersebut berupa batuk, demam, atau napas. Dalam selang waktu tersebut, kondisi orang yang diduga terinfeksi COVID-19 diisolasi dan dipantau di rumah sakit, rumah atau tempat lain (Kemenkes, 2020).

Isolasi mandiri yaitu upaya mencegah penyebaran COVID-19 dengan berdiam diri di rumah sambil memantau kondisi diri seraya tetap menjaga jarak aman dari orang sekitar atau keluarga. Orang yang perlu melakukan isolasi mandiri adalah siapapun yang memiliki gejala sakit seperti demam, batuk, atau pilek, nyeri tenggorokan, atau gejala penyakit pernafasan lainnya. Isolasi mandiri dilakukan jika terdapat beberapa kemungkinan diantaranya seseorang kontak dengan terduga COVID-19, seseorang tidak kontak langsung dengan terduga COVID-19 namun memiliki riwayat perjalanan ke daerah zona merah, seseorang yang memiliki gejala seperti suhu tubuh di atas 37°C dan mengalami gangguan pernafasan (Sulaiman, 2020).

Pandemi Covid 19 memberikan dampak yang luas bagi masyarakat. Kondisi ini memberi dampak fisik maupun psikologis bagi setiap individu, khususnya masyarakat yang harus mengalami isolasi karena Covid 19. Isolasi mandiri merupakan upaya mencegah penyebaran COVID-19 dengan berdiam diri di rumah sambil memantau kondisi diri seraya tetap menjaga jarak aman dari orang sekitar atau keluarga (Sulaiman, 2020). Pelaksanaan isolasi mandiri ini, dapat menyebabkan masalah psikologis pada pasien. Hal ini disebabkan karena banyak faktor, diantaranya adalah respon dari lingkungan masyarakat sekitar, harus terisolasi, berpisah dengan anggota keluarga dan teman serta kerabat, serta kehilangan aktivitas yang biasa dikerjakan. Juga rasa khawatir dengan kondisinya yang positif covid-19, jika berkembang penyakitnya menjadi lebih berat. Respon yang muncul bisa bermacam macam, yaitu sakit kepala, kehilangan nafsu makan, tidur tidak nyenyak, merasa tegang, khawatir maupun cemas. Hal ini bisa menambah panjang dampak dari pandemi Covid 19. Selama ini pendampingan pasien Covid, masih berfokus pada masalah kesehatan fisik, sehingga kesehatan mental, masih banyak terabaikan. Padahal pada pasien Covid-19 yang berada menjalani isolasi mandiri di rumah, secara umum kondisinya cukup baik, tanpa gejala. Justru keluhan psikologis (mental emodional) yang lebih banyak dirasakan karena harus menjalani isolasi mandiri.

Puskesmas Pandak 1 memiliki fasilitas Unit Gawat Darurat (UGD) yang melayani masyarakat 24 jam dan memiliki fasilitas Rawat Inap baik untuk umum atau Ibu melahirkan. Sumber Daya Kesehatan di Puskesmas Pandak I secara keseluruhan baik tenaga medis maupun paramedis adalah sebanyak 45 tenaga kesehatan. Puskesmas Pandak 1 memiliki Visi yaitu “Masyarakat Pandak Mandiri Untuk Sehat” untuk Misi memiliki 4 poin yaitu, Pertama adalah meningkatkan pemerataan pelayanan kesehatan yang bermutu terjangkau bagi masyarakat, Kedua adalah Mendorong kemandirian masyarakat melalui peningkatan peran serta masyarakat, baik individu, keluarga, masyarakat beserta lingkungannya, Ketiga adalah Meningkatkan kemitraan, kerjasama lintas program dan lintas sektor dengan seluruh pelaku di bidang kesehatan, Keempat adalah Menggerakkan pembangunan berwawasan kesehatan. Selama pandemi covid ini, kegiatan di Puskesmas Pandak 1 secara otomatis bertambah dengan berbagai jenis layanan kepada masyarakat terdampak pandemi covid-19. Hal ini menyebabkan petugas kesehatan memiliki kebutuhan untuk memiliki tambahan keterampilan khusus tentang pendampingan pada pasien covid-19. Termasuk

