

SOSIALISASI DAN SKRINING SEHAT JIWA PADA KEGIATAN SEKOLAH UNTUK PEMBERIAN DUKUNGAN PSIKOSOSIAL PADA REMAJA

Socialization And Screening Of Mental Health In School Activities To Provide Psychosocial Support To Adolescents

Efi Irwansyah Pane^{1*}, R Sri Rezeki², Wahyu Agustina³, Nurdiana⁴, Putri Permata Sari⁵, Saufi Nabila⁶

¹⁻⁵Diploma III Keperawatan, Akper Gita Matura Abadi Kisaran, Kisaran

Email: eip.kisaran@gmail.com^{1}

Article History:

Received: 03 March 2025

Accepted: 12 June 2025

Published: 30 January 2025

Keywords: Psychosocial Support
for Adolescents; Mental Health
Screening; Mental Health
Socialization

Abstract: *Mental health is an inseparable part of physical health and is a major element in supporting the realization of a complete human quality of life. During adolescence, biological, psychological and social changes occur, but generally the physical maturation process occurs faster than the mental maturation process (psychosocial). Adolescents are faced with various changes that are happening in themselves and development targets that must be achieved according to their age. The purpose of this community service activity is to improve the resilience of adolescent mental health with mental health literacy with an adolescent mental health support program through communication, information and education activities. This method is in the form of psychosocial support for adolescents through socialization and mental health screening. This activity was attended by 68 students who were given questionnaires before and after the activity. The results of the analysis of the increase in the average score of student knowledge related to adolescent psychosocial support with a pre-test value of 48.28% and a post-test of 72.55%. The results of the SRQ-29 screening showed that most students experienced post-traumatic stress disorder due to natural disasters in their residential areas. The conclusion of the community service team has been carried out based on the planned stages. Suggestions for students to further improve literacy on the development of psychosocial support for adolescents.*

Abstrak : Kesehatan jiwa merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kesehatan jasmani dan merupakan unsur utama dalam menunjang terwujudnya kualitas hidup manusia yang utuh. Pada masa remaja terjadi perubahan biologis, psikologis maupun sosial, tetapi umumnya proses pematangan fisik terjadi lebih cepat dari proses pematangan kejiwaan (psikososial). Remaja berhadapan dengan berbagai perubahan yang sedang terjadi dalam dirinya maupun target perkembangan yang harus dicapai sesuai usianya. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan ketahanan kesehatan jiwa remaja dengan literasi kesehatan mental dengan program dukungan kesehatan jiwa remaja melalui kegiatan komunikasi, informasi dan edukasi. Metode ini berupa dukungan psikososial pada remaja melalui sosialisasi dan skrining sehat jiwa. Kegiatan ini dihadiri oleh 68 siswa yang diberikan kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil analisis peningkatan rata-rata skor pengetahuan siswa terkait dukungan psikososial remaja dengan nilai *pre test* 48,28% dan *post test* sebesar 72,55%. Hasil skrining SRQ-29 menunjukkan sebagian besar siswa mengalami *post traumatic stress disorder* karena kejadian bencana alam yang ada di daerah tempat tinggal. Kesimpulan tim pengabdian kepada masyarakat secara proses sudah dilakukan

*Efi Irwansyah Pane, eip.kisaran@gmail.com

berdasarkan tahapan yang telah direncanakan. Saran kepada siswa/siswi untuk lebih meningkatkan literasi tentang perkembangan dukungan psikososial pada remaja.

Kata Kunci: Dukungan Psikososial Remaja; Skrining Sehat jiwa ; Sosialisasi Sehat Jiwa

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan bagian yg tidak terpisahkan dari kesehatan jasmani dan merupakan unsur utama dalam menunjang terwujudnya kualitas hidup manusia yg utuh. Masalah emosi dan perilaku pada remaja merupakan masalah kesehatan serius yang tidak bisa dipandang sebelah mata. Remaja yang mengalami masalah emosi dan perilaku akan menunjukkan tanda-tanda penurunan kualitas hidup (Noerhidajati, E., & Sofa, 2022). Pada masa remaja, banyak terjadi perubahan biologis, psikologis maupun sosial. Tetapi umumnya proses pematangan fisik terjadi lebih cepat dari proses pematangan kejiwaan (psikososial). Beberapa jenis gangguan jiwa yang banyak terjadi pada masa remaja dapat menimbulkan kondisi negatif seperti cemas, depresi, bahkan memicu munculnya gangguan psikotik. Pada usia remaja (15-24 tahun) memiliki persentase depresi sebesar 6,2% (Kemenkes RI., 2018).

