

Feed Instagram sebagai Media Edukasi dan Lomba Teka-teki Silang tentang COVID-19 dan Kesehatan Mental

Instagram Feed as Education and Crossword Puzzles Competition Media on COVID-19 and Mental Health

Maftuchah Rochmanti¹⁾, Aulia Husnul Pranawa²⁾, Muflikhah Ramadhani³⁾, Mumtaz Nur Rafika Hayati⁴⁾, Anisa Firdausi Rahmanda⁵⁾, Dennia Oktavia Zahidah Hulwah⁶⁾, Deshinta Fitrianti Syahida⁷⁾, Dinna Yusigania Sunandar⁸⁾, Justicia Izza Tsuroya⁹⁾, Nadia Hidayat¹⁰⁾, Rania Dita Kemala Putri¹¹⁾

¹Departemen Anatomi, Histologi, dan Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga

^{2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}Program Studi S1 Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga

^{1, 2,3,4,5,6,7,8,9,10,11} Jalan Mayjen. Prof. Dr. Moestopo No. 47 Surabaya

maftuchah-r@fk.unair.ac.id¹⁾, aulia.husnul.pranawa-2018@fk.unair.ac.id²⁾, muflikhah.ramadhani-2018@fk.unair.ac.id³⁾

Diterima : 30 Juli 2021 || Revisi : 20 Agustus 2021 || Disetujui: 19 Oktober 2021

Abstrak – Pandemi COVID-19 memberikan dampak pada beban kesehatan, ekonomi, dan tingkat tekanan psikologis yang sangat signifikan. Beberapa penelitian menunjukkan adanya prevalensi depresi dan kecemasan pada masa anak-anak dan remaja selama pandemi COVID-19. Berdasarkan Sustainable Development Goals (SDGs) terutama poin ketiga yaitu “Good Health and Well-Being” untuk mewujudkan masyarakat yang sehat dan sejahtera khususnya selama pandemi diperlukan penyampaian informasi yang cepat dan akurat salah satunya menggunakan media sosial. Selama pandemi COVID-19 terjadi pembatasan kegiatan masyarakat sehingga penyebaran informasi sebagian besar melalui media sosial. Oleh karena itu, dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai COVID-19 dan kesehatan mental diperlukan adanya kegiatan seperti edukasi dan lomba Teka-teki Silang (TTS). Edukasi dan lomba TTS dilakukan secara daring melalui media sosial Instagram dengan sasaran remaja dan dewasa muda. Edukasi secara daring dilakukan dengan melakukan posting feed Instagram pada tanggal 12 dan 13 Juli 2021 dan lomba TTS diadakan pada tanggal 14 Juli 2021. Mayoritas peserta mendapatkan skor 100 (skor maksimal) dengan jumlah 18 peserta dari total 32 peserta. Rata-rata peserta yang mengerjakan 20 soal TTS mendapatkan skor 92,66 dari total skor 100 poin. Hasil kegiatan ini menunjukkan peserta memahami dan mengetahui materi edukasi yang diberikan.

Kata Kunci: edukasi, COVID-19, kesehatan mental, Instagram, lomba TTS

COVID-19 pandemic had a very significant impact on health, economy and the level of psychological stress. Several studies have shown prevalence of depression and anxiety in childhood and adolescence during the COVID-19 pandemic. Sustainable Development Goals (SDGs), especially the third point, "Good Health and Well-Being" create a healthy and prosperous society, especially during a pandemic. It is necessary to deliver fast and accurate information using only social media. During COVID-19 pandemic, there is restriction on community activities, so the information was great through social media. Therefore, increasing public understanding about COVID-19 and mental health, an activity is needed such as education and crossword puzzle competition. education and crossword puzzle competition on Instagram with the target community teenagers and young adults. Education was posted in Instagram feeds on 12 and 13 July 2021 and the crossword puzzle competition was held on 14 July 2021. Participants get a score of 100 (maximum score) with a total of 18 participants from a total of 32 participants. On average, participants who worked on 20 crossword puzzle questions got a score of 92,66 out of a total score of 100 points. The results of this activity show that participants understand and know the posted education

Keywords: education, COVID-19, mental health, Instagram, crossword puzzle competition

