

Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia  
Volume 2, Nomor 10, Januari 2024, Halaman 25-28  
Licenced by CC BY-SA 4.0  
ISSN: 2986-7002  
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10537232>

## Penyuluhan Kesehatan Jiwa Pada Pasien ODGJ Depresi di Bumi Ayu Kota Bengkulu 2023

Cici Fitrianti<sup>1\*</sup>, Defri Yanti<sup>2</sup>, Lala Anestin<sup>3</sup>, Geri Pratama<sup>4</sup>, Letty Apriani<sup>5</sup>, Afrilen Afiva

Cahyani<sup>6</sup>, Ade Herman Surya Direja<sup>7</sup>  
<sup>1234567</sup>STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

Email: [cicifitriantibk121@gmail.com](mailto:cicifitriantibk121@gmail.com)

### Abstrak

Kesehatan jiwa merupakan salah satu masalah kesehatan yang menjadi prioritas di dunia, termasuk di Indonesia. Depresi dapat menyerang siapa saja tanpa melihat gender maupun kalangan usia. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk membantu pasien dengan gejala defresi dalam meningkatkan pengetahuan pada cara mengontrol emosi dengan baik dan pola pikir yang bagus serta melatih kesabaran dalam semua kegiatan yang dilakukan sehari-hari. Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan kesehatan jiwa kepada ODGJ dengan gangguan defresi yang dilakukan di Bumi Ayu kota Bengkulu. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu teknik wawancara. Sedangkan waktu pelayanan masyarakat ini dilakukan pada Oktober 2023. Hasil dari pengabdian Masyarakat ini adalah setelah dilakukan kegiatan ini dapat mengetahui bagaimana cara melakukan perawatan diri dengan cara merapikan baju klien, menggunting kuku, dan membasuh muka agar dapat dilakukan secara mandiri. Pasien dilatih untuk melakukan perawatan diri seperti yang diajarkan atau tidak melakukan deficit perawatan diri. Menunjukkan bahwa faktor seseorang terkena depresi yaitu; terdapat masalah pada tingkat emosional, faktor genetik, stress dan tekanan, serta memiliki masalah medis.

**Kata Kunci:** *Penyuluhan kesehatan jiwa, ODGJ Defresi*

### Abstract

*Mental health is a health problem that is a priority in the world, including in Indonesia. Depression can attack anyone regardless of gender or age group. The aim of this community service is to help patients with symptoms of depression increase their knowledge of how to control emotions well and have good thought patterns and practice patience in all daily activities. The implementation method for this activity is mental health education for ODGJ with depression disorders which is carried out in Bumi Ayu, Bengkulu City. The data collection technique used is the interview technique. Meanwhile, the time for this community service was carried out in October 2023. The result of this community service is that after carrying out this activity, you can find out how to carry out self-care by straightening the client's clothes, cutting nails, and washing the face so that they can done independently. Patients are trained to carry out self-care as taught or not to carry out self-care deficits. Shows that the factors a person is affected by depression are; there are problems at the emotional level, genetic factors, stress and pressure, and have medical problems.*

**Keywords:** *Mental health counseling, ODGJ depression*

### Article Info

Received date: 15 Desember 2023

Revised date: 28 December 2023

Accepted date: 10 Januari 2024

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental atau jiwa menurut undang-undang nomor 18 tahun 2014 tentang kesehatan jiwa merupakan kondisi dimana seseorang 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. Hal itu juga berarti kesehatan mental mempunyai pengaruh terhadap fisik seseorang dan juga akan mengganggu produktivitas. Kesehatan mental sangat penting untuk menunjang produktivitas dan kualitas kesehatan fisik. Gangguan mental atau kejiwaan bisa dialami oleh siapa saja.

Orang yang mengalami gangguan Jiwa di Dunia ini sudah banyak dan bahkan di Indonesia pun banyak penderita gangguan Jiwa baik dari kalangan remaja, dewasa, anak-anak sampai orangtua atau lansia mengalami gangguan tersebut. Menurut (Videbeck dalam Prabowo, 2014) berpendapat bahwa gangguan Jiwa adalah keadaan emosi, psikologis, dan sosial yang terpendang dari hubungan komunikasi antar dua orang yang tidak terpenuhi tindakan dan pertahanan yang baik, sesuatu yang dapat dipahami dalam diri yang baik dan keseimbangan emosi yang dalam. Selain masalah gangguan jiwa ada juga masalah psikososial yang biasa terjadi di kalangan masyarakat Indonesia. (Syahputra et al., 2021)

Kesehatan jiwa adalah ketika seseorang tersebut merasa sehat dan bahagia, mampu menghadapi tantangan hidup serta dapat menerima orang lain sebagaimana seharusnya serta mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain. (Ari Dwi Jayanti et al., 2020)

Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) merupakan orang yang mengalami gangguan dalam pikiran, prilaku, dan perasaan yang terbagi dalam sekumpulan gejala yaitu perubahan prilaku yang bermakna, serta dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsi orang sebagai manusia. Gangguan jiwa dapat dibagi menjadi 2 yaitu gangguan jiwa berat dan gangguan mental emosional. Gangguan jiwa berat ditandai dengan terganggunya kemampuan menilai realitas atau tilikan (*insight*) yang buruk. Gangguan mental emosional merupakan keadaan yang mengindikasikan individu sedang mengalami perubahan psikologis. Gangguan ini dapat menjadi gangguan yang lebih serius apabila tidak berhasil ditanggulangi. (Ambarwati et al., 2019)

Menurut data WHO (2016), terdapat sekitar 35 juta orang terkena depresi, 60 juta orang terkena bipolar, 21 juta terkena skizofrenia, serta 47,5 juta terkena demensia. Di Indonesia, dengan berbagai faktor biologis, psikologis dan sosial dengan keanekaragaman penduduk; maka jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah yang berdampak pada penambahan beban negara dan penurunan produktivitas manusia untuk jangka panjang. Data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6.1% dari jumlah penduduk Indonesia. (Maulana et al., 2019)

Depresi merupakan gangguan perasaan (*afek*) yang dapat terjadi secara berulang ditandai dengan kesedihan, kehilangan gairah, terganggunya nafsu makan, merasa mudah lelah, dan biasanya pasien memiliki konsentrasi yang buruk sehingga aktivitas pasien akan terganggu ketika telah mengalami tanda dan gejala depresi. (Purnomosidi et al., 2023)

Meskipun depresi merupakan kondisi gangguan emosi, Namun secara umum terdapat empat kelompok gejala depresi yaitu : gejala afektif meliputi, sikap apatis, kesedihan yang berlarut, hilangnya rasa kesenangan, serta cemas berlebihan. Gejala motivasional meliputi, sikap ingin melarikan diri, memiliki keinginan untuk mengakhiri dirinya, dan selalu mencoba menghindari masalah kehidupan. Gejala kognitif meliputi, sudah putus asa, hilang rasa harga diri, sulit untuk berkonsentrasi, daya pikir berkurang, serta pola pikir yang menyimpang, dan gejala perilaku meliputi, menjadi pasif, menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami gangguan tidur, gangguan nafsu makan, serta mengalami perubahan fisik. (Kusumawardani et al., 2022)

Depresi dapat menyerang siapa saja tanpa melihat gender maupun kalangan usia. Banyak faktor yang dapat menyebabkan seseorang terkena depresi, namun terdapat beberapa penyebab umum seseorang terkena depresi, seperti; terdapat masalah pada fungsi otak, faktor genetik, stress dan tekanan, serta memiliki masalah medis. (Saputri, 2017)

Berdasarkan uraian diatas maka penulis memandang perlu diadakannya peningkatan pengetahuan tentang gangguan kesehatan mental dengan cara melaksanakan penyuluhan gangguan kesehatan jiwa dikarenakan masih kurangnya tingkat pengetahuan mengenai gangguan kesehatan mental dan bagaimana cara menjaga kesehatan mental. Pentingnya edukasi mengenai kesehatan jiwa memiliki tujuan agar masyarakat peka terhadap kesehatan mentalnya karena jika tidak terkendali mereka bisa mengalami stress atau gangguan jiwa pada mentalnya sehingga tema kegiatan ini adalah “Penyuluhan Kesehatan Jiwa Pada Pasien ODGJ Defresi”

## METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan kegiatan penyuluhan masyarakat ini sasaran dalam kegiatan penyuluhan kepada masyarakat ini adalah ODGJ Defresi di Bumi Ayu Kota Bengkulu. Sedangkan Waktu Penelitian ini dilakukan pada Oktober 2023. Dalam kegiatan ini metode yang digunakan yaitu:

1. Pengumpulan Data  
Pengumpulan data terkait dengan yang sudah ada dan akan dilakukan pada pasien yang mengalami defresi
2. Wawancara  
Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa kurangnya pengetahuan penanganan pada pasien defresi.
3. Pembuatan Materi Penyuluhan  
Penelusuran kajian pustaka terkait kesehatan jiwa yang didapatkan, maka dibuatlah materi yang dibutuhkan dalam pelatihan kesehatan jiwa.
4. Menyajikan Materi Penyuluhan  
Penyajian materi dilakukan dengan ceramah dalam bentuk lecture dan dilakukan role play.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa klien memiliki tingkat emosional yang cukup tinggi dengan pola pikir yang tidak terkontrol. Hal ini mempengaruhi intervensi yang akan dilakukan kepada klien dan keluarga agar mendapatkan hasil yang maksimal. Intervensi yang dapat dilakukan untuk klien dengan tingkat ketergantungan sebagian adalah memberikan informasi dan melatih klien tentang cara mengatasi defresi.

