

## Efforts To Improve The Mental Health Of Jetak Village Communities

<sup>1</sup>Chandra Hadi Prasetya, <sup>2</sup>Mariyati, <sup>3</sup>Dwi Retnaningsih, <sup>4</sup>Arifianto, <sup>5</sup>Dwi Nur Aini, <sup>6</sup>Menik Kustryani, <sup>7</sup>Rahayu Winarti, <sup>8</sup>Maulidta Karunianingtyas, <sup>9</sup>Niken Sukes, <sup>10</sup>Emilia Puspitasari, <sup>11</sup>Dyah Restuningsih, <sup>12</sup>Heny Prasetyorini, <sup>13</sup>Wahyuningsih, <sup>14</sup>Endang Supriyanti, <sup>15</sup>Heru Wijanarko,

<sup>1-15</sup>Universitas Widya Husada Semarang

email: [chprasetya@gmail.com](mailto:chprasetya@gmail.com)

### Abstract

*Mental health is a problem that is influenced by various factors, including the impact of modernization, because not everyone is able to adapt to various technological changes. Mental disorder itself is a condition of inability and invalidity both individually and as a group which can later hinder the development process. Some of the mental health problems experienced in society include anxiety, stress, depression. Because of this, the community needs to have the ability to manage mental health by increasing understanding of mental health through educational activities about mental health. The method of implementing health education activities is by delivering material, where before the material is delivered the audience is given pre-test questions first then the two presenters provide material in a panel with the first material being community mental health and the second material is stress management, in the activity there are discussion sessions, questions and answers and applications the practice of stress management then ended with the participants filling in the post test questions. The results of the work on the pre-test and post-test questions showed an increase in the average participant score where the average pre-test score was 40 and increased to 90 during the post-test. It can be concluded that health education activities carried out using the lecture method using laptops and projectors and direct practice were able to increase the knowledge of health cadres about mental health.*

**Keyword:** Mental health, stress, society.

### Abstrak

Kesehatan jiwa merupakan masalah yang dipengaruhi berbagai faktor antara lain karena dampak dari adanya modernisasi hal tersebut dikarenakan tidak semua orang mampu beradaptasi dengan berbagai perubahan teknologi. Gangguan jiwa sendiri merupakan kondisi ketidakmampuan serta invaliditas baik secara individu maupun secara kelompok yang nantinya dapat menghambat proses pembangunan. Beberapa masalah kesehatan jiwa yang dialami masyarakat antara lain cemas, stress, depresi. Oleh karena itu hal tersebut maka masyarakat perlu memiliki kemampuan dalam mengelola kesehatan jiwa dengan cara peningkatan pemahaman tentang kesehatan jiwa melalui kegiatan pendidikan tentang kesehatan jiwa. Metode pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan dengan penyampaian materi, dimana sebelum materi disampaikan audiens diberikan soal pre test terlebih dahulu selanjutnya kedua pemateri memberikan materi secara panel dengan materi pertama kesehatan jiwa masyarakat dan materi kedua adalah manajemen stress, didalam kegiatan ada sesi diskusi, tanya jawab dan aplikasi praktik manajemen stress kemudian diakhiri dengan pengisian soal post test oleh peserta. Hasil dari pengerjaan soal pre test dan post test terjadi peningkatan dari rata-rata nilai peserta dimana rata-rata nilai pre test 40 meningkat menjadi 90 saat post test. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan pendidikan kesehatan yang dilaksanakan dengan metode ceramah menggunakan media laptop dan proyektor dan praktik secara langsung mampu meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang kesehatan jiwa.

**Kata kunci:** Kesehatan jiwa, stress, masyarakat.

## Pendahuluan

Kesehatan jiwa merupakan sifat yang harmonis disegala segi dan sisi kehidupan manusia dengan cara berhubungan dengan orang lain (Purwanto, 2016). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan jiwa antara lain karena dampak dari modernisasi, karena tidak semua orang mampu beradaptasi dengan berbagai perubahan teknologi. Gangguan jiwa merupakan kondisi ketidakmampuan serta invaliditas baik secara individu maupun secara kelompok yang nantinya dapat menghambat proses pembangunan, hal tersebut dikarenakan orang yang mengalami gangguan jiwa tidak dapat hidup secara produktif yang nantinya berakibat meningkatnya beban yang diami oleh keluarga yang mengalami gangguan jiwa tersebut, bahkan bukan hanya keluarga namun lingkungan masyarakat karena akan menyebabkan penderitanya tidak produktif bahkan dapat menimbulkan beban bagi keluarga maupun lingkungan masyarakat di sekitarnya

