

PENYULUHAN KESEHATAN JIWA UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN
ORANG TUA TENTANG MASALAH KESEHATAN JIWA REMAJA
DI PULAU LEMUKUTAN

Dwin Seprian^{1*}, Nurul Hidayah², Masmuri³, Muhammad Syafri Fachruddin⁴

¹⁻⁴ STIKes Yarsi Pontianak

Email Korespondensi: dwinseprian1993@gmail.com

Disubmit: 13 Oktober 2022 Diterima: 17 November 2022 Diterbitkan: 01 Januari 2023
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i1.8091>

ABSTRAK

Pengetahuan cara mendeteksi dini masalah kesehatan jiwa dibutuhkan orang tua agar dapat mengatasi ataupun mengetahui tindakan yang akan diambil ketika remaja mengalami masalah tersebut. Tujuan pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan orang tua tentang masalah kesehatan jiwa pada remaja di desa pulau Lemukutan. Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat adalah penyuluhan tentang masalah kesehatan jiwa remaja. Hasil pengabdian kepada masyarakat didapatkan data tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan yaitu kategori tinggi sebesar 25%, kategori sedang sebesar 15% dan kategori rendah sebesar 60%. Sedangkan setelah diberikan penyuluhan kesehatan jiwa remaja diperoleh pengetahuan pada kategori tinggi yaitu 75% dan kategori sedang yaitu 25%. Penyuluhan kesehatan jiwa remaja meningkatkan pengetahuan orang tua tentang kesehatan jiwa remaja

Kata Kunci: Penyuluhan Kesehatan Jiwa, Masalah Kesehatan Jiwa Remaja

ABSTRACT

Knowledge of how to detect mental health problems early is needed by parents to be able to overcome or know the actions to be taken when adolescents experience these problems. The purpose of community service is to increase parents' knowledge about mental health problems in adolescents in the village of Lemukutan Island. The method of implementing community service is counseling about adolescent mental health problems. The results of community service obtained data on the level of knowledge before being given counseling, namely the high category of 25%, the medium category of 15%, and the low category of 60%. Meanwhile, after being given counseling on adolescent mental health, knowledge was obtained in the high category, namely 75%, and the medium category, namely 25%. Adolescent mental health counseling increases parents' knowledge about adolescent mental health

Keywords: *Mental Health Counseling, Adolescent Mental Health Problems*

1. PENDAHULUAN

Pulau Lemukutan terletak di Kabupaten Bengkayang Provinsi Kalimantan Barat. Pulau Lemukutan memiliki wisata alam yang sangat bagus dengan luas wilayah mencapai luas 1.453 hektar (BAPPEDA, 2020). Pulau Lemukutan termasuk dalam kawasan tujuan untuk pariwisata Kalimantan Barat (Priatna *et al.*, 2019). Sebagai destinasi wisata, pulau Lemukutan dituntut mempunyai fasilitas kesehatan dalam mendukung pengembangan wisata (Manahampi *et al.*, 2015). Namun faktanya, pulau Lemukutan saat ini hanya memiliki 1 fasilitas kesehatan berupa poskesdes dengan jumlah tenaga kesehatan hanya satu orang bidan. Fasilitas Kesehatan seperti puskesmas dan rumah sakit memiliki jarak yang jauh serta harus menyebrangi laut. Hal ini tentunya menyebabkan kurangnya paparan informasi tentang Kesehatan, baik fisik maupun mental.

Berdasarkan Kabar News, (2021) pulau Lemukutan pernah dihantam gelombang tinggi pada rabu (13/1/2021) dini hari. Akibat musibah tersebut puluhan rumah warga dan sejumlah bangunan rusak, termasuk dermaga dan jalan di Pulau Lemukutan. Dampak akibat bencana alam dapat menyebabkan masalah kesehatan jiwa seperti stres, kecemasan, depresi, insomnia, agresif, dan ketakutan (Torales, O'Higgins, Mauricio, Castaldelli-Maia, & Ventriglio, 2020). Hal tersebut juga dirasakan oleh remaja yang berada dalam tahapan peralihan menuju dewasa yang rawan terhadap perkembangan emosional dan perilaku. Gangguan dalam kesehatan jiwa remaja memiliki dampak yang signifikan terhadap aspek lainnya seperti penyesuaian diri, konsentrasi berkurang, masalah dalam prestasi dan hubungan interaksi sosial (Thorlacius & Gudmundsson, 2019). Permasalahan ini menjadi tantangan bagi tumbuh kembang remaja dari segi psikososial, perkembangan emosinya, dan juga kesehatan jiwanya yang rentan mengalami depresi yang berat (Miranda *et al.*, 2020).

