

KESEHATAN MENTAL DI KALANGAN REMAJA PANTI ASUHAN

Fitriyani, Ira Ocktavia Siagian*

Program Studi S1 Keperawatan, Institut Kesehatan Immanuel Bandung, Jl. Raya Kopo No.161, Situsaur,
Bojongloa Kidul, Bandung, Jawa Barat 40232, Indonesia

*ira.ockta@gmail.com

ABSTRACT

Salah satu permasalahan kesehatan yang signifikan di dunia, termasuk di Indonesia diantaranya adalah kesehatan mental. Psikoedukasi dapat menjadi salah satu terapi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan mental. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Psikoedukasi terhadap Literasi Kesehatan Mental dikalangan remaja Panti Asuhan Nurul Falaah Soreang. Jenis penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan rancangan one group pretest posttest, subjek penelitian berjumlah 30 responden melalui teknik pengambilan total sampling. Teknik pengumpulan data melalui kuesioner. Analisa data menggunakan uji Paired Sampel T Test. Hasil analisis didapatkan sebagian besar responden sebelum diberikan Psikoedukasi memiliki pengetahuan sedang (63%) dan sebagian besar responden setelah diberikan Psikoedukasi memiliki pengetahuan Tinggi (70%). Hasil uji Paired Sampel T Test didapatkan (sig. (2-tailed)) $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perilaku yang diberikan pada masing-masing responden. Diharapkan hasil ini berdampak positif bagi remaja, sehingga mengubah sudut pandang terhadap pentingnya pengetahuan dan ketrampilan dalam literasi kesehatan mental remaja.

Kata Kunci: literasi kesehatan mental; psikoedukasi; remaja

THE INFLUENCE OF PSYCHOEDUCATION ON MENTAL HEALTH LITERACY AMONG ADOLESCENTS OF ORPHANAGE

ABSTRACT

One of the significant health problems in the world, including in Indonesia, is mental health. Psychoeducation can be one of the therapies that can be used to increase knowledge about mental health. The purpose of this study was to determine the effect of Psychoeducation on Mental Health Literacy among adolescents of Nurul Falaah Soreang Orphanage. This type of research is pre-experimental with a one group pretest posttest design, the research subjects amounted to 30 respondents through the total sampling technique. Data collection techniques through questionnaires. Data analysis using Paired Sample T Test. The results of the analysis showed that most respondents before being given psychoeducation had moderate knowledge (63%) and most respondents after being given psychoeducation had high knowledge (70%). The results of the Paired Samples T Test test obtained (sig. (2-tailed)) $0.000 < 0.05$ so it can be concluded that there is a significant effect on the difference in behavior given to each respondent. It is hoped that these results can have a positive impact on adolescents, thus changing their perspective on the importance of knowledge and skills in adolescent mental health literacy.

Keywords: adolescent; mental health literacy; psychoeducation

PENDAHULUAN

Literasi kesehatan mental didefinisikan sebagai pengetahuan serta keyakinan perihal gangguan-gangguan mental yang membantu rekognisi, manajemen, dan prevensi (Handayani et al., 2020). Berarti, literasi di sini dimaksudkan perihal pengetahuan serta kesadaran terhadap kesehatan jiwa. berdasarkan Kutcher & Coniglio (2016). Kesehatan mental itu sendiri berdasarkan WHO merupakan suatu keadaan (status) sehat utuh secara fisik, mental (rohani) seta sosial, serta bukan hanya suatu keadaan yang bebas dari penyakit, cacat serta

kelemahan. berdasarkan WHO (2021) terdapat 300 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan jiwa seperti depresi, bipolar, demensia, termasuk 24 juta orang yang mengalami skizofrenia. WHO mengatakan 10 hingga 20% anak-anak dan remaja di seluruh dunia mengalami dilema kesehatan mental dan 1/2 dari seluruh dilema kesehatan mental dimulai di usia 14 tahun hingga pertengahan usia 20 tahun WHO (2021). Sedangkan dari Indonesia-National Adolescent Mental Health berita lapangan (I-NAMHS) merilis pernyataan berdasarkan riset pada tahun 2022 kelompok remaja di rentang usia 10-17 tahun di Indonesia memiliki dilema mental. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan dilema kesehatan mental yang awam terjadi di remaja ialah depresi serta kecemasan. Data Riskesdas menunjukkan dilema kesehatan mental emosional di remaja semakin tinggi dari 6% menjadi 9,8% Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018).

