



## **Upaya Pemberdayaan Masyarakat : Terapi Aktivitas Kelompok Berbasis Kearifan Lokal di Desa Ketapang, Kecamatan Susukan, Kabupaten Semarang**

**Hafidzanita First Africa<sup>1</sup>✉, Zakki Nurul Amin<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang

[hafidzantfa01@students.unnes.ac.id](mailto:hafidzantfa01@students.unnes.ac.id)

**Abstrak.** Kesehatan mental masih menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan. Menurut National Institute of Mental Health (NIMH) pada tahun 2030 gangguan jiwa akan menyumbang hingga 13% dari semua penyakit dan akan tumbuh menjadi 25%. Pemberdayaan terhadap penderita gangguan jiwa juga tidak kalah penting. Sehingga dapat mendorong orang dengan gangguan jiwa untuk hidup mandiri, produktif, dan mampu mengembalikan fungsi sosialnya di masyarakat. Terapi aktivitas kelompok merupakan pendekatan untuk meningkatkan psikoterapi bersama sejumlah klien secara bersamaan. Tahapan yang dilakukan (1) pendataan dan asesmen masalah residen dengan gangguan jiwa; (2) perencanaan program dan integrasi kearifan lokal; (3) penyuluhan melalui diskusi kelompok terarah, dan (4) kunjungan rumah. Pembentukan kelompok dukungan yang terdiri dari keluarga inti, keluarga terdekat, kader, dan tetangga residen yang mengalami gangguan jiwa. Melalui serangkaian sesi terapi aktivitas kelompok, pengawasan yang konsisten terhadap konsumsi obat, dan dukungan moril yang berkesinambungan bagi keluarga, program ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan individu dengan gangguan jiwa, namun juga memperkuat ikatan solidaritas dan persatuan di dalam masyarakat.

**Kata Kunci:** Orang dengan Gangguan Jiwa, Kesehatan Mental, Dukungan Sosial

**Abstract.** Mental health is still an unresolved health problem. According to the National Institute of Mental Health (NIMH) in 2030 mental disorders will account for up to 13% of all diseases and will grow to 25%. Empowerment of people with mental disorders is no less important. So as to encourage people with mental disorders to live independently, productively, and be able to restore their social functions in society. Group activity therapy is an approach to improve psychotherapy together with a number of clients simultaneously. Stages carried out (1) data collection and assessing the problems of residents with mental disorders; (2) program planning and integration of local wisdom, (3) counseling through focus group discussions, and (4) home visits. Formation of support groups consisting of nuclear family, closest family, cadres, and neighbors of residents who experience mental disorders. Through a series of group activity therapy sessions, consistent supervision of medication intake, and continuous moral support for families, this program aims not only to enhance the well-being of individuals with mental disorders but also to fortify the ties of solidarity and unity within the community.

**Keywords:** Mental Disorders, Mental Health, Social Support

## Pendahuluan

Permasalahan mengenai kesehatan mental masih menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan. Menurut National Institute of Mental Health (NIMH) tahun 2030 gangguan jiwa akan mencapai hingga 13 % dari penyakit keseluruhan dan akan berkembang hingga mencapai 25%. Di Indonesia terdapat sekitar 20% dari 250 juta jiwa penduduk yang masih belum memperoleh aksesibel layanan kesehatan jiwa hingga provinsi. Sehingga pengobatan untuk orang dengan gangguan jiwa belum memperoleh pengobatan yang seharusnya. Selain itu tingginya stigma dan diskriminasi di masyarakat, semakin menyulitkan proses penanganan untuk orang dengan gangguan jiwa. Gangguan jiwa dapat dialami oleh semua kalangan, mulai dari anak-anak sampai dengan lansia (Fathullah & Fathullah, 2023). Orang dengan gangguan jiwa merupakan orang yang terganggu pikiran, perasaan, dan perasaannya sehingga menjadi suatu gejala dan perubahan perilaku yang bermakna dan menimbulkan penderitaan yang mengganggu fungsi sosial (Purwanti et al., 2019). Menyikapi adanya orang dengan gangguan jiwa ini memerlukan kerjasama yang kuat dari berbagai pihak, baik dari individu itu sendiri, keluarga, dan masyarakat agar dapat menyudahi stigma-stigma yang ada. Minimnya pemahaman masyarakat mengenai gangguan jiwa menimbulkan banyak perlakuan yang kurang menyenangkan diterima oleh orang dengan gangguan jiwa. Permasalahan pada kesehatan jiwa di Indonesia ini merupakan masalah yang sangat penting dan harus mendapatkan perhatian yang sungguh-sungguh dari seluruh pemerintah baik ditingkat pusat maupun di tingkat daerah (Hendrawati, Amira Iceu, Maulana Indra, Senjaya Sukma, 2023). Merujuk UU Nomor 18 tahun 2014, mengenai kesehatan jiwa bahwa pemerintah memberikan perlindungan dan menjamin pelayanan kesehatan jiwa bagi orang dengan kejiwaan dan orang dengan gangguan jiwa berdasarkan hak asasi manusia melalui pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang diselenggarakan secara terpadu. Hal ini menunjukkan bahwa pemberdayaan orang dengan gangguan jiwa tak kalah penting dilakukan. Sehingga mendorong orang dengan gangguan jiwa dapat hidup mandiri, produktif, dan dapat mengembalikan fungsi sosialnya dalam masyarakat. Tentunya upaya pemberdayaan ini harus dilakukan secara terstruktur, terprogram dan sangat memerlukan dukungan dari berbagai pihak termasuk keluarga, pihak pemerintah desa dan masyarakat desa.