Keluarga menjadi faktor yang penting dalam masalah kesehatan jiwa pada remaja. Pengetahuan cara mendeteksi dini masalah kesehatan jiwa sangat dibutuhkan orangtua untuk mengetahui tindakan yang akan diambil ketika remaja mengalami masalah tersebut. Namun faktanya para orang tua yang memiliki anak usia remaja di pulau Lemukutan masih minim terpapar tentang pengetahuan cara mendeteksi dini masalah kesehatan jiwa pada remaja. Hal ini ditunjukkan dengan persepsi salah satu orang tua yang mengatakan bahwa tanda gejala remaja yang mungkin merasa frustrasi dengan masalah yang mereka alami merupakan hal yang normal dalam masa perkembangannya. Hasil wawancara yang dilakukan pada salah satu orang tua yang memiliki anak remaja yang sudah terdiagnosa gangguan jiwa, mereka mengatakan hanya memberikan obat yang sudah didapatkan dari puskesmas dan tidak mengetahui cara melakukan penanganan yang berbasis keluarga.

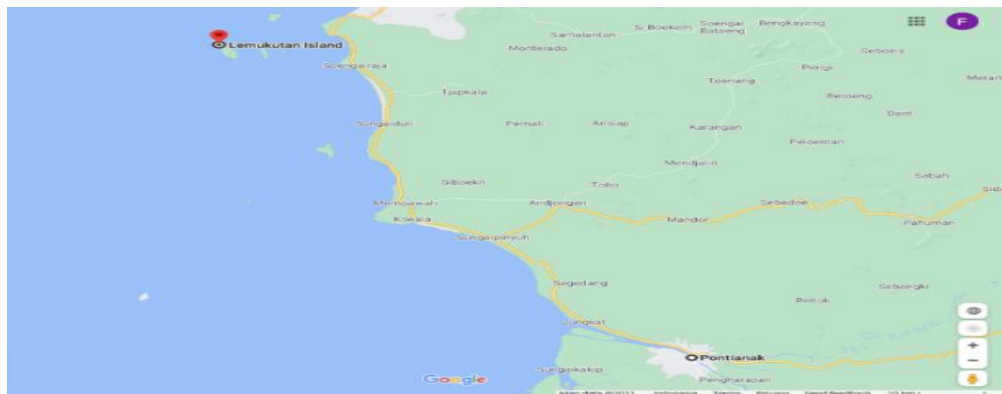
Berdasarkan hasil penelitian Rachmadyansyah & Khairunisa (2019) edukasi interaktif tentang pengenalan kesehatan mental bagi remaja mempunyai pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan. Edukasi interaktif tersebut memberikan informasi tentang konsep kesehatan jiwa remaja serta cara mengontrol emosi tidak stabil yang sering ditunjukkan remaja. Secara umum, masalah kesehatan jiwa pada remaja menjadi hal yang perlu diwaspadai karena mungkin memiliki efek jangka panjang di kemudian hari (Bandoli, 2017). Perbedaan dengan orang dewasa, remaja lebih rentan terhadap masalah mental karena memiliki lebih sedikit pengalaman dan pengetahuan untuk mengatasi situasi stres. Remaja lebih

terpengaruh oleh situasi stres karena perasaan ketidakpastian. Tingkat dan kemampuan remaja untuk mengatasinya tergantung pada faktor risiko dan ketahanan mental yang berhubungan dengan individu dan keluarga atau orang tua (Stadler & Walitza, 2021).

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan Kabar News, (2021) pulau Lemukutan pernah dihantam gelombang tinggi pada rabu (13/1/2021) dini hari. Akibat musibah tersebut puluhan rumah warga dan sejumlah bangunan rusak, termasuk dermaga dan jalan di Pulau Lemukutan. Wilayah yang rentan terkena bencana alam dapat memicu terjadinya masalah kesehatan jiwa seperti stres, kecemasan, dan depresi. Pulau Lemukutan saat ini hanya memiliki 1 fasilitas kesehatan berupa poskesdes dengan jumlah tenaga kesehatan hanya satu orang bidan. Fasilitas Kesehatan seperti puskesmas dan rumah sakit memiliki jarak yang jauh serta harus menyebrangi laut. Hal ini tentunya menyebabkan kurangnya paparan informasi tentang Kesehatan, baik fisik maupun mental.

