

<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JLPM/>

EDUKASI STIMULASI PERKEMBANGAN PSIKOSOSIAL UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN JIWA PADA REMAJA

Ruti Wiyati¹; Asrin²; Ulfah Agus Sukrillah³; Esti Dwi Widayanti⁴,
¹²³⁴Poltekkes Kemenkes Semarang

*e-mail korespondensi:

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa remaja dan dewasa muda merupakan masa dalam rentang kehidupan yang dipenuhi dengan berbagai perubahan dan dinamika. Dalam masa perkembangan peserta didik pada jenjang sekolah menengah pertama (SLTP) sebagaimana kita ketahui merupakan masa yang labil dan membutuhkan pendampingan guna mengarahkan pada hal-hal yang bersifat positif. Pada saat remaja terjadi perkembangan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial yang berlangsung secara sekuensial. Perubahan fisik juga diikuti oleh perubahan emosional dan psikis. Secara psikososial pertumbuhan pada masa remaja dibagi 3 tahap yaitu early, middle dan late adolencent. Segala sesuatu yang mengganggu proses maturasi fisik dan hormonal pada masa remaja ini dapat mempengaruhi perkembangan psikis dan emosi sehinggadiperlukan pemahaman yang baik tentang stimulasi tumbuh kembang pada remaja.

Metode: dalam pengabdian masyarakat ini dengan menggunakan edukasi tentang perkembangan psikososial Kesehatan remaja. Untuk pengetahuan dilakukan pre dan post tes, Peserta adalah siswa kelas VIII SMPN 1 Sokaraja. Sebanyak 71 siswa

Hasil: Dari pengabdian Masyarakat ini terdapat peningkatan pengetahuan kesehatan jiwa psikososial pada remaja sebelum pre-test rata rata 57 dan sesudah pre tes rata rata 86.

Simpulan: Edukasi Stimulasi tumbuh kembang efektif untuk meningkatkan pengetahuan pada kesehatan jiwa remaja.

Keyword : Psikologis, Psikososial, edukasi

<https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JLPM/>

PSYCHOSOCIAL DEVELOPMENT STIMULATION EDUCATION TO IMPROVE SOUL KNOWLEDGE IN ADOLESCENTS

Ruti Wiyati¹; Asrin²; Ulfah Agus Sukrillah³; Esti Dwi Widayanti⁴,
¹²³⁴Poltekkes Kemenkes Semarang

* e-mail correspondence : rutiwiyati2@gmail.com

ABSTRACT

Background: Adolescence and young adulthood are life span periods filled with various changes and dynamics. The development of students at the junior high school level (SLTP), as we know, is an unstable period and requires assistance to direct them to positive things. Hormonal, physical, psychological, and social development occur sequentially during adolescence. Physical changes are followed by emotional and psychological changes. Psychosocially, growth during adolescence is divided into three stages: early, middle, and late. Anything that interferes with the physical and hormonal maturation process during adolescence can affect psychological and emotional development; therefore, a good understanding of growth and development stimulation in adolescents is needed.

Method: This community service provides education about the psychosocial development of adolescent health. For knowledge, pre- and post-tests were conducted, and the participants were students of class VIII of SMPN 1 Sokaraja. A total of 71 students

Results: From this community service, there was an increase in knowledge of psychosocial mental health in adolescents before the pre-test an average of 57 and after the pre-test (an average of 86).

Conclusion: Growth and development stimulation education is effective in increasing knowledge of adolescent mental health.

Keywords: Psychological, Psychosocial, education

Pendahuluan

Masa remaja dan dewasa muda merupakan masa dalam rentang kehidupan yang dipenuhi dengan berbagai perubahan dan dinamika. Mulai dari perubahan secara fisik-biologis dari seorang anak menuju orang dewasa, yang secara natural membawa perubahan atau bahkan gejala secara psikologis. Perubahan bentuk tubuh dan hormonal dapat mempengaruhi munculnya sebuah dinamika suasana hati dan perilaku. Tidak hanya itu, remaja dan orang muda juga mengalami perubahan-perubahan sosial: model interaksi, tanggung jawab dan tuntutan sosial yang berbeda dengan ketika masa kanak-kanak. Oleh karenanya membina generasi muda yang ceria bahagia, mempunyai motivasi tinggi dan tangguh menghadapi berbagai gejala perubahan menjadi sangat penting. Kesehatan jiwa generasi muda akan mencerminkan kesehatan dan masa depan sebuah bangsa. (Desmita, 2015)