PENDAHULUAN

COVID-19, penyakit pernapasan menular yang disebabkan oleh *severe acute respiratory syndrome–Coronavirus 2* (SARS-CoV-2), kini telah menyebar ke banyak negara. Virus ini pertama kali ditemukan di China dan belum pernah terjadi sebelumnya. COVID-

19 memiliki spektrum penyakit berkisar dari tanpa gejala hingga kritis termasuk kematian. Berdasarkan laporan 72.314 kasus dari pusat pengendalian dan pencegahan penyakit China, 81% kasus diklasifikasikan sebagai ringan, 14% parah, dan 5% kritis (Dhar et al., 2020).

COVID-19 menyebabkan beban kesehatan serta sosial dan ekonomi yang besar dengan konsekuensi yang belum pernah terjadi sebelumnya. Catatan menunjukkan 116 juta kasus infeksi di seluruh dunia dengan kematian global 2,6 juta orang pada awal Maret 2021. Sedangkan di Indonesia, per tanggal 29 Juli 2021 kasus COVID-19 mencapai 3.287.727 kasus. Hingga kini ditemukan beberapa varian mengenai virus SARS-CoV-2. Sedangkan pada awal pandemi COVID-19 belum ditemukan varian seperti sekarang ini. Terdapat tingkat evolusi genetik yang sederhana pada awal pandemi karena dua faktor, pertama tidak adanya kekebalan global terhadap patogen baru ini, kedua rendahnya tingkat mutasi virus SARS-CoV-2 yang mengkodekan enzim dengan fungsi *proofreading* yang meningkatkan ketepatan proses replikasi (Gómez et al., 2021).

Pandemi COVID-19 dikaitkan dengan tingkat tekanan psikologis yang sangat signifikan dalam banyak kasus, yang selanjutnya memenuhi ambang batas relevansi klinis. Tingkat gejala kecemasan yang relatif tinggi (6,33% hingga 50,9%), depresi (14,6% hingga 48,3%), gangguan stres pasca trauma (7% hingga 53,8%), tekanan psikologis (34,43% hingga 38%), dan stres (8,1% hingga 81,9%) dilaporkan pada populasi umum selama pandemi COVID-19 di Cina, Spanyol, Italia, Iran, AS, Turki, Nepal, dan Denmark. Faktor risiko yang terkait dengan hal tersebut antara lain, jenis kelamin perempuan, kelompok usia yang lebih muda (≤ 40 tahun), adanya penyakit kronis/psikiatri, pengangguran, status pelajar, dan sering terpapar media sosial atau berita tentang COVID-19 (Xiong et al., 2020). Penelitian Rios-Gonzalez et al., (2020) menunjukkan frekuensi kecemasan dan depresi pada anak-anak dan remaja didominasi pada usia 18-19 tahun sebesar 46,74% dan 47,83%. Sedangkan penelitian oleh Zhou et al., (2020) pada populasi negara didominasi pada usia 12-18 tahun sebesar 37,40% dan 43,70%. Tenaga kesehatan dan pasien COVID-19 juga merupakan kategori masyarakat yang rentan mengalami dampak psikologis saat pandemi (Talevi et al., 2020). Dengan demikian diperlukan intervensi psikologis pada masyarakat dan meningkatkan kesadaran terhadap gangguan mental yang dapat dilakukan melalui media *online* atau teknologi *smartphone* (Cullen et al., 2020).

Selama pandemi COVID-19 terjadi pembatasan kegiatan masyarakat untuk bertemu secara langsung sehingga penyebaran informasi sebagian besar melalui

media sosial. Media sosial adalah salah satu sumber informasi yang paling banyak digunakan di dunia, akses mudah dan murah ke internet dan sejumlah besar pengguna terdaftar di platform ini menjadikannya salah satu cara termudah dan paling efektif untuk menyebarkan informasi. Platform media sosial juga telah membantu masyarakat awam untuk menjaga komunikasi dengan teman dengan keluarga untuk mengurangi rasa kebosanan saat isolasi yang telah dikaitkan dengan kecemasan dan tekanan jangka panjang, oleh karena itu menjadi rekomendasi penting saat isolasi di rumah untuk membantu mengurangi dampak psikologis (González-Padilla et al., 2020).

