



EDUKASI MENJAGA KESEHATAN MENTAL PADA MASYARAKAT DIDESA OELPUAH**Oleh****Antonia Helena Hamu¹, Maria Agustina Making², Febtian Cendradevi Nugroho³,
Mariana Oni Betan⁴, Roswita Victoria Rambu Roku⁵****1,2,3,4,5 Poltekkes Kupang****E-mail: 1hamuantonia.2017@gmail.com**

Article History:*Received: 23-05-2024**Revised: 14-06-2024**Accepted: 22-06-2024***Keywords:***Sosialisasi, Kader Sehat Jiwa,
Kesehatan Mental,
Komunitas*

Abstract: Masalah kesehatan mental tidak lagi menjadi persoalan individual, tetapi persoalan masyarakat pada umumnya. Sehingga intervensinya melibatkan masyarakat. Berbagai upaya dilakukan antara lain promosi dan preventif seperti sosialisasi dan edukasi. Oleh karena itu, pengetahuan praktis mengenai kesehatan mental selayaknya juga dipahami oleh masyarakat. Pengetahuan praktis mengenai kesehatan mental selayaknya juga dipahami oleh masyarakat. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan tentang kesehatan jiwa kepada masyarakat di desa Oelpuah kecamatan Kupang tengah Kabupaten Kupang. Metode: dengan memberikan sosialisasi. Sosialisasi dilakukan dengan kombinasi menampilkan ppt dan sharing. Kegiatan ini diikuti oleh tokoh masyarakat, aparat desa, kader dan masyarakat umum lainnya. Hasil pengabdian masyarakat ini adalah pembentukan kader kesehatan mental yang bertugas membantu profesional kesehatan mental di Puskesmas. Oleh karena itu, perlu diadakan pelatihan rutin untuk meningkatkan kemampuan kader kesehatan mental.

PENDAHULUAN

Kesehatan Jiwa adalah kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya.

Terdapat berbagai masalah kesehatan jiwa dengan gejala yang berbeda, umumnya ditandai oleh kombinasi pemikiran abnormal, masalah atau gangguan persepsi, emosi, perilaku dan hubungan dengan orang lain. Masalah kesehatan dan gangguan jiwa meliputi: depresi, gangguan afektif bipolar, skizofrenia dan psikosis lainnya, demensia, cacat intelektual, dan gangguan perkembangan termasuk gangguan spektrum autisme dan lain-lain. Beban masalah kesehatan jiwa terus meningkat yang berdampak terhadap kesehatan dan konsekuensi sosial, hak asasi manusia dan ekonomi utama di semua negara di dunia. (KEMENKES RI, 2021).

Berdasarkan data Riskesdas 2018 didapatkan, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta



penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. data kasus ODGJ berat adalah 1,8 per 1000 penduduk atau 429.332 ODGJ Berat. Target layanan keswa terhadap ODGJ berat pada tahun 2024 adalah sebesar 100% sesuai Standar Pelayanan Minimum bidang kesehatan. ODGJ berat yang dipasung adalah 31,5% dari jumlah penderita sementara ODGJ yang teratur minum obat hanya 48.9 %. sedangkan gangguan mental emosional adalah 9.8 per 100,000 penduduk. Besaran masalah sangat penting untuk perencanaan kegiatan pencegahan dan pengendalian serta perencanaan obat gangguan jiwa.

Kesehatan jiwa merupakan bagian penting dari kesehatan secara keseluruhan (Ayuningtyas et al., 2018). Kesehatan jiwa mengacu pada kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dan berinteraksi dengan lingkungannya dengan cara yang positif, sehingga mencegah gangguan mental (Fakhriyani, 2022). Kesehatan jiwa masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan di dunia, termasuk di Indonesia.

Menurut UU no 17 Pasal 75 ayat 1 Upaya Kesehatan jiwa diberikan secara proaktif terintegrasi, komprehensif, dan berkesinambungan sepanjang siklus kehidupan manusia bagi orang yang berisiko, orang dengan gangguan jiwa, dan masyarakat.

Upaya mengatasi masalah kesehatan jiwa yang terjadi menjadi tanggung jawab bersama seluruh bagian di masyarakat melalui pemberdayaan masyarakat dengan menanamkan pengetahuan dan perilaku sehat jiwa (Winahayu et al., 2016), dengan cara promotif dan preventif sangat penting untuk mencegah masalah kesehatan jiwa (Monardo & Harmadi, 2020) Pendekatan preventif sebagai upaya mencegah terjadinya masalah kesehatan jiwa di masyarakat dilakukan salah satunya dengan kegiatan sosialisasi (Arini & Syarli, 2020)

Kekurangan akses terhadap layanan kesehatan jiwa: Di banyak daerah pedesaan, akses terhadap layanan kesehatan jiwa mungkin terbatas. Masyarakat di desa sering kali tidak memiliki pengetahuan atau informasi yang cukup tentang kesehatan jiwa, serta kesulitan dalam mengakses layanan kesehatan yang memadai.

METODE

Metode pelaksanaan yang dilakukan pada kegiatan ini adalah dengan memberikan sosialisasi. Sosialisasi dilakukan dengan kombinasi menampilkan ppt dan sharing. Sosialisasi ini terbagi dalam beberapa tahapan yaitu Tahap persiapan. Persiapan dilakukan pertemuan bersama Yayasan tanpa batas . Yayasan tanpa batas adalah sebuah LSM yang mempunyai daerah binaan antara lain desa Oelpuah. selanjutnya melakukan koordinasi dan komunikasi kepihak aparat desa Oelpuah dalam merencanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan menyampaikan tentang tujuan kegiatan, sasaran tokoh masyarakat, kader , tokoh agama dan masyarakat desa Oelpuah kecamatan Kupang tengah, Kabupaten Kupang, yang akan dikutsertakan dan kontrak waktu pelaksanaan serta manfaat yang akan diperoleh baik bagi tim pengabdian dan masyarakat dalam kegiatan ini. Tahap selanjutnya yaitu Pemberian materi sosialisasi, Materi sosialisasi diberikan melalui ppt yang ditampilkan dan sharing pada tanggal 29 Februari 2024.