Kesehatan jiwa masyarakat merupakan masalah kesehatan masyarakat yang dihadapi semua negara. Data dari WHO disebutkan bahwa setiap saat 1% dari seluruh penduduk di dunia berada dalam kondisi membutuhkan pertolongan dan pengobatan untuk berbagai bentuk gangguan jiwa. Dimana Rata-rata 5-10% dari populasi masyarakat di dalam suatu wilayah yang mengalami depresi dan memerlukan pengobatan psikiatrik dan intervensi psikososial. Untuk kalangan perempuan, angka gangguan depresi dijumpai lebih tinggi lagi yaitu  $\pm$  15-17%.

Data statistik masalah gangguan jiwa di Indonesia menunjukkan bahwa orang yang mengalami depresi dan timbul gejalanya diusia lebih dari lima belas tahun mencapai angka 15 juta orang atau 7% dari total populasi dari penduduk Indonesia. Jumlah masyarakat yang mengalami gangguan jiwa berat pada tahun 2013 di beberapa wilayah antara lain Daerah Istimewa Yogyakarta (0,29%), Aceh ( 0,29%), Sulawesi Selatan (0,31%), Bali (0,31%) dan Jawa Tengah (0,30%) (Riset Kesehatan Dasar, 2013).

Berbagai upaya perlu dilakukan untuk dapat menekan angka kejadian gangguan jiwa diantaranya dengan melakukan penguatan ketahanan jiwa masyarakat dengan cara screening, edukasi serta kaderisasi. Kelurahan desa Jetak merupakan lokasi yang sangat sesuai untuk dijadikan lokasi implementasi kegiatan ketahanan jiwa masyarakat, disamping karena adanya data adanya masyarakat yang mengalami masalah kejiwaan juga didukung oleh warga dan perangkat desa yang menyampaikan bahwa masyarakat membutuhkan kegiatan ini.

## Metode

Pengabdian masyarakat yang sudah dilaksanakan pada kegiatan ini adalah dengan berupaya untuk memberikan edukasi tentang pentingnya ketahanan jiwa masyarakat desa Jetak. kegiatan Pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan merupakan kegiatan Pendidikan kesehatan secara langsung kepada kader kesehatan desa Jetak yang merupakan perwakilan dari seluruh RW yang ada di desa Jetak. Adapun waktu pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini adalah tanggal 17 Maret 2023, yang dimulai pukul 09.00 sampai dengan selesai. Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka langsung berlokasi di balai pertemuan kelurahan Jetak, kabupaten Semarang. Sebelum kegiatan peserta akan diminta mengerjakan soal pre test dan setelah selesai akan diminta mengerjakan soal post test untuk dinilai dan dilakukan evaluasi.