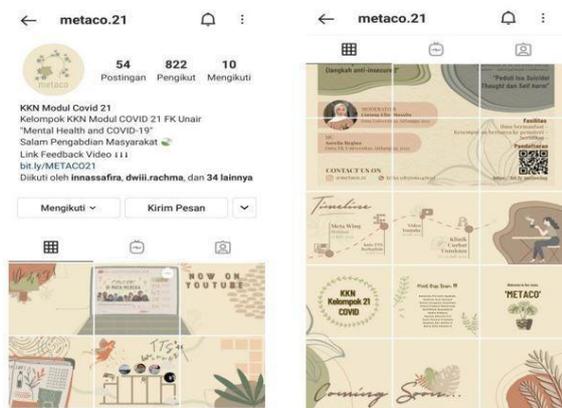
Penggunaan media sosial memberikan dampak positif dan negatif. Dampak positif antara lain untuk menyebarkan informasi baru yang penting dengan cepat seperti protokol diagnostik, pengobatan serta tindak lanjut, dan membandingkan berbagai pendekatan dari bagian lain. Sedangkan dampak negatif berupa kerugian dari penyebaran data palsu, mitos, dan informasi pesimis yang dikombinasikan dengan status karantina dapat menyebabkan kecemasan, depresi, dan dalam beberapa kasus ekstrem, bunuh diri (González-Padilla et al., 2020).

Berdasarkan *Sustainable Development Goals* (SDGs) terutama poin ketiga yaitu “*Good Health and Well-Being*” untuk mewujudkan masyarakat yang sehat dan sejahtera khususnya selama pandemi COVID-19 diperlukan penyampaian informasi yang cepat dan akurat salah satunya menggunakan media sosial. Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan, kelompok usia muda menjadi salah satu faktor risiko efek dari pandemi COVID-19 yang berkaitan dengan keadaan psikologis. Menurut *literature review* yang dilakukan oleh Sagala et al., (2020), pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan COVID-19 juga masih rendah, dilihat dari rendahnya angka kepatuhan masyarakat dalam menjalankan protokol kesehatan. Hal tersebut menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat mengenai COVID-19 masih rendah dan tingginya dampak psikologis dari pandemi. Oleh karena itu, diperlukan adanya edukasi mengenai COVID-19 yaitu mengenai Mitos atau Fakta, Vaksin, dan Virus Corona Varian Baru serta kesehatan mental sebagai efek dari COVID-19 khususnya gangguan kecemasan, depresi, dan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Edukasi ini dapat diberikan melalui media sosial, dimana media sosial memiliki peran penting bagi masyarakat dalam

mencari informasi maupun sarana hiburan. Media sosial yang digunakan selama kegiatan ini adalah Instragram. Selanjutnya untuk mengetahui indikator keberhasilan dari kegiatan ini diadakan lomba Teka-teki silang untuk mengetahui tingkat pemahaman dari masyarakat yang menjadi kelompok sasaran.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah data primer yang berasal dari jawaban lomba TTS yang berupa kuesioner. Subjek penelitian ini adalah masyarakat rentang usia remaja awal (12-16) tahun hingga dewasa akhir (36-45) tahun yang aktif menggunakan media sosial. Teknik pengolahan data yang dilakukan meliputi pengumpulan data, reduksi data, analisis, interpretasi data, dan triangulasi data. Akun media sosial *Instagram* yang digunakan adalah @metaco.21 yang diikuti oleh 822 pengikut aktif.



Gambar 1 Tampilan dan desain akun *Instagram* @metaco.21 dan konten akun berupa perkenalan kelompok, *timeline* kegiatan, poster kegiatan, dan konten kegiatan.

