

**Edukasi Kesehatan Jiwa Keluarga di Masyarakat Kenagarian Sungai Tanang
Kecamatan Banuhampu, Sumatera Barat**

***Education of Family Mental Health in Kenagarian Sungai Tanang Community,
Banuhampu District, West Sumatra***

**Novia Zulfa Hanum¹, Nurmaines Adhyka², Intan Kamala Aisyiah³, Tosi Rahmaddian⁴,
Amrizal Arief⁵**

¹⁻⁵Universitas Baiturrahmah

Korespondensi penulis: nurmaines.adhyka@staff.unbrah.ac.id*

Article History:

Received: 31 Oktober, 2023

Revised: 15 November, 2023

Accepted: 31 Desember, 2023

Keywords: Mental health, education, cadres

Abstract. This service program aims to increase understanding and support for mental health in rural communities, especially in Kenagarian Sungai Tanang, West Sumatra. The main problems faced are lack of access to mental health services, stigma towards mental health problems, and lack of understanding of the importance of mental health at the family level. The aim of this activity is to increase public understanding about mental health, strengthen the role of families in providing support to family members who need it, and increase access to mental health services. The methods used include developing educational materials, implementing interactive workshops, mentoring, and program evaluation. The results of this activity show an increase in public understanding about mental health, an increase in the active role of families in providing support, expansion of access to mental health services, and a reduction in stigma towards mental health problems. This program makes a positive contribution in improving the mental health welfare of the Kenagarian Sungai Tanang rural community and provides direction for the development of similar programs in other rural areas.

Abstrak

Program pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan dukungan terhadap kesehatan jiwa di masyarakat pedesaan, khususnya di Kenagarian Sungai Tanang, Sumatera Barat. Masalah utama yang dihadapi adalah kurangnya akses terhadap layanan kesehatan jiwa, stigma terhadap masalah kesehatan mental, dan kurangnya pemahaman tentang pentingnya kesehatan jiwa di tingkat keluarga. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman masyarakat tentang kesehatan jiwa, memperkuat peran keluarga dalam memberikan dukungan kepada anggota keluarga yang membutuhkan, dan meningkatkan akses terhadap layanan kesehatan jiwa. Metode yang digunakan meliputi pengembangan materi edukasi, pelaksanaan workshop interaktif, pendampingan, dan evaluasi program. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat tentang kesehatan jiwa, peningkatan peran aktif keluarga dalam memberikan dukungan, perluasan akses terhadap layanan kesehatan jiwa, serta penurunan stigma terhadap masalah kesehatan mental. Program ini memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesejahteraan kesehatan jiwa masyarakat pedesaan Kenagarian Sungai Tanang dan memberikan arahan bagi pengembangan program serupa di wilayah pedesaan lainnya.

Kata Kunci: Kesehatan jiwa, edukasi, kader

* Nurmaines Adhyka, nurmaines.adhyka@staff.unbrah.ac.id

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan aspek penting dalam kesejahteraan individu dan masyarakat secara keseluruhan. Meskipun seringkali terabaikan, namun kesehatan mental memiliki dampak yang signifikan terhadap kehidupan sehari-hari, termasuk hubungan dalam keluarga (Abdullah 2022). Kesalahan persepsi akan kesehatan jiwa yang berkembang di Indonesia saat ini masih permasalahan ini belum menjadi prioritas bagi beberapa kalangan. Kebanyakan Masyarakat masih beranggapan waktu kesehatan jiwa berkaitan dengan gila, kegelisahan jiwa dan segala hal yang berurusan dengan fasilitas kesehatan mental (Agustin et al. 2023). Sedangkan pembahasan mengenai kesehatan jiwa lebih dari diagnosis kondisi mental. Kesehatan mental erat kaitannya dengan pemikiran yang jernih, control emosional, dan bagaimana seseorang berinteraksi dengan dengan kelompok usianya.