Perubahan-perubahan yang dialami oleh para muda ini secara natural sudah membawa dinamika gejala, tampaknya bertambah pada era ini. Tuntutan sosial semakin tinggi, situasi juga semakin kompleks. Kesibukan atau kondisi sosial ekonomi orang tua, tekanan atau tuntutan pendidikan dan perubahan gaya hidup dapat memicu terjadinya kebingungan dan stres; yang jika tidak teridentifikasi dan tidak tertangani dapat mengarah pada terjadinya suatu gangguan kejiwaan. WHO menyatakan bahwa separuh dari gangguan kejiwaan dimulai dari usia sekitar 14 tahun akan tetapi sebagian besar kasus tidak terdeteksi dan tidak tertangani. Depresi merupakan kasus banyak dialami oleh orang muda, yang apabila tidak tertangani dapat mengarah pada terjadinya bunuh diri. Penggunaan alkohol dan obat-obat terlarang, perilaku seks dan perilaku berisiko (seperti misalnya dalam mengendarai kendaraan) dan juga obesitas yang disebabkan karena pola perilaku makan yang tidak tepat juga merupakan isu-isu kesehatan mental yang banyak dialami oleh orang muda.

Remaja merupakan masa transisi dari anak menuju dewasa yang dihadapkan pada berbagai tantangan masa perkembangan. Pada masa ini terjadi perubahan yang kompleks dan relatif pesat. Perubahan tersebut meliputi perubahan biologis, psikoseksual, kognitif, moral, emosional. Banyaknya perubahan menuntut banyak pula tugas yang harus dipenuhi. Apabila tugas tidak terpenuhi maka resiko terjadi

penyimpangan perkembangan. Tugas perkembangan yang penting bagi remaja adalah terbentuknya identitas diri. Perkembangan identitas diri menjadi dasar bagi masa remaja dan aspek sentral bagi kepribadian sehat yang merefleksikan kesadaran diri dan sistem keyakinan pribadi

Kemajuan teknologi di satu sisi tanpa disadari justru merupakan penghambat kematangan perkembangan sosial dan emosi seseorang. Kemajuan teknologi informasi tidak dapat dipungkiri banyak memberikan kemudahan dan keuntungan, namun ternyata juga membawa dampak-dampak negatif apabila tidak disikapi secara arif. Akses ke dunia maya dengan segala fasilitas dan aktivitasnya, menjalin jejaring sosial, bermain game yang berlebihan akan menyita waktu yang sebenarnya masih dibutuhkan orang muda untuk terus beraktivitas dan mengembangkan dirinya dengan kegiatan-kegiatan yang nyata. Pada saat ini para ahli semakin menyadari kebijakan dan pengaturan dalam menggunakan teknologi canggih ini semakin dibutuhkan. *Electronic Screen Syndrome*, *Internet Addiction Disorder*, *Internet Gaming Disorder* adalah beberapa kondisi yang sudah dianggap sebagai gangguan kejiwaan yang disebabkan oleh ketidak-tepatan penggunaan teknologi informasi. Sosialisasi dan edukasi tentang penggunaan teknologi informasi dan audio visual electronic devices secara aman dan bijak perlu dilakukan secara gencar. (Hawari, 2007)

Keluarga yang harmonis dan orang tua yang penuh perhatian dan suportif merupakan kondisi ideal untuk bertumbuh kembangnya seorang anak menjadi orang muda yang bahagia dan tangguh. Salah satu tugas pemerintah dan berbagai pemangku kepentingan (*stake holder*) untuk terus mendorong tercapainya keluarga-keluarga sejahtera dan bahagia di masyarakat. Akan tetapi tentu saja perlu pula dipikirkan program penanganan dan tersedianya sarana bagi para muda yang kurang beruntung karena kondisi keluarga yang kurang atau tidak ideal; juga untuk para muda yang mengalami kebingungan atau merasa membutuhkan tempat untuk berbagi rasa. Rumah-rumah ramah remaja, rumah singgah, rumah lindung banyak dibutuhkan dengan SDM yang memadai kompetensinya untuk melakukan pendampingan dan pengarahan pada para muda. Demikian pula program-program konseling sebaya perlu lebih digalakkan.