Edukasi secara daring dilakukan dengan melakukan *posting feed Instagram* pada tanggal 12 dan 13 Juli 2021. Pada tanggal 12 Juli 2021 konten edukasi yang diunggah berjudul Mitos atau Fakta, Vaksin, dan Virus Corona Varian Baru. Sedangkan pada tanggal 13 Juli 2021 konten edukasi yang diunggah berjudul Gangguan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD), Gangguan Depresi, dan Gangguan Kecemasan. Materi edukasi dibuat semenarik mungkin berdasarkan literatur seperti jurnal ilmiah dan *website* tentang kesehatan terpercaya. Indikator keberhasilan dari edukasi melalui *Instagram* yaitu persentase jawaban benar pada lomba TTS. Berdasarkan hal tersebut lomba TTS diadakan pada tanggal 14 Juli 2021 dengan target 30 peserta. Berdasarkan Sugiono (2012) ukuran sampel yang layak dalam suatu penelitian adalah antara 30

sampai dengan 500. Penelitian kualitatif tidak mengenal adanya jumlah sampel minimum (*sample size*). Umumnya penelitian kualitatif menggunakan jumlah sampel kecil. Bahkan pada kasus tertentu menggunakan hanya 1 informan saja (Heryana, 2018).

Publikasi lomba TTS dilakukan dengan melakukan *posting feed Instagram* dengan jumlah 20 soal berdasarkan konten edukasi *Instagram* yang telah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Akun Media Sosial Instagram

Pada era digitalisasi, media sosial saat ini telah menjadi *trend* dalam komunikasi pemasaran. *Instagram* merupakan aplikasi media sosial yang diminati khalayak umum dikarenakan pengoperasiannya yang mudah digunakan dan mudah diakses. Penggunaan *Instagram* sebagai media informasi edukasi sekarang ini merupakan suatu fenomena baru, bahkan media sosial terus tumbuh dan sangat lazim di kalangan anak muda masa kini (Pittman dan Reich, 2016). Akun media sosial *Instagram* yang digunakan untuk mengunggah berbagai kegiatan yang dilaksanakan oleh Kelompok 21 KKN Modul COVID adalah @metaco.21 yang diikuti oleh 822 pengikut aktif. Akun *Instagram* ini diisi dengan perkenalan kelompok, *timeline* kegiatan, poster kegiatan, dan konten kegiatan dengan desain yang menarik (Gambar 1).

Edukasi Daring Melalui Instagram

Instagram yang merupakan media sosial berbasis gambar pada saat ini mempunyai fitur *multiple post* yang dimanfaatkan sebagai sarana edukasi dengan menyajikan konten berbasis visual. Fitur ini digunakan untuk membuat pesan yang saling berantai dan berkesinambungan yang cara kerjanya digeser layaknya sebuah buku (Putra, 2019). Pengguna *Instagram* dapat membaca konten edukasi tentang COVID-19 dan kesehatan mental di *feed Instagram* @metaco.21 dengan menggeser *slide* pada *feed Instagram*.

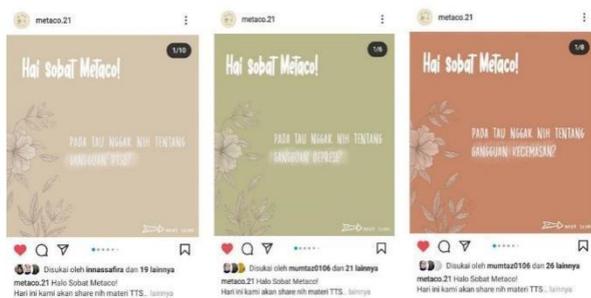
Pada tanggal 12 Juli 2021 konten edukasi yang diupload berjudul Mitos atau Fakta, Vaksin, dan Virus Corona Varian Baru (Gambar 2). *Feed* edukasi Mitos atau Fakta berisi tentang 5 hal mengenai mitos atau fakta yang beredar di masyarakat. *Feed* edukasi Vaksin membahas tentang pengertian vaksin, manfaat vaksin, data penerima vaksin COVID-19, apakah vaksin aman, dan jenis vaksin COVID-19 yang tersedia saat ini.

Sedangkan *feed* edukasi Virus Corona Varian Baru membahas tentang jenis varian baru virus corona yang sudah teridentifikasi, bagaimana munculnya virus varian baru, varian virus corona yang sudah masuk di Indonesia, bahaya virus varian baru, gejala virus varian baru, efektivitas vaksin terhadap virus corona varian baru, dan cara menghindari penularan virus varian baru.