Menurut WHO (2021) remaja ialah fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 sampai 19 tahun. Sedangkan di Peraturan Menteri Kesehatan RI N0.25, remaja ialah penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Kamus besar Bahasa Indonesia dituliskan bahwa pengertian panti asuhan adalah rumah tempat memelihara serta merawat anak yatim atau yatim piatu dan sebagainya. Sedangkan, berdasarkan Depsos RI (2004: 4), Panti Sosial Asuhan Anak artinya suatu forum perjuangan kesejahteraan sosial yang memiliki tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial pada anak terlantar dengan melaksanakan penyantunan serta pengentasan anak terlantar, memberikan pelayanan pengganti orang tua/wali anak pada memenuhi kebutuhan fisik, mental serta sosial kepada anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yang luas, sempurna serta memadai bagi pengembangan kepribadianya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagian dari generasi penerus cita - cita bangsa serta sebagai insan yang akan turut dan aktif pada bidang pembangunan nasional. Menurut A. Supratiknya (2011) Psikoedukasi ialah suatu tindakan yang diberikan pada individu serta keluarga untuk memperkuat strategi koping atau suatu cara spesifik dalam menangani kesulitan perubahan mental. di psikoedukasi terjadi proses pengenalan serta pertukaran pendapat bagi pasien serta tenaga profesional menjadi akibatnya berkontribusi di destigmatisasi gangguan psikologis yang beresiko untuk menghambat pengobatan.

Dengan adanya upaya intervensi psikoedukasi seputar literasi kesehatan mental diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan serta penyikapan para remaja. Jika suatu hari ada rekan sebayanya yang mengalami situasi dan kondisi gangguan kesehatan mental. Upaya tersebut bisa dilakukan melalui intervensi psikologi berupa psikoedukasi. Psikoedukasi artinya kegiatan yang dilakukan guna meningkatkan penjelasan dan atau pula keahlian sebagai upaya penghindaran asal timbulnya serta atau maupun meluasnya kendala psikis pada sesuatu golongan, komunitas, ataupun penduduk. Studi Pendahuluan yang dilakukan di Panti Asuhan Nurul Falaah Soreang, pada tanggal 14 April 2023. akibat wawancara dengan pengurus Panti Asuhan Nurul Falaah Soreang ada anak Yatim Piatu, Yatim, serta Piatu. Alasan anak-anak masuk Panti Asuhan terdapat yang di titipkan sang orang tuanya, dikarenakan beberapa anak asal dari golongan orang tua yang tidak mampu buat mendidik serta membesarkan anak-anaknya. pada segi ekonomi maupun pendidikan. Adapun anak yang memang di temukan atau di tinggalkan pada Panti Asuhan dengan sengaja. Hasil wawancara dengan 5 orang anak dihasilkan 4 dari 5 orang menjawab kurang mengetahui tentang kesehatan mental, namun 1 orang anak menjawab mengetahui apa itu kesehatan mental tetapi masih resah. dari pemaparan yang di dapatkan perihal literasi kesehatan tersebut pada dapatkan tingkat literasi kesehatan mental pada Panti Asuhan Nurul Falaah masih rendah. oleh karena itu perlu ditingkatkan supaya mereka bisa memiliki kemampuan

untuk menemukan, menilai serta menyampaikan info sebagai cara untuk mempromosikan, memelihara serta menaikkan kesehatan dalam banyak sekali bidang kehidupan. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi terhadap literasi kesehatan mental di kalangan remaja Panti Asuhan Nurul Falaah Soreang.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain Quasi Ekaperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang tinggal di panti asuhan “Nurul Falaah Soreang”. Sampel penelitian berjumlah 30 responden. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah menggunakan total sampling. Alat penelitian ini menggunakan kuesioner the Mental Health Knowledge Questionnaire (MHKQ) dan video singkat dari Channel “Satu Persen-Indonesia Life Shcool”. Analisa data menggunakan Uji Paired Sampel T Test. Nilai validitas 0,361 dan nilai cronbach alpha sebesar 0,912.

