

Pemberdayaan Kader Kesehatan dalam Memberikan Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial bagi Masyarakat

Mohd. Syukri*¹, Daryanto¹

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Jambi

Korespondensi : syukrimohd15@gmail.com

Abstract

Background: At least, nursing staff are trained to care for at-risk groups and mental disorders, medical personnel have never been equipped with knowledge to care for people with mental health disorders, keswamas program does not run optimally, risk groups and mental disorders are still high., the presence of patients who have not been exposed to health mental health services is a problem faced by health centers today. **Purpose :** This encourages the need for socialization on how to provide support in the field of mental and psychosocial health to medical personnel and health workers. **Method:** The method of conducting the event consists in familiarizing Dalnyutkan with materials for medical personnel with coaching as part of field practice for specialists in the field of mental health. **Results :** The result of this public work was to increase the level of knowledge and skills of specialists in the field of mental health, the availability of manuals for staff. **Conclusion:** This event is an important part of the Community Mental Health program at Puskesmas, which aims to optimize mental health services in the community

Keywords: *Mental health, support, psychosocial, cadres*

Abstrak

Latar belakang : Sedikitnya SDM perawat yang terlatih merawat kelompok resiko dan gangguan jiwa, Kader kesehatan belum pernah dibekali pengetahuan merawat orang dengan masalah kesehatan jiwa, program keswamas belum berjalan optimal, kelompok resiko dan gangguan jiwa masih tinggi, adanya pasien yang belum terpapar dengan pelayanan kesehatan jiwa merupakan masalah yang ditemui pada pusat pelayanan kesehatan primer saat ini. **Tujuan :** menggambarkan pengabdian masyarakat tentang sosialisasi tentang cara memberikan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial bagi tenaga kesehatan dan kader. **Metode :** Metode pelaksanaan kegiatan adalah dengan cara pembekalan materi bagi kader kesehatan dilanjutkan dengan pembinaan melalui praktik lapangan bagi kader kesehatan jiwa. **Hasil :** Hasil pengabdian masyarakat ini adalah meningkatnya pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan jiwa, adanya buku pedoman kader. **Kesimpulan :** Kegiatan ini menjadi bagian penting dalam program kesehatan jiwa masyarakat di puskesmas sebagai upaya optimalisasi pelayanan kesehatan jiwa bagi masyarakat..

Kata kunci: *Dukungan, kesehatan jiwa, psikososial, kader*

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan jiwa terutama gangguan jiwa secara tidak langsung dapat menurunkan produktifitas, apalagi jika onset gangguan jiwa dimulai pada usia produktif (Hastuti & Arumsari, 2016). Untuk mengantisipasi hal tersebut, maka perlu pelayanan kesehatan jiwa yang komprehensif, holistik, dan paripurna. Kegiatan dapat dilakukan dengan menggerakkan dan memberdayakan seluruh potensi yang ada di masyarakat, baik warga masyarakat sendiri, tokoh masyarakat, dan profesi kesehatan. Pelayanan kesehatan yang berbasis masyarakat harus terus dikembangkan mengingat saat ini masih terbatasnya jumlah perawat jiwa yang dapat memenuhi kebutuhan akan pelayanan kesehatan jiwa bagi masyarakat (Andersen, 2020)

Perawat CMHN harus bisa memberdayakan sumber daya masyarakat untuk bersama-sama bisa mengoptimalkan pelayanan kesehatan jiwa di masyarakat (Dyah, 2023). Sumber daya masyarakat yang dimaksud adalah kader kesehatan jiwa yang ada di masyarakat¹. Puskesmas simpang sungai duren Muara Jambi dengan cakupan wilayah kerja yang cukup luas dimana terdapat 9 desa dengan jumlah penduduk kurang lebih 3000 an, memiliki sumber daya tenaga kesehatan khususnya perawat jumlahnya masih dirasa kurang.

Saat ini tercatat 36 kader kesehatan yang aktif sebagai perpanjang tangan tenaga kesehatan puskesmas dimasyarakat. Kondisi tersebut menyebabkan Program kesehatan jiwa masyarakat oleh puskesmas yang sudah ada namun pelaksanaannya yang masih belum optimal (Kementerian Kesehatan, 2014). Kader kesehatan yang ada belum pernah mendapatkan pembekalan tentang cara memberikan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial bagi masyarakat yang memiliki masalah kesehatan mental. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan jiwa melalui kegiatan pemberdayaan kader kesehatan dalam memberikukan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial bagi masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mewujudkan keluarga sehat jiwa khususnya di desa Sei Duren Kabupaten Muaro Jambi, hal ini dibuktikan dengan Kadar kesehatan jiwa memiliki pengetahuan dan kemampuan deteksi dini dan menggerakkan masyarakat terlibat aktif dalam pelayanan kesehatan jiwa dan keluarga memiliki pengetahuan dan kemampuan merawat anggota keluarga yang beresiko maupun yang telah mengalami gangguan kesehatan jiwa.