### Hasil dan Pembahasan

Pendidikan kesehatan yang telah dilakukan dengan tema kesehatan jiwa komunitas ini di dalamnya terdapat dua materi utama yaitu tentang kesehatan jiwa komunitas yang disampaikan oleh Ns Emilia Puspitasari, M.Kep., Sp., Kep.J dan Manajemen stress komunitas disampaikan oleh Ns Mariyati, M.Kep., Sp., Kep.J. Pendidikan kesehatan ini dilaksanakan bersama dengan mahasiswa keperawatan Universitas Widya Husada Semarang, pelaksanaan pendidikan kesehatan menggunakan media laptop, LCD Proyektor dan pengeras suara agar audien mampu menerima informasi secara maksimal, penyampaian materi dilaksanakan secara panel oleh kedua narasumber selama dua kali 45 menit dengan dipandu oleh Ns Endang S.S.Kep., M.Kep sebagai moderator dan dosen lain beserta mahasiswa berperan sebagai fasilitator kegiatan, setelah penyampaian materi moderator memandu kegiatan diskusi yang dibagi menjadi dua sesi dengan dua penanya untuk masing – masing sesi. Selama pelaksanaan kader terlihat sangat antusias dan bersemangat dalam menyerap materi terlihat dari banyaknya pertanyaan selama sesi diskusi. Tahap terakhir dalam pelaksanaan kegiatan adalah evaluasi dengan verbal maupun non verbal yaitu dengan membandingkan questioner yang diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan dimana diperoleh hasil terjadi peningkatan rata – rata nilai dari soal yang diberikan saat pre test rata-rata nilai 40 saat post test rata-rata nilai meningkat menjadi 90 hasil tersebut merupakan langkah awal untuk mewujudkan kesehatan jiwa masyarakat, setelah kegiatan ini akan ditindak lanjuti untuk melakukan screening diseluruh wilayah di kelurahan Jetak dengan melibatkan pihak kelurahan dan tokoh masyarakat setempat. Keberhasilan program Community Mental Health Nursing ditentukan oleh beberapa faktor antara lain dukungan politik, rencana, organisasi, kemitraan, stabilitas dana, komunikasi, adaptasi dan evaluasi program.



Gambar 1. Pelaksanaan pengabdian masyarakat



Gambar 2. Pelaksanaan pendampingan kader kesehatan

### Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah telah dilaksanakan oleh dosen keperawatan Universitas Widya Husada Semarang dengan melakukan pendidikan kesehatan tentang ketahanan jiwa masyarakat dan manajemen stress ini dirasa cukup berhasil dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat dari sebelum dilaksanakan penyuluhan rata-rata nilai dari jawaban kader saat mengerjakan pre test sebesar 40 meningkat menjadi 90 saat mengerjakan post test. Pengabdian ini membuat kader kesehatan lebih memahami tentang kondisi Kesehatan mental, penyebab, pencegahan dan menanganannya. Setelah kegiatan ini akan dilaksanakan petahihan kader agar dapat melakukan edukasi dan screening kesehatan jiwa di wilayah kerjanya masing-masing.

### Ucapan Terima Kasih

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Ucapan terima kasih dan apresiasi diberikan kepada berbagai pihak baik pemberi dana ataupun pihak lain yang telah turut serta dalam membantu terlaksananya program pengabdian kepada masyarakat ini terutama kepada Kepala desa Jetak, Pada Kader di seluruh wilayah desa Jetak, Ketua DPK PPK Universitas Widua Husada Semarang.

### Referensi

- Agus Suwignyo. 2018. Praktik Kewarganegaraan Sehari-hari sebagai Ketahanan Sosial Masyarakat Tahun 1950'an. Jurnal Ketahanan Nasional. Vol 24, 94-116. Diterbitkan April 2018. Universitas Gajah Mada
- Arifin, Mokhamad. (2012). "Rancangan Instrumen Deteksi Dini Gangguan Jiwa Untuk Kader dan Masyarakat di Kabupaten Pekalongan". Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol V No.2.

- Ariska, Y. N., Handayani, P. A., & Hartati, E. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Beban Caregiver dalam Merawat Keluarga yang Mengalami Stroke. *Holistic Nursing and Health Science*, Vol No 3(1), pp. 52–63
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2018) 'Risikesdas 2018', Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Fauzian, R., Rahmi, F., & Nugroho, T. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Memeriksa Diri Ke Pelayanan Kesehatan : Penelitian Pada Pasien Glaukoma Di Rumah Sakit Dr. Kariadi. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*
- Kemendes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar:RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemendes.
- Kemendes. (2013). Penyajian pokok-pokok hasil riset dasar kesehatan 2013. Jakarta: Badan penelitian dan pengembangan kesehatan Kementerian kesehatan RI.
- Kemendes. (2013). Profil kesehatan provinsi Jawa tengah tahun 2012. Jakarta: Pusat data dan informasi Kementerian kesehatan RI
- Lubis, N., Krisnani, H. and Fedryansyah, M. (2014) 'Pemahaman Masyarakat Mengenai Gangguan Jiwa Dan Keterbelakangan Mental', *Share : Social Work Journal*, 4(2). doi: 10.24198/share.v4i2.13073.
- Notoatmodjo, S. (2013) *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*, Jakarta: Rineka Cipta.