Pencegahan terjadinya gangguan kejiwaan pada remaja dan orang muda perlu diawali dengan pemahaman yang benar dan langkah yang tepat. Peran pemerintah menjadi sangat sentral untuk mendorong upaya investasi jangka panjang yang sangat menentukan bagi kokohnya bangsa ini. Tentu saja partisipasi berbagai sektor, elemen masyarakat, profesional juga sangat dibutuhkan untuk mendukung pemerintah. Berbagai sosialisasi, edukasi dan pelatihan perlu dilakukan sampai menjangkau ke lapisan masyarakat paling bawah.

Berdasarkan fenomena yang ada tentang kesehatan jiwa pada remaja, maka pengabdian tertarik untuk mengadakan pengabdian masyarakat: Stimulasi perkembangan Psikososial pada remaja untuk pembentukan identitas diri remaja.

SOLUSI PERMASALAHAN

Permasalahan Berdasarkan hasil penelitian tentang kesehatan jiwa pada anak remaja, didapatkan, Perubahan fisik dan emosional pada remaja akibat masa tumbuh kembang remaja. Masih tingginya persentase identitas diri pada remaja Beberapa siswa remaja membawa bermain HP menggunakan aplikasi game on lain yang kurang baik. Banyaknya anak remaja yang lebih suka diam, jika mempunyai permasalahan pribadi Tingginya kasus bullying dan pelecehan seksual di sekolah Belum berkembangnya pelayanan jiwa yang berbasis komunitas

Solusi yang ditawarkan untuk menangani permasalahan yang terjadi pada mitra adalah dengan melakukan stimulasi perkembangan psikososial pada anak remaja

METODE PELAKSANAAN

Tahap penyelesaian Permasalahan

Tahap –tahap yang akan dilakukan dalam menyelesaikan permasalahan mitra diawali dengan observasi lapangan beserta dengan tokoh masyarakat, orang tua tentang perilaku psikososial anak remaja

Penawaran solusi pada mitra dengan megedukasi perkembangan psikososial pada remaja dengan perancangan system: Sehat Jiwa pada Remaja

Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan merupakan landasan atau acuan agar proses dalam program pengabdian kepada masyarakat ini berjalan sistematis, terstruktur dan terarah. Setelah proses observasi lapangan dan identifikasi permasalahan

dilakukan, maka akan dilakukan perancangan solusi. Metode yang akan digunakan dalam program ini ditunjukkan melalui gambar berikut:

Gambar 1. Metode Pelaksanaan Program



Survey Dalam tahap survey pengusul melakukan kunjungan ke mitra. Mensurvey lokasi tentang Perkembangan psikososial remaja

Implementasi Kegiatan pengabdian masyarakat dalam perilaku hidup bersih dan sehat meliputi: Penyuluhan tentang perkembangan psikososial, Diskusi Kesempatan pan Tanya jawab, Simulasi, Roleplay, Pemberian modul, Leaflet stimulus Perkembangan psikososial, Pencegahan seksual pada Remaja, Komitmen Membentuk kesepakatan bersama seluruh siswa untuk mengembangkan kesehatan psikososial.

Partisipasi Mitra, Dalam program kemitraan masyarakat ini, mitra diharapkan dapat berpartisipasi. Mitra akan berpartisipasi dalam stimulus perkembangan psikososial pada remaja. Selain itu mitra mempunyai komitmen untuk melaksanakan dan meneruskan program yang sudah dibentuk.

Evaluasi Pelaksanaan dan Keterlanjutan Program, Pelaksanaan akan dievaluasi dengan kecapaian luaran yang telah dipaparkan akan dibandingkan dengan kondisi sebelum implementasi sitem. Implementasi ini dikatakan berhasil jika lebih baik dari sebelumnya. Terciptanya lingkungan sekolah yang sehat jiwa

Evaluasi selanjutnya harapannya hasil pengabdian masyarakat ini dapat terpublikasi pada jurnal nasional terakreditasi

LUARAN DAN TARGET CAPAIAN

Luaran yang ditargetkan dari pengabdian masyarakat ini adalah: Pengetahuan dan pemahaman Siswa tentang pentingnya kesehatan psikososial. Siswa dapat mengerti tentang identitas diri. Artikel ilmiah yang dicetak di surat kabar elektronik. Vidio Kegiatan Pengabdian Masyarakat. Poster Pencegahan Pelecehan seksual pada remaja

