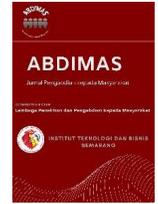




Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat

Journal Homepage: <http://www.itbsemarang.ac.id/sijies/index.php/abdimas>

e-Mail: lppm@itbsemarang.ac.id



Edukasi Kesehatan Mental Siswa Melalui Program Literasi Di Sekolah Kota Palopo

Dian Furqani Hamdan*¹,
Anugrah Umar²,
Bukroanah Makkau³

¹Universitas Mega Buana Palopo, ²Universitas Muhammadiyah Palopo, ³ Universitas Negeri Manado

*e-mail: dianfurqanihamdan@gmail.com¹, anugrahumar87@gmail.com², bukroanahmakkau@unima.ac.id³

INFO ARTIKEL

Histori artikel:

Diterima : 02 Desember 2022
Revisi : 12 Desember 2022
Disetujui : 29 Januari 2023
Publikasi : 02 Februari 2023

ABSTRAK

Have a sense of every student wants to be a teenager growing flowers complain to note whether it is at home, schools and had become friends environment, many factors of the problems they experience provided growth from the teenagers become adults both in attitudes and think, mental health education literacy through the school aims to assist students find talent writing them to develop itself through writing to be work they have passed at the school recalls when either junior high schools, and senior high school. The methodology conducted using descriptive by approach cross sectional study in two schools SMP 2 and SMA 6. The strength and weakness of (questionnaire-SDQ) used to detect 12-17 teen age years. In the 50 follow every classroom is a representative from OSIS and the head of the teacher. The results of the assistance that was carried out for 1 month showed that students' interests and talents could be elicited by involving collaboration with private parties who were holding a national book writing competition for the Nyalanesia team which then facilitated schools and students in the field of literacy so that they could explain in detail the results of students' writing to be published in the form of a book with an ISBN

Keywords: *Education, Literacy, Health, Mental, Students*

Abstrak

Setiap siswa mempunyai rasa ingin menjadi remaja yang tumbuh kembangnya diperhatikan baik itu di rumah, sekolah dan lingkungan pertemanannya, banyaknya faktor permasalahan yang mereka rasakan dimasa pertumbuhan dari sosok remaja menjadi dewasa baik secara sikap maupun berpikir, edukasi kesehatan mental melalui program literasi sekolah ini bertujuan untuk membantu para siswa menemukan bakat menulis mereka agar dapat mengembangkan diri melalui tulisan agar menjadi karya yang akan mereka kenang saat telah lulus disekolah baik itu tingkat SMP dan SMA. **Metode** edukasi yang dilakukan menggunakan deskriptif dengan pendekatan cross sectional study di dua sekolah yaitu SMPN 2 Palopo dan SMAN 6 Palopo. Kuesioner kekuatan dan kelemahan (Stenght and Difficulties Questionnaire-SDQ) yang digunakan untuk mendeteksi remaja usia 12-17 Tahun. Yang di ikuti 50 orang merupakan perwakilan tiap kelas yang tergabung dalam OSIS Sekolah dan di dampingi oleh Guru. **Hasil** pendampingan yang dilakukan selama 1 bulan menunjukkan minat dan bakat siswa dapat tereliasiasi dengan melibatkan kerjasama dengan pihak swasta yang sedang melalukan lomba menulis buku nasional tim Nyalaneia yang selanjutnya memfasilitasi sekolah dan siswa dibidang literasi sehingga dapat membantu pendampingan literasi penulisan bagi siswa untuk dapat diterbitkan dalam bentuk buku yang berISBN

Kata Kunci: Edukasi, Literasi, Kesehatan, Mental, Siswa

1. PENDAHULUAN

Meningkatkan literasi kesehatan mental adalah penting dan sesuai dengan rencana WHO (*World Health Organization*) memfokuskan kesehatan mental sebagai komponen esensial dari ikatan sosial, produktivitas, dikalangan masyarakat sehingga tercapainya kedamaian dan stabilitas lingkungan, yang dapat berkontribusi pada perkembangan social dan ekonomi di masyarakat. (Abnorm Psychol, 2018)

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar. (*Riskesdas*) prevalensi penduduk Indonesia yang menderita gangguan mental emosional mengalami peningkatan pada tahun 2018 sebesar 6% menjadi 9,8% tahun 2018. Pada masa pandemic kita dihadapkan pada situasi kegawat daruratan kesehatan masyarakat utamanya di dunia pendidikan, sinergitas antara pendidik dan peserta didik untuk dapat memanfaatkan media pembelajaran *DARING* untuk mendukung upaya pemutusan rantai penyebaran virus *COVID 19*, namun tetap melaksanakan Tridarma perguruan tinggi secara efektif dan efisien berdasarkan Kurikulum Merdeka Belajar.