Banyak hal yang dapat mempengaruhi kesehatan jiwa seseorang salah satunya adalah kontribusi aktif dari keluarga, dan lingkungan sekitar. Keluarga merupakan unit social fundamental yang mana komunikasi dan interaksi mempengaruhi pola pikir dan perilaku anggota keluarganya (Amhar et al. 2023; Nugraha, Suhada, and Maemunah 2023). Komunikasi yang baik merupakan jembatan yang dapat menghubungkan individu dan kelompok dalam membentuk rutinitas sehari-hari. Rutinitas ini mengandalkan komunikasi verbal dan non verbal sebagai proses pertukaran informasi (Saragih and Sari 2021).

Di tengah pesatnya perkembangan sosial dan ekonomi, kesehatan jiwa keluarga merupakan aspek yang sering kali terabaikan di banyak masyarakat, terutama di wilayah pedesaan. Kurangnya pemahaman tentang pentingnya kesehatan jiwa dan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental menjadi faktor utama dalam permasalahan ini (Lubis, Nurdayang, and Syahputra 2022). Padahal seyogjanya, kondisi jiwa yang sehat dapat memaksimalkan seseorang dalam menghadapi tantangan hidup (Hanur, Syah, and Dzulfikar 2023). Dalam konteks masyarakat pedesaan, keluarga memiliki peran yang sangat besar dalam menjaga kesehatan jiwa anggota keluarganya. Namun, terbatasnya pemahaman dan pengetahuan tentang masalah kesehatan mental dapat membuat keluarga tidak mampu memberikan dukungan yang optimal. Faktor-faktor seperti tekanan ekonomi, sosial, dan lingkungan yang tinggi dapat memperburuk kondisi kesehatan jiwa keluarga. Oleh karena itu, edukasi kesehatan jiwa keluarga tidak hanya penting untuk meningkatkan kualitas hidup individu, tetapi juga untuk memperkuat ikatan dan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Dalam upaya meningkatkan pemahaman dan dukungan terhadap kesehatan jiwa di tingkat masyarakat, program edukasi kesehatan jiwa keluarga menjadi sangat relevan. Melalui pendekatan ini, keluarga dapat menjadi panggung utama dalam memberikan dukungan,

pemahaman, dan perawatan yang diperlukan bagi anggota keluarga yang menghadapi masalah kesehatan mental.

Melalui program edukasi kesehatan jiwa keluarga, diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung, inklusif, dan peduli terhadap kesehatan jiwa di masyarakat Kenagarian Sungai Tanang. Dengan meningkatnya pemahaman dan kesadaran akan pentingnya kesehatan jiwa, diharapkan stigma negatif terhadap masalah kesehatan mental dapat diminimalisir, sehingga masyarakat lebih terbuka untuk mencari pertolongan dan mendapatkan layanan yang tepat. Ini akan membantu dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan mental tidak hanya bagi individu, tetapi juga bagi keluarga dan masyarakat secara keseluruhan (Nugraha, Suhada, and Maemunah 2023).

Di masyarakat pedesaan, seperti Kenagarian Sungai Tanang di Kecamatan Banuhampu, Sumatera Barat, tantangan terkait kesehatan jiwa menjadi semakin kompleks dengan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan jiwa yang memadai. Dalam konteks ini, artikel ini akan membahas secara mendalam tentang pentingnya edukasi kesehatan jiwa keluarga di masyarakat pedesaan, khususnya di Kenagarian Sungai Tanang. Artikel ini akan menguraikan tantangan yang dihadapi oleh masyarakat pedesaan terkait kesehatan jiwa, peran penting keluarga dalam memberikan dukungan, serta relevansi dan manfaat dari program edukasi kesehatan jiwa keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan mental di tingkat komunitas (Pratiwi and Hertinjung 2023; Saragih and Sari 2021).

Melalui pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan jiwa dan peran keluarga dalam perawatannya, diharapkan masyarakat Kenagarian Sungai Tanang dan sekitarnya dapat meningkatkan kualitas hidup dan menghadapi tantangan kesehatan jiwa dengan lebih baik. Dengan demikian, artikel ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berharga dan mendorong langkah-langkah nyata dalam meningkatkan kesehatan jiwa di tingkat komunitas pedesaan.