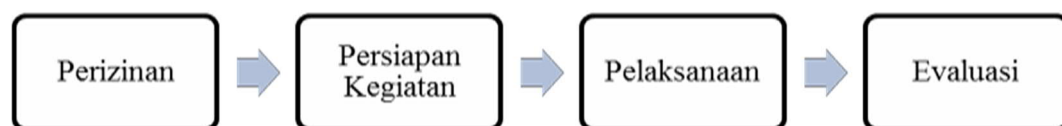
adalah keterampilan mendampingi secara psikologis bagi pasien yang sedang menjalani isolasi mandiri yang membutuhkan penguatan sisi psikologisnya.

Berdasar hasil wawancara dan hasil observasi yang dilakukan di Puskesmas Pandak 1 Bantul didapatkan masih perlunya dilakukan peningkatan pendampingan penyintas COVID-19 terutama pasien yang sedang menjalani isolasi mandiri di rumah. Sementara petugas kesehatan merasa belum memiliki tambahan bekal secara khusus dalam menangani masalah psikologis yang terjadi pada para penyintas covid yang sedang menjalani isolasi mandiri. Puskesmas hanya memiliki 1 psikolog sehingga tidak memungkinkan untuk melakukan pendampingan kepada semua pasien yang sedang menjalani isolasi mandiri, mengingat jumlah kasus yang semakin meningkat. Semua petugas kesehatan memiliki tugas dalam memberikan pendampingan bagi para penyintas covid.

Target kegiatan ini adalah memberikan pelatihan pendampingan psikososial pada pasien Covid 19 yang sedang menjalankan isolasi mandiri, bagi petugas kesehatan di puskesmas Pandak 1 Bantul. Petugas kesehatan di puskesmas yang telah mendapatkan pelatihan dapat mengaplikasikan hasil pelatihan untuk melakukan pendampingan psikologis pada pasien covid-19 yang sedang menjali isolasi mandiri. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian materi/edukasi kepada petugas kesehatan di puskesmas, yang diberikan oleh ahli kesehatan jiwa sebagai narasumber

### Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan petugas puskesmas Pandak 1 dalam pendampingan psikososial pasien Covid 19 yang menjalani isolasi mandiri, dilaksanakan dalam bentuk pelatihan. Pelatihan dilaksanakan secara daring disebabkan karena kondisi pandemi Covid-19 yang membatasi acara-acara yang bersifat luring. Pelatihan dilaksanakan oleh tim pengabdian masyarakat yang memiliki keahlian di bidang kesehatan jiwa yang akan berperan dalam mentransfer pengetahuan dan keterampilan pendampingan psikososial kepada peserta. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan bersama mahasiswa Universitas Muhammadiyah (UMY) yang sedang melaksanakan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) tematik Kesehatan di Yogyakarta. Kegiatan program dilaksanakan secara bertahap seperti yang terdapat dalam gambar 1 berikut:



Gambar 1. Skema Tahapan Kegiatan

#### 1. Perizinan

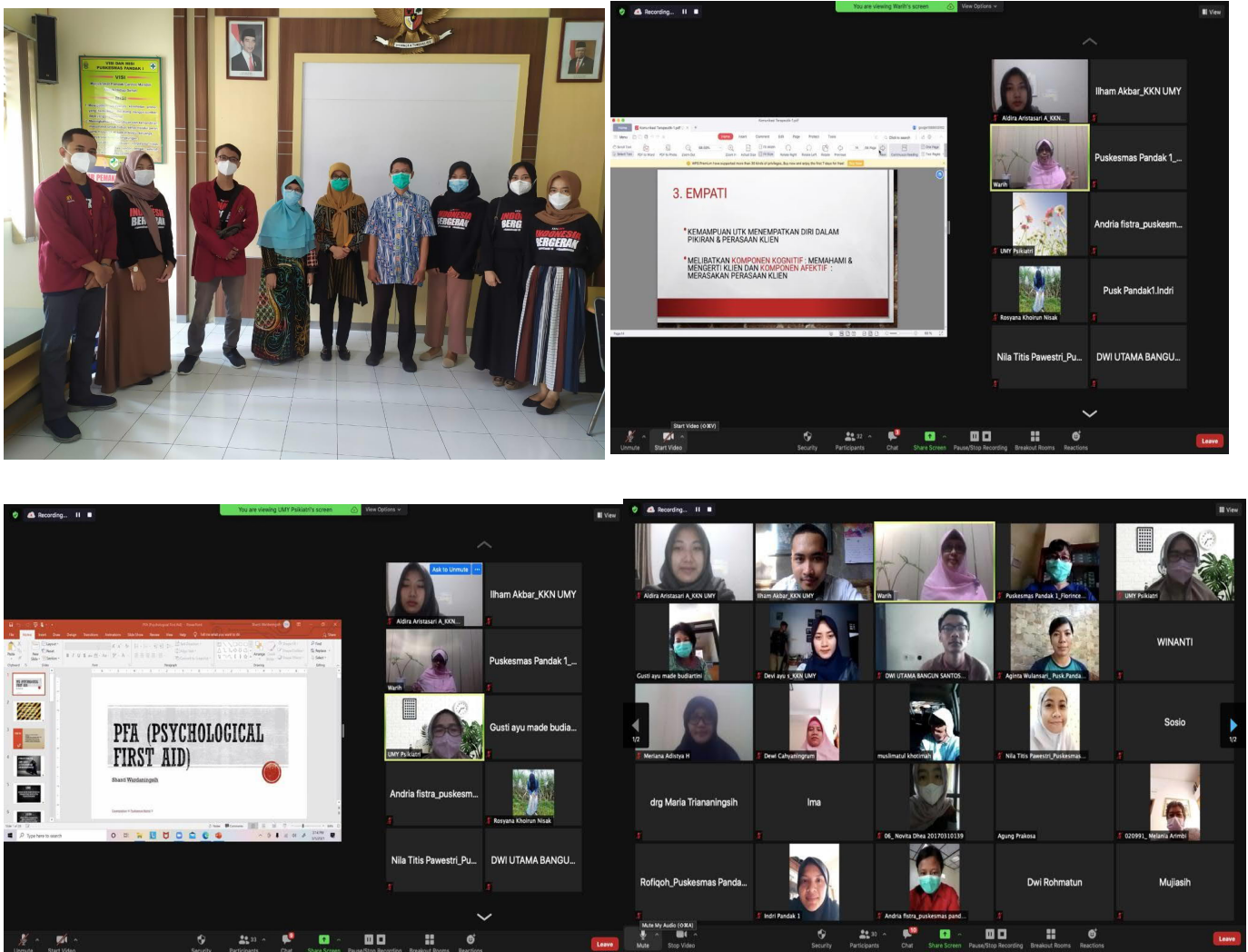
Perizinan kegiatan pengabdian masyarakat ini diajukan kepada Puskesmas Pandak 1, kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Pimpinan Puskesmas Pandak 1 memberikan ijin dan menandatangani surat kerjasama mitra dengan tim pengabdian.

#### 2. Persiapan

- a. Persiapan dimulai dengan melakukan koordinasi dengan pihak terkait yaitu:
  - 1) Koordinasi tim pengabdian bersama peserta KKN tematik Kesehatan
  - 2) Koordinasi dengan pimpinan puskesmas Pandak 1, Bantul.