Epidemiologi sebagai suatu disiplin ilmu mempunyai peran yang sngat besar dalam pemecahan suatu masalah. Dimana fungsinya tidak terbatas pada penilaian efektifitas system pelayanan kesehatan, juga mempelajari perubahan situasi kesehatan. Tiga prinsip pendekatan epidemiologi yaitu menyangkut studi kelompok penduduk bukan individu, selalu membandingkan

antar dua kelompok baik kasus maupun kontrol. Selalu mempertanyakan apakah mereka dengan kondisi tertentu lebih sering memiliki karakteristik tertentu atau faktor tertentu dapat masuk dalam kategori *High Risk Group*.

Program Literasi adalah kemampuan seseorang dalam mengolah dan memahami informasi saat melakukan proses membaca dan menulis, hal ini sangat bermanfaat bagi Siswa untuk memperluas wawasan dan pengetahuan sehingga mampu berpikir kritis dalam mengambil keputusan sehingga otak bekerja secara maksimal dalam memahami informasi dari sumber bacaan. Ada tiga ciri literasi yaitu *Responding, Revising, dan Reflecting*. (Pratama, A. P, dkk.2012)

Strategi untuk meningkatkan minat baca dan menulis bagi Siswa dapat dilakukan dengan cara Integrasi Perpustakaan berbasis online hal ini dapat membantu Siswa mengakses sumber referensi terbaru dari setiap mata pelajaran yang di program setiap semester, berdasarkan strategi pembelajaran yaitu *Discovery Learning, Strategi Inkuri Learning, Strategi Program Based Learning, Dan Strategi Project Based Learning*. Upaya ini untuk meningkatkan minat baca dimana referensi dapat diakses kapan pun melalui kanal informasi setiap kelas yang ada pada siswa SMP dan SMA di kota Palopo.

Pembelajaran Inkuri merupakan model pembelajaran yang dapat mengaktifkan proses belajar Siswa untuk mengembangkan keterampilan berfikir secara kritis dan kreatif sekaligus melatih keterampilan terbuka bagi para peserta didik. Model pembelajaran kreatif, inovatif dan produktif merupakan model pembelajaran yang menggerakkan Siswa secara aktif memecahkan masalah secara kompleks dalam situasi realistik. (Craske, M. G., & Tsao, J. C. 2005)

Siswa didorong untuk mampu membuat tulisan yang merupakan rangkuman dari semua mata pelajaran yang di pelajarinya disetiap semester dan dapat dijadikan refrensi baru bagi Siswa yang memprogram tata kuliah tersebut sehingga dapat diakses secara online berdasarkan rujukan dosen pengampuh dari mata pelajaran disemseter itu. setiap Siswa telah memperoleh catatan mata pelajaran yang telah di program selama perkuliahan. Sehingga masing-masing Siswa telah terlatih untuk menulis karya yang dapat dimanfaatkan secara terus menerus dan berkesinambungan.

2. METODE PELAKSANAAN

Gerakan edukasi kesehatan mental pada siswa difokuskan melalui pendekatan literasi sebagai awal pengembangan langkah pengembangan ilmu pengetahuan bertujuan untuk meningkatkan peran penting dalam mendorong setiap siswa untuk meningkatkan hakikat ilmu

pengetahuan yang diperoleh dalam proses belajar mengajar disetiap semester. (Nuryana, Z,dkk 2020)

Program pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan kausal, dengan tujuan mengetahui efektifitas dari edukasi kesehatan mental siswa menggunakan kuesioner sebagai upaya skrining melakukan deteksi dini masalah emosi dan perilaku remaja dengan (Stenght and Difficulties Questionnaire-SDQ) yang merupakan kuesioner yang digunakan untuk mendeteksi remaja usia 14-17 Tahun. (Hayati, S. A., & Tohari, S. 2022)

Berisi 25 pertanyaan terdiri dari (1) Domain masalah emosi, (2) Domain masalah perilaku, (3) Domain heperaktivitas/inaterasi, (4) Domain masalah hubungan dengan teman sebaya, (5) Domain perilaku pro-sosial yang mendukung. Masing-masing terdiri atas 5 butir pertanyaan. Walaupun pertanyaan benar selalu dinilai 1 point, namun dapat dinilai bervariasi dengan masing-masing item. Menggunakan rumus *koefisien korelasi Product moment person*. (Ayuningtyas, D., & Rayhani, M. 2018)

