

## PENGUATAN KESIAPAN PSIKOLOGIS MAHASISWA MENGHADAPI KULIAH KERJA NYATA MELALUI DISKUSI INTERAKTIF

Hilman Syarif<sup>1)</sup>, Jufrizal<sup>2)</sup>, Andara Maurissa<sup>3)</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala

Email: [hilmansyarif@unsyiah.ac.id](mailto:hilmansyarif@unsyiah.ac.id)

Submit : 05/07/2021 | Accept : 25/08/2021 | Publish: 30/09/2021 |

### Abstract

*Students who will attend community service program often experience psychological disorders, such as worry and anxiety. This community service project aims to lowering the worry and anxieties of students who will carry out community service program. The target of this activity is students of the sixth semester of undergraduate programs at the Faculty of Nursing, Universitas Syiah Kuala. The activity was carried out within 90 minutes by online method in 64 students. Interactive discussions were conducted after participants were briefed about self-efficacy and empathy behavior, as well as self-talk activities as interventions to lowering worry and anxiety. Evaluation is done by providing opportunities for participants to self-reflection and dissemination of satisfaction level questionnaires through google form. As a result, after an interactive discussion, students said worry and anxiety were reduced and made self-talk as an effort to lowering worry and anxiety. The satisfaction poll showed 64% of participants were very satisfied and 36% were satisfied with this activity. In conclusion, interactive discussions are beneficial for lowering worry and anxiety. Recommendations, increased satisfaction of participants can be improved by face-to-face methods.*

**Keywords:** Community Service Program, Interactive Discussion, Psychologist

### Abstrak

Mahasiswa yang akan mengikuti kuliah kerja nyata seringkali mengalami gangguan psikologis, seperti khawatir dan cemas. Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk menurunkan kekhawatiran dan kecemasan mahasiswa yang akan melaksanakan kuliah kerja nyata. Sasaran kegiatan ini adalah mahasiswa semester enam program sarjana di Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. Kegiatan dilaksanakan dalam waktu 90 menit dengan metode dalam jaringan pada peserta sebanyak 64 mahasiswa. Diskusi interaktif dilakukan setelah peserta mendapatkan penjelasan tentang self efficacy dan perilaku empati, serta aktivitas self-talk sebagai intervensi untuk menurunkan kekhawatiran dan kecemasan. Evaluasi dilakukan dengan memberikan kesempatan kepada peserta untuk refleksi diri dan penyebaran angket tingkat kepuasan melalui google formulir. Hasil, setelah dilakukan diskusi interaktif, mahasiswa mengatakan kecemasan dan kekhawatiran berkurang dan menjadikan self-talk sebagai upaya menurunkan kecemasan dan kekhawatiran. Angket kepuasan menunjukkan 64% peserta sangat puas dan 36% puas dengan kegiatan ini. Kesimpulan, diskusi interaktif bermanfaat untuk menurunkan kecemasan dan kekhawatiran. Rekomendasi, peningkatan kepuasan peserta dapat ditingkatkan dengan metode tatap muka secara langsung.

**Kata Kunci:** Diskusi Interaktif, Kuliah Kerja Nyata, Psikologis

### PENDAHULUAN

Kuliah kerja nyata yang populer disebut dengan KKN merupakan media mengaktualisasikan disiplin ilmu yang masih dalam tataran teoritis dengan bentuk pengabdian dan pendampingan langsung kepada masyarakat. Pada tahun 2021,

Universitas Syiah Kuala (USK) mengaplikasikan KKN melalui KKN tematik merdeka mengajar atau KKNT-MM. Aktivitas ini merupakan suatu bentuk implementasi Kampus Merdeka Mengajar. Melalui kegiatan KKNT-MM ini, USK berusaha untuk meningkatkan kompetensi

dan peran mahasiswa sebagai agen perubahan masyarakat, meningkatkan kepekaan sosial, menumbuhkan jiwa kerelawanan, kemampuan kolaborasi dan tanggung jawab terhadap masyarakat. Melalui kegiatan KKNT-MM, USK melibatkan peran serta mahasiswa dalam mengatasi permasalahan pendidikan dalam masyarakat yang tengah kesulitan akses layanan pendidikan karena pandemi Covid-19. Kegiatan KKNT-MM diharapkan dapat mengasah soft-skills mahasiswa untuk mampu membangun kemitraan, kerjasama tim lintas disiplin keilmuan dan kepemimpinan mahasiswa dalam mengelola program pendidikan dan pengajaran di gampong/desa/daerah (P3KKN, 2020). KKN juga terbukti berperan dalam meningkatkan kompetensi sosial dan kompetensi keberibadian (Syardiansyah, 2019).