- b. Menyiapkan sarana dan prasarana kegiatan diantaranya:
- 1) Modul Pendampingan Psikososial pada Pasien Covid 19 yang Menjalani Isolasi Mandiri  
Modul terdiri dari 3 bagian yaitu tentang : 1). Psikologi Penyintas (Reaksi Terhadap Kedukaan), 2). Komunikasi Terapeutik, 3). *Psychological First Aid* (PFA).
  - 2) Materi *power point*  
Materi *power point* merupakan ringkasan isi modul yang bertujuan untuk lebih memudahkan dalam penyampaian kepada peserta. Materi *power point* diberikan melalui zoom meeting.
  - 3) *LCD dan Laptop*  
LCD dan Laptop digunakan untuk kegiatan pelatihan secara daring dengan zoom meeting.
  - 4) *Group whatsapp* peserta dan tim yang digunakan sebagai sarana komunikasi dalam pelaksanaan kegiatan.
- c. Peserta Kegiatan:
- 1) Pemilihan peserta sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan yaitu:
    - a) Petugas Kesehatan di Puskesmas Pandak 1, Bantul
    - b) Bersedia mengikuti kegiatan
  - 2) Jumlah Peserta adalah 30 orang
3. Pelaksanaan
- Pelaksanaan pelatihan dilaksanakan secara daring dengan menggunakan group *whatsapp* dan zoom meeting. Group *whatsapp* digunakan untuk komunikasi dan koordinasi persiapan dan pelaksanaan pelatihan.
- a. Pelatihan diawali dengan membuat *group whatsapp* dan memasukkan peserta, tim pengabdian masyarakat dan mahasiswa peserta KKN.
  - b. *Pre test* diberikan kepada peserta sebelum diberikan materi pelatihan berupa kuestioner yang mengukur tingkat pengetahuan.
  - c. Materi *power point* yang berasal dari modul Pendampingan Psikososial pada Pasien Covid 19 yang Menjalani Isolasi Mandiri yang disusun tim pengabdian, disusun untuk disampaikan pada kegiatan pelatihan daring menggunakan zoom meeting.
  - d. Pelatihan daring dilaksanakan sebanyak 2 sesi melalui zoom meeting. Peserta mengikuti pelatihan melalui layar proyektor yang disiapkan untuk pelatihan. Pelatihan terdiri dari menyampaikan materi, diskusi materi dan sharing session diantara peserta.
  - e. Pelatihan diakhiri dengan penyampaian kesan-kesan dari peserta.

Pelaksanaan kegiatan pelatihan secara *on line* didokumentasikan dalam gambar-gambar sebagai berikut:



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan online

#### 4. Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan melihat hasil pelatihan dan keikutsertaan peserta dalam kegiatan.

##### a. Presentase kehadiran peserta dalam daring

Kehadiran peserta dalam acara pelatihan Pendampingan Psikososial pada Pasien Covid 19 yang Menjalani Isolasi Mandiri, dinilai dari kehadiran peserta dalam acara zoom meeting untuk mendapatkan materi pelatihan dari narasumber secara daring.

##### b. Tingkat Pengetahuan Peserta

Tingkat pengetahuan peserta pelatihan diukur dengan kuestioner yang disusun oleh tim pengabdian berdasar pada modul yang digunakan. Kuestioner terdiri dari 10 pertanyaan, dengan nilai minimal 0 dan nilai maksimal 10.

c. Tingkat Kepercayaan Diri Peserta

Tingkat kepercayaan diri peserta dalam pendampingan psikososial pada pasien Covid 19 yang menjalani isolasi mandiri diukur dengan menggunakan angka 0-10. Angka 0 menunjukkan kepercayaan diri yang paling rendah dan angka 10 menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang tertinggi, yaitu peserta (nakes) sangat percaya diri dalam mendampingi psikososial pasien yang sedang isolasi mandiri.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Kehadiran Peserta

Kegiatan diawali dengan pembuatan group whatsapp untuk berkomunikasi dan berkoordinasi antara tim pengabdian masyarakat, peserta KKN tematik kesehatan UMY, Kepala Puskesmas Pandak 1, Dokter koordinator Kegiatan dan tenaga kesehatan Puskesmas Pandak 1 yang mengikuti kegiatan pelatihan. Kegiatan pelatihan dilaksanakan melalui zoom selama 2 kali pertemuan. Para peserta berkumpul di aula Puskesmas Pandak 1 untuk mengikuti pelatihan melalui zoom yang ditampilkan dengan proyektor. Beberapa peserta juga ada yang mengikuti melalui gawai masing-masing di ruangan tempat kerja di Puskesmas. Peserta pelatihan yang telah terdata mengikuti kegiatan zoom secara lengkap, atau kehadirannya adalah 100%.