Depresi berat akan mengalami kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri (*self harm*) hingga bunuh diri. Sebesar 80-90% kasus bunuh diri merupakan akibat dari depresi dan kecemasan. Kasus bunuh diri di Indonesia bisa mencapai 10.000 atau setara dengan setiap satu jam terdapat kasus bunuh diri. Menurut ahli sudiologi 4.2% siswa di Indonesia pernah berpikir bunuh diri. Pada kalangan mahasiswa sebesar 6,9% mempunyai niatan untuk bunuh diri sedangkan 2 3% lain pernah melakukan percobaan bunuh diri. Depresi pada remaja bisa diakibatkan oleh beberapa hal seperti tekanan dalam bidang akademik, perundungan (*bullying*), faktor keluarga, dan permasalahan ekonomi. Remaja adalah sosok yang selalu mencari jati diri. Seorang remaja tidak lagi dapat disebut sebagai anak kecil, tetapi belum juga dapat dianggap sebagai orang dewasa. Disatu sisi seorang remaja ingin bebas dan mandiri, lepas dari pengaruh orang tua, tetapi disisi lain pada dasarnya ia tetap membutuhkan bantuan, dukungan serta perlindungan orang tuanya (Pangaribuan, H., Arifuddin, A., & Lenny, 2019).

Orang tua sering tidak mengetahui dan memahami perubahan yang terjadi sehingga tidak menyadari bahwa anak mereka telah tumbuh menjadi seorang remaja, bukan lagi anak yang selalu perlu dibantu. Orang tua menjadi bingung menghadapi labilitas emosi dan perilaku remaja, sehingga tidak jarang terjadi konflik diantara keduanya. Apabila konflik antara orang tua dan remaja, menjadi berlarut larut dapat menimbulkan berbagai hal yang negatif, baik bagi remaja itu

sendiri maupun dalam hubungan antara dirinya dengan orang tuanya (Estuningtyas, 2018). Selain itu, banyak hal dan kondisi yang dapat menimbulkan tekanan (stres) dalam masa remaja. Mereka berhadapan dengan berbagai perubahan yang sedang terjadi dalam dirinya maupun target perkembangan yang harus dicapai sesuai dengan usianya. Tantangan ini tentunya berpotensi untuk menimbulkan masalah perilaku dan memicu timbulnya tekanan yang nyata dalam kehidupan remaja jika mereka tidak mampu mengatasi kondisi tantangan tersebut (Alek Gugi Gustamam, 2020).

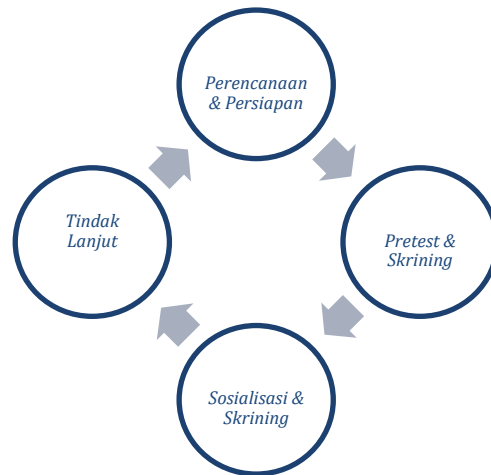
Remaja di sekolah Muhammadiyah belum pernah mendapatkan informasi mengenai kesehatan mental, mereka juga belum pernah mengikuti program 57 dukungan psikososial remaja untuk meningkatkan ketahanan kesehatan jiwa remaja. Remaja belum menganggap bahwa kesehatan mental adalah suatu hal yang penting. Apabila ada 3 suatu hal yang menyebabkan stres, remaja hanya bertanya pada teman sebaya sehingga sering kali tidak dapat menyelesaikan masalah tersebut. Salah satu cara untuk dapat meningkatkan ketahanan kesehatan jiwa remaja adalah dengan meningkatkan literasi remaja mengenai kesehatan mental dengan cara memberikan program dukungan kesehatan jiwa remaja melalui kegiatan komunikasi, informasi dan edukasi. Peningkatan pengetahuan atau literasi remaja mengenai kesehatan mental dapat memberikan dampak bagi kesehatan mental remaja itu sendiri karena kesehatan mental yang baik merupakan hal yang penting untuk dapat menghadapi tantangan di era globalisasi ini.

