

Pemberdayaan Masyarakat dalam Meningkatkan Kesadaran dan Penanganan Kesehatan Jiwa di Komunitas

Suzana Martini Sumolang¹, Zamli²

^{1,2} Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Suzana Martini Sumolang

E-mail: suzanasumolang12@gmail.com

Abstrak

Permasalahan kesehatan jiwa di masyarakat seringkali kurang mendapat perhatian akibat minimnya pemahaman, stigma sosial, dan terbatasnya akses informasi. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan jiwa melalui pendekatan edukatif dan partisipatif. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Taratara, Kecamatan Tomohon Barat, Kota Tomohon (wilayah kerja Puskesmas Taratara) dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi kasus. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 95% peserta merasakan manfaat berupa peningkatan pemahaman tentang tanda-tanda gangguan jiwa dan cara penanganan awal di komunitas. Namun, 5% peserta mengalami kesulitan memahami materi karena keterbatasan sumber daya manusia. Diskusi aktif dan partisipasi peserta menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan jiwa. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi yang disesuaikan dengan kondisi lokal dapat menjadi strategi pemberdayaan masyarakat yang tepat dalam menangani isu kesehatan mental secara preventif dan promotif.

Kata kunci - kesehatan jiwa, penyuluhan, pemberdayaan masyarakat, edukasi komunitas, taratara

Abstract

Mental health issues in the community often receive little attention due to a lack of understanding, social stigma, and limited access to information. This community service activity aims to increase public awareness and knowledge about mental health through an educational and participatory approach. The activity was conducted in Taratara Village, West Tomohon District, Tomohon City (the working area of the Taratara Community Health Center) with 30 participants. Methods used included interactive counseling, group discussions, and case simulations. Evaluation results showed that 95% of participants benefited from an increased understanding of the signs of mental disorders and initial treatment methods in the community. However, 5% of participants experienced difficulty understanding the material due to limited human resources. Active discussion and participation demonstrated that a community-based approach is effective in improving mental health literacy. This activity demonstrates that education tailored to local conditions can be an appropriate community empowerment strategy in addressing mental health issues in a preventive and promotive manner.

Keywords - mental health, counseling, community empowerment, educational community, taratara

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan bagian integral dari kesehatan secara keseluruhan. Sayangnya, isu kesehatan jiwa masih kurang mendapat perhatian di banyak komunitas, terutama di daerah dengan keterbatasan akses informasi dan layanan Kesehatan (Anindita & Prasetyo, 2022). Minimnya pemahaman masyarakat tentang pentingnya deteksi dini gangguan jiwa menyebabkan banyak penderita tidak memperoleh penanganan yang tepat waktu. Padahal, intervensi dini berperan penting dalam meningkatkan prognosis gangguan mental (Ramdhani & Fauziah, 2020).

Stigma sosial terhadap penderita gangguan jiwa memperparah kondisi psikologis dan menghambat proses pemulihan. Masyarakat cenderung menyikapi penderita gangguan jiwa dengan cara yang tidak manusiawi, seperti mengucilkan atau memasing (Suryani & Nugraha, 2019). Kurangnya literasi kesehatan mental di tingkat komunitas berkontribusi terhadap rendahnya kesadaran akan pentingnya dukungan psikososial dan akses terhadap layanan profesional. Pendidikan kesehatan jiwa yang berkelanjutan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan literasi tersebut (Maulina & Kurniawan, 2021).

Penyuluhan kesehatan jiwa yang dilakukan secara partisipatif dan berbasis komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat serta mengurangi stigma yang melekat pada penderita gangguan mental (Yusuf & Safitri, 2023). Pemberdayaan masyarakat adalah pendekatan strategis dalam intervensi kesehatan jiwa karena mendorong keterlibatan aktif warga dalam mengenali dan menangani masalah psikososial di lingkungan sekitarnya (Hidayat & Fadila, 2020). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh institusi pendidikan tinggi dapat menjadi sarana transfer pengetahuan sekaligus peningkatan kapasitas masyarakat dalam mendeteksi, merespon, dan mendampingi individu dengan masalah kesehatan jiwa (Marlina & Sari, 2018). Salah satu bentuk kegiatan yang relevan adalah pelatihan kader atau tokoh masyarakat untuk menjadi agen perubahan dalam isu kesehatan mental, sehingga proses edukasi dapat berlangsung berkesinambungan di komunitas (Wahyuni & Kustiawan, 2021).