Peserta dalam kegiatan ini adalah 29 tenaga kesehatan di Puskesmas Pandak 1, Bantul, yang memenuhi kriteria. Kegiatan pelatihan dilaksanakan secara daring, sehingga bisa diikuti oleh para nakes di tempat yang berbeda. Karakteristik peserta ditunjukkan dalam tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Peserta

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase(%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	28	97%
Laki-laki	1	3%
<b>Usia</b>		
20 - 30 Tahun	7	24%
31 - 40 Tahun	8	27,5%
41 - 50 Tahun	8	27,5%
51 - 60 Tahun	6	21%
<b>Status Pernikahan</b>		
Belum/Tidak Menikah	3	10%
Menikah	26	90%
Janda/ Duda	-	-
<b>Pendidikan</b>		

SMA	-	-
Diploma	18	62%
S1	11	38%
<b>Lama Bekerja</b>		
< 5 Tahun	8	28%
10 - 20 Tahun	13	45%
21 - 30 Tahun	4	14%
>30 Tahun	4	14%

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari total peserta pelatihan sebanyak 29 orang, sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 28 orang (97%). Sebagian besar peserta berusia antara 31-50 tahun, yaitu sebanyak 16 orang (55%). Sebagian besar peserta berstatus sudah menikah sebanyak 26 orang (90%). Jenjang pendidikan peserta pelatihan paling banyak yaitu Diploma yaitu 18 orang (62%), sedangkan sisanya sebanyak 11 orang (38%) berpendidikan sarjana. Sebagian besar peserta, bekerja sebagai tenaga kesehatan antara 10-20 tahun yaitu 13 orang (45%).

## 2. Tingkat Pengetahuan Peserta

Materi yang diberikan dalam pelatihan terdiri diantaranya adalah pendampingan psikologis pasien isoman. Dalam sesi ini dikenalkan tentang reaksi kedukaan Koble Ross yang dialami oleh seseorang yang berada pada situasi krisis. Pasien yang isoman seringkali merasakan berada dalam situasi krisis. Tahapan seseorang yang mengalami situasi krisis adalah: denial (penyangkalan), anger (kemarahan), bargaining (penawaran), depresi dan acceptance (penerimaan). Ketika pasien mengalami fase-fase tersebut, nakes harus dapat mendampinginya secara tepat sehingga pasien segera dapat menerima kondisi sakitnya dan bangkit.

Selain materi tentang reaksi kedukaan, juga diberikan materi tentang komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik adalah komunikasi yang menyembuhkan atau menyamakan yang di dalamnya terdapat beberapa ketrampilan, diantaranya adalah: keterampilan mendengarkan aktif, pengenalan bahasa non verbal, empati, keterampilan mengajukan pertanyaan. Keterampilan ini akan memberikan bekal bagi nakes ketika sedang mendampingi pasien isoman. Nakes akan bisa melakukan komunikasi trapeutik yang dibutuhkan oleh pasien sehingga mendukung kesembuhan pasien.

Materi yang selanjutnya adalah tentang pengenalan Psychological First Aid (PFA). Keterampilan PFA terdiri dari: look, listen dan link. PFA dibutuhkan dalam pendampingan psikososial di masyarakat. Sebuah keterampilan yang seharusnya dimiliki oleh semua orang, tidak hanya nakes. Look, mengajarkan agar nakes sebagai penolong, melihat kondisi pasien dan lingkungannya. Selama pasien isoman, melihat ini dilaksanakan secara daring. Keterampilan kedua adalah listening (mendengarkan). Sebagai pendamping, nakes diajarkan untuk banyak mendengarkan apa yang disampaikan oleh pasien. Mendengarkan aktif juga telah diajarkan dalam materi Komunikasi Terapeutik sebelumnya. Bagian terakhir adalah "link", Pada tahap ini adalah menghubungkan pasien pada pihak-pihak yang

dibutuhkan. Apakah perlu dirujuk, dsb. Materi-materi tersebut diberikan dalam pelatihan yang dilaksanakan oleh tim pengabdian yang disusun dalam bentuk Buku Modul.