Peningkatan pengetahuan mengenai kesehatan mental dapat memberikan dampak bagi kesehatan mental remaja itu sendiri karena kesehatan mental yang baik merupakan hal yang penting untuk dapat menghadapi tantangan di era globalisasi ini. Konsep literasi kesehatan mental mengacu pada peningkatan pengetahuan dan keyakinan tentang gangguan mental serta manajemen atau pencegahannya (Campos, L., Dias, P., & Palha, 2016).

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat sosialisasi dan skrining sehat jiwa untuk pemberian dukungan psikososial pada remaja melalui pada remaja Da'I Muhammadiyah Asahan yang dilaksanakan secara luring (*offline*) pada tanggal 26 Januari 2024 di sekolah Muhammadiyah Kabupaten Asahan, Provinsi Sumatera Utara. Kegiatan tersebut dihadiri oleh 68 orang Pemuda Da'i Muhammadiyah. Di awal dan akhir kegiatan dibagikan kuesioner kepada

peserta untuk melihat perbedaan rata-rata skor nilai pada aspek pengetahuan dukungan psikososial pada remaja. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pada bagan di bawah ini:



Gambar 1. Diagram Kegiatan

Tahap 1 (Perencanaan dan Persiapan) Tahap 2 (Pretest dan Skrining) Tahap 3 (Sosialisasi & Dukungan Psikososial) Tahap 4 (Post Test) Gambar 1 Tahapan Pelaksanaan Kegiatan dukungan psikososial pada remaja melalui sosialisasi dan skrining sehat jiwa Tahap 1 yaitu tahap perencanaan dan persiapan terdiri atas penyusunan proposal kegiatan, pengurusan perizinan kepada sekolah Muhammadiyah Kabupaten Asahan, serta diskusi dengan Kepala Sekolah terkait rencana pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini juga dilakukan persiapan-persiapan, berupa persiapan sarana dan prasarana untuk menunjang kegiatan dan penyusunan kuesioner. Tahap 2 yaitu kegiatan *pretest* dan skrining sehat jiwa. Tahap 3 yaitu penyampaian materi (*sharing session*), sesi tanya jawab. Tahap 4 yaitu tindak lanjut kegiatan berupa pemberian kuesioner *posttest* pada remaja Da'i Muhammadiyah untuk menilai apakah ada perubahan rata-rata skor pada aspek pengetahuan remaja tentang dukungan 58 psikososial remaja. Kuesioner yang diberikan kepada peserta terdiri atas 6 Pertanyaan. Untuk masing-masing pertanyaan memiliki skor 1 untuk jawaban yang bernilai benar dan skor 0 untuk jawaban yang bernilai salah.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Kamis, 26 Januari 2024. Kegiatan dimulai di pukul 13.00 WIB. Sesi 1 perencanaan dan koordinasi pada Sekolah

Muhammadiyah Asahan, selanjutnya sesi 2 yakni pemberian arahan tentang pengisian *pretest* dan skrining sehat jiwa. Sesi 3 tentang pemberian materi sosialisasi dan dukungan psikososial pada remaja. Pada sesi ini remaja Sekolah Muhammadiyah diberi pemahaman terkait pentingnya dukungan psikososial pada remaja.