Oleh karena itu, pentingnya wadah atau platform yang melibatkan berbagai sektor untuk menciptakan fasilitas kesehatan yang dapat mengurangi kekambuhan dan meningkatkan kesehatan individu, serta sebagai langkah pencegahan permasalahan kesehatan jiwa yang ada disekitar. Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Cahyati & Masyarakat, 2023) Pos Kesehatan Jiwa berperan sebagai tempat untuk mendukung kesehatan jiwa dengan mendeteksi, melaporkan, dan mendampingi masyarakat yang mengalami gangguan kesehatan jiwa serta keluarga mereka. Melalui Pos Kesehatan Jiwa, layanan preventif dan promotif yang berkelanjutan diberikan kepada berbagai kelompok usia mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Program ini mencakup edukasi, pelatihan, dan pendampingan melalui pelatihan deteksi kesehatan jiwa, terapi aktivitas kelompok, dan edukasi kesehatan jiwa yang diadakan secara berkala dalam kelompok-kelompok terjadwal.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui terapi aktivitas kelompok. Kegiatan ini dilakukan untuk mengatasi masalah interaksi dan komunikasi sebagai bentuk keterampilan terapeutik. Terapi aktivitas kelompok menjadi pendekatan untuk meningkatkan psikoterapi bersama dengan sejumlah klien secara simultan. Dengan terapi aktivitas kelompok, orang dengan gangguan jiwa dapat terfasilitasi interaksi dan mendorong dirinya bersosialisasi dengan lingkungan, sehingga meningkatkan stimulus realita dan respon individu, dan termotivasi

mengembalikan fungsi kognitif dan afektifnya, serta dapat meningkatkan rasa dimiliki, kepercayaan diri, dan cara baru untuk menyelesaikan masalah.

Tingginya angka gangguan jiwa pada warga Desa Ketapang, Kec. Susukan, Kab. Semarang bersamaan dengan kekayaan kearifan lokal desa, memberikan peluang sebagai upaya pemberdayaan masyarakat desa. Kegiatan terapi aktivitas kelompok dapat menjadi sarana efektif dalam proses penyembuhan orang dengan gangguan jiwa. Warga yang mengalami gangguan jiwa dapat terlibat dalam aktivitas yang memanfaatkan kearifan lokal desa setempat. Tidak hanya membantu mereka dalam proses penyembuhan tetapi juga memperkuat identitas dan solidaritas komunal. Ini sejalan dengan tujuan pemberdayaan, yaitu menguatkan kapasitas individu dan komunitas untuk menyelesaikan masalah mereka sendiri dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

## Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan dalam menyelesaikan masalah ini dengan metode tindakan yang dilengkapi dengan tahapan (1) pengumpulan data dan mengkaji permasalahan warga gangguan jiwa; (2) perencanaan program dan integrasi kearifan lokal, (3) Penyuluhan melalui focus group discussion, dan (4) home visit. Pembentukan kelompok dukungan yang terdiri dari keluarga inti, keluarga terdekat, kader, dan tetangga dari warga yang mengalami gangguan jiwa. Ketiga tahapan tersebut, dirinci kembali melalui penjelasan berikut.

1. Tahap awal kegiatan ini yaitu mengumpulkan/mengidentifikasi data ulang melalui wawancara dengan perangkat desa, bidan desa, dan divisi kesehatan jiwa di puskesmas untuk mengkaji ulang permasalahan yang ada di lapangan.
2. Tahap selanjutnya perencanaan program dan integrasi kearifan lokal, membuat rancangan program pemberdayaan masyarakat yang diintegrasikan dengan kearifan lokal desa Ketapang.
3. Melakukan sesi focus group discussion dengan pihak perangkat desa, kader jiwa sehat, dan keluarga pasien. Tim peneliti menyampaikan ide gagasan mengenai pemberdayaan serta sosialisasi pentingnya dukungan masyarakat terhadap individu yang mengalami gangguan jiwa. Keluarga dan pihak terkait diberikan kesempatan untuk memberikan saran terhadap rancangan program dan menyampaikan kondisi yang sedang dialami.
4. Pada tahap terakhir dilakukan home visit ke beberapa masyarakat dengan gangguan jiwa. Tim pengabdian, kader jiwa sehat, dan mahasiswa dibagi menjadi lima kelompok untuk melakukan kunjungan ke keluarga orang dengan gangguan jiwa, memberikan dukungan kepada keluarga yang telah merawat anggota keluarganya hingga puluhan tahun.