Tingkat pengetahuan peserta tentang pendampingan psikososial pasien Covid 19 yang sedang menjalani isolasi mandiri dinilai dengan menggunakan kuestioner yang disusun oleh tim pengabdian. Hasil penilaian tingkat pengetahuan peserta dijelaskan dalam tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Nilai Rerata Pengetahuan Peserta

Pengetahuan	Nilai rerata
Pre test	8,15
Post Test	9,31

Hasil dalam tabel 2 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta pelatihan tentang pendampingan psikososial pada pasien Covid 19 yang menjalani isolasi mandiri. Peningkatan pengetahuan tersebut ditunjukkan dengan adanya kenaikan nilai rerata peserta antara *pre test* yaitu 8,15 menjadi 9,31 pada saat *post test*. Peningkatan pengetahuan peserta ini akan menjadi bekal para tenaga kesehatan dalam melakukan pendampingan psikososial pada pasien Covid 19 yang menjalani isolasi mandiri di rumah.

### 3. Tingkat Kepercayaan Diri Peserta dalam Pendampingan Pasien Isoman

Tingkat kepercayaan diri peserta dalam pendampingan psikososial pasien Covid 19 yang sedang menjalani isolasi mandiri dinilai dengan menggunakan kuestioner yang disusun oleh tim pengabdian. Hasil penilaian tingkat kepercayaan diri peserta dijelaskan dalam tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Nilai Rerata Kepercayaan Diri Peserta

Kepercayaan Diri	Nilai rerata
<i>Pre test</i>	7,2
<i>Post Test</i>	8,2

Hasil dalam tabel 3 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rerata nilai kepercayaan diri peserta pelatihan dalam pendampingan psikososial pada pasien Covid 19 yang menjalani isolasi mandiri. Peningkatan kepercayaan diri peserta tersebut ditunjukkan dengan adanya kenaikan nilai rerata peserta antara *pre test* yaitu 7,2 menjadi 8,32 pada saat *post test*. Peningkatan kepercayaan diri peserta ini akan menjadi bekal para tenaga kesehatan dalam melakukan pendampingan psikososial pada pasien Covid 19 yang menjalani isolasi mandiri di rumah.

Sebagian besar orang yang terinfeksi COVID-19 mengalami gejala ringan atau sedang yang tidak memerlukan perawatan di rumah sakit. Selama gelombang kedua pandemi COVID-19 di Indonesia, jumlah orang yang menjalani isoman juga ditambah dengan pasien yang harusnya ada indikasi rawat inap, namun tidak bisa dirawat karena tingkat okupansi rumah sakit yang tinggi. Isolasi mandiri diwajibkan sebagai upaya



mencegah penyebaran COVID-19 dengan cara berdiam diri di rumah sambil memantau kondisi diri seraya tetap menjaga jarak aman dari orang sekitar atau keluarga.

Isolasi mandiri (isoman) merupakan suatu kenyataan kehidupan baru di masa pandemi COVID-19 ini. Perubahan pola kehidupan manusia yang disertai dengan kondisi sakit fisik yang dialami, berpotensi memengaruhi kondisi kesehatan mental pasien. Perasaan tidak nyaman yang dirasakan biasanya adalah kecewa, gelisah, takut, kurang bersemangat, *burnout*, atau merasa bersalah. Kondisi psikologis ini akan dapat menghambat efektifitas pengobatan dan pemulihan karena pembentukan imunitas juga menjadi terganggu. Penelitian menunjukkan beberapa keluhan yang terjadi selama isolasi mandiri adalah gangguan tidur, stres, cemas/khawatir, jenuh/*burn-out*, sedih, takut kehilangan, takut mati, dan gelisah/panik tidak tahu harus berbuat apa. Sebanyak 32% responden mengaku merasa tertekan selama menjalani isoman dan 37% merasa kesepian. Sekitar 7% responden mengalami gejala depresi ringan, 2% mengalami gejala depresi sedang dan 2% mengalami berat selama menjalani isoman (Suyasa, 2021). Data-data tersebut menunjukkan pentingnya para tenaga kesehatan memiliki pengetahuan tentang pendampingan psikososial bagi pasien yang menjalani isoman karena semua pasien isoman wajib didampingi tenaga kesehatan. Pasien isoman tidak hanya membutuhkan pendampingan fisik saja namun juga membutuhkan pendampingan psikososial untuk mencapai pemulihan. Dengan pelatihan ini, para nakes di puskesmas Pandak, mendapatkan pengetahuan tentang hal tersebut.