Pembangunan di era teknologi 4.0 menuntut untu setiap siswa dapat memanfaatkan dengan baik potensi dirinya melalui literasi teknologi salah satunya adalah untuk dapat memanfaatkan kanal informasi pengetahuan yang ada di sekolah mereka, sasaranya yaitu siswa dapat mampu dengan aktif membuat tulisan baik dalam bentuk cerpen dan puisi yang di program setiap semester sesuai dengan CPL (capaian pembelajaran). Hal ini dapat mengurangi plagiasi penugasan siswa dan mendorong siswa untuk dapat memaksimalkan diri dalam literasi, dan menyehatkan mentalnya untu dapat menjadi pribadi yang produktif di usia muda. (Arifin, S. 2021).

Globalisasi menciptakan dunia yang borderless atau tanpa batas sehingga informasi dapat tersebar secara luas tanpa ada filter yang menghasilkan bercampurnya informasi hoax atau fake. Dalam menentukan kebutuhan informasi yang beragam di era digital . literasi menjadi kemampuan yang wajib dimiliki bagi peradaban informasi dan media dalam menemukan informasi atau konten yang tepat, akurat, kredibel, dan muktahir. Program literasi informasi ini adalah memberikan manfaat signifikan bagi para siswa untuk penerapan kebijakan merdeka belajar. (Oktaviana, M., & Wimbarti, S. 2014)

3. Hasil dan Pembahasan

Table 1 Distribusi Responden Berdasarkan antara anak SMP dan SMA (n=50)

Krakteristik	Frekuensi Presentase (%) (n=50)
--------------	------------------------------------

	f	%
Remaja SMP (12-14)	20	40
Remaja SMA (15-17)	30	60
Jumlah	50	100,0

Sumber : Data Primer 2022

Responden pada penelitian ini yang terbanyak adalah siswa SMA yaitu 60% dengan rata-rata usia 15-17 Tahun dan siswa SMP sebanyak 40% dengan rata-rata usia 12-14 tahun yang merupakan perwakilan dari masing-masing kelas yang tergabung dalam OSIS.

Tabel 2 Distribusi Responden berdasarkan Edukasi Kesehatan dan perilaku memanfaatkan Literasi penulisan Buku (n=50)

Kesehatan Mental	Pemanfaatan penulisan buku ISBN		Total	p-value
	Memanfaatkan	Tdk Memanfaatkan		
Tinggi	23	10	33	0.003
Rendah	10	7	17	

Sumber : Data primer 2022

Berdasarkan report dari kuesioner yang diberikan saat edukasi literasi kesehatan yang diberikan kepada siswa mampu meningkatkan keterampilan dan minat siswa untuk melakukan penulisan buku berISBN ada 33 siswa dengan nilai p (0.003) berarti ada hubungan antara edukasi kesehatan mental siswa dengan minat literasi untuk membuat suatu hal yang positif, hal ini sejalan dengan beberapa literature yang menyatakan bahwa pemahaman dan penerapan teknologi akan berpengaruh pada laju perkembangan motorik siswa. Timbulnya rasa cemas, jenuh, dan depresi akan berdampak pada pencapaian tujuan pembelajaran. Hal yang harus diperhatikan dalam masa pertumbuhan dapat diarahkan dengan baik dengan bimbingan guru mata pelajaran bahasa Indonesia.

Berdasarkan hasil univariate menunjukkan bahwa siswa yang menjadi objek pengamatan sebanyak 60% berada usia 15-17 tahun dimana pada masa ini siswa pada usia ini sudah mampu mengenali dan memahami jati dirinya sehingga dapat mudah untuk diberikan pendampingan terkait edukasi kesehatan mental dan pemanfaatan literasi sebagai bentuk perilaku positif untuk menghindari adanya gangguan kesehatan jiwa seperti depresi atau rasa cemas berlebihan akibat penggunaan informasi yang mereka dapatkan di media social. Sedangkan 40% remaja usia 12-14 tahun merupakan siswa SMP yang masih dalam tahap pencarian jati dirinya sehingga membutuhkan koping yang lebih untuk memahamkan mereka terkait kesehatan mental dalam pemanfaatan literasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Oktaviana dkk (2014) prestasi yang baik didapatkan dengan upaya dan adaptasi untuk menyelesaikan tugas dan tanggung jawab diberikan oleh institusi pendidikan. Penelitian yang sama dilakukan oleh (Jalil, Dewi, Dan Wahyudi, 2019) terkait koping pada mahasiswa terhadap adaptasi tekanan yang mengarah pada stress kehidupan akademik.