Berdasarkan data tersebut maka kami ingin mengidentifikasi bagaimana tingkat pengetahuan orang tua terhadap masalah kesehatan jiwa pada remaja?



Gambar 1. Peta lokasi dan jarak Pontianak ke mitra kerjasama (pulau Lemukutan)

3. KAJIAN PUSTAKA

Remaja adalah sekelompok individu yang berada di rentang usia 10-19 tahun (WHO, 2015). Remaja merupakan fase transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada fase ini terjadi perubahan biologis, psikologis, dan sosial, sehingga penting untuk mendapat perhatian lebih (*National Institute of Mental Health*, 2016). Masalah kesehatan jiwa pada remaja merupakan sebuah keadaan yang serius yang dapat mempengaruhi perilaku, emosi dan cara berfikir remaja serta sifatnya yang permanen sehingga membutuhkan penanganan yang serius untuk mengatasinya. Permasalahan kesehatan mental dan psikososial pada anak remaja memerlukan perhatian yang lebih salah satunya dari pihak keluarga, masyarakat dan sekolah (Thorlacius & Gudmundsson, 2019).

Program kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mencakup penyuluhan tentang masalah kesehatan jiwa remaja, pencegahan serta penatalaksanaan Ketika tanda gejala muncul. Penyuluhan merupakan salah

satu metode yang digunakan dalam meningkatkan pengetahuan. Penyuluhan kesehatan ditujukan untuk individu, keluarga maupun kelompok yang ada di masyarakat. Penyuluhan kesehatan membantu masyarakat dalam meningkatkan kemampuan baik pengetahuan, sikap maupun keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal yang dapat dilaksanakan pada diri individu tersebut maupun keluarga (Hertiana & Saleh, 2020).

Penyuluhan kesehatan jiwa pada remaja menjadi faktor yang penting dalam masalah kesehatan jiwa pada remaja khususnya orang tua. Pengetahuan cara mendeteksi dini masalah kesehatan jiwa dibutuhkan orangtua agar dapat mengatasi ataupun mengetahui tindakan yang akan diambil ketika remaja mengalami masalah kesehatan jiwa seperti stres, kecemasan, depresi, insomnia, agresif, dan ketakutan (Torales *et al*, 2020).

4. METODE

a. Persiapan

Tahap persiapan dilakukan dengan mengidentifikasi masalah yang ada pada masyarakat, khususnya masalah kesehatan jiwa remaja. Setelah itu melakukan studi pendahuluan dengan wawancara kepada masyarakat dan menentukan solusi terhadap masalah yang dialami. Pada tahap persiapan, tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat mengurus perizinan dengan pemerintah desa dan membuat perencanaan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu, tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat juga berkoordinasi dengan mitra pengabdian untuk penyediaan tempat pelaksanaan pengabdian dan penyebaran undangan kepada masyarakat.

b. Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu:

- 1) Pembukaan oleh moderator
- 2) *Pre-test* pengetahuan masalah kesehatan jiwa remaja bagi peserta penyuluhan
- 3) Penyampaian materi tentang masalah kesehatan jiwa remaja pada tanggal 2 bulan September 2022 jam 10.00 - 11.30
- 4) Memberikan *role play* cara penanganan gangguan jiwa pada remaja:
 - a. *Role play* cara mendeteksi dini gangguan jiwa remaja
 - b. *Role play* cara pendekatan komunikasi teraupetik
- 5) *Post-test* pengetahuan masalah kesehatan jiwa remaja bagi peserta penyuluhan

c. Evaluasi

Evaluasi dibagi menjadi dua bagian yaitu:

1) Evaluasi struktur

Jumlah peserta yang hadir adalah 20 orang tua yang memiliki anak usia remaja, dan telah sesuai dengan perencanaan yang telah disusun. Pengaturan tempat diberikan jarak dan masyarakat menggunakan masker saat diruangan. Ventilasi di ruangan sangat memadai sehingga sirkulasi udara sangat baik. Proses penyampaian materi menggunakan media dan perelatan sesuai dengan perencanaan.

2) Evaluasi proses

Pelaksanaan penyuluhan kesehatan jiwa remaja dilakukan di balai desa Pulau Lemukutan pada pukul 10.00 sampai dengan 11.30 WIB.