Gambar 2 Pemberian arahan pengisian pre test dan skrining sehat jiwa



Gambar 3 Penyerahan Sertifikat tentang sosialisasi dan dukungan psikososial remaja

Dukungan psikososial pada remaja membahas tentang perkembangan masa remaja dimana remaja merupakan tahap peralihan dan masa dimana merupakan tahap mencari identitas. Dari total sekitar 68 Pemuda Da'i Muhammadiyah yang hadir, 10 orang terdeteksi sehat jiwa.

PEMBAHASAN

Masa perkembangan remaja terjadi berbagai masalah yang timbul karena proses pencarian identitas. Salah satu masalahnya adalah masalah psikososial yaitu suatu kondisi yang terjadi pada individu yang mencakup aspek psikis dan sosial atau sebaliknya. Masalah psikososial yang terjadi pada remaja adalah depresi, perubahan psikoseksual, pengaruh teman sebaya, perilaku beresiko tinggi, kegagalan pembentukan identitas, gangguan perkembangan moral, dan stress dimasa remaja (Arnami, K., & Astutik, 2021).

Salah satu aspek yang berkembang pada masa remaja adalah aspek psikososial. Perkembangan psikososial merupakan perkembangan individu yang dipengaruhi oleh interaksi sosial dengan individu lain. Perkembangan ini melibatkan perasaan, emosi dan kepribadian individu serta perubahan yang terjadi setelahnya. Dalam hal ini, perkembangan psikososial juga dimaknakan sebagai proses belajar bagi individu dalam menyesuaikan diri dengan norma-norma dan aturan yang ada di lingkungannya (Arinny, 2023).

Salah satu tokoh yang berkontribusi dalam mencetuskan teori perkembangan psikososial adalah Erick H. Erikson. Menurut Erikson, terdapat delapan tahapan perkembangan psikososial individu yang saling berkaitan antara tahapan yang sebelumnya dengan tahapan berikutnya. Teori ini melihat delapan kronologis yang akan dialami manusia dalam kehidupannya sebagai akibat dari perubahan lingkungannya. Teori ini mencoba mensinkronkan 59 antara perkembangan individu dengan harapan sosial. Menurut Erikson, setiap tahapan perkembangan mempunyai tantangan tersendiri yang disebut dengan krisis. Krisis adalah suatu masalah yang harus dihadapi oleh individu dalam setiap tahapan perkembangannya (Astrella, N. B., & Kholifah, 2023).

Remaja yang mengalami kebingungan identitas ini merasa tidak mampu, tidak berdaya, turun harga dirinya dan pesimis dalam menghadapi masa depannya. Bagi remaja tertentu yang mengalami kondisi ini, mereka akan memilih melakukan hal-hal yang negatif agar mendapatkan identitas walaupun identitas yang diperolehnya identitas buruk, lebih baik ini dilakukan daripada mereka tidak mempunyai identitas sama sekali. Hal ini yang menyebabkan banyak remaja terjerumus kepada kenakalan remaja (Rusuli, 2022). Beberapa aspek yang mempengaruhi perkembangan psikososial tahap V menurut Erikson yaitu interaksi dengan teman sebaya/kelompok. Ada kebutuhan remaja untuk menjadi bagian dari kelompok, kelompok memberi mereka status. Untuk menjadi bagian dari kelompok, terkadang remaja dihadapkan pada tekanan tertentu. Menjadi individu yang berbeda, dapat membuat remaja tidak diterima dan diasingkan dari kelompok. Yang kedua adalah interaksi dengan keluarga.