METODE

Adapun metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian ini dimulai dari saat awal sampai akhir adalah sebagai berikut :

1. Pengembangan Materi Edukasi Kesehatan Jiwa Keluarga:

Tim pengabdian akan mengembangkan materi edukasi yang sesuai dengan kebutuhan dan konteks masyarakat Kenagarian Sungai Tanang. Materi ini akan mencakup informasi tentang pemahaman dasar tentang kesehatan jiwa, pengenalan gejala masalah

kesehatan mental, strategi pemulihan, dan cara memberikan dukungan yang efektif kepada anggota keluarga yang membutuhkan.

2. Sosialisasi dan Koordinasi dengan Pihak Terkait:

Sebelum pelaksanaan program, tim pengabdian akan melakukan sosialisasi kepada masyarakat setempat tentang pentingnya edukasi kesehatan jiwa keluarga. Selain itu, tim juga akan berkoordinasi dengan pihak terkait, termasuk pemerintah daerah, puskesmas setempat, dan organisasi non-pemerintah yang terlibat dalam pemberdayaan masyarakat.

3. Pelaksanaan Workshop Edukasi Kesehatan Jiwa Keluarga:

Program akan dilaksanakan dalam bentuk workshop yang interaktif dan partisipatif. Peserta workshop akan terdiri dari anggota keluarga dari berbagai lapisan masyarakat Kenagarian Sungai Tanang. Workshop akan mencakup penyampaian materi edukasi, diskusi kelompok, untuk memperkuat pemahaman dan keterampilan yang diperlukan.

4. Pendampingan dan Pemantauan:

Setelah workshop selesai, tim pengabdian akan memberikan pendampingan secara langsung kepada peserta untuk menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah mereka peroleh dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, tim juga akan melakukan pemantauan secara berkala untuk mengevaluasi dampak dari program edukasi ini terhadap pemahaman dan praktek kesehatan jiwa keluarga.

5. Evaluasi dan Penyempurnaan:

Setelah selesai program, tim pengabdian akan melakukan evaluasi menyeluruh terhadap pelaksanaan dan hasil program. Berdasarkan hasil evaluasi, akan dilakukan penyempurnaan program untuk meningkatkan efektivitasnya di masa mendatang. Selain itu, tim juga akan memberikan rekomendasi kepada pihak terkait untuk mempertimbangkan skalabilitas dan keberlanjutan program ini dalam jangka panjang.

Melalui pendekatan ini, diharapkan program pengabdian ini dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman, dukungan, dan kesejahteraan kesehatan jiwa di masyarakat Kenagarian Sungai Tanang, Kecamatan Banuhampu, Sumatera Barat.

HASIL

Pengabdian ini dilakukan di pada hari Kamis, 23 Februari 2023 di Kantor Camat Banuhampu, Kecamatan Sungai Tanang Kecamatan Banuhampu. Kegiatan ini diikuti oleh 9 orang kader dan 21 orang mahasiswa.

Dalam kegiatan ini masyarakat diberikan pengetahuan mengenai:

1. Arti kesehatan jiwa
2. Gejala fisik gangguan kesehatan jiwa
3. Dokrin akan gangguan jiwa
4. Manajemen stress
5. Hal-hal positif dan negative dari stress
6. Cara mengatasi stress yang berlebihan
7. Kesalahan-kesalahan dalam penanganan gangguan jiwa
8. Upaya yang dilakukan dalam menangani gangguan kesehatan jiwa.



Gambar 1. Pemaparan Materi oleh Dosen dan Pembukaan oleh Camat Kecamatan Banuhampu

Dalam kegiatan ini juga dilakukan diskusi terkait kesehatan jiwa.



Gambar 2. Foto setelah kegiatan selesai kegiatan diskusi

DISKUSI

Pengabdian yang dilakukan oleh dosen kepada masyarakat, khususnya dalam bentuk edukasi kesehatan jiwa keluarga di Kenagarian Sungai Tanang, Kecamatan Banuhampu, Sumatera Barat, menandai langkah proaktif dalam mengatasi tantangan kesehatan jiwa di tingkat komunitas. Diskusi mengenai pengabdian ini mencerminkan kerja keras dan komitmen untuk meningkatkan pemahaman serta memberikan dukungan yang diperlukan dalam menjaga kesehatan mental masyarakat pedesaan.