Proses pelaksanaan berjalan dengan lancar, semua peserta aktif saat berdiskusi.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada masyarakat Desa Pulau Lemukutan dengan jumlah 20 peserta. Hasil pengabdian kepada masyarakat dijelaskan pada tabel 1

Tabel 1. Distrbusi Frekuensi Pengetahuan Peserta Sebelum dan Setelah Penyuluhan kesehatan jiwa remaja (n=20)

Kategori	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Tinggi	5	25	15	75
Sedang	3	15	5	25
Rendah	12	60	0	0



Gambar 2. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Pulau Lemukutan

b. Pembahasan

Tabel 1 menjelaskan bahwa sebelum diberikan penyuluhan kesehatan jiwa remaja sebagian besar peserta memiliki pengetahuan pada kategori tinggi yaitu 25%, kategori sedang yaitu 15% dan kategori rendah yaitu 60%. Sedangkan setelah diberikan penyuluhan kesehatan jiwa remaja diperoleh pengetahuan pada kategori tinggi yaitu 75% dan kategori sedang

yaitu 25%. Hasil pengabdian kepada masyarakat menjelaskan penyuluhan kesehatan jiwa remaja meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan jiwa remaja .

Faktor pendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah adanya dukungan dari pemerintah Desa Pulau Lemukutan yang telah menyediakan fasilitas dalam pelaksanaan penyuluhan kesehatan jiwa remaja. masyarakat yang mengikuti kegiatan berperan aktif dalam diskusi serta mengikuti kegiatan sampai selesai.

Penyuluhan merupakan salah satu metode yang digunakan dalam meningkatkan pengetahuan. Penyuluhan kesehatan ditujukan untuk individu, keluarga maupun kelompok yang ada di masyarakat. Penyuluhan kesehatan membantu masyarakat dalam meningkatkan kemampuan baik pengetahuan, sikap maupun keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal yang dapat dilaksanakan pada diri individu tersebut maupun keluarga (Hertiana & Saleh, 2020). Penggunaan alat bantu pendidikan seperti leaflet, lembar balik dan modul dalam melaksanakan penyuluhan kesehatan mempunyai pengaruh dalam membantu penerimaan informasi yang disampaikan kepada masyarakat khususnya keluarga (Notoadmodjo, 2012).

Keluarga menjadi faktor yang penting dalam masalah kesehatan jiwa pada remaja. Pengetahuan cara mendeteksi dini masalah kesehatan jiwa dibutuhkan orangtua agar dapat mengatasi ataupun mengetahui tindakan yang akan diambil ketika remaja mengalami masalah kesehatan jiwa seperti stres, kecemasan, depresi, insomnia, agresif, dan ketakutan (Torales *et al*, 2020). Perilaku yang dilakukan remaja perlu dicermati dengan bijaksana karena bisa saja perilaku yang ditunjukkan merupakan salah satu dari masalah kesehatan jiwa yang dapat membahayakan diri, orang lain maupun lingkungan. Terapi keluarga dan penyuluhan keluarga penting untuk membantu keluarga mendapatkan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan guna membuat perubahan yang dapat meningkatkan fungsi semua anggota keluarga dalam mendeteksi serta memberikan perawatan bagi masalah kesehatan jiwa remaja (Pribadi *et al*, 2022).

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat terdapat peningkatan pengetahuan tentang kesehatan jiwa remaja dan cara mengatasi masalah kesehatan yang timbul pada usia remaja. Saran untuk pengabdian kepada masyarakat berikutnya yaitu memberikan program pelatihan tindakan pertama yang dilakukan ketika menemukan atau mempunyai anggota keluarga dalam usia remaja yang mengalami masalah kesehatan jiwa.

7. DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2016). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V* (DSM - V). Retrieved Mei 12, 2018, from: <https://dsm.psychiatryonline.org/pbassets/dsm/update/DSM5Update2015.pdf>
- Adam Fauzan Rachmadyansyah & Yuyun Khairunisa. (2019). Pengembangan Website Edukasi Interaktif Pengenalan Kesehatan Mental Bagi Remaja. *Jurnal Multimedia dan IT*. Vol 03 No 02. ISSN: 2548-9534
- Bandoli, G.; Campbell-Sills, L.; Kessler, R.C.; Heeringa, S.G.; Nock, M.K.; Rosellini, A.J.; Sampson, N.A.; Schoenbaum, M.; Ursano, R.J.; Stein, M.B. *Childhood adversity, adult stress, and the risk of major depression or generalized anxiety disorder in US soldiers: A test of the stress sensitization hypothesis*. *Psychol. Med.* 2017, 47, 2379-2392.
- Courtney, D., et.al. (2020). *COVID-19 Impacts on Child and Youth Anxiety and Depression: Challenges and Opportunities*. *The Canadian Journal of Psychiatry / La Revue Canadienne de Psychiatrie*, 65(10), 688-691
- C. Wang, R. Pan, X. Wan, Y. Tan, L. Xu, R.S. McIntyre, F.N. Choo, B. Tran, R. Ho, V. K. Sharma, C. Ho, *A Longitudinal Study on the Mental Health of General Population during the COVID-19 Epidemic in China, Brain, Behavior, and Immunity*, 2020, <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.028>, 0-1.
- Debora Marques de Miranda, Bruno da Silva Athanasio, Ana Cecília Sena Oliveira, and Ana Cristina Simoes-e-Silva. *How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents?*. Elsevier Public Health Emergency Collection. Published online 2020 Sep 10. doi: 10.1016/j.ijdr.2020.101845
- Darmiati, Ambohamsah, I., K, F. A., & Ida. (2021). Deteksi Dini Status Kesehatan Jiwa pada Pemuda di Desa Buku. *Indonesian Journal of Community* 3, 15-18.
- Fitri, E., Zola, N., & Ildil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPi (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1-5.
- Hertiana & Aryanti Saleh. 2020. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Dalam Merawat Penderita Gangguan Jiwa Di Kota Palopo. *Journal Of Islamic Nursing*. Vol 5 No 1.
- Julio Torales, Marcelo O' Higgins, Joao Marcio Castaldelli-Maia, Antonio Ventriglio. *The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health*. *Int J Soc Psychiatry*. 2020 Jun;66(4):317-320. doi: 10.1177/0020764020915212. Epub 2020 Mar 31
- Leila Mohammadinia, Ali Ardalan, Davoud Khorasani-Zavareh, Abbas Ebadi⁴, Hossein Malekafzali, Mojtaba Fazel. *Domains and indicators of resilient children in natural disasters: A systematic literature review*. *International Journal Of Preventive Medicine*. 2018, vol 8, issue 1, page 54. DOI: 10.4103/ijpvm.IJPVM_1_18
- Meichun Mohler-Kuo 1,2,* , Shota Dzemaili 1, Simon Foster 2, Laura Werlen 3 and Susanne Walitza 2 *Stress and Mental Health among Children/Adolescents, Their Parents, and Young Adults during the First COVID-19 Lockdown in Switzerland* *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, 4668. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094668>

- Mojtabai, R., Olfson, M., & Han, B. (2016). National Trends in the Prevalence and Treatment of Depression in Adolescents and Young Adults. *Pediatrics*, 138(6). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1878>.
- Notoadmodjo. 2012. Promosi kesehatan dan perilaku kekerasan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nearchou, F.; Flinn, C.; Niland, R.; Subramaniam, S.S.; Hennessy, E. Exploring the *Impact of COVID-19 on Mental Health Outcomes in Children and Adolescents: A Systematic Review*. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2020, 17, 8479
- Nurfadila & Idawati Ambo Hamsah. 2022. Deteksi Dini Gangguan Jiwa pada Remaja SMK YPPP Wonomulyo. *Mando Care Jurnal (MCJ)*, Vol. 1 No. 2 (Juni 2022) : P-ISSN 2809-3429, E-ISSN 2807-7902. DOI artikel: <https://doi.org/10.55110/mcj.v1i2.67>
- The National Institute of Mental Health. Department of Health and Human Services. 2016.
- Thorlacius & Gudmundsson. *The Effectiveness of the Children's Emotional Adjustment Scale (CEAS) in Screening for Mental Health Problems in Middle Childhood*. *School Mental Health* (2019) 11:400-412. DOI:10.1007/s12310-018-9296-x
- Stadler, C.; Walitza, S. *Risikofaktoren und Resilienz für die kindliche Entwicklung in der COVID-19 Krise. In COVID-19 EinVirus Nimmt Einfluss auf Unsere Psyche. Einschätzungen und Maßnahmen aus Psychologischer Perspektive. 2., Erweiterte und Überarbeitete Auflage*; Kohlhammer: Stuttgart, Germany, 2021.
- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. Singapore: Elsevier
- World Health Statistic Report 2015. Geneva: World Health Organization; 2015.