



Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Informatif terhadap Perubahan Tingkat Stres pada ODHA di Masa Pandemi Covid-19

Effects of Health Education Using Informative Video Media on Changes in Stress Levels in PLWHA during the Covid-19 Pandemic

Eva Dwi Ramayanti¹, Indah Jayani², Satria Eureka Nurseskasatmata³, Arif Nurma Etika⁴, Wiwin Sulistyawati⁵

^{1,3}Program Studi Pendidikan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kediri

^{2,4,5}Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kediri

e-mail: eva.dwi@unik-kediri.ac.id

ABSTRAK

Penderita HIV/AIDS (ODHA) merupakan salah satu kelompok rentan pada saat pandemi Covid-19 karena memiliki tingkat kecemasan tinggi yang berdampak pada penurunan imunitas sehingga tubuh rentan terinfeksi Covid-19, dari permasalahan tersebut perlu adanya upaya guna mengatasinya. Salah satu upaya yang mampu menjadi solusi adalah dengan peningkatan pengetahuan mengenai pendidikan kesehatan yang mampu memberikan perubahan pada tingkat stres. Video informatif merupakan salah satu media inovatif dan menarik yang dapat digunakan sebagai edukasi kesehatan terutama dalam pandemi Covid-19 saat ini. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video informatif terhadap perubahan tingkat stres pada ODHA di masa pandemi Covid-19. Metode penelitian yang digunakan adalah pra eksperimen dengan menggunakan satu kelompok perlakuan yang diukur dengan *pretest* dan *posttest*. Keseluruhan sampel yang diteliti berjumlah 32 penderita HIV AIDS di wilayah Kediri yang diambil dengan teknik *purposive sampling* yang kemudian akan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa p-value sebesar $0,000 < \alpha = 0,05$ yang berarti bahwa adanya perbedaan signifikan antara *pretest* dan *posttest*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode pendidikan kesehatan dengan menggunakan video informatif terhadap tingkat stres pada ODHA di masa pandemi Covid -19.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Video Informatif, Tingkat Stress, HIV/AIDS

ABSTRACT

People with HIV/AIDS (PLWHA) are one of the vulnerable groups during the Covid-19 pandemic because they have a high level of anxiety which has an impact on decreasing immunity so that the body is vulnerable to being infected with Covid-19, from these problems, efforts need to be made to overcome them. One effort that can be a solution is to increase knowledge about health education that is able to provide changes in stress levels. Informative video is one of the innovative and interesting media that can be used as health education, especially in the current Covid-19 pandemic. The purpose of this study was to determine the effect of health education using informative video media on changes in stress



levels in PLWHA during the Covid-19 pandemic. The research method used was pre-experimental using one treatment group measured by pretest and posttest. The total sample studied was 32 HIV/AIDS sufferers in the Kediri area who were taken by purposive sampling technique which would then be analyzed using the Wilcoxon test. The results showed that the p -value was $0.000 < \alpha = 0.05$, which means that there was a significant difference between the pretest and posttest. So it can be concluded that there is an effect of health education methods using informative videos on stress levels in PLWHA during the Covid-19 pandemic.

Keywords: Health Education, Informative Videos, Stress Levels, HIV/AIDS

PENDAHULUAN

Secara global diperkirakan terdapat 42 juta orang hidup dengan HIV/AIDS, yang terdiri dari 38,6 juta orang dewasa, 50% di antaranya adalah perempuan (19,2 juta) dan usia di bawah 15 tahun (3,2 juta). Menurut laporan kasus HIV/AIDS di Indonesia dari Januari sampai dengan Maret 2016, jumlah AIDS yang di laporkan sebanyak 305 orang. Presentase AIDS tertinggi pada kelompok umur 30-39 tahun (37,7%), diikuti kelompok umur 20-29 tahun (29,9%) dan kelompok umur 40-49 tahun (19%). Rasio AIDS antara laki-laki dan perempuan adalah 2:1. Jumlah AIDS tertinggi dilaporkan dari Jawa Timur (14.499), Papua (13.335), DKI Jakarta (8.105), Bali (5.934), Jawa Tengah (5.049), Jawa Barat (4.919), Sumatera Utara (3.761), Kalimantan Barat (2.481), Sulawesi Selatan (2.321), dan NTT (1.935). (Ditjen PP dan PL Kemenkes RI, 2016).

HIV masuk ke dalam tubuh manusia melalui berbagai cara yaitu secara vertikal, horizontal dan transikuler jadi HIV dapat mencapai sirkulasi sistemik secara langsung dengan diperantarai benda tajam yang mampu menembus dinding pembuluh darah atau secara tidak langsung melalui kulit dan mukosa yang tidak intak seperti yang terjadi pada kontak seksual. Begitu mencapai atau berada dalam sirkulasi sistemik, 4-11 hari sejak paparan pertama HIV dapat dideteksi di dalam darah. Selama dalam sirkulasi sistemik terjadi viremia dengan disertai gejala dan tanda infeksi virus akut seperti panas tinggi mendadak, nyeri kepala, nyeri sendi, nyeri otot, mual, muntah, sulit tidur, batuk pilek, dan lain-lain. Keadaan ini disebut sindrom retroviral akut. Pada fase ini mulai terjadi penurunan CD4 dan peningkatan HIV-RNA Viral load (Nasronudin, 2007).