Penggunaan pendekatan yang kontekstual, seperti penyesuaian dengan nilai budaya lokal, dapat meningkatkan efektivitas program edukasi kesehatan jiwa, karena masyarakat merasa lebih dekat dan mudah menerima materi yang disampaikan (Susanti & Tanjung, 2019). Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan penyuluhan dan pemberdayaan masyarakat di Kelurahan Taratara, Kecamatan Tomohon Barat, Kota Tomohon, dilaksanakan untuk meningkatkan kesadaran serta kemampuan komunitas dalam memahami, mendeteksi, dan merespon masalah kesehatan jiwa secara mandiri (Haris & Nurhayati, 2019).

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini bersifat partisipatif, dengan pendekatan edukatif yang melibatkan komunitas secara aktif melalui tiga tahap utama, yaitu penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi kasus.

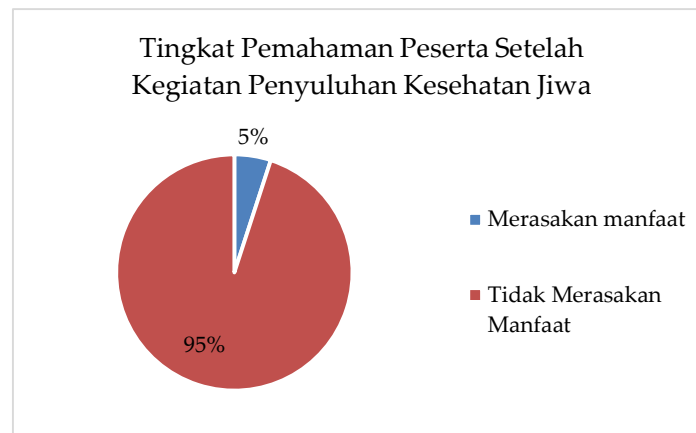
Tahapan ini dirancang untuk membangun pemahaman, keterampilan, dan kepedulian warga terhadap isu kesehatan jiwa di lingkungannya, diantaranya :

1. Tahap pertama adalah penyuluhan interaktif, yang bertujuan memberikan pemahaman dasar kepada peserta mengenai pentingnya kesehatan jiwa, jenis gangguan jiwa yang umum, serta cara pencegahan dan penanganan awal. Kegiatan ini disampaikan secara dua arah melalui media visual dan narasi, dengan sesi tanya jawab yang mendorong keterlibatan aktif peserta (Lestari & Permana, 2021).
2. Tahap kedua adalah diskusi kelompok, di mana peserta dibagi menjadi kelompok kecil dan diberikan kasus atau permasalahan yang sering dijumpai di lingkungan, seperti stres pasca bencana, depresi ringan, atau perilaku menarik diri dari sosial. Diskusi dipandu oleh fasilitator dari

- tim pengabdian dan Puskesmas Taratara, dengan pendekatan reflektif yang mendorong partisipan mengemukakan pandangan dan solusi berbasis pengalaman mereka.
3. Tahap ketiga adalah simulasi kasus, yang memberikan pengalaman praktis melalui role play untuk memperagakan respons yang tepat terhadap individu dengan gangguan jiwa. Peserta diminta memainkan peran sebagai anggota keluarga, tetangga, atau tenaga kesehatan, lalu diberikan umpan balik oleh fasilitator. Simulasi ini bertujuan melatih empati, keterampilan komunikasi, dan kemampuan mengenali gejala serta langkah pertolongan pertama di masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 95% peserta merasakan manfaat nyata dari kegiatan ini, terutama dalam peningkatan pemahaman mengenai tanda-tanda gangguan jiwa dan penanganan awal di lingkungan masyarakat. Tingginya tingkat partisipasi menunjukkan bahwa model penyuluhan berbasis partisipatif mendorong keterlibatan warga dalam pembelajaran tentang kesehatan mental secara aktif (Yuliana & Handayani, 2021). Sebanyak 5% peserta mengalami hambatan dalam memahami materi, yang disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan dasar, kemampuan literasi, atau usia lanjut. Hal ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa keberhasilan edukasi kesehatan jiwa sangat dipengaruhi oleh kondisi demografis peserta, termasuk tingkat pendidikan dan usia (Lestari & Rahayu, 2020). dapat dilihat pada Grafik di bawah ini :



Gambar 1.