Melalui program edukasi kesehatan jiwa keluarga, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman masyarakat tentang kesehatan jiwa. Peserta program mampu mengidentifikasi gejala-gejala gangguan kesehatan mental, memahami pentingnya penanganan yang tepat, dan merasa lebih percaya diri dalam memberikan dukungan kepada anggota keluarga yang membutuhkan (Winarti et al. 2021). Melalui edukasi ini, masyarakat juga mampu meningkatkan akses mereka terhadap layanan kesehatan jiwa yang tersedia. Mereka lebih mampu mengidentifikasi sumber daya dan layanan yang dapat mereka manfaatkan, serta merasa lebih percaya diri untuk mencari bantuan ketika diperlukan.

Program ini juga berhasil mengurangi stigma terhadap masalah kesehatan mental di masyarakat. Peserta program melaporkan bahwa mereka lebih terbuka untuk berbicara tentang masalah kesehatan jiwa, baik di dalam keluarga maupun di lingkungan sekitar mereka, dan lebih mampu memberikan dukungan kepada orang-orang yang mengalami masalah tersebut tanpa rasa takut atau diskriminasi (Hidayat and Mumpuningtias 2018). Melalui pendekatan ini, para peserta akan mendiskusikan urgensi dari edukasi kesehatan jiwa, menggarisbawahi peran kunci keluarga dalam memberikan dukungan, serta mengidentifikasi dan merumuskan strategi yang tepat untuk menjalankan program edukasi ini secara efektif. Selain itu, evaluasi dampak program serta penyebaran hasil diskusi ini diharapkan akan memberikan pandangan yang lebih luas tentang tantangan dan potensi solusi dalam meningkatkan kesehatan jiwa masyarakat pedesaan.

Diskusi akan dimulai dengan mengidentifikasi urgensi dari edukasi kesehatan jiwa, terutama di wilayah pedesaan seperti Kenagarian Sungai Tanang. Masyarakat pedesaan seringkali kurang mendapatkan akses dan pemahaman tentang kesehatan mental, sehingga edukasi menjadi kunci dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan jiwa. Hal ini diperdalam dengan menyoroti peran utama keluarga dalam memberikan dukungan kepada anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan mental. Keluarga dianggap sebagai unit terdekat yang memiliki potensi besar dalam memberikan pemahaman, dukungan emosional, dan perawatan kepada anggota keluarga yang

membutuhkan (Ayuningtyas et al. 2020; Hanur, Syah, and Dzulfikar 2023; Lubis, Nurdayang, and Syahputra 2022).