Stress juga bisa mengakibatkan kecemasan yaitu keadaan atau situasi yang rumit dan dinilai sebagai keadaan yang menekan dan membahayakan individu serta telah melampaui sumber daya yang dimiliki individu untuk mengatasinya. Stressor bisa berasal berbagai sumber, baik dari kondisi fisik, psikologis maupun sosial dan juga muncul pada situasi kerja, di rumah, dalam kehidupan sosial, dan lingkungan luar lainnya. Suatu kondisi dinamik, dalam hal ini seorang individu dihadapkan dengan sebuah peluang yang dikaitkan dengan apa yang sangat diinginkannya (Maryam, 2017).

Dari survey yang dilakukan pada bulan april tahun 2022 secara langsung jumlah penghidap HIV di kota kediri sebanyak 32 orang. Jumlah ini dalam 3 tahun belakangan ini terus mengalami penambahan sebesar 50%, dan data diatas menunjukkan bahwa angka kejadian HIV dikota kediri terus bertambah. Dari banyaknya penderita HIV atau ODHA di kota kediri akan muncul berbagai macam kesehatan. Khususnya psikologi, apalagi saat ini masih dalam kondisi Covid-19. Dari survey yang dilakukan 10 orang yang mengalami HIV 8



diantaranya mengalami tingkat stres ringan sampai sedang. Saat dilakukan wawancara hampir seluruh responden mengatakan terbebani secara psikologi dampak dari kejadian pandemi Covid-19. Dari fenomena diatas ditemukan bahwa masih tingginya kejadian stres pada penderita HIV dikota kediri (Susilowati, 2016).

Penyebab dari tingginya kasus kejadian stres pada pasien HIV disebabkan adanya dampak pembebanan pada kehidupan pada ODHA secara biopsikososio kultural yaitu untuk meningkatkan semangat atau motivasi bagi ODHA. Secara biologis mereka juga membutuhkannya untuk memenuhi kebutuhan psikologisnya. Untuk memenuhi kebutuhan sosial, mereka membutuhkan teman dan berkomunikasi dengan orang lain, serta membutuhkan aturan/norma dalam kehidupan (Hanifah, Pamungkasari, & Adriani, 2021).

Dampak yang ditimbulkan dari kejadian stres pada ODHA beraneka ragam salah satunya kurangnya faktor pengetahuan mengenai cara dan pengetahuan proteksi pencegahan dan semakin rentanya status imun pada mereka dimana pada akhirnya pendidikan kesehatan HIV berisiko tinggi tertular covid 19 kehidupan tidak tenang pekerjaan, mengalami kecemasan yang tinggi dan membutuhkan suport sistema yang bisa membantu untuk lebih bersemangat dalam menjalankan aktifitasnya (Abaasa et al., 2008).

Solusinya dalam penanganan stres pada ODHA pada masa pandemi salah satunya menggunakan pendekatan pendidikan kesehatan. Pemberian edukasi mampu meningkatkan pengetahuan dan pemberian informasi. Edukasi yang diberikan tidak hanya memberikan informasi tentang penanganan stres namun lebih juga memberikan motivasi terhadap situasi (Algarin et al., 2020). Dari latar belakang diatas peneliti tertarik mengambil penelitian yang berjudul pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video informatif terhadap perubahan tingkat stres pada ODHA di masa pandemi Covid-19.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini pre eksperimen dengan pendekatan *pretest and posttest one group*. Kelompok perlakuan dan kelompok kontrol adalah penderita HIV-AIDS di wilayah Kediri. Populasi dalam penelitian ini adalah ODHA di wilayah Kediri berjumlah 32 orang. Pada penelitian ini menggunakan dua kelompok sehingga jumlah seluruh sampel adalah sebanyak 32 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *Purposive Sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Bahan yang di gunakan untuk menentukan penelitian ini adalah video yang berisi informasi kesehatan terkait dengan penerapan protokol kesehatan yang diterapkan pada penderita HIV/AIDS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1 Distribusi frekuensi jenis karakteristik responden pada ODHA dikomunitas di wilayah Kediri 2022.

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	20	62,5%
Perempuan	12	37,5%
Total	32	100%



Berdasarkan tabel 5.1 dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden (62,5%) berjenis kelamin laki-laki dan.

Tabel 3 Distribusi frekuensi karakteristik umur responden pada ODHA dikomunitas di wilayah Kediri 2022

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
20-24	2	6,3%
25-35	13	40,6%
36-45	12	37,5%
46-55	5	15,6%
Total	32	100%

Berdasarkan tabel 5.2 dapat disimpulkan bahwa hampir setengah dari responden (40,6%) berusia dewasa awal 25-45 tahun.

Tabel 2 Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan responden pada ODHA dikomunitas di wilayah Kediri

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Pedagang	1	3,1%
Karyawan Swasta	21	65,6%
IRT	7	21,9%
Sopir	1	3,1%
Tidak Bekerja	2	6,3%
Total	32	100%

Berdasarkan tabel 5.3 dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden (65,6%) bekerja karyawan swasta.

Tabel 3 Distribusi frekuensi berdasarkan status pernikahan responden pada ODHA dikomunitas di wilayah Kediri

Status	Frekuensi	Persentase (%)
Menikah	12	37,5%
Cerai	8	25%
Belum Menikah	12	37,5%
Total	32	100%

Berdasarkan tabel 4 dapat disimpulkan bahwa hampir sebagian dari responden yang berstatus menikah berjumlah (37,5%) dan belum menikah berjumlah (37,5%).