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi Kesehatan Mental Di Desa Oelpuah, Kecamatan Kupang tengah, Kabupaten Kupang

DISKUSI

Edukasi tentang kesehatan jiwa merupakan upaya peningkatan pengetahuan dan pola pikir masyarakat tentang masalah kesehatan jiwa (Kurniawan & Sulistyarini, 2017). Literasi kesehatan mental berarti mendapatkan lebih banyak pengetahuan dan keyakinan tentang gangguan mental dan cara mencegahnya (Abbafati et al., 2020). Pendidikan kesehatan jiwa untuk remaja dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan jiwa, yang berdampak pada kesehatan mental remaja dan masalah kesehatan jiwa (Lestarina, 2021)

Pentingnya kesehatan mental masyarakat Desa Oelpuah, Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang, tidak bisa diabaikan. Kesehatan mental adalah bagian integral dari kesehatan secara keseluruhan dan memiliki dampak signifikan pada kualitas hidup seseorang. Kesehatan mental adalah keadaan kesejahteraan di mana individu menyadari potensinya sendiri, dapat mengatasi stres normal dalam hidup, dapat bekerja secara produktif dan berkontribusi pada komunitasnya..

Untuk mengatasi masalah ini, kami telah menerapkan metode edukasi yang dirancang untuk mengajarkan masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan mental mereka. Edukasi ini melibatkan berbagai teknik dan pendekatan, termasuk diskusi dengan warga, sosialisasi, dan aktivitas interaktif (sahring). Salah satu teknik yang kami gunakan adalah pendekatan yang

memberikan informasi dan pendidikan masyarakat tentang gangguan mental dan cara mengatasinya. Ini dapat membantu masyarakat memahami apa yang mereka alami dan bagaimana mereka dapat mengambil langkah-langkah positif untuk menjaga kesehatan mental.

KESIMPULAN

Pentingnya sosialisasi kesehatan mental pada masyarakat di Desa Oelpuah , melalui sosialisasi, kami telah mencoba untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan masyarakat kepada masyarakat. Kami menemukan bahwa sosialisasi ini sangat penting untuk memastikan bahwa masyarakat memiliki pemahaman yang baik tentang



kesehatan mental dan bagaimana cara memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan dengan baik. Ini akan membantu masyarakat dalam penanganan masalah kesehatan mental

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terima Kasih kepada Yayasan Peduli Masyarakat (YBM) yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian masyarakat ini, juga kepada Kepala Desa oelpuh dan masyarakatnya yang sudah bersedia memfasilitasi dan mengikuti kegiatan sosialisasi kesehatan mental

DAFTAR REFERENSI

- [1] Abbafati, C., Abbas, K. M., Abbasi, M., Abbasifard, M., Abbasi-Kangevari, M., Abbastabar, H., Abd-Allah, F., Abdelalim, A., Abdollahi, M., Abdollahpour, I., Abedi, A., Abedi, P., Abegaz, K. H., Abolhassani, H., Abosetugn, A. E., Aboyans, V., Abrams, E. M., Abreu, L. G., Abrigo, M. R. M., ... Murray, C. J. L. (2020). Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet*, 396(10258), 1204–1222. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30925-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30925-9)
- [2] Arini, L., & Syarli, S. (2020). Deteksi Dini Gangguan Jiwa Dan Masalah Psikososial Dengan Menggunakan Self Reporting Qustioner (SRQ-29). *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 167–172. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.4672>
- [3] Ayuningtyas, D., Misnaniarti, M., & Rayhani, M. (2018). ANALISIS SITUASI KESEHATAN MENTAL PADA MASYARAKAT DI INDONESIA DAN STRATEGI PENANGGULANGANNYA. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1). <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>
- [4] Fakhriyani, D. V. (2022). *KESEHATAN MENTAL*. Duta Media Publishing. <http://repository.iainmadura.ac.id/id/eprint/309>
- [5] KEMENKES RI. (2021). *Pedoman Tatakelola Penyelenggaraan Upaya Kesehatan Jiwa*. Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit.
- [6] Kurniawan, Y., & Sulistyarini, I. (2017). Komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati) Sebagai Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Masyarakat. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 112. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v1i22016.112-124>
- [7] Lestarina, N. N. W. (2021). PENDAMPINGAN REMAJA SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI DESA LABAN GRESIK. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat ITK (PIKAT)*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.35718/pikat.v2i1.332>
- [8] Monardo, & Harmadi. (2020). *Panduan Kesehatan Jiwa pada Masa Pandemi COVID-19: Peran keluarga sebagai pendukung utama*. [https://covid19.go.id/storage/app/media/Materi Edukasi/2021/Februari/Panduan %0AKesehatan Jiwa di Masa Pandemi - Satgas Penanganan Covid-19.pdf](https://covid19.go.id/storage/app/media/Materi_Edukasi/2021/Februari/Panduan%0AKesehatan%20Jiwa%20di%20Masa%20Pandemi%20-%20Satgas%20Penanganan%20Covid-19.pdf)
- [9] Winahayu, E., Keliat, B. A., & Wardani, I. Y. (2016). Sustainability Factor Related with the Implementation of Community Mental Health Nursing (CMHN) in South and West Jakarta. *Jurnal NERS*, 9(2), 305. <https://doi.org/10.20473/jn.v9i22014.305-312>