Banyaknya anggota sosialisasi yang mengidentifikasi berbagai tantangan yang dihadapi oleh masyarakat pedesaan, termasuk keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan jiwa, kurangnya pemahaman tentang kesehatan mental, dan stigma terhadap masalah kesehatan jiwa. Edukasi kesehatan jiwa keluarga diharapkan dapat menjadi solusi dalam mengatasi tantangan ini (Bonaria 2021). Diskusi akan mengidentifikasi tantangan yang dihadapi dalam pelaksanaan program dan memberikan rekomendasi untuk mengatasi tantangan tersebut di masa mendatang. Hal ini meliputi upaya untuk meningkatkan partisipasi masyarakat, meningkatkan aksesibilitas terhadap layanan kesehatan jiwa, dan memperkuat jejaring kerjasama antara pemerintah, akademisi, dan masyarakat. Melalui diskusi yang komprehensif seperti ini, diharapkan para peserta dapat memahami pentingnya edukasi kesehatan jiwa keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat pedesaan dan merumuskan langkah-langkah konkrit untuk menerapkan program serupa di berbagai wilayah pedesaan lainnya.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada tim Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Baiturrahmah dengan nomor surat tugas C.183/UM/FKM-UNBRAH/II/2023 sehingga kegiatan ini bisa terlaksana. Terima kasih juga kepada Yayasan Universitas Baiturrahmah yang mana telah mendanai pengabdian ini sehingga pengabdian ini bisa berjalan dengan baik dari awal sampai tahap akhir. Terimakasih pada pihak Camat Banuhampu dan Kader Kesehatan dari Pemerintahan Kabupaten Agam yang menyediakan wadah dan tempat untuk terlaksananya kegiatan ini. Terima kasih pada panitia dan mahasiswa yang terlibat di dalam pengabdian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Abdullah, Abdullah. 2022. "Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kekambuhan Pasien Skizofrenia Di Klinik Kesehatan Mental Avicena Makassar." *Jurnal Berita Kesehatan* 14(2).
- Agustin, Malta Ra Anisa et al. 2023. "Pola Komunikasi Interpersonal Keluarga Dalam Pemulihan Kesehatan Mental Penyintas Covid-19 Tahun 2020." *Ekspresi Dan Persepsi : Jurnal Ilmu Komunikasi* 6(1): 32–40.
- Amhar et al. 2023. "Dukungan Sosial Sebagai Determinan Kesehatan Mental Pada Remaja Dengan Keluarga Broken Home." *Journal Of Communication and Social Sciences* 1(1): 25–36. <http://jurnal.dokicti.org/index.php/JCSS/index>.

- Ayuningtyas, Fitria, Anter Venus, Asep Suryana, and Yustikasari Yustikasari. 2020. "Pola Komunikasi Insan Berkemampuan Khusus: Studi Etnografi Komunikasi Pada Interaksi Sosial Insan Berkemampuan Khusus Di Rumah Autis Cabang Depok." *Ekspresi Dan Persepsi : Jurnal Ilmu Komunikasi* 3(2): 98–109.
- Bonaria, Jessica. 2021. "Gangguan Kesehatan Mental Yang Disebabkan Oleh Pendidikan Jarak Jauh Terhadap Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19." *Jurnal Medika Utama* 3(01): 1512–18. <http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/307>.
- Hanur, Binti Su'aidah, Muhamad Arifudin Syah, and Febri Ardhi Ahmad Dzulfiqar. 2023. "Pendampingan Kesehatan Mental Keluarga Dalam Upaya Pencegahan Depresi Dan Bunuh Diri Pada Ibu Muda Di Wilayah Kecamatan Papar." *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat* 1(3): 191–201.
- Hidayat, Syaifurrahman, and Elyk Dwi Mumpuningtias. 2018. "Pendampingan Keluarga Dan Perawatan Orang Dengan Gangguan Jiwa Bebas Pasung." *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)* 3(2): 65.
- Lubis, Wahyu Gunawan, Sri Nurdayang, and Dika Syahputra. 2022. "Konseling Keluarga Untuk Mengatasi Kesehatan Mental Anak." *Reslaj : Religion Education Social Laa Roiba Journal* 5(5): 2522–28.
- Nugraha, Moch. Didik, Rony Suhada, and Maemunah Maemunah. 2023. "Hubungan Antara Struktur Keluarga Dengan Kesehatan Mental Remaja." *Journal of Public Health Innovation* 3(02): 181–88.
- Pratiwi, Istiqomah Ardhiana, and Wisnu Sri Hertinjung. 2023. "Peran Self-Esteem Dan Keharmonisan Keluarga Bagi Kesehatan Mental Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta." *Jurnal Psikologi* 19(1): 14.
- Saragih, Rasianna Br., and Eka Vuspa Sari. 2021. "PERILAKU KOMUNIKASI KELUARGA: PENTINGNYA MENJAGA KESEHATAN MENTAL DI MASA PANDEMI COVID-19." *Jurnal Sosiologi Nusantara* 7(2): 253–66.
- Winarti, Eko, Anis Nikamtul, A'im Matun Nadhiroh, and Firdausi Rahmadhani. 2021. "Pengaruh Struktur Keluarga Dan Kesehatan Mental Terhadap Perilaku Seksual Pada Remaja." *Riset Informasi Kesehatan* 10(1): 51.