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Stres Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Video Informatif Kepada ODHA Di Komunitas Wilayah Kediri

Tabel 5 Distribusi frekuensi tingkat stres sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video informatif pada ODHA

Tingkat stress	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	3	9,4%
Stres Ringan	4	12,5%
Stres Sedang	4	12,5%
Stres Berat	14	43,8%



Stres Sangat Berat	7	21,9%
Total	32	100%

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan hasil bahwa hampir setengah dari responden (43,8%) mengalami stres berat.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stress Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Informatif Kepada ODHA Di Komunitas Wilayah Kediri

Tabel 4 Distribusi frekuensi tingkat stres sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video informatif pada ODHA

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	7	21,9%
Stres Ringan	4	12,5%
Stres Sedang	12	37,5%
Stres Berat	7	21,9%
Stres Sangat Berat	2	6,3%
Total	32	100%

Berdasarkan tabel 5.7 dapat disimpulkan bahwa hampir setengah dari responden (37,5%) mengalami tingkat stres sedang.

Hasil analisa dari *Wilcoxon Sign Rank Test* menunjukkan nilai *p-value* =0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05 atau $0,000 < 0,05$ maka dapat diinterpretasikan H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya terdapat perbedaan signifikan antara pretest dan posttest. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video informatif terhadap perubahan tingkat stres pada ODHA di masa pandemi covid 19.

Pembahasan

1. Tingkat Stres Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Informatif Pada ODHA Di Masa Pandemi.

Hasil dari sebelum diberikanya pendidikan kesehata menggunakan video yaitu bahwa hampir setengah dari responden berjumlah 14 orang (43,8%) mengalami stres berat. Menurut Verma et al (2011) Perbedaan Jenis kelamin dapat menjadi masalah kesehatan terutama pada gangguan mental dan fisik. Jenis kelamin dapat memberikan efek yang berbeda pada sistem kekebalan dengan memodulasi sensitivitas glukokortikoid (GC) produksi sitokin proinflamasi. Sumbu HPA dapat diaktifkan oleh berbagai stresor psikososial dan fisiologis. Ini menghasilkan sekresi GC dan modulasi respons imun spesifik (Verma et al., 2011).

Hasil dari tabel frekuensi jenis kelamin menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjumlah 20 orang (62,5%) berjenis kelamin laki-laki dan hampir setengah dari responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 12 orang atau 40%. Dalam penelitian Costa et al (2021) dikatakan bahwa jenis kelamin perempuan dikaitkan dengan tingkat stres yang lebih tinggi dimana data yang didapat menunjukkan 22,7% wanita dilaporkan memiliki skor stres yang tinggi. Penelitian terkait juga pernah dilakukan Verma et al (2011) dimana jenis



kelamin perempuan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki.

Jenis kelamin (seks) adalah pembagian jenis kelamin yang secara biologis dan melekat pada jenis kelamin tertentu. Konsep jenis kelamin digunakan untuk membedakan laki-laki dan perempuan berdasarkan unsur biologis dan anatomi tubuh (Sovitriana, 2020). Perbedaan Jenis kelamin dapat menjadi masalah kesehatan terutama pada gangguan mental dan fisik. Pada jenis kelamin pria masalah kesehatan yang rentan berupa penyakit menular, hipertensi, perilaku agresif, dan penyalahgunaan obat. Sedangkan, pada jenis kelamin wanita masalah kesehatan yang rentan berupa penyakit autoimun, nyeri kronis, depresi, dan gangguan kecemasan. Perbedaan tingkat stres pada wanita dapat disebabkan oleh perbedaan sistem kekebalan tubuh antara laki-laki dan perempuan. Perbedaan jenis kelamin dapat memberikan efek yang berbeda pada sistem kekebalan dengan memodulasi sensitivitas glukokortikoid (GC) produksi sitokin proinflamasi. Sumbu HPA dapat diaktifkan oleh berbagai stresor psikososial dan fisiologis. Ini menghasilkan sekresi GC dan modulasi respons imun spesifik (Verma et al., 2011).

Hasil dari tabel frekuensi tabel umur dapat disimpulkan bahwa hampir setengah dari responden berjumlah 13 orang (40,6%) berusia dewasa awal 25-45 tahun. Menurut Chen et al (2018) yang melakukan penelitian mengenai berbagai jenis stresor yang dialami oleh orang dewasa dari berbagai usia serta pengaruh stres positif positif dan negatif. Hasil penelitian menunjukkan menemukan bahwa stres yang dialami orang berusia dewasa yang lebih tua mirip dengan orang berusia dewasa yang lebih muda. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stres pada orang berusia dewasa lebih tua adalah masalah kesehatan dimana dengan bertambahnya usia fungsi fisiologis tubuh akan mengalami penurunan. Orang berusia dewasa tua, dewasa muda dan dewasa paruh baya memiliki tingkat stres yang berbeda. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kegiatan sekolah, pekerjaan, dan kesehatan. Orang dewasa muda, paruh baya, dan lebih tua melewati serangkaian tahap kehidupan yang berbeda. Orang dewasa muda akan cenderung mencari pasangan intim dan mengejar karir. Orang dewasa paruh baya mencoba menyeimbangkan keluarga dan karier. Sedangkan, dewasa tua akan cenderung memperbaiki dan meningkatkan kualitas hidup. Pada usia remaja, akibat pengaruh hormonal, juga mengalami perubahan fisik yang cepat dan mendadak. Perubahan ini ditunjukkan dari perkembangan organ seksual menuju kesempurnaan fungsi serta tumbuhnya organ seksual sekunder. Hal ini menjadikan remaja sangat dekat dengan permasalahan seputar seksual (Berek, Be, Rua, & Anugrahini, 2019). Depresi terbanyak ditemukan pada usia 20-39 tahun (83,3%) (Nurhidayah, Rowawi, & Mustikasari, 2019). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa hampir setengah responden 30,0% berumur 26-34 tahun (Widayati, Hayati, & Chotijah, 2018).