Idham dkk (2019) mengamati kesehatan mental pada mahasiswa dari berbagai provinsi di Indonesia sebanyak 501 orang menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan mental dihubungkan dengan tingkat pendidikan dan usia. Lebih lanjut dalam penelitian ini, tidak terdapat perbedaan literasi kesehatan mental antara laki-laki dan perempuan. Penyebaran informasi terkait kesehatan mental sangat diperlukan melalui berbagai media untuk meningkatkan literasi kesehatan mental pada berbagai kalangan.

Edukasi kesehatan mental bagi remaja sangat diperlukan hal ini sejalan dengan program WHO (*World Health Organization*) yang melakukan survey pada tahun 2016 mengamati 1572 orang dari kalangan pelajar dan masyarakat umum yang di bantu oleh *Composite International Diagnostic Interview (CIDI)* untuk memeriksa kecemasan, suasana hati, gangguan perilaku oleh tekanan hidup yang dialami setiap individu.

Telah banyak penelitian yang mengamati perilaku remaja yang mengajukan pertanyaan tentang normalitas dan rasa tanggung jawabnya yang dalam pengukurannya membutuhkan alat bantu visual maupun verbal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Santoso Soeroso (2016) yang mengamati masalah kesehatan remaja di Indonesia yang banyak dialami oleh remaja adalah sulit belajar, membolos, kenakalan remaja, kurang percaya diri, stress dengan masalah keluarga yaitu kurangnya komunikasi yang telah menyebabkan disfungsi keluarga.

Sehingga sekolah dan lingkungan pertemanan yang positif dengan memberikan pelatihan literasi di harapkan mampu untuk mengurangi resiko terjadinya penyakit gangguan kesehatan mental remaja.

Edukasi kesehatan yang kami berikan pada siswa tingkat SMP dan SMA ini dilakukan untuk melihat apakah ada gangguan yang mereka alami berdasarkan kuesioner yang diberikan tidak ada siswa yang menjawab pernyataan SDQ (*Self Reporting Questionnaire*) jika terdapat minimal 6 (enam) jawaban YA maka mengindikasikan adanya masalah kesehatan jiwa (gangguan kesehatan mental emosional) maka perlu dilakukan promosi kesehatan dan dirujuk ke fasilitas kesehatan untuk perku diberikan pemeriksaan lebih lanjut oleh tenaga kesehatan. Sehingga dengan mudah kami memberikan arahan untuk dapat berpartisipasi melalui workshop penulisan yang diberikan oleh Tim Nyalanesia yaitu pihak swasta yang bergerak di dunia literasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Barrow et.al (1989) yang mengemukakan bahwa gangguan perilaku panik pada pasien yang mengalami gangguan mental dilakukan perawatan klinis untuk dapat menghindari dampak negative yang lebih besar pada kasus dan kontrol dengan menggabungkan tiga teknik terapi yaitu perawatan adalah lebih besar pada beragam cara untuk sebuah wait-list kelompok kontrol. Di kedua kondisi perawatan mengandung paparan isyarat terapi somatik dan kognitif, atau lebih dari 85% partisipan menerima posttreatment secara gratis.

Studi yang dilakukan di sekolah Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2022 oleh Nursayana menggunakan metode kualitatif untuk melihat efektifitas program keaksaraan sekolah yang meliputi program yang diberikan akademisi seperti angka, ilmu pengetahuan, digitalization, keuangan, budaya, dan kewarganegaraan yang bersifat terstruktur dan sistematis sehingga berdampak positif bagi peserta didik, siswa sekolah dan para guru. Hal ini yang dalam penelitian kami untuk dapat memotivasi siswa SMP dan SMA di kota Palopo khususnya yang berada dekat dengan lokasi kampus kami Universitas Mega Buana untuk dapat berkontribusi dalam dunia literasi sekolah dengan menulis buku berISBN yang nantinya dapat menjadi bekal bagi para siswa belajar teknik penulisan yang benar, menghindari plagiasi dalam penugasan yang diberikan oleh guru mata pelajarannya.