HASIL

Tabel 1.
 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia dan Pendidikan Remaja Panti Asuhan Nurul Falaah Soreang

Karakteristik Responden	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	17	57
Perempuan	13	43
Usia		
10-14 Tahun	17	57
15-20 Tahun	13	43
Pendidikan		
SD	7	23
SMP	16	54
SMA	7	23

Tabel 1 jenis kelamin responden sebagian besar responden (57%) berjenis kelamin laki-laki. Sedangkan berdasarkan usia responden sebagian besar responden (57%) berusia 10-14 tahun. Dan berdasarkan pendidikan responden sebagian besar responden (54%) berpendidikan SMP.

Tabel 2.
 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hasil Pre Test Literasi Kesehatan pada remaja di panti Asuhan Nurul Falaah Soreang

Kategori PreTest	f	%
Tinggi Sedang	9	30
Rendah	16	63
	2	7

Tabel 2 didapatkan hasil pre test literasi kesehatan mental sebagian besar dari responden (63%) sedang.

Tabel 3.
 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hasil Post Test Literasi Kesehatan pada remaja di panti Asuhan Nurul Falaah Sorean

Kategori PostTest	f	%
Tinggi	21	70
Sedang	9	30

Tabel 3 didapatkan hasil post test literasi kesehatan mental sebagian besar dari responden (70%) tinggi.

Tabel 4.
 Paired Sampel T Test

	Mean	95% Confidence Interval Of The Difference		Sig(2- tailed)
		Lower	Upper	
Pre Test- Post Test	13,3	-13,8	-8,7	,000

Tabel 4 didapatkan bahwa hasil sampel test nilai signifikasi (2-tailed) $0,000 < 0,05$ menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara Pre test dan Post test ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perilaku yang diberikan pada masing-masing responden.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Literasi Kesehatan Mental Remaja Panti Asuhan Nurul Falaah Soreang Sebelum Mendapatkan Psikoedukasi

Hasil penelitian tentang pengetahuan didapatkan data bahwa sebelum diberikan psikoedukasi literasi kesehatan mental sebagian besar dari responden (60%) yaitu 16 responden memiliki pengetahuan sedang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amiliyanti & Andini Rizki (2022) Penelitian yang dilakukan pada remaja Gap year dengan menggunakan kuesioner pengetahuan kesehatan mental dari 119 subjek yang diteliti, didapatkan hasil bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat pengetahuan kesehatan mental yang berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 59 orang. Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi faktor-faktor antara lain tingkat pendidikan, pengalaman, informasi, lingkungan budaya dan sosial ekonomi. Berdasarkan prinsip penyusunan media bahwa pengetahuan yang ada pada setiap manusia diterima atau ditangkap melalui panca indra. Semakin banyak indra yang digunakan untuk menerima sesuatu maka semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian/pengalaman yang diperoleh. Oleh karena itu media video yang menstimulasi dua indra yaitu penglihatan dan pendengaran (Fadhilah T.M et al., 2022).

Pengetahuan Literasi Kesehatan Mental Remaja Panti Asuhan Nurul Falaah Soreang Sesudah Mendapatkan Psikoedukasi

Hasil sesudah diberikan psikoedukasi literasi kesehatan mental sebagian besar dari responden (76%) yaitu 21 responden memiliki pengetahuan tinggi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahardika & Hyasinta Fernanda Kartika (2021) Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental pada penelitian ini dikategorikan dalam literasi tinggi dengan skor terbesar (maximum) sebesar 27 dan ilai rata-rata sebesar 23,48. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari & Wiyamti (2021) yang menjelaskan bahwa psikoedukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan mental pun skor MHI (Mental Health Inventory) pada remaja. Sama halnya dengan hasil penelitian Utami & Pujiningsih (2021) melakukan

psikoedukasi kesehatan mental yang dilakukan ke pada 56 mahasiswa secara daring. Hasil menunjukkan bahwa psikoedukasi memberikan dampak positif untuk meningkatkan wawasan peserta mengenai kesehatan mental.

Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Literasi Kesehatan Mental Pada Remaja Panti Asuhan Nurul Falaah Soreang

Hasil analisis menunjukkan bahwa skor rata-rata hasil belajar remaja panti asuhan setelah pemberian Psikoedukasi dengan menggunakan media pembelajaran berbasis video tampak Nilai p (sig.(2- tailed)) adalah $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara Pre test dan Post test ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perilaku yang diberikan pada masing-masing responden. Dengan 21 anak dari 30 mendapatkan hasil pengetahuan literasi dengan kategori tinggi yaitu sebesar 70% ketuntasan Psikoedukasi dengan penggunaan media video sangat efektif. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental pada penelitian ini dikategorikan dalam literasi tinggi. Hasil penelitian ini sesuai dengan (Nazira & Diah, 2022) hasil menunjukkan bahwa mayoritas sampel 318 (91.4%) memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi. Hasil penelitian Isnai & Laila (2022) yang menyebutkan bahwa mayoritas peserta mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 17 orang. Hal ini dikarenakan dominan nilai peserta dapat dilihat bahwa nilai p value $0,010 < 0,05$ yang artinya bahwa ada perbedaan pengetahuan yang bermakna sebelum dan sesudah pemberian materi literasi kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa peserta dapat memahami materi yang telah disampaikan oleh pemateri saat post test lebih tinggi dibandingkan dengan nilai pre test.

Menurut peneliti berdasarkan hasil pengukuran dan analisa data dapat dikatakan bahwa tujuan kegiatan telah tercapai dengan baik. Adanya kegiatan Psikoedukasi kepada remaja pada Panti Asuhan terkait dengan literasi kesehatan mental dapat merubah atau menaikkan pengetahuan remaja mengenai literasi kesehatan mental melalui kegiatan pelatihan yang berisi edukasi, studi masalah, dan bermain peran. Harapannya hasil ini bisa berdampak positif bagi remaja, sehingga mengubah sudut pandang terhadap pentingnya pengetahuan dan ketrampilan dalam literasi kesehatan mental remaja.

SIMPULAN

Tingkat pengetahuan literasi kesehatan mental pada Remaja Panti Asuhan Nurul Falah Soreang sebelum di berikan Psikoedukasi Sedang. Sedangkan tingkat pengetahuan literasi kesehatan mental pada Remaja Panti Asuhan Nurul Falah Soreang setelah di berikan Psikoedukasi Tinggi. Dan terdapat pengaruh yang signifikan dari Psikoedukasi terhadap Literasi Kesehatan Mental di kalangan Remaja Panti Asuhan Nurul Falah Soreang.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Supratiknya. (2011). Merancang Program dan Modul Psikoedukasi edisi revisi. Universitas Sanata Dharma.
- Amiliyanti, & Andini Rizki. (2022). Hubungan Pengetahuan Kesehatan Mental Terhadap Kecemasan Pada Remaja Yang Berada Pada Masa Gap Year. Universitas, Muhammadiyah Malang.
- Fadhilah T.M, Qinthara, F. Z., Pramudiya, F., Nurrohmah, F. S., Nurlaelani, H. P., Maylina, N., & Alfiraizy, N. (2022). Pengaruh Media Video Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri. Jppm (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat), 5(1), 159.

- Handayani, T., Ayubi, D., & Anshari, D. (2020). Literasi Kesehatan Mental Orang Dewasa Dan Penggunaan Pelayanan Kesehatan Mental. *Perilaku dan Promosi Kesehatan. Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(1).
- Isni, K., & Laila, F. N. (2022). Pemberdayaan Remaja Guna Meningkatkan Minat Literasi Kesehatan Mental di Era Digital. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(6), 759–766. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v7i6.2395>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018 .
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018. Laporan Penelitian. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kutcher, S. , W. Y., & Coniglio, C. (2016). Mental Health Literacy: Past, Present, And Future. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 61(3).
- Mahardika, & Hyasinta Fernanda Kartika. (2021). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Mental Dengan Stigma Gangguan Jiwa Di Masyarakat Desa Soko Kecamatan Baglen Kabupaten Purworejo. . . Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dr. Soebandi.
- Nazira, & Diah. (2022). Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Di Banda Aceh. *Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala*.
- Sari, R. , S. N. I., & Wiyamti, K. R. (2021). Peningkatan Kesehatan Mental Remaja di Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*.
- Utami, H., & Pujiningsih, S. (2021). Membangun generasi muda yang mampu melewati masa pandemi dengan menjaga kesehatan mental. *Jurnal KARINOV*, 5(1).
- WHO. (2021). Mental health of adolescents.