Diharapkan dengan cara meningkatkan pengetahuan pasien dan meningkatkan persepsi pasien bahwa tingkat emosional yang tinggi bisa memicu terjadinya gejala defresi dan jika pasien tidak bisa mengatasi terjadinya stress dan defresi makan pasien akan merasakan kesehatan jiwanya terganggu dan tidak tenang. Peningkatan pengetahuan yang dilakukan kepada pasien dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai cara, salah satunya adalah dengan pemberian penyuluhan tentang kesehatan jiwa bahkan dengan cara terapi.

Setelah mengikuti kegiatan ini pasien dapat lebih memahami bagaimana cara menjaga kesehatan jiwa dengan baik seperti :

1. Cara mengontrol emosi dengan baik
2. Cara mengelola gejala stress
3. Cara mengatasi defresi



Gambar 1. Kegiatan *Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan*

## SIMPULAN

Kesehatan jiwa akan berbanding lurus dengan kesehatan fisik, sehingga tidak bisa dipisahkan satu dengan lainnya. Depresi merupakan gangguan perasaan (afek) yang dapat terjadi secara berulang ditandai dengan kesedihan, kehilangan gairah, terganggunya nafsu makan, merasa mudah lelah, dan biasanya pasien memiliki konsentrasi yang buruk sehingga aktivitas pasien akan terganggu ketika telah mengalami tanda dan gejala depresi. Penyuluhan tentang pemahaman

kesehatan jiwa ini diharapkan mampu meyakinkan pasien ODGJ tentang pentingnya mengetahui penanganan stress serta mengelola emosi secara baik sehingga gejala stress tidak menjadikan pasien defresi terhadap suatu hal.

Meskipun depresi merupakan kondisi gangguan emosi, Namun secara umum terdapat empat kelompok gejala depresi yaitu : gejala afektif meliputi, sikap apatis, kesedihan yang berlarut, hilangnya rasa kesenangan, serta cemas berlebihan. Gejala motivasional meliputi, sikap ingin melarikan diri, memiliki keinginan untuk mengakhiri dirinya, dan selalu mencoba menghindari masalah kehidupan. Gejala kognitif meliputi, sudah putus asa, hilang rasa harga diri, sulit untuk berkonsentrasi, daya pikir berkurang, serta pola pikir yang menyimpang, dan gejala perilaku meliputi, menjadi pasif, menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami gangguan tidur, gangguan nafsu makan, serta mengalami perubahan fisik

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada warga sekitar lokasi pelayanan Masyarakat, dalam proses survey dan wawancara di lapangan dalam literatur dan referensi, dan ODGJ dengan gangguan Defresi yang telah bersedia mengikuti kegiatan penyuluhan Kesehatan Masyarakat Bersama LPPM Stikes Tri Mandiri Sakti Bengkulu dan Dosen Pembimbing.

### REFERENSI

- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Ari Dwi Jayanti, D. M., Nopita Wati, N. M., Lestari, T. R., Lestari, K. Y., & Juanamasta, I. G. (2020). Peningkatan Kesehatan Jiwa Melalui Peran Kader Kesehatan Jiwa. *Jurnal DIFUSI*, 2(1), 33. <https://doi.org/10.35313/difusi.v2i1.1817>
- Erlando, R. P. A. (2019). Defisit Perawatan Diri Dan Terapi Kognitif Perilaku. *ARTERI : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 94–100.
- Kusumawardani, A. F., Yuliani, S., Purwani, O., & Santi, M. Y. (2022). Implementasi Konsep Therapeutic Space pada Strategi Desain Pusat Rehabilitasi Penderita Depresi. *Arsitektura*, 20(2), 365. <https://doi.org/10.20961/arst.v20i2.65941>
- Maulana, I., S. S., Sriati, A., Sutini, T., Widiyanti, E., Rafiah, I., Hidayati, N. O., Hernawati, T., Yosep, I., H. H., Amira D.A, I., & Senjaya, S. (2019). Penyuluhan Kesehatan Jiwa untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Masalah Kesehatan Jiwa di Lingkungan Sekitarnya. *Media Karya Kesehatan*, 2(2), 218–225. <https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22175>
- Purnomosidi, F., Ernawati, S., Riskiana, D., & Indriyani, A. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.54066/abdimas.v2i1.257>
- Saputri, A. R. (2017). Hubungan Tingkat Stress, Kecemasan dan Depresi dengan Tingkat Prestasi Akademik pada Santri Aliyah. *Skripsi*, 98.
- Syahputra, E., Rochadi, K., Pardede, J. A., Nababan, D., & Linatarigan, F. (2021). Determinan Peningkatan Orang Dengan Gangguan Jiwa (Odgj) Di Kota Langsa the Determination of People Improvement With Mental Disorders (Odgj) in the City of Langsa. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), 2615–109.