Hasil dari tabel frekuensi pekerjaan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden 21 orang (65,6%) bekerja karyawan swasta. Data ini menunjukkan ODHA yang bekerja sebagai pegawai swasta beresiko mengalami tingkat stres berat. Tingginya stres berat yang dialami pada pegawai swasta dikarenakan selama pandemi covid-19 banyak perusahaan yang melakukan Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) pada karyawan. Ada kecemasan dan ketakutan yang dialami ODHA yang bekerja sebagai pegawai swasta apabila hal tersebut terjadi pada diri mereka. Dalam penelitian Bhui et al., (2016), salah satu



faktor yang dapat mempengaruhi stress pada pekerjaan adalah kehilangan pekerjaan itu sendiri.

Pandemi covid-19 tidak hanya berdampak pada semua aktivitas yang sedang berlangsung tetapi juga membawa dampak negatif pada kesehatan mental seseorang. Ketakutan tertular virus, kurangnya pengobatan, kematian yang lebih tinggi terkait dengan virus, dan ketidakpastian tentang kapan virus akan dikendalikan dan kapan vaksin akan tersedia adalah faktor utama yang dapat meningkatkan tekanan psikologis, penyesuaian diri, dan bahkan masalah kesehatan mental yang lebih serius. Kerugian ekonomi, rutinitas sehari-hari yang terganggu dan ketidakmampuan untuk terlibat dalam acara social (Lakhan, Agrawal, & Sharma, 2020)

Selain itu, faktor penyebab tingkat stres ODHA menjadi meningkat adalah masih adanya diskriminasi yang dilakukan oleh masyarakat terhadap pasien ODHA. Diskriminasi oleh masyarakat menyebabkan ODHA kurang percaya diri dan merasa tertekan dalam menjalani kehidupan sehari-hari sehingga mengakibatkan stres pada ODHA menjadi meningkat. Selain diskriminasi, faktor lain yang menyebabkan stress pada ODHA adalah susah mendapatkan pekerjaan. Selama covid 19, pemerintah memberlakukan *work from home* dan banyak perusahaan yang melakukan pemecatan terhadap karyawan. Keputusan ini juga berdampak pada ODHA dimana penghasilan yang dihasilkan menjadi menurun dan susah mendapatkan pekerjaan baru selama pandemi covid 19. Hal ini menyebabkan stres pada ODHA menjadi meningkat dikarenakan kurangnya penghasilan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Menurut Maulik (2017) kehilangan pekerjaan dapat menyebabkan depresi dan stres karena selain menyebabkan kehilangan penghasilan, kehilangan pekerjaan juga menyebabkan seseorang harus memulai mencari pekerjaan lagi.

2. Tingkat Stres Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Informatif Pada ODHA Di Masa Pandemi

Hasil dari sesudah diberikannya pendidikan kesehatan menggunakan media video informatif didapatkan hasil hampir setengah dari responden berjumlah 12 orang (37,5%) mengalami tingkat stres sedang. Pada tabel 5.7 juga didapatkan hasil dari 32 responden terdapat perubahan tingkat stres ketika diberikan video informatif dimana sebelum diberikan video informatif (pretest) terdapat 14 (43,8%) responden yang mengalami stress berat dan setelah mendapatkan pendidikan kesehatan melalui video informatif yang diberikan memberikan dampak penurunan dimana terdapat sebanyak 4 (12,5%) responden yang mengalami stress berat. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa setelah diberikan video informatif sebagian besar responden sebanyak 12 (37,5%) dari 32 mengalami penurunan tingkat stress menjadi stres sedang atau rendah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan Bayar (2018) yang menyatakan bahwa penelitian menggunakan pendidikan kesehatan dengan media video bisa bermanfaat untuk menghilangkan stres serta dapat menurunkan kadar kortisol kecemasan dan ketegangan menurun, sehingga akhirnya dapat menurunkan tingkat kecemasan, stres dan depresi. Dalam penelitian Kapikiran et al (2022), pendidikan kesehatan pasien berbasis teks dan video efektif dalam pengobatan jangka pendek pasien. Selain itu pendidikan pasien berbasis video juga mampu memberikan informasi kepada pasien sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan pasien serta meningkatkan tingkat kepuasan mereka terhadap perawatan. Penelitian Crestani et al (2022), media video informatif dapat



dijadikan saran untuk menyebarkan informasi psikoedukasi yang dapat berguna dalam mengklarifikasi risiko penyalahgunaan zat, memberikan informasi tentang kebersihan tidur, dan mendorong orang untuk mencari perawatan yang tepat bila perlu, serta menunjukkan bagaimana mengakses dan di mana menemukan layanan referensi kesehatan mental seperti stress pada pasien.