Lampiran 1

Self Reporting Questionnaire-20

Nama :

Tanggal Lahir/Usia :

Laki2/Perempuan :

Petunjuk:

Dibawah ini adalah daftar pertanyaan sehubungan masalah yang mengganggu anda 30 hari terakhir beri tanda (X) pada kolom Y (Berarti Ya) T (Tidak) jika anda tidak yakin dengan jawabannya. Berilah jawaban yang paling sesuai dengan pertanyaan dibawah ini. Kami tegaskan bahwa jawaban anda bersifat rahasia dan akan digunakan untuk membantu anda memecahkan masalah anda.

No	Pertanyaan	Y	T
1	Apakah anda sering merasa sakit kepala?		
2	Apakah anda kehilangan nafsu makan?		
3	Apakah Tidur anda tidak nyeyak?		
4	Apakah Anda Mudah Merasa Takut?		
5	Apakah anda merasa cemas, tegang, atau khawatir?		
6	Apakah tangan anda gemetar?		
7	Apakah anda mengalami gangguan pencernaan?		
8	Apakah anda merasa sulit berpikir jernih?		
9	Apakah anda merasa tidak bahagia?		
10	Apakah anda lebih sering menangis?		
11	Apakah anda merasa sulit menikmati aktivitas sehari-hari?		
12	Apakah anda mengalami kesulitan untuk mengambil keputusan?		
13	Apakah aktivitas dan tugas sehari-hari anda terengkalai?		
14	Apakah anda merasa tidak mampu berperan dalam kehidupan ini?		
15	Apakah anda kehilangan minat dalam banyak hal?		
16	Apakah anda merasa tidak berharga?		
17	Apakah anda mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup?		

18	Apakah anda merasa lelah sepanjang waktu?		
19	Apakah anda merasa tidak enak perut?		
20	Apakah anda mudah lelah?		

Note : jika terdapat minimal 6 (enam) jawaban YA maka mengindikasikan adanya masalah kesehatan jiwa (gangguan kesehatan mental emosional) maka perlu dilakukan promosi kesehatan dan dirujuk ke fasilitas kesehatan untuk perku diberikan pemeriksaan lebih lanjut oleh tenaga kesehatan.

Lampiran 2 Foto Sosialisasi Literasi dan Edukasi Kesehatan mental di SMPN 2 Palopo



Lampiran 3 Foto Kegiatan Foto Sosialisasi Literasi dan Edukasi Kesehatan di SMN 6 Palopo



DAFTAR PUSTAKA

- WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *J Abnorm Psychol.* 2018 Oct;127(7):623-638. doi: 10.1037/abn0000362. Epub 2018 Sep 13. PMID: 30211576; PMCID: PMC6193834.
- Soeroso, S. (2016). Masalah kesehatan remaja. *Sari Pediatri*, 3(3), 189-97.
- Barlow, D. H., Craske, M. G., Cerny, J. A., & Klosko, J. S. (1989). Behavioral treatment of panic disorder. *Behavior therapy*, 20(2), 261-282.
- Craske, M. G., & Tsao, J. C. (2005). Assessment and treatment of nocturnal panic attacks. *Sleep medicine reviews*, 9(3), 173-184.
- Pratama, A. P., Widyorini, E., & Hastuti, L. W. (2012). Penerapan Cognitive-Behavioural Therapy untuk Menurunkan Gejala-Gejala Generalized Anxiety Disorder pada Remaja. *PREDIKSI*, 1(2), 229.
- Hayati, S. A., & Tohari, S. (2022). Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam Menurunkan Social Anxiety Disorder (SAD) dan Obsessive Compulsive Disorder (OCD) Pada Remaja. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 153-159.
- Nuryana, Z., Suroyo, A., Nurcahyati, I., Setiawan, F., & Rahman, A. (2020). Literation Movement for Leading Schools: Best Practice and Leadership Power. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 9(1), 227-233.
- Arifin, S. (2021). Desain Kurikulum Pendidikan Tinggi Sesuai dengan KKNi & SN-Dikti Dengan Pendekatan OBE di Era Industri 4.0.
- Ayuningtyas, D., & Rayhani, M. (2018). Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1-10.
- Idham, A. F., Rahayu, P., As-Sahih, A. A., Muhiddin, S., & Sumantri, M. A. (2019). Trend literasi kesehatan mental. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 12-20.
- Oktaviana, M., & Wimbari, S. (2014). Validasi klinik strenghts and difficulties questionnaire (SDQ) sebagai instrumen skrining gangguan tingkah laku. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 101-114.
- Jaliil, I. A., Dewi, Y. I., & Wahyuni, S. (2020). Mekanisme koping dan prestasi belajar mahasiswa yang ikut dan yang tidak ikut organisasi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(1), 58-70.