Target dalam pengabdian ini adalah: Remaja memahami pentingnya kesehatan psikososial, Remaja dapat memahami identitas dirinya, Lingkungan remaja adaptif untuk pembentukan identitas diri, Terciptanya lingkungan sehat jiwa di lingkungan remaja

HASIL YANG DICAPAI

Pelaksanaan kegiatan penelitian ini bertempat di SMPN 1 Sokaraja dengan metode pelaksanaan kegiatan yang digunakan adalah:

Koordinasi. Koordinasi yang dilakukan meliputi proses observasi lapangan melalui wawancara kepada kepala Sekolah, Guru BK, dan Wali Kelas.

Pengambilan sample dengan koordinasi dengan guru BK, menggunakan jadwal Pelajaran BK dan diberikan kepada kelas VIII.

Pre Test dilanjutkan dengan Pemberian Pendidikan kesehatan psikososial pada remaja.

Observasi, Proses observasi lapangan dilakukan di awal masa program pengabdian masyarakat ini. Pengamatan dan pengumpulan data dilakukan terkait kesehatan psikososial pada anak remaja.

Kepustakaan, Proses ini dilakukan untuk mendapatkan literatur tentang kesehatan jiwa anak remaja. Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat yang dicapai dapat dilihat dalam tabel berikut:

No	Aspek Kegiatan	Capaian(%)	Ket
1	Tahap Persiapan: a. Koordinasi dan persamaan persepsi dengan Kepala Sekolah dan Guru BK b. Pendataan peserta (siswa kelas VIII)	100	
3	Tahap intervensi: Pendidikan kesehatan psikososial remaja a. Daftar Hadir b. Modul c. Media : PPT, Leaflet, Poster	100%	
4.	Tahap evaluasi meliputi : post test, tabulasi log book pengetahuan remaja tentang kesehatan psikososial	100 %	
4	Tahap pembuatan laporan hasil		

Hasil Pengabdian Masyarakat

Dari haril pengabdian masyarakat diperoleh gambaran karakteristik remaja berdasarkan jenis kelamin Remaja:

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	%
1	Laki – Laki	33	46,5
2	Perempuan	38	53,5
	Total	71	100

Pada data karakteristik jenis kelamin sebagian besar remaja berjenis kelamin perempuan yaitu sebesar 38 (53,5%) dan laki laki 33 (46,5%).

Kesehatan Psikososial Remaja, Kesehatan jiwa anak remaja sebelum dan sesudah intervensi selengkapnya disajikan pada tabel 3. Kesehatan psikososial anak remaja sebelum dan sesudah intervensi selengkapnya disajikan pada tabel 3.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Faktor – faktor yang mempengaruhi kesehatan psikososial remaja adalah : pola asuh remaja, temen sebaya dan media.

Beberapa ancaman kesehatan psikososial remaja saat ini : bullying, pelecehan seksual, narkoba dan berkendara bermotor.

Kesehatan fiisk yang mengancam anak remaja adalah : masalah nutrisi,pola makan, gaya hidup, dan perilaku anak remaja dalam mengkonsumsi jajanan.

Saran

Perlu ditingkatkan tentang edukasi kesehatan fisik dan psikososial bagi remaja dan Inovasi media tentang kesehatan fisik dan psikososial bagi anak remaja

DAFTAR PUSTAKA

- Desmita. (2005). Psikologi Perkembangan. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Fatimah, Enung. (2018). Psikologi perkembangan Peserta Didik Bandung : Pustaka Setia
- Hawari, D. (2007). Pendekatan Holistik Pada Kesehatan Jiwa, Jakarta : FK.UI
- Kaplan & Sadock. (2010). Kaplan & Sadock's Sinopsis Psikiatri, 7 th edition Jakarta : Bina Rupa Aksara
- Keliat, B. (2014). Buku Saku Terapi Spesialis Keperawatan Jiwa, Universitas Indonesia : Depok
- Kusumawati, (2016). . Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta :Salemba Medika,.
- Towsend, MC. (2008). Diagnosa Keperawatan pada Keperawatan Psikiatri. Jakarta: EGC.
- Iyus, I. (2007) . Keperawatan Jiwa.Bandung: Refika Aditama.