Pendidikan kesehatan merupakan proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan. Tujuan pendidikan kesehatan adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat, terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga dan masyarakat, untuk mengubah perilaku perseorangan dan masyarakat dalam bidang kesehatan (Harmawati et al., 2018).

Pendidikan kesehatan merupakan proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan Notoatmodjo (2012). Menurut Susilo (2011) Pendidikan kesehatan merupakan upaya mengartikan apa yang telah diketahui mengenai kesehatan kedalam perilaku yang diinginkan dari perorangan maupun masyarakat melalui proses pendidikan.

3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Informatif Terhadap Perubahan Tingkat Stres Pada Odha di Masa Pandemi Covid-19

Hasil dari pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video informative terhadap perubahan tingkat stress pada ODHA dikomunitas menunjukkan sebelum diberikan video informatif terdapat 14 (43,8%) responden ODHA yang mengalami stres berat dan setelah diberikan video informatif terjadi perubahan tingkat stres dimana stres berat berubah menjadi 7 (21,9%) responden. Pada responden ODHA yang mengalami stres sangat berat, sebelum diberikan pretest terdapat 7 (21,9%) responden dan setelah diberikan video informatif menjadi 2 (6,3%) responden. Pada tabel 5.8, hasil uji wicoxon menunjukkan nilai negative rank sebanyak 25 responden sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat 25 (78,12%) responden yang tingkat stresnya mengalami penurunan setelah diberikan video informatif. Sedangkan, nilai *p-value* sebesar 0.000 yang berarti lebih kecil dari 0.05 atau $0.000 < 0.05$ maka dapat diinterpretasikan H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya terdapat perbedaan signifikan antara pretest dan posttest. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video informatif terhadap perubahan tingkat stres pada ODHA di masa pandemi covid 19.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Aryani dan Riyandry (2019) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan perilaku proteksi covid-19 pada penderita HIV/AIDS di wilayah Kediri sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui video informatif yang dapat mempengaruhi tingkat stres. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Emergensi et al. (2021) yang menyatakan video animasi sangat efektif dalam edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan karena menarik dan artistik, mudah dimengerti, serta efektif dan informatif. Simpulan studi bahwa media video animasi terbukti signifikan dalam meningkatkan pengetahuan pasien dalam berbagai kelompok usia dan kelompok penyakit.

Penderita HIV/AIDS merupakan kelompok rentan yang banyak mengalami stres di masa pandemi COVID-19 yang sekarang ini mengalami peningkatan karena disebabkan kurangnya faktor pengetahuan mengenai cara dan pengetahuan proteksi pencegahan COVID-19. Kecemasan yang tinggi



berdampak penurunan imunitas sehingga penderita HIV-AIDS semakin rentan terinfeksi COVID-19 (Abaasa et al., 2008). Menurut Bezzubtseva et al (2022) metode yang paling efektif untuk menginformasikan kepada orang-orang dalam mengatasi penyakit adalah dengan cara melalui video edukasi dan diikuti dengan edukasi melalui teks atau tulisan.

Strategi dan implementasi yang tepat dalam menghadapi permasalahan pada ODHA adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan pada ODHA merupakan suatu hal yang wajib dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pencegahan infeksi covid 19 sehingga tidak memperberat penyakit primer yaitu HIV-AIDS. Metode pendidikan kesehatan yang tepat yang digunakan pada masa pandemi adalah melalui video informatif terkait dengan covid 19. Hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan merupakan faktor yang paling menentukan perilaku pencegahan covid-19 (Algarin et al., 2020). Hasil penelitian Kapikiran et al (2022) menunjukkan pendidikan kesehatan pasien berbasis teks dan video efektif dalam pengobatan jangka pendek pasien dan dapat mengurangi tingkat kecemasan pasien serta meningkatkan tingkat kepuasan mereka terhadap perawatan. Penelitian Li et al (2021).

Dalam penelitian Saberi et al (2021), pendidikan kesehatan melalui video konseling tidak hanya menurunkan kecemasan dan depresi pada ODHA tetapi juga dapat meningkatkan kepatuhan ART dan pengetahuan HIV dan pengurangan stigma terkait kesehatan mental dan penggunaan narkoba. Penelitian Neumann et al (2018) mengatakan menampilkan video singkat dapat efektif dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan dan dapat membantu pasien mencapai penekanan virus.

Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan gangguan stabilitas kehidupan sehari-hari. Stres berkaitan dengan kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan atau situasi yang menekan. Kondisi ini mengakibatkan perasaan cemas, marah dan frustrasi (Lidiana et al., 2021). Pendidikan kesehatan merupakan proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan. Tujuan pendidikan kesehatan adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat, terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga dan masyarakat, untuk mengubah perilaku perseorangan dan masyarakat dalam bidang kesehatan (Harmawati et al., 2018).

Pendidikan kesehatan dengan media video informatif ini akan memberikan dampak yang positif ataupun atmosfer yang baik bagi pasien. Media video informatif memiliki kelebihan ataupun keunggulan yang membuat pasien bisa menggunakan dimana dan kapan saja (Nugroho & Prayogi, 2020). Keunggulan media video dalam pembelajaran adalah mampu menampilkan gambar bergerak dan suara, yang mana hal tersebut merupakan satu daya tarik tersendiri karena siswa mampu menyerap pesan atau informasi dengan menggunakan lebih dari satu indera (Daryanto, 2016). Hal tersebut dapat dimanfaatkan untuk mengurangi tingkat kecemasan yang dapat menimbulkan stress pada pasien terutama penderita HIV/AIDS. Selain itu, dengan menyediakan sumber alternative melalui media video informatif juga dapat memberikan pengalaman positif yang mampu memberikan dampak terhadap perbaikan suasana hati dan dengan demikian mengurangi kecenderungan untuk mencari emosi positif yang bermanfaat (Precht, Stirnberg, Margraf, & Brailovskaia, 2022).