Manfaat kegiatan ini telah dibuktikan oleh beberapa penelitian tentang pengaruh dukungan kesehatan jiwa dan psikososial terhadap penurunan stres dan kecemasan, dimana setelah diberikan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial dalam bentuk edukasi dan latihan relaksasi otot progresif dan hipnosis lima jari selam 14 hari terlihat penurunan skor stres dan kecemasan responden yang signifikan (Subhannur & Rian, 2022). Penelitian lain yang dilakukan oleh Dyah *et al* (2023), membuktikan terdapat pengaruh dukungan kesehatan jiwa dan psikososial terhadap kecemasan ODK sebelum dan setelah pemberian vaksin. Dukungan kesehatan jiwa yang diberikan meliputi latihan tarik nafas dalam, relaksasi otot progresif, emosi positif, latihan berfokus pada lima jari, latihan berpikir positif, latihan menghentikan pikiran, perilaku positif, relasi positif, dan spiritual positif (Keliat, *et al* 2020)

METODE

Adapun pelaksanaan kegiatan ini terbagi menjadi 3 tahapan yaitu:

- a) Tahap persiapan, diawali dengan koordinasi dengan pihak puskesmas kecamatan dan kelurahan, penyusunan pre-planning, pembagian kelompok (tim fasilitator), persiapan alat dan bahan
- b) Tahap pelaksanaan, tim melaksanakan kegiatan penyuluhan dengan cara langsung dengan bantuan kader kesehatan dan perawat penanggung jawab keswamas. Tim menjelaskan tujuan kegiatan, mengkaji pengetahuan awal tentang dukungan kesehatan jiwa dan psikososial dan skoring tingkat ansietas (pre-test), memberikan edukasi tentang dukungan kesehatan jiwa dan psikososial, tanda gejala stres, cemas, cara pencegahan dan disertai latihan relaksasi mengatasi stres dan ansietas. Kemudian dilakukan simulasi latihan relaksasi otot progresiv dan hipnosis lima jari. Setiap peserta diberikan kesempatan untuk mendemonstrasikan latihan relaksasi tersebut
- 3) Tahap evaluasi, meminta peserta penyuluhan termasuk kader kesehatan jiwa untuk menceritakan/ memperagakan kembali tentang materi dan latihan relaksasi yang diajarkan sebelumnya. Selanjutnya, mengkaji pengetahuan dan kemampuan melakukan latihan relaksasi (post-test). Evaluasi pengetahuan ini dilakukan secara deskriptif dengan memberikan beberap pertanyaan kepada peserta, sementara itu evaluasi kemampuan diukur dengan mengobservasi kemampuan peserta mendemonstarsikan latihan relaksasi progresive dan hipnosis lima jari. Kegiatan ini berhasil menjangkau sebanyak 35 kader kesehatan
- 4) Tahap lanjutan, memberikan buku pedoman dan video edukasi tentang latihan relaksasi yang sudah diajarkan melalui kiriman whatsapp/bluetooth kepada seluruh peserta penyuluhan maupun kepada kader kesehatan. dan pimpinan desa agar dapat dijadikan sebagai bahan latihan maupun diagikan kepada warga masyarakat yang belum sempat mengikuti kegiatan ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan sebanyak 35 kader kesehatan sebagai sasaran utamanya. Kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan tentang dukungan kesehatan jiwa dan psikososial, dilanjutkan dengan simulasi latihan relaksasi otot progressive dan hipnosis lima jari, dan diteruskan dengan pendampingan kader kesehatan saat melakukan tindakan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial kepada keluarga dimasyarakat. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader dan kemampuan kader yang mencakup; kemampuan mendeteksi dini masalah – masalah kesehatan jiwa dimasyarakat, kemampuan membimbing latihan relaksasi progressive dan hipnosis lima jari. Indikator tercapainya tujuan dari kegiatan ini adalah kader mampu menggunakan buku pedoman dalam mendeteksi masalah kesehatan jiwa dimasyarakat, saat berkunjung kekeluarga, kader mampu memberi dukungan kesehatan jiwa dan psikososial pada keluarga, dan keluarga telah merasakan manfaat dari kegiatan ini yaitu mampu mengidentifikasi adanya masalah stres dan cemas pada anggota keluarga, mampu melakukan relaksasi dalam mengurangi stres dan cemas.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial



Gambar 2. Simulasi Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial

Intervensi DKJPS ini dilakukan berupa pendampingan langsung pada kader kesehatan dengan kunjungan rumah untuk membantu mengatasi masalah psikologis (Firman & Mimi 2022). Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (DKJPS) ini memadukan pendekatan biologis, psikologis, dan sosiokultural dengan menekankan pendekatan yang bermacam-macam dan saling memenuhi dalam memberikan support yang sesuai. Pada hasil penelitian sebelumnya menunjukkan kecemasan mengalami penurunan setelah diberikan cara meningkatkan imunitas kesehatan jiwa dan psikososial (Livana, *et al* 2018). Hal tersebut menunjukkan bahwa pemberian DKJPS memberikan keefektifan dalam menurunkan kecemasan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini diketahui bahwa Kadar kesehatan jiwa memiliki pengetahuan dan kemampuan deteksi dini dan menggerakkan masyarakat terlibat aktif dalam pelayanan kesehatan jiwa. Keluarga memiliki pengetahuan dan kemampuan merawat anggota keluarga yang beresiko maupun yang mengalami gangguan kesehatan mental. Kelebihan kegiatan ini adalah sumber daya kadernya dari segi jumlah sudah mencukupi, aktif selama kegiatan berlangsung, mendapat dukungan penuh dari kepala puskesmas. Kekurangannya belum semua kader kesehatan yang ada ikut sebagai peserta. Pengembangan selanjutnya dapat dilakukan

pada kader kesehatan lainnya sehingga terjadi pemerataan sumber daya kesehatan diwilayah kerja puskesmas khususnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andersen, I., Poudyal, B., Abeypala, A., Uriarte, C., & Rossi, R. (2020). Mental health and psychosocial support for families of missing persons in Sri Lanka: A retrospective cohort study. *Conflict and Health*, 14(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s13031-020-00266-0>
- Dyah P dkk.(2023).Pengaruh dukungan kesehatan jiwa dan psikososial terhadap stres dan kecemasan ODK sebelum dan sesudah menerima vaksin. *Jurnal Keperawatan Vol 15 No 2*
- Keliat, B. A. K., Marlina, T., Windarwati, H. D., Mubin, F., Sodikin, A., Triandi, D., Akemat, Kristianingsih, T., & Kembaren, L. (2020). *Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (Mental Health and Psychosocial Support) COVID-19: Keperawatan Jiwa (2nd ed.)*. FIK UI
- Kemntrian Kesehatan. (2014).Undang Undang No 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa
- Hastuti, R. Y., & Arumsari, A. (2016). Pengaruh terapi hipnotis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKES Muhammadiyah Klaten. *MOTORIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(21).
- Ilmi, Z. M., Dewi, E. I., & Rasni, H. (2017). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Stres Narapidana Wanita di Lapas Kelas IIA Jember (The Effect of Progressive Muscle Relaxation on Women Prisoners ' s Stress Levels at Prison Class IIA Jember). *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5(3), 497–504.
- Livana, P. H., Daulima, N. H. C., & Mustikasari, M. (2018). Relaksasi Otot Progresif Menurunkan Stres Keluarga yang Merawat Pasien Gangguan Jiwa. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(1), 51-59. doi: <https://doi.org/10.7454/jki.v21i1.362>
- Omega DR. (2022). Penyuluhan Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial pada masyarakat kategori sehat di bekasi selatan. *Jurnal pengabdian masyarakat dalam keperawatan*. Vol 5 No1 Juni 2022.
- Pulungan, Z. S. A. and Purnomo, E. (2020) „Pendampingan Kesehatan Jiwa dan Psikososial Secara Daring pada Klien Terkonfirmasi covid-19 di RSUD Provinsi Sulawesi Barat“, pp. 883–887.
- Subhannur R & Rian T (2022). Pengaruh dukungan kesehatan jiwa dan psikososial terhadap stres dan kecemasan. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Vol 13 No. 1 Juli 2022*
- Utami *et al* (2020). *Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial Pada Pandemi Covid-19*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia WHO (2020) *Mental health and psychosocial considerations during the COVID- 19 outbreak*
- Umi R, Firman, Mimi Y, (2022). Pelatihan Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial di wilayah pesisir Kendari. *Jurnal peduli Masyarakat Vol 4 No 1 Maret 2022*.