Perubahan interaksi sosial remaja, dibarengi dengan perubahan interaksi dengan orang tua. Dari sisi orang tua, memandang anak remajanya berubah menjadi seseorang yang melawan orang tua, mempertanyakan aturan keluarga, hingga menentang aturan. Bagaimana orang tua menyikapi perubahan sikap remajanya, akan turut mempengaruhi proses perkembangan psikososial remaja. Yang ketiga adalah emosionalitas. Kondisi emosi remaja masih kurang lebih sama dengan pola emosi anak-anak, yang membedakan adalah rangsangan yang membangkitkan emosi dan tingkatan emosi (Arnami, K., & Astutik, 2021).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Dosen Akademi Keperawatan Gita Matura Abadi Kisaran dan Sekolah Da'i Muhammadiyah Kabupaten Asahan, dapat disimpulkan

bahwa edukasi dukungan psikososial pada remaja dan skrining sehat jiwa melalui kegiatan penyuluhan, dialog interaktif, skrining kesehatan, dan distribusi ilmu pengetahuan melalui *Powerpoint* dan video memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Analisis data pretest dan posttest menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi dukungan psikososial pada remaja dan skrining sehat jiwa berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan Pemuda Da'i Muhammadiyah Asahan.

Peningkatan kegiatan edukasi dukungan psikososial dengan melakukan kegiatan secara berkelanjutan dengan pendekatan yang kreatif dan partisipatif agar remaja lebih terlibat aktif. Melakukan pengembangan materi edukasi dengan menyesuaikan materi sesuai kebutuhan dan tingkat pemahaman remaja serta memperhatikan aspek budaya lokal untuk memastikan pesan disampaikan secara efektif. Kolaborasi melibatkan lebih banyak pihak terkait, seperti Puskesmas dan Orang tua, untuk mendukung kegiatan edukasi dan memperluas dampaknya terhadap perkembangan remaja yang optimal dan sehat jiwa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini terselenggara dengan baik atas bantuan banyak pihak, untuk itu disampaikan terima kasih kepada Kepala Sekolah Muhammadiyah Asahan beserta seluruh Pengurus Pemuda Da'i Muhammadiyah yang telah membantu dan memfasilitasi kami melaksanakan kegiatan ini sehingga berjalan lancar. Kami mengharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan bagi remaja tentang meningkatkan ketahanan kesehatan jiwa remaja dengan literasi kesehatan mental dengan program dukungan kesehatan jiwa remaja melalui kegiatan komunikasi, informasi dan edukasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alek Gugi Gustamam. (2020). *'Mengenal Masalah Kesehatan Jiwa Pada Remaja.'*
- Arinny, L. (2023). Deteksi Dini Masalah Perilaku Psikososial Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*,. journal.id/NU/article/view/174912(1), 67–74. <https://stikes-nhm.e>
- Arnami, K., & Astutik, W. (2021). Masalah psikososial pada remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*

- Keris Husada, 5(2), 76–86.
<http://ojs.akperkerishusada.ac.id/index.php/akperkeris/article/view/53>
- Astrella, N. B., & Kholifah, N. (2023). Perkembangan Psikososial Remaja di Era New Normal. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(1), 131–145. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i1.3775>
- Campos, L., Dias, P., & Palha, F. (2016). Finding space to mental health - Promoting mental health in adolescents: Pilot study. *Education and Health*, 32(1), 23–30. https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/16873/1/Campos_Dias_Palha_2014.pdf
- Estuningtyas, R. D. (2018). *Kesehatan Jiwa Remaja*. Graha Ilmu. <http://rsjlawang.com/news/detail/427/mengenali-masalah-kesehatan-jiwa-pada-remaja>.
- Kemenkes RI. (2018). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan. <https://ipkindonesia.or.id/media/2017/12/uu-no-18-th-2014-ttg-kesehatan-jiwa>.
- Noerhidajati, E., & Sofa, Y. R. (2022). Pendampingan Pelayanan Kesehatan Jiwa Remaja di Pondok Kyai Ageng Fatah Semarang. *Jurnal ABDIMAS-KU: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kedokteran*, 01(03), 109–115. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/abdimasku/article/view/26597>
- Pangaribuan, H., Arifuddin, A., & Lenny, L. (2019). Hubungan antara Perkembangan Psikososial Remaja dengan Perilaku Bullying di SMAN 1 Tolitoli. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(2), 102. <https://doi.org/10.33860/jik.v13i2.289>
- Rusuli, I. (2022). *Psikososial Remaja: Sebuah Sintesa Teori Erick Erikson Dengan Konsep Islam*. <https://doi.org/10.37249/assalam.v6i1.384>