Selain itu pada penelitian ini juga terlihat bahwa terdapat motivasi untuk sembuh bagi penderita HIV/AIDS pada penelitian ini yang secara umum ditunjukkan dengan adanya perubahan, dimana hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan jumlah responden terhadap tingkat stres yang dialami saat pandemi covid 19 dari sebelum diberikan video informatif sebanyak 14 responden ODHA yang mengalami stres berat dan setelah diberikan video informatif terjadi perubahan tingkat stres dimana stres berat berubah menjadi 7 responden.

Psikoedukasi merupakan sebuah tindakan modalitas yang mengintegrasikan atau mensinergikan antara psikoterapi dan intervensi edukasi. Psikoedukasi akan memberikan pendidikan atau edukasi yaitu dengan melihat potensi ancaman atau pengembangan hidup serta untuk menjelaskan strategi koping individu untuk beradaptasi dengan kritis dalam hidupnya (Brown, 2011). Menurut Luken (2004) menyatakan bahwa psikoedukasi merupakan tindakan yang diberikan kepada individu dan keluarga untuk memperkuat strategi koping atau suatu cara khusus dalam menangani kesulitan perubahan mental. Psikoedukasi dapat mengurangi stres, dengan demikian psikoedukasi yang diberikan akan meningkatkan adaptasi dari individu. Psikoedukasi mempunyai pengaruh yang lebih besar terhadap kemampuan berespon secara adaptif pada individu, psikoedukasi merupakan pengembangan dan pemberian informasi dalam bentuk informasi yang berkaitan dengan psikologi populer/ sederhana atau informasi lainnya yang mempengaruhi kesejahteraan psikososial masyarakat (Umaroh, 2017). Menurut peneliti, pengetahuan yang diberikan melalui edukasi akan mengubah pola pikir pasien sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang HIV/AIDS serta penatalaksanaan. Psikoedukasi berisi tentang manajemen stress dan koping individu maka dengan psikoedukasi penderita HIV/AIDS dapat mengadopsi strategi koping yang telah diajarkan sehingga dapat menerima keadaan penyakit dan mulai menggunakan strategi koping tertentu untuk mengatasi masalah penyakit HIV/AIDS yang diderita.

Pemberian psikoedukasi sangat perlu dilakukan untuk mengatasi masalah psikososial berupa depresi, cemas dan stress. Psikoedukasi yang diberikan berupa psikoedukasi aktif dan pasif. Psikoedukasi aktif yang dilakukan yaitu dengan konseling, sedangkan psikoedukasi pasif dengan cara pemberian booklet kepada responden setelah diberikan konseling. Pemberian psikoedukasi pasif dimaksudkan untuk melengkapi psikoedukasi aktif atau konseling yang telah dilakukan, dengan tujuan agar responden bisa mempelajari kembali apa yang sudah didiskusikan (Suryani, Efri Widianti, Taty Hernawati, 2016).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di komunitas ODHA wilayah Kediri tahun 2022 dapat disimpulkan sebagai berikut: Tingkat stress pada ODHA di komunitas wilayah Kediri tahun 2022 sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan video informatif adalah mengalami stres berat. Tingkat stress pada ODHA di komunitas wilayah Kediri tahun 2022 sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan video informatif adalah mengalami stress sedang. Ada pengaruh metode video informatif terhadap tingkat stress pada ODHA di masa pandemi pada tahun 2022.



UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya Peneliti haturkan ke hadirat Allah SWT atas kesempatan dan kekuatan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Informatif Terhadap Perubahan Tingkat Stres pada ODHA di Masa Pandemi Covid-19". Pada Penelitian ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga kepada: Segenap civitas akademika program studi ilmu keperawatan FIK Universitas Kadiri. Ketua komunitas ODHA di wilayah Kediri yang memberikan kesempatan dan dukungan penuh dalam penyelesaian penyusunan usulan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abaasa, A. M., Todd, J., Ekoru, K., Kalyango, J. N., Levin, J., Odeke, E., & Karamagi, C. A. S. (2008). Good adherence to HAART and improved survival in a community HIV/AIDS treatment and care programme: The experience of the AIDS Support Organization (TASO), Kampala, Uganda. *BMC Health Services Research*, 8, 1–10. <https://doi.org/10.1186/1472-6963-8-241>
- Abidin, Z., Hudaya, A., & Anjani, D. (2020). Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid-19. *Research and Development Journal of Education*, 1(1), 131. <https://doi.org/10.30998/rdje.v1i1.7659>
- Algarin, A. B., Varas-Rodríguez, E., Valdivia, C., Fennie, K. P., Larkey, L., Hu, N., & Ibañez, G. E. (2020). Gejala, Stres, dan Perawatan Terkait HIV di antara Orang Tua yang Hidup dengan HIV Selama Pandemi COVID-19, Miami, Florida. *AIDS Dan Perilaku*, 24(8), 2236–2238. <https://doi.org/10.1007/s10461-020-02869-3>
- Aryani, L. D., & Riyandry, M. A. (2019). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Dengan Video Informatif Terhadap Perilaku Proteksi Covid-19 Pada Penderita Hiv-Aids. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 1(1), 61–70.
- Bayar, S. & aspiawat. (2018). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN BERBASIS MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA TENTANG HIV/AIDS DI SMK NEGERI 2 MAKASSAR.
- Berek, P. A. L., Be, M. F., Rua, Y. M., & Anugrahini, C. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dan Umur Dengan Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang HIV/AIDS Di SMAN 3 Atambua Nusa Tenggara Timur 2018. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 1(01), 4–13. <https://doi.org/10.32938/JSK.V1I01.85>
- Bezzubtseva, M. V., Demkina, A. E., Lipilina, M. N., Benimetskaya, K. S., Pivenstein, A. L., Gavriyuk, N. D., ... Pogosova, N. V. (2022). Video or text? Education through a social media website in hypertension. *International Journal of Cardiology Cardiovascular Risk and Prevention*, 14, 1–5. <https://doi.org/10.1016/J.IJCRP.2022.200139>
- Bhui, K., Dinos, S., Galant-Miecznikowska, M., Jongh, B. de, & Stansfeld, S. (2016). Perceptions of work stress causes and effective interventions in employees working in public, private and non-governmental organisations: a qualitative study. *BJPsych Bulletin*, 40(6), 318. <https://doi.org/10.1192/PB.BP.115.050823>
- Brown, N. (2011). *Psychoeducational Groups 3rd Edition: Process and Practice*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.



- Chen, Y., Peng, Y., Xu, H., & O'Brien, W. H. (2018). Age Differences in Stress and Coping: Problem-Focused Strategies Mediate the Relationship Between Age and Positive Affect. *International Journal of Aging and Human Development*, 86(4), 347–363. <https://doi.org/10.1177/0091415017720890>
- Costa, C., Briguglio, G., Mondello, S., Teodoro, M., Pollicino, M., Canalella, A., ... Fenga, C. (2021). Perceived Stress in a Gender Perspective: A Survey in a Population of Unemployed Subjects of Southern Italy. *Frontiers in Public Health*, 9, 310. <https://doi.org/10.3389/FPUH.2021.640454/BIBTEX>
- Crestani, V., Ramos-lima, L. F., Scopel, M., Zoratto, G., Kerber, N., Coloniese, F., ... Mello, D. (2022). Jurnal Gangguan Afektif Pintu tertutup: Prediktor stres, kecemasan, depresi, dan PTSD selama awal pandemi COVID-19 di Brasil. 310(April), 441–451. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.05.052>
- Daryanto. (2016). *Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Gava Media.
- Emergensi, K., Ilmu, D., & Fk, K. (2021). Edukasi Kesehatan Dengan Media Video Animasi: Scoping Review. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 641–655. <https://doi.org/10.32584/jpi.v5i1.926>
- Girianto, Wiwik, P. W. R. (2017). Hubungan Dukungan Psikososial Keluarga dengan Tingkat Stres Pasien Hiv/Aids. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 3(1), 16–22. <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v3i1.29>
- Hanifah, N. L., Pamungkasari, E. P., & Adriani, R. B. (2021). The Effect of Informative Video to Reduce Anxiety in Patients with Third Molar Surgery. *Journal Of Health Promotion and Behavior*, 6(1), 80–90. <https://doi.org/10.26911/thejhp.2021.06.01.08>
- Harmawati, H., Sari, D. A., & Verini, D. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Pelajar SMA Tentang HIV/AIDS. *Jurnal Endurance*, 3(3), 588. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.3058>
- Hidayati, I. R., Atmadani, R. N., Putra, D. S., & Sari, A. M. (2022). Edukasi Pencegahan HIV AIDS. *Pengabdian Masyarakat*, 5, 51–55.
- Ii, B. A. B., & Aids, P. H. I. V. (2020). TINJAUAN PUSTAKA A . KONSEP HIV / AIDS.
- Jayani, I., Ramayanti, E. D., & Susmiati, S. (2021). Edukasi Penerapan Protokol Kesehatan Pada Era New Normal Sebagai Bentuk Upaya Pencegahan Pengendalian Covid-19. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.29407/ja.v5i1.15270>
- Kapikiran, G., Saritas, S., & Kunci, K. (2022). Pengaruh Pelatihan Video Sebelum Bedah Transplantasi Organ Terhadap Kepuasan dan Kecemasan Pasien: Efek Tampilan yang Dipasang di Kepala. 99–106. <https://doi.org/10.1016/j.ecns.2021.09.001>
- Lakhan, R., Agrawal, A., & Sharma, M. (2020). Prevalence of Depression, Anxiety, and Stress during COVID-19 Pandemic. *Journal of Neurosciences in Rural Practice*, 11(4), 519–525. https://doi.org/10.1055/S-0040-1716442/ID/JR_40
- Li, P., Li, X., Meng, H., Huang, L., Zhang, L., Wang, S., & Chen, S. (2021). Video-Assisted Health Education Promotes Rehabilitation Training of Total Knee Arthroplasty Patients and Reduces Stress and Burnout in Nurses Compared to Oral Education. *BioMed Research International*, 2021. <https://doi.org/10.1155/2021/5058899>