Akan tetapi, fakta di lapangan menunjukkan bahwa pelaksanaan program KKN tidak semudah yang dibayangkan. Ketika mahasiswa terjun ke lapangan tempat pengabdian, seringkali menemui hambatan. Banyak faktor yang menyebabkan penyelenggaraan KKN menjadi tidak efektif. Salah satunya terkait dengan kemampuan para mahasiswa dalam berinteraksi dan berkomunikasi antar peserta KKN dan dengan masyarakat setempat. Lebih tepatnya adalah kemampuan mahasiswa dalam berinteraksi dengan orang lain. Apabila interaksi terlaksana dengan baik, maka akan membentuk hubungan yang harmonis. Akan tetapi, apabila interaksi itu tidak terlaksana dengan baik, maka akan terjadi konflik. Untuk itu, diperlukan keterampilan sosial. Keterampilan sosial adalah kemampuan seseorang untuk dapat berinteraksi dengan lingkungannya yang meliputi kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan dengan orang lain, dapat mengungkapkan setiap perasaan atau permasalahan yang dihadapi sekaligus

menemukan penyelesaian sesuai dengan situasi yang ada pada saat itu.

Masalah lain yang mungkin dialami oleh mahasiswa pada saat KKN adalah masalah psikologis. Yusop dan Correia (2013) menguatkan gagasan bahwa stres mental dapat terjadi ketika menyelesaikan proyek service-learning pada mahasiswa. Tambahannya, mahasiswa yang berpartisipasi pada proyek service-learning sering menunjukkan ledakan emosional akibat dari kemampuan kognitif dan kerja fisik yang diharapkan komunitas dari mereka. Oleh karena itu, stres emosional ini perlu diantisipasi sebelum mahasiswa KKN mengalaminya.

Salah satu cara mengantisipasi stres emosional adalah dengan memberikan penguatan self-efficacy. Self-efficacy dapat dikembangkan melalui penguatan rasa empati. Sesuai penelitian Setyawan (2010) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kemampuan empati dengan efikasi diri pada mahasiswa peserta KKN PPM POSDAYA. Semakin tinggi kemampuan empati mahasiswa peserta KKN, semakin tinggi pula keyakinan dirinya. Kemampuan empati memberikan sumbangan efektif sebesar 46,8% pada keyakinan diri mahasiswa peserta KKN UNDIP. Sisanya (sebesar 53,2%) ditentukan oleh variabel-variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian tersebut.

Berdasarkan hal tersebut, maka tim pengabdian melakukan diskusi interaktif pada mahasiswa USK yang akan melaksanakan KKNT-MM. Aktivitas ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan psikologis mahasiswa dalam menghadapi KKNT-MM. Mahasiswa diharapkan memiliki self-efficacy yang tinggi bahwa mereka mampu mengikuti KKNT-MM tanpa menimbulkan masalah psikologis seperti stress, cemas, dan khawatir.

## METODE KEGIATAN

Aktivitas Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan dengan menggunakan edukasi, demonstrasi, dan diskusi interaktif. Pemilihan metode ini berdasarkan pertimbangan efektivitasnya sesuai dengan banyak hasil penelitian yang dipublikasikan para ahli.

Khalayak sasaran program ini adalah mahasiswa semester enam Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala yang akan mengikuti KKNT-MM, sebanyak 115 orang. Peserta yang hadir sebanyak 62 orang, karena yang lainnya sedang melakukan swab antigen untuk screening Covid-19. Kegiatan dilaksanakan menggunakan platform zoom meeting, pada tanggal 26 Juni 2021, selama 90 menit.

Materi penguatan psikologis yang disampaikan pada program ini adalah self-efficacy, kemampuan empati, serta intervensi self-talk untuk menurunkan kecemasan dan kekhawatiran. Materi tersebut disampaikan oleh tim pengabdian dari Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. Evaluasi peningkatan pengetahuan peserta dilakukan dengan pengisian soal sebelum kegiatan dan setelah kegiatan. Soal dalam bentuk pilihan berganda tersebut disusun sesuai dengan kapasitas peserta. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan kuesioner kepada peserta.

Gambaran kegiatan dijelaskan pada beberapa tahap. Tahap 1, membina hubungan saling percaya. Pada tahap ini para tim pengabdian memperkenalkan diri dan keahlian, serta menjelaskan tujuan melaksanakan kegiatan ini. Tahap 2, peserta melakukan refleksi diri, mereka menyampaikan perasaan mereka menghadapi KKNT-MM termasuk kecemasan dan kekhawatirannya. Tahap 3, tim pengabdian menyampaikan materi self-efficacy, kemampuan empati, dan intervensi self-talk. Tahap 4, pemateri

melakukan demonstrasi self-talk dan selanjutnya peserta redemonstrasi dengan dipandu oleh tim pengabdian. Tahap 5, diskusi interaktif. Pada tahap ini peserta memberikan pertanyaan dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh narasumber. Tahap 6, evaluasi kegiatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peningkatan kapasitas psikologis peserta setelah program ini dilakukan dapat dilihat melalui refleksi diri yang disampaikan beberapa peserta. Mereka menyatakan lebih siap secara psikologis, lebih yakin, dan lebih percaya diri menghadapi KKNT-MM setelah dilakukan edukasi. Hal ini senada dengan aktivitas yang dilakukan oleh Murni (2020), bahwa edukasi melalui media sosial dengan metode sharing talk data menguatkan kondisi psikologis mahasiswa menghadapi pandemi Covid-19. Kegiatan yang dilakukan Akbar, dkk., (2021) juga menunjukkan adanya peningkatan kesejahteraan psikologis setelah peserta mengikuti edukasi melalui webinar.