Gambar 2 Konten edukasi melalui *Instagram* Mitos atau Fakta, Vaksin, dan Virus Corona Varian Baru

Pada tanggal 13 Juli 2021 konten edukasi yang diupload berjudul Gangguan PTSD, Gangguan Depresi, dan Gangguan Kecemasan (Gambar 3). *Feed* Gangguan PTSD berisi tentang pengertian PTSD, persentase orang yang mengalami PTSD pada tahun 2020, gejala PTSD, dan strategi untuk menghadapi gejala PTSD. *Feed* gangguan depresi membahas tentang gangguan kesehatan mental yang bisa terjadi saat pandemi, efek depresi, dan tips dan trik mengatasi depresi selama pandemi. Sedangkan *feed* gangguan kecemasan membahas tentang pengertian kecemasan, peningkatan gangguan kecemasan selama pandemi, dampak kecemasan pada fisik dan psikologis, dan hal yang bisa dan tidak bisa dilakukan untuk mengatasi kecemasan.



Gambar 3 Konten edukasi melalui *Instagram* Gangguan PTSD, Gangguan Depresi, dan Gangguan Kecemasan

Lomba TTS (Teka-teki Silang)

Lomba TTS diadakan pada tanggal 14 juli 2021 dilakukan dengan melakukan *posting feed Instagram* dengan jumlah 20 soal yang terdiri dari 10 soal

mendatar dan 10 soal menurun berdasarkan konten edukasi yang telah diberikan (Gambar 4).



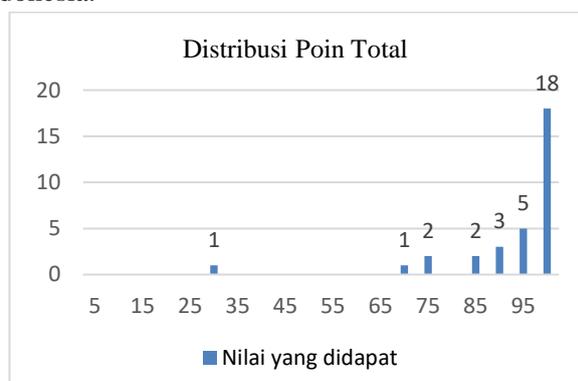
Gambar 4 Poster Lomba TTS

Karakteristik Peserta Lomba TTS

Pada penelitian kualitatif ini, dimana tidak diperlukan jumlah sampel minimum, didapatkan sampel sebanyak 32 peserta yang mengikuti lomba TTS di *Instagram* @metaco.21 dari 822 pengikut *Instagram* aktif. Jumlah ini telah memenuhi target 30 peserta. Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta yang mengikuti lomba tergolong dalam usia remaja akhir yang berumur 17-25 tahun (75%) sebanyak 24 peserta. Usia remaja awal (12-16) tahun menjadi kategori usia kedua terbanyak dengan jumlah 5 peserta (15,6%), kemudian disusul dengan usia dewasa akhir (36-45) tahun sebanyak 2 peserta (6,3%) dan usia dewasa awal (26-35) tahun sebanyak 1 peserta (3,1%). Mayoritas peserta berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 17 peserta (84,4%) lebih banyak dibandingkan laki-laki dengan jumlah 5 peserta (15,6%). Berdasarkan pendidikan terakhir, sejumlah 17 peserta (81,3%) berpendidikan terakhir SMA, 3 peserta (12,5%) berpendidikan terakhir S1, dan 2 peserta (6,2%) berpendidikan terakhir SMP.

Analisis Data

Berdasarkan distribusi nilai peserta (Gambar 5) nilai peserta berada di rentang skor 30-100. Mayoritas peserta mendapatkan skor 100 (skor maksimal) dengan jumlah 18 peserta dari total 32 peserta. Rata-rata peserta yang mengerjakan 20 soal TTS mendapatkan skor 92,66 dari total skor 100 poin. Hal ini menunjukkan bahwa konten edukasi yang telah diposting sebelumnya mudah dipahami dan sudah dibaca oleh peserta. Tetapi, sedikitnya jumlah peserta belum dapat merepresentasikan seluruh masyarakat Indonesia.



