

PENGABDIAN MASYARAKAT TENTANG KESEHATAN JIWA PADA REMAJA SMP DAN SMA DI WILAYAH PUSKESMAS TAMANSARI

Rossy rosnowanty¹, Neni solihat², Saryomo³, Nia Restiana⁴, Qonita Chairun Nissa⁵, Gandhi Sukma Nugraha⁶, Fani Sulistian⁷, Fitri Nurlina⁸, Dede Elvan Rispan⁹

¹⁻⁹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Article Information

Received: June, 2022

Revised: July, 2022

Available online: August 2022

Keywords

Hipertensi, pengabdian dan penyuluhan

Correspondence

Phone: (+62) 81320421772

E-mail:

ABSTRACT

Masa Remaja dikatakan sebagai masa kritis, dimana pada usia ini Remaja mulai mencari jati dirinya. Masalah-masalah yang terjadi pada remaja antara lain tidak punya gaya sendiri, takut menyampaikan ide, mudah tersinggung, kurang percaya diri, malu bergaul, minder, suka menyendiri, melamun, ide bertentangan dengan orang tua, punya aturan sendiri yang tidak sesuai dengan orang tua, ragu dengan cita-cita, tidak punya harapan, mudah putus asa, sampai dengan pergaulan bebas dan terjerumus dalam narkoba. Maka untuk menghindari dan mengatasi dampak penyimpangan tersebut diperlukan suatu wadah agar dapat mewujudkan sumberdaya yang tidak hanya sehat secara fisik saja tetapi juga mental dan sosial serta mempunyai produktivitas yang optimal melalui upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan jiwa yang terus menerus melalui pendidikan kesehatan jiwa pada remaja.

PENDAHULUAN

Menurut UU No 36 Tahun 2009 adalah keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial maupun ekonomis. Dengan demikian kesehatan bersifat holistik meliputi aspek bio psiko sosio spiritual, bukan hanya terbebas dari penyakit fisik tetapi kualitas hidup yang terdiri dari kesejahteraan dan kualitas hidup, sehingga kesehatan jiwa merupakan bagian integral dari kesehatan.

Kesehatan jiwa adalah keadaan sejahtera ditandai dengan perasaan bahagia, keseimbangan, merasa puas, pencapaian diri dan optimis (Stuart & Laraia, 2005). Maka dengan demikian kesehatan jiwa merupakan bagian integral dari kesehatan dan keadaan sejahtera yang ditandai dengan dapat menyadari kemampuan yang dimiliki, dapat mengatasi stress, perasaan bahagia, merasa puas dan optimis sehingga seseorang dapat hidup harmonis dan produktif.

Kesehatan jiwa dibutuhkan oleh semua orang untuk mencapai kehidupan yang harmonis agar tidak mengalami gangguan jiwa. Pelayanan kesehatan jiwa adalah pelayanan yang *kontinum* yaitu sepanjang rentang sehat sakit, sepanjang hidup yaitu mulai dari pada masa pertumbuhan dan perkembangan anak sejak masih dalam kandungan, masa bayi, masa balita, usia prasekolah, usia sekolah, remaja, dewasa muda, dewasa tengah dan dewasa akhir (CMHN, 2005).

CMHN (2006) menjelaskan perkembangan psikososial mempunyai delapan tahap perkembangan : bayi, kanak-kanak, pra sekolah, usia sekolah, remaja, dewasa muda, dewasa dan lanjut usia. Ketidakseimbangan psikologis terjadi bila seseorang tidak dapat beradaptasi terhadap tuntutan secara internal maupun eksternal untuk mencapai tugas perkembangan tertentu sesuai tahapan usia termaksud juga pada usia sekolah. Dapat diartikan bahwa kegagalan tugas perkembangan tahap sebelumnya akan mempengaruhi kemampuan individu menyelesaikan tugas perkembangan tahap berikutnya.