Tingkat Pemahaman Peserta Setelah Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Jiwa

Kegiatan diskusi kelompok yang dilakukan secara terbuka berhasil menggali pengetahuan lokal dan pengalaman peserta dalam menangani permasalahan kesehatan mental, terutama dalam konteks kehidupan sosial masyarakat. Diskusi kelompok dinilai sebagai sarana efektif untuk membangun kesadaran kolektif dan solidaritas sosial dalam menangani gangguan jiwa (Utami & Prasetyo, 2022).

Simulasi kasus yang dilakukan memberikan dampak positif terhadap keterampilan peserta dalam merespons situasi nyata, seperti menghadapi orang yang mengalami kecemasan atau depresi ringan. Metode simulasi membantu peserta mengembangkan empati dan strategi komunikasi yang tepat dalam mendampingi individu dengan gangguan jiwa (Sari & Fauzan, 2021). Selain meningkatkan keterampilan, kegiatan ini juga mengubah persepsi sebagian peserta yang sebelumnya menganggap gangguan jiwa sebagai masalah mistik atau aib keluarga. Edukasi berbasis komunitas terbukti mampu menurunkan stigma terhadap orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) melalui pendekatan berbasis fakta ilmiah dan empati (Andriani & Kurniawan, 2020).

Partisipasi aktif masyarakat selama sesi penyuluhan menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang disesuaikan dengan konteks lokal lebih efektif dibandingkan model ceramah satu arah. Hal ini sesuai dengan prinsip pemberdayaan yang menempatkan masyarakat sebagai subjek pembelajar (Rachmawati & Hidayat, 2019). Pentingnya integrasi antara layanan primer seperti Puskesmas dan komunitas juga ditekankan dalam kegiatan ini. Koordinasi dengan petugas kesehatan jiwa di Puskesmas Taratara menjadi salah satu kunci keberhasilan penyampaian informasi yang valid dan langkah penanganan yang tepat (Marlina & Wahyuni, 2023).



Gambar 2.
Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan ini turut menunjukkan bahwa intervensi komunitas dapat menjadi strategi preventif dalam menurunkan angka gangguan jiwa ringan di tingkat lokal. Dengan kapasitas dasar masyarakat yang diperkuat, potensi deteksi dini gangguan jiwa meningkat secara signifikan (Simanjuntak, 2021). Model pengabdian masyarakat berbasis edukasi, diskusi, dan praktik langsung seperti ini dapat direplikasi di wilayah lain, terutama di daerah dengan keterbatasan akses layanan spesialis. Keberhasilan kegiatan ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan jiwa berbasis komunitas dapat menjadi bagian dari strategi nasional promotif-preventif (Kartika & Nugroho, 2022). Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini berkontribusi dalam meningkatkan literasi kesehatan jiwa, memperkuat jejaring sosial, serta mendukung masyarakat untuk menjadi lebih inklusif terhadap individu dengan gangguan jiwa. Hasil ini memperkuat temuan bahwa literasi kesehatan mental yang baik mendorong peningkatan kesejahteraan psikososial komunitas (Wirawan & Dewi, 2023).

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan jiwa yang dilaksanakan di Kelurahan Taratara, Kecamatan Tomohon Barat, berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini dan penanganan gangguan jiwa di tingkat komunitas. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 95% peserta merasakan manfaat, terutama dalam memahami tanda-tanda gangguan jiwa dan langkah penanganan awal yang dapat dilakukan di lingkungan sekitar. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif yang bersifat partisipatif, serta disesuaikan dengan kondisi lokal, efektif sebagai strategi

pemberdayaan masyarakat dalam isu kesehatan jiwa. Penerapan metode interaktif seperti diskusi kelompok dan simulasi kasus turut memperkuat pemahaman dan keterlibatan peserta, sekaligus menumbuhkan empati serta kepedulian sosial.