Gambar 5 Distribusi Nilai Peserta

Berdasarkan Tabel 2, soal TTS dengan materi Mitos atau Fakta persentase jawaban benar yaitu 1 soal sebanyak 87,5% dan 2 soal sebanyak 78,1%. Untuk materi vaksin terdapat 1 soal dengan jawaban benar sebanyak 96,9%, 1 soal dengan jawaban benar sebanyak 90,6%, dan 1 soal jawaban benar sebanyak 87,5%. Pada materi virus corona varian baru terdapat 1 soal dengan persentase jawaban benar 100%, sedangkan 2 soal yang lain masing-masing benar sebanyak 93,8% dan 96,9%.

Tabel 1 Karakteristik Peserta Lomba TTS

Karakteristik Peserta	Jumlah (n=32)	%
Umur		
12-16 (remaja awal)	5	15,6
17-25 (remaja akhir)	24	75
26-35 (dewasa awal)	1	3,1
36-45 (dewasa akhir)	2	6,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	5	15,6
Perempuan	17	84,4
Pendidikan Terakhir		
SMP	2	6,2
SMA	17	81,3
S1	3	12,5

Pada materi gangguan PTSD terdapat 4 soal yang diberikan pada lomba TTS, dari 4 soal tersebut terdapat satu soal dengan jawaban benar sebanyak 100%, 1 soal

dengan jawaban benar sebanyak 96,9 %, dan 2 soal sebanyak 90,6%. Pada materi gangguan depresi juga terdapat 4 soal, 1 soal mempunyai persentase jawaban benar 100% dan 3 soal lainnya mempunyai persentase jawaban benar masing-masing 84,4%, 93,8%, dan 96,9%. Sedangkan materi gangguan kecemasan terdapat 3 soal dengan persentase masing-masing soal yaitu 93,8%, 96,9%, dan 100 %.

Rata-rata jawaban benar peserta tertinggi didapatkan pada materi edukasi Virus Corona Varian Baru dan Gangguan Kecemasan sebesar 96,9%. Sedangkan rata-rata jawaban benar terendah didapatkan pada materi Mitos atau Fakta sebesar 81,5%. Hal tersebut menunjukkan bahwa peserta lomba TTS sebagian besar lebih memahami dan mengetahui materi edukasi yang diberikan mengenai Virus Corona Varian Baru dan Gangguan Kecemasan daripada materi edukasi yang lain, dan kurang memahami materi edukasi tentang Mitos atau Fakta.

Peserta lomba TTS ini mayoritas remaja akhir dengan rentang usia 17-25 tahun. Pada rentang usia tersebut, sebagian besar informasi mengenai COVID-19 didapatkan melalui beberapa media. Menurut penelitian yang dilakukan Juditha (2020), dari 625 responden dengan mayoritas berusia 17-25 tahun (35%), diketahui bahwa media yang digunakan responden untuk memperoleh informasi COVID-19 dengan persentase terbanyak yaitu media online seperti situs berita (88,90%) dan media sosial seperti *Facebook*, *Instagram*, *Twitter* (83,70%). Dengan adanya hal tersebut, informasi tentang COVID-19 terutama tentang Virus Corona Varian Baru bisa diperoleh dari berbagai media dan mudah diakses oleh masyarakat terutama remaja dan dewasa muda. Karena meluasnya informasi tersebut dan ditambah dengan edukasi yang kami berikan di media sosial, sebagian peserta TTS mengetahui dan lebih memahami tentang Virus Corona Varian Baru. Hal ini menyebabkan persentase rata-rata jawaban benar peserta tinggi.

Berdasarkan survei Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI), dalam 5 bulan pandemi COVID-19 di Indonesia, dari 4010 pengguna (71% perempuan, 29% laki-laki) swa periksa didapatkan 65% pengguna mengalami gangguan kecemasan. Masalah psikologis terbanyak ditemukan pada kelompok usia 17-29 tahun. Berdasarkan hal tersebut, masyarakat terutama remaja akhir dan dewasa muda banyak mengalami masalah psikologis diantaranya gangguan kecemasan. Karena sebagian