## Simpulan

Adapun simpulan yang dapat diambil dari pengabdian masyarakat ini adalah:

1. Terjadi peningkatan tingkat pengetahuan nakes setelah mengikuti pelatihan tentang pendampingan psikososial pasien Covid 19 yang menjalani isolasi mandiri di rumah.
2. Terjadi peningkatan tingkat kepercayaan diri nakes dalam pendampingan psikososial pasien isoman setelah mengikuti pelatihan tentang pendampingan psikososial pasien Covid 19 yang menjalani isolasi mandiri di rumah.
3. Kegiatan pelatihan pendampingan psikososial pasien Covid 19 yang menjalani isolasi mandiri di rumah dilaksanakan secara berkesinambungan setelah pelatihan selesai.

## Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada:

1. LP3M UMY atas program hibah pengabdian Ipteks bagi masyarakat.
2. Kepala Puskesmas Pandak 1 Kabupaten Bantul
3. Tenaga kesehatan di Puskesmas Pandak 1 Bantul.
4. Mahasiswa UMY, peserta KKN tematik kesehatan di Puskesmas Pandak 1 Bantul.

## Daftar Pustaka

- Corey, Gerald, (2003). *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi (Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy)*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Prawitasari, J.E., dkk., (2002). *Psikoterapi: Pendekatan Konvensional dan Kontemporer*. Yogyakarta: Unit Publikasi Psikologi UGM & Pustaka Pelajar.

- Winkel, W. Ws. (1997). *Bimbingan dan Konseling di Institut Pendidikan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Centre of Disease Control and Prevention. 2020. Grief and Loss. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/stress-coping/grief-loss.html#loved-one>
- Eisma, M.C., Boelen, P.A., Lenferink, L.I.M., 2020. Prolonged grief disorder following the Coronavirus (COVID-19) pandemic. *Psychiatry Res.* 288, 113031. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113031> Panduan Menyikapi
- Eisma, M.C., et al. 2020. Acute grief after deaths due to COVID-19, natural causes and unnatural causes: An empirical Comparison. *Journal of Affective Disorders* 278 (2021) 54–56. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.049>
- How-cope-bereavement-and-grief-during-coronavirus-outbreak <https://www.london.gov.uk/coronavirus/how-cope-bereavement-and-grief-during-coronavirus-outbreak>
- Kawal Covid-19. 2020. Kedukaan dan Kehilangan Saat Pandemi. <https://kawalcovid19.id/content/1211/menyikapi-kedukaan-dan-kehilangan-saat-pandemi>
- Kemendes. (2020). *Protokol Isolasi Mandiri COVID-19*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/dki-jakarta/protokol-isolasi-mandiri-COVID-19>
- Morris, S.E., Moment, A., deLima Thomas, J., 2020. Caring for bereaved family members during the COVID-19 pandemic: before and after the death of a patient. *J. Pain Symptom Manage.* 60, e70–e74. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.05.002>
- Edukasi Kesehatan untuk Isolasi Mandiri dalam Upaya Penanganan COVID-19 di Kanagarian Koto Baru, Kabupaten Solok - Novia Wirna Putri, Septia Pristi Rahmah.*  
Jurnal Abdidas Vol 1 No 6 Tahun 2020. DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i6.124>
- Suyasa, Ketut et al. 2021. Sehat dan Bahagia Selama menjalani Isolasi Mandiri. Universitas Udayana Bali. Penerbit Baswara Press, Bali
- World Health Organization. (2020). Critical preparedness , readiness and response actions for COVID-19 ., (March), 1–3.