Demi keberlanjutan dan efektivitas program serupa di masa mendatang, disarankan agar kegiatan penyuluhan kesehatan jiwa dilaksanakan secara berkala dengan melibatkan tenaga kesehatan, tokoh masyarakat, dan kader kesehatan jiwa di setiap wilayah. Materi edukasi juga perlu disesuaikan dengan latar belakang sosial, budaya, dan tingkat literasi masyarakat setempat untuk menjangkau seluruh lapisan warga, termasuk mereka yang memiliki keterbatasan pemahaman. Selain itu, penting untuk mengembangkan media pembelajaran visual dan praktik langsung (role play) guna mempermudah pemahaman, terutama bagi kelompok rentan. Kolaborasi lintas sektor, seperti antara puskesmas, pemerintah kelurahan, dan institusi pendidikan, dapat memperkuat upaya ini dalam menciptakan komunitas yang sadar dan tanggap terhadap isu kesehatan jiwa secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, L., & Kurniawan, B. (2020). Penurunan stigma terhadap ODGJ melalui pendekatan edukasi komunitas. *Jurnal Promkes*, 8(3), 190–198.
- Anindita, R. A., & Prasetyo, A. R. (2022). Analisis faktor penyebab rendahnya pemahaman kesehatan mental di komunitas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(1), 45–52.
- Haris, M., & Nurhayati, R. (2019). Implementasi program pemberdayaan masyarakat untuk deteksi gangguan jiwa. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 45–52.
- Hidayat, R., & Fadila, N. (2020). Pemberdayaan masyarakat dalam promosi kesehatan mental. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 123–131.
- Kartika, S., & Nugroho, A. (2022). Replikasi model pengabdian kesehatan jiwa berbasis komunitas di wilayah terpencil. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM)*, 6(1), 89–97.
- Lestari, D. W., & Permana, A. G. (2021). Model penyuluhan kesehatan jiwa berbasis partisipatif untuk masyarakat pedesaan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM)*, 5(2), 98–107.
- Maulina, H., & Kurniawan, T. (2021). Peningkatan literasi kesehatan mental melalui pendidikan berbasis komunitas. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 13(3), 155–162.
- Marlina, T., & Sari, A. (2018). Peran perguruan tinggi dalam edukasi kesehatan jiwa masyarakat. *Jurnal Pengabdian dan Kesehatan Mental*, 4(1), 21–29.
- Rachmawati, E., & Hidayat, R. (2019). Pemberdayaan masyarakat dalam promosi kesehatan jiwa berbasis budaya lokal. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 18(2), 112–119.
- Ramdhani, N., & Fauziah, A. (2020). Pentingnya deteksi dini gangguan jiwa di masyarakat. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 39(2), 98–106.
- Sari, D. M., & Fauzan, M. (2021). Pengaruh simulasi kasus terhadap peningkatan keterampilan komunikasi dalam pelayanan kesehatan jiwa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 4(2), 75–83.
- Simanjuntak, T., & Hutapea, R. (2021). Intervensi berbasis komunitas dalam pencegahan gangguan mental emosional. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mental*, 10(2), 98–106.
- Suryani, L., & Nugraha, H. (2019). Dampak stigma sosial terhadap penderita gangguan jiwa. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 8(2), 101–108.
- Susanti, D., & Tanjung, R. (2019). Edukasi kesehatan jiwa dengan pendekatan budaya lokal. *Jurnal Psikologi Komunitas*, 6(2), 89–96.
- Utami, H., & Prasetyo, A. (2022). Diskusi kelompok sebagai pendekatan sosial dalam edukasi kesehatan jiwa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sehat*, 5(1), 55–64.
- Wahyuni, E., & Kustiawan, E. (2021). Pelatihan kader sebagai agen promosi kesehatan mental. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 15(1), 49–56.
- Wirawan, G. A., & Dewi, K. T. (2023). Literasi kesehatan jiwa sebagai determinan kesejahteraan psikososial. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 9(2), 123–131.

- Yuliana, E., & Handayani, S. (2021). Efektivitas penyuluhan interaktif dalam peningkatan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan jiwa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 120–128.
- Yusuf, R., & Safitri, E. (2023). Efektivitas penyuluhan kesehatan jiwa berbasis partisipatif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 5(1), 77–85.