Tabel 2 Persentase Jawaban Soal TTS

Materi	Jumlah Soal	Jawaban Benar	(%)	Total	Rata-Rata (%)	Jawaban Salah	(%)	Total	Rata-Rata (%)
COVID 19									
Mitos atau Fakta	3	28	87,5	78	81,2	4	12,5	18	18,8
		25	78,1			7	21,9		
		25	78,1			7	21,9		
Vaksin	3	31	96,9	88	91,7	1	3,1	8	8,3
		29	90,6			3	9,4		
		28	87,5			4	12,5		
Virus Corona Varian Baru	3	30	93,8	93	96,9	2	6,2	3	3,1
		32	100			0	0		
		31	96,9			1	3,1		
Kesehatan Mental									
Gangguan PTSD	4	29	90,6	121	94,5	3	9,4	7	5,5
		32	100			0	0		
		31	96,9			1	3,1		
		29	90,6			3	9,4		
Gangguan Depresi	4	31	96,9	120	93,8	1	3,1	8	6,2
		32	100			0	0		
		30	93,8			2	6,2		
		27	84,4			5	15,6		
Gangguan Kecemasan	3	30	93,8	93	96,9	2	6,2	3	3,1
		31	96,9			1	3,1		
		32	100			0	0		

besar peserta TTS berusia 17-25 tahun dan didominasi oleh perempuan, maka peserta mengetahui tentang gangguan kecemasan karena prevalensinya yang tinggi di usia dan jenis kelamin tersebut dan ditambah dengan edukasi yang telah diberikan. Hal inilah yang menyebabkan persentase rata-rata jawaban benar peserta tinggi.

Pada materi edukasi tentang Mitos atau Fakta, peserta kurang memahami karena banyaknya informasi hoax dan mitos yang beredar di berbagai media informasi. Seperti yang sudah dijelaskan diatas, informasi COVID-19 dapat diperoleh melalui berbagai media, dan tentunya tidak hanya informasi yang benar, banyak informasi hoax dan mitos yang juga beredar. Karena banyaknya informasi tersebut, masyarakat sulit memilah mana informasi yang benar dan salah. Hal inilah yang menyebabkan persentase rata-rata jawaban benar peserta lebih rendah daripada materi lain.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Herbawani et al., (2021) menunjukkan pemahaman peserta mengenai COVID-19 dan *New Normal* dalam kategori baik setelah dilakukan edukasi kesehatan masyarakat di masa pandemi melalui fitur *live Instagram*. Dan berdasarkan Widjaya et al., (2020) kampanye edukasi kesehatan mental melalui *Instagram* membuat peserta

berani mengungkapkan masalah kesehatan mentalnya. Sehingga diharapkan pemanfaatan fitur-fitur *Instagram* yang lain sebagai media edukasi yang dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang COVID-19 dan kesehatan mental.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diketahui bahwa edukasi yang diberikan dalam bentuk *feed Instagram* dapat meningkatkan wawasan dan pemahaman sebagian besar peserta mengenai COVID-19 dan kesehatan mental. Hal ini berdasarkan dari rata-rata persentase jawaban benar dari setiap pertanyaan adalah antara 81-100% dimana sebagai indikator pemahaman dengan kategori sangat baik (Evitasiari, 2013).

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dan lomba TTS tentang COVID-19 dan kesehatan mental melalui *feed Instagram* menunjukkan hasil sebagian besar peserta lomba TTS mengetahui dan memahami mengenai COVID-19 dan kesehatan mental. Kegiatan ini belum dapat mencakup dari berbagai kalangan usia dan pada kegiatan berikutnya jumlah sasaran peserta perlu ditingkatkan. Hasil dari kegiatan ini merefleksikan tingkat pemahaman dan pengetahuan sebagian masyarakat Indonesia tentang informasi COVID-19 secara terkini dan beberapa aspek kesehatan mental. Selain itu, pada