- Lidiana, E. H., Gati, N. W., & Husain, F. (2021). Manajemen stres dengan latihan berpikir positif di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 77–81. Retrieved from <https://jurnal.aiska-university.ac.id/index.php/gemassika/article/view/705/309>
- Luken, E. (2004). *Journal Brief Treatment and Crisis Intervention Volume 4, Psychoeducation as Evidence Based Practice: Consideration for Practice, Research, and Policy*. Oxford University Press.
- Maryam, S. (2017). Stres Keluarga: Model dan Pengukurannya. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(2), 335–343. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i2.920>
- Maulik, P. K. (2017). Workplace stress: A neglected aspect of mental health wellbeing. *The Indian Journal of Medical Research*, 146(4), 441. https://doi.org/10.4103/IJMR.IJMR_1298_17
- Naconha, A. E. Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Orang Dengan HIV-AIDS (ODHA) di Klinik VCT Puskesmas Jumpadang Baru Kota Makasar Tahun 2021. , (2021).
- Nasution, N. H., Hidayah, A., Sari, K. M., Cahyati, W., Khoiriyah, M., Hasibuan, R. P., ... Siregar, A. Y. (2021). Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Pencegahan Covid-19 Kecamatan Padangsidimpuan Batunadua, Kota Padangsidimpuan. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia Indonesian Health Scientific Journal*, 4(2), 47–49.
- Neumann, M. S., Plant, A., Margolis, A. D., Borkowf, C. B., Kevin Malotte, C., Rietmeijer, C. A., ... Klausner, J. D. (2018). Effects of a brief video intervention on treatment initiation and adherence among patients attending human immunodeficiency virus treatment clinics. *PLOS ONE*, 13(10), e0204599. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0204599>
- Nugroho, N. M. A., Sutejo, & Prayogi, A. S. (2020). The Effect Of Android Audio Visual Health Education On Anxiety Pre Spinal Anesthesia Patients in PKU Muhammadiyah Bantul Hospital - Pengaruh Pendidikan Kesehatan Audio Visual Android Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Spinal Anestesi di RSU PKU Muhamma. *Jurnal Teknologi Kesehatan (Journal of Health Technology)*, 16(1), 8–15.
- Nurhidayah, A., Rowawi, H., & Mustikasari, S. (2019). Hubungan Stigma Diri Dengan Tingkat Depresi Pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) Di Rumah Sakit Dustira Pada Tahun 2018. Cimahi.
- Precht, L., Stirnberg, J., Margraf, J., & Brailovskaia, J. (2022). *Jurnal Laporan Gangguan Afektif*. 8(November 2021). <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2022.100316>
- Rombot, A. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang HIV/AIDS dengan Perilaku Sex Remaja di Doyo Baru Jayapura. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 7(1), 46–53.
- Saberi, P., McCuistian, C., Agnew, E., Wootton, A. R., Packard, D. A. L., Dawson-Rose, C., ... Neilands, T. B. (2021). Video-Counseling Intervention to Address HIV Care Engagement, Mental Health, and Substance Use Challenges: A Pilot Randomized Clinical Trial for Youth and Young Adults Living with HIV. <https://Home.Liebertpub.Com/Tmr>, 2(1), 14–25. <https://doi.org/10.1089/TMR.2020.0014>
- Salawati, L., & Abbas, I. (2021). Pencegahan dan pengendalian HIV / AIDS pada pekerja konstruksi menuju eliminasi HIV di Indonesia tahun 2030. 21(3), 331–334. <https://doi.org/10.24815/jks.v21i3.20726>



- Sovitriana, R. (2020). Kajian Gender Dalam Tinjauan Psikologi. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. Jakarta: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Suryani, Efri Widiati, Taty Hernawati, A. S. (2016). (Psycho education Decrease the Level of Depression , Anxiety and Stress Among Patient with Pulmonary Tuberculosis) * Fakultas Keperawatan UNPAD , Jalan Raya Jatinagor KM 21 , Jatinanor , Sumedang. *Jurnal Ners* Vol. 11 No. 1 April 2016: 128-133.
- Susilowati, D. (2016). Promosi Kesehatan. Kementerian Kesehatan.
- Umaroh, Zuhrotul, E. M. R. (2017). Studi Komparasi: Efektifitas Psikoedukasi Terhadap Adaptasi Pasien Fraktur Di RSUD Jombang. UMY, Yogyakarta.
- Utari, W., Arneliwati, & Novayelinda, R. (2014). Pengetahuan Keluarga Tentang Infeksi Saluran Pernapasan Akut (Ispa). *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, 1–7. Retrieved from jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSTIK/article/download/3489/3385?
- Verma, R., Balhara, Y. P. S., & Gupta, C. S. (2011). Gender differences in stress response: Role of developmental and biological determinants. *Industrial Psychiatry Journal*, 20(1), 4. <https://doi.org/10.4103/0972-6748.98407>
- Widayati, D., Hayati, F., & Chotijah, N. (2018). Family Acceptance Dan Tingkat Stres Pasien HIV. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(2), 364–369. <https://doi.org/10.35842/JKRY.V5I2.203>
- wulandini P, fitri A, M. illham. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku 3M Pencegahan COVID-19 pada Ibu PKK di desa Rambah Hilir Timur tahun2021. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences)*, 10.
- Yunitasari, R., & Hanifah, U. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Minat Belajar Siswa pada Masa COVID 19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(3), 232–243. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i3.142>