Peserta mengikuti rangkaian kegiatan dengan serius dan perhatian. Hal ini dapat dilihat dengan semangat dan antusiasnya mereka pada saat diskusi interaktif. Beberapa pertanyaan yang disampaikan oleh peserta diantaranya; 1). Apa yang harus Saya lakukan jika Saya mengalami kekhawatiran yang berlebihan?. 2). Bagaimana solusi jika peserta KKN mengalami konflik dengan teman satu kelompok?. 3). Bagaimana tindakan yang dilakukan jika rekan sesama peserta mengalami kecemasan?. Semua pertanyaan tersebut direspon dengan baik oleh narasumber.

Selain evaluasi kapasitas psikologis peserta, evaluasi juga dilakukan terhadap tingkat kepuasan peserta terhadap sosialisasi yang dilakukan dan manajemen pelaksanaan kegiatan, seperti ditunjukkan pada tabel 1 berikut.

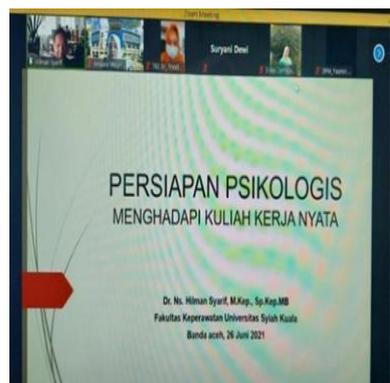
Tabel 1. Kepuasan peserta dan evaluasi terhadap manajemen kegiatan

No	Kriteria	Jumlah	Kriteria	Jumlah
1	Sangat Tidak Paus	0 (0%)	Sangat Baik	49 (79%)
2	Tidak Paus	0 (0%)	Baik	13 (21%)
3	Paus	22 (36%)	Tidak Baik	0 (0%)
4	Sangat Paus	40 (64%)	Sangat Tidak Baik	0 (0%)
Jumlah		62 (100%)		62 (100%)

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh peserta menyatakan puas dan sangat puas terhadap edukasi yang diberikan. Hal ini juga terlihat dari antusias peserta untuk mendengarkan, bertanya, dan melakukan redemonstrasi self-talk. Seluruh peserta juga menyatakan manajemen kegiatan baik dan sangat baik. Suasana pelaksanaan kegiatan ditampilkan pada gambar 1 sampai dengan 4 berikut.



Gambar 1. Peserta memberikan pertanyaan.



Gambar 3. Narasumber pengabdian kepada masyarakat



Gambar 3. Narasumber pengabdian kepada masyarakat

### SIMPULAN

Kesimpulan, bahwa edukasi tentang self-efficacy, kemampuan empati dan self-talk yang dilakukan dengan metode ceramah, diskusi interaktif, demonstrasi dan redemonstrasi efektif untuk meningkatkan persiapan psikologis mahasiswa menghadapi kuliah kerja nyata.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Badan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala (BEM F.Kep USK) yang telah memfasilitasi terselenggaranya kegiatan ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, D.M., Zubaidah, U.I.L., Noveli, A.W. et al. (2021). Pemberian edukasi melalui webinar “penerapan self-forgiveness untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. *Dinamika Journal*. 3 (1),24-29.
- Murni, A.W. (2020). Penguatan psikologis pada era pandemic Covid-19 melalui edukasi di media sosial. *Logista; Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*. 4 (2), 479-486.
- P3KKN. (2020). Buku panduan dan petunjuk teknis pelaksanaan KKN tematik merdeka mengajar tahun 2020. Banda Aceh: LPPM Universitas Syiah Kuala.

Syardiansyah. (2019). Peranan kuliah kerja nyata sebagai bagian dari pengembangan kompetensi mahasiswa. *JIM UPB Jurnal Ilmiah Manajemen*. 7 (1), 57-68.

Setyawan, I. (2010). Peran kemampuan empati pada efikasi diri mahasiswa peserta kuliah kerja nyata PPM POSDAYA. *Proceeding Konferensi*

Nasional II Ikatan Psikologi Klinis-HIMPSI.

Yusop, F. D., & Correia, A. P. (2013). The benefits and challenges of implementing service-learning in an advanced instructional design and technology curricula: Implications for teaching professional courses. *The New Educational Review*. 32(2), 220-232.