materi mitos atau fakta didapatkan hasil dengan persentase lebih rendah pada rata-rata jawaban benar dibandingkan dengan materi lain. Berdasarkan aspek-aspek tersebut, diharapkan diadakan kegiatan lain yang dapat menunjukkan tingkat kepedulian dan pengetahuan masyarakat Indonesia secara lebih masif dan representatif. Selain itu, dapat diadakan kegiatan melalui pemanfaatan fitur-fitur *Instagram* selain *feed Instagram*, misalnya *Reels* dan *Story* sebagai media edukasi yang menjadi wadah bagi usia remaja untuk mengembangkan potensi minat dan bakat serta mengimplementasikan ilmunya, khususnya selama pandemi COVID-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Cullen, W., Gulati, G., & Kelly, B. D. (2020). Mental health in the COVID-19 pandemic. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(5), 311-312.
- Dhar Chowdhury, S., & Oommen, A. M. (2020). Epidemiology of COVID-19. *Journal of Digestive Endoscopy*, 11(1), 3–7. <https://doi.org/10.1055/s-0040-1712187>.
- Evitasari, I. S. (2013). Penerapan Pembelajaran Problem Solving (Pemecahan Masalah) Berbantu Multimedia Interaktif Untuk Meningkatkan Kemampuan Metakognitif Siswa Pada Mata Pelajaran Perakitan Personal Computer (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Gay, LR, Geoffrey E. Mills and Peter Airasian. (2009). *Educational Research, Competencies for Analysis and Application*. New Jersey: Pearson Education, Inc
- Gómez, C. E., Perdiguero, B., & Esteban, M. (2021). Emerging SARS-CoV-2 Variants and Impact in Global Vaccination Programs against SARS-CoV-2/COVID-19. *Vaccines*, 9(3), 243. <https://doi.org/10.3390/vaccines9030243>.
- González-Padilla, D. A., & Tortolero-Blanco, L. (2020). Social media influence in the COVID-19 Pandemic. *International braz j urol: official journal of the Brazilian Society of Urology*, 46(suppl.1), 120–124. <https://doi.org/10.1590/S1677-5538.IBJU.2020.S121>.
- Herbawani, C. K., Ruthin, Z. G., Ramadhania, L., Situmeang, A. M. N., & Karima, U. Q. (2021). Pemanfaatan Instagram Live sebagai Sarana Edukasi Kesehatan Masyarakat di masa Pandemi COVID-19. *Warta LPM*, 24(2), 196-206.
- Heryana, A., & Unggul, U. E. (2018). Informan dan Pemilihan Informan dalam Penelitian Kualitatif. *Universitas Esa Unggul*, 25.
- Juditha, C. (2020). People Behavior Related to The Spread of Covid-19's Hoax. *Jurnal Pekommas*, 5(2), 105-116.
- Kawalcovid19. (2021). *Jumlah Kasus di Indonesia Saat ini*. Diakses pada tanggal 29 Juli 2021 dari <https://kawalcovid19.id/>.
- PDSKJI. (n.d.). *5 BULAN PANDEMI COVID-19 DI INDONESIA*. Diakses pada tanggal 29 Juli 2021 dari <http://pdsjki.org/>.
- Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior*, 62, 155-167.
- Putra, I. K. A. M., & Astina, K. A. D. (2019). Pemanfaatan Media Instagram Multiple Post Sebagai Sarana Edukasi Berbasis Visual Bagi Warganet. *Jurnal Nawala Visual*, 1(2), 113-121.
- Rios-González, C. M., & Palacios, J. M. (2020). Symptoms of anxiety and depression during the outbreak of COVID-19 in Paraguay.
- Sagala, S. H., Maifita, Y., & Armaita, A. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Masyarakat terhadap Covid-19: A Literature Review. *Menara Medika*, 3(1).
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta
- Talevi, D., Socci, V., Carai, M., Carnaghi, G., Faleri, S., Trebbi, E., ... & Pacitti, F. (2020). Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic. *Rivista di psichiatria*, 55(3), 137-144.
- Widjaya, R. O., Wardaningsih, A. D., & Erna, M. (2020). Kampanye Edukasi Kesehatan Mental IG@ Healthy_Mind Bagi Mahasiswa Jabodetabek Di Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 3, 849-857.
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L. M., Gill, H., & Phan, L. & McIntyre, RS (2020). *Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review*. *Journalofaffectivedisorders*. DOI, 10.1016/j.jad.2020.08.001. Epub 2020 Aug 8. PMID: 32799105; PMCID: PMC7413844.
- Zhou, S. J., Zhang, L. G., Wang, L. L., Guo, Z. C., Wang, J. Q., Chen, J. C., ... & Chen, J. X. (2020). Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *European child & adolescent psychiatry*, 29(6), 749-758.