Perkembangan anak usia remaja (13-19 tahun) mengalami berbagai peningkatan pada

aspek kognitif dan psikososial. Perkembangan kognitif, pada periode ini adalah mampu berpikir abstrak (tanpa terlihat wujudnya) mampu memperkirakan, menduga, & berfikir sebab akibat, mampu membuat keputusan, mampu menghubungkan ide, pemikiran atau konsep, mampu menganalisis (menyimpulkan beberapa tanda, mampu menyelesaikan masalah, mampu berpikir idealistik (sebaik mungkin), logik (masuk akal), & sistematis (berurutan), mampu memahami orang lain, kemampuan bahasa meningkat, mempunyai istilah-istilah khusus (bahasa gaul). Pada fase sebelumnya daya pikir anak, rasional dan objektif. Daya ingatnya menjadi sangat kuat, sehingga anak benar-benar berada pada tahapan belajar.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan ceramah, diskusi pada anak SMP dan SMA pada siswa dipuskesmas tamansari, Kota Tasikmalaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan Pengabdian masyarakat Pendidikan remaja dan kesehatan pada anak SMP dan SMA di wilayah puskesmas tamansari



Gambar 1

Tujuan pendidikan kesehatan ini adalah untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat dan derajat kesehatan jiwa remaja sedini mungkin.. Materi yang perlu diberikan pada yaitu perkembangan normal pada remaja, konsep diri pada remaja, identifikasi tanda-tanda cemas dan krisis percaya diri pada

remaja, strategi pemecahan masalah pada remaja.

Prevalensi gangguan mental emosional menurut data Riskesdas Tahun 2013 sebesar 6% sedangkan data Riskesdas Tahun 2007 sebesar 11,6%. Sedangkan prevalensi gangguan jiwa menurut data Riskesdas tahun 2007 sebesar 4,6% sedangkan data Riskesdas tahun 2013 prevalensi gangguan jiwa berat sebesar 1,7. Menurut data Riskesdas 2013, prevalensi gangguan mental emosional di Jawa Barat sebesar 9,3%, sedangkan gangguan jiwa di Jawa barat 1,6%.

Gangguan mental emosional yaitu setiap perubahan dalam kehidupan individu baik yang bersifat psikologis ataupun sosial yang mempunyai pengaruh timbal balik dan dianggap berpotensi cukup besar sebagai faktor penyebab terjadinya gangguan jiwa (atau gangguan kesehatan) secara nyata, atau sebaliknya masalah kesehatan jiwa yang berdampak pada lingkungan sosial. Gangguan mental emosional ini selain terjadi pada orang dewasa bisa terjadi juga pada remaja.

Masalah-masalah yang terjadi pada remaja antara lain tidak punya gaya sendiri, takut menyampaikan ide, mudah tersinggung, kurang percaya diri, malu bergaul, minder, suka menyendiri, melamun, ide bertentangan dengan orang tua, punya aturan sendiri yang tidak sesuai dengan orang tua, ragu dengan cita-cita, tidak punya harapan, mudah putus asa, sampai dengan pergaulan bebas dan terjerumus dalam narkoba.

Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan jiwa pada remaja yaitu dengan cara melakukan pendidikan kesehatan terhadap remaja yang ada di tingkat SMP maupun SMA yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari. Pendidikan kesehatan menurut Notoatmodjo (2007) adalah suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan prilaku remaja yang kondusif untuk kesehatan.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang kesehatan jiwa pada remaja, diharapkan dapat meningkatkan kemampuan hidup sehat dan derajat kesehatan jiwa pada remaja sedini mungkin.

REFERENSI

- Notoatmodjo (2007) Promosi Kesehatan Dan Ilmu prilaku. Rineka Cipta:Jakarta
- Potter, P.A. & Perry,A.G. (2005). *Fundamental of nursing : concept, process, and practice*, Philadelphia : Mosby Years Book Inc.
- Riset Kesehatan Dasar (2007) <https://www.k4health.org/sites/default/files/laporanNasional%20Riskesdas%202007.pdf>
- Riset Kesehatan Dasar (2013) <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>
- Stuart,G.W & Laraia, M.T (2005). *Principles and Practice of psychiatric nursing*. (7th edition). St Louis: Mosby
- UU Kesehatan No 36 Tahun 2009. <http://pdui.org/unduhuan/UU%2036%202009%20Kesehatan.pdf>