## Hasil Dan Pembahasan

Merujuk data tahun 2023, terdapat 40 anggota keluarga orang mengalami gangguan jiwa di desa Ketapang. Melalui kegiatan observasi dan wawancara yang peneliti lakukan pada tahun 2024 terdapat pengurangan dan penambahan, 3 meninggal di dusun ketapang dan bertambah satu orang di dusun ketapang. Hasil pendataan dapat dilihat dalam tabel berikut.

**Tabel 1.** Pendataan Warga yang Mengalami Gangguan Jiwa

Alamat	Jumlah	Keterangan
RW 01 Dusun Ketapang	11	Meninggal Dunia
Rw 02 Dusun Ketapang	8	Meninggal Dunia

RW 03 Dusun Kwangsan	6
RW 04 Dusun Baran	4
RW 05 Dusun Sarimulyo	6
RW 06 Dusun Karangasem	6
<b>Jumlah</b>	<b>41</b>

Sumber Data: Puskesmas dan Perangkat Desa 2024

Setelah mengidentifikasi data, peneliti menemukan potensi desa Ketapang yang berkembang di desa Ketapang diantaranya (1) produksi kerupuk bawang rumahan, (2) pengrajin anyaman besek dari bambu, (3) kelompok wanita tani yang bergerak di bidang pertanian, (4) usaha peternakan dan kuliner, (5) serta kegiatan kesenian dan kerohanian. Selain itu, kegiatan kesehatan juga berkembang dengan baik. Setiap bulannya dilaksanakan kegiatan Posyandu untuk lansia, anak balita dan ibu hamil di setiap dusun. Juga ada kegiatan POSBINDU yang merupakan pelayanan kesehatan tingkat desa. Melihat banyaknya potensi desa yang berkembang, hal ini dapat dijadikan rujukan dalam pembuatan rancangan program pemberdayaan masyarakat.

Berdasarkan hasil pengumpulan data, peneliti mengusulkan program pemberdayaan masyarakat yaitu pelaksanaan kegiatan Posyandu Jiwa Sehat Ketapang yaitu pelaksanaan kegiatan Posyandu bagi orang dengan gangguan jiwa dan Pendamping Minum Obat di desa Ketapang. Adapun rincian kegiatan yang dapat dilakukan seperti (1) screening kesehatan bagi orang dengan gangguan jiwa, (2) monitoring konsumsi obat, (3) Pendampingan dan pemberian dukungan kepada keluarga, (4) terapi aktivitas kelompok dengan memanfaatkan kearifan lokal desa Ketapang. Adapun tujuan dengan adanya program tersebut untuk membantu mengembalikan fungsi sosial bagi orang dengan gangguan jiwa dan memberikan dukungan moral bagi pihak keluarga.

Pada sesi focus group discussion yang dilaksanakan pada Rabu, 29 Mei 2024, dihadiri oleh perangkat desa, kader jiwa sehat, pihak puskesmas dan perwakilan keluarga. Peneliti menyampaikan gagasannya dan menyosialisasikan mengapa pentingnya pemberdayaan bagi orang dengan gangguan jiwa. Pihak keluarga atau pendamping minum obat diberikan kesempatan untuk menyampaikan masukan, saran, dan keresahan yang dirasakan selama merawat keluarganya yang mengalami gangguan jiwa. Beberapa telah bertahun-tahun merawat dan berharap keluarga dapat sembuh atau setidaknya dapat berkomunikasi dengan baik. Ada juga yang merasa bingung tentang bagaimana sebaiknya bertindak menghadapi kondisi tersebut, dan oleh kader jiwa sehat menyampaikan bahwasanya pihaknya mau berkontribusi langsung untuk menangani kondisi yang ada tentunya dilakukan pelatihan dan pendampingan langsung dari pihak puskesmas. Dengan harapan adanya program tersebut dapat menjadi sarana untuk mengembalikan fungsi sosial mereka dan memonitoring perkembangan menuju kesembuhan



**Gambar 1.** Pelaksanaan kegiatan pengabdian

Tim peneliti kemudian melaksanakan kegiatan home visit kepada beberapa keluarga yang anggotanya mengalami gangguan jiwa. Tim dibagi menjadi lima kelompok dan didampingi oleh kader jiwa sehat dan petugas dari puskesmas. Kegiatan yang dilakukan meliputi screening kondisi pendamping minum obat dan monitoring minum obat orang bagi orang dengan gangguan jiwa. Dari hasil home visit, ditemukan beberapa kondisi keluarga yang sangat memerlukan pendampingan intensif. Para Pendamping Minum Obat (PMO) menyatakan mereka hanya bisa bersabar dan menerima kondisi anggota keluarganya, meskipun merasa lelah dan khawatir tentang siapa yang akan merawat anggota keluarga tersebut dimasa depan. Tim peneliti memberikan dukungan moral kepada keluarga agar tetap tegar dan tidak kehilangan harapan menghadapi tantangan ini.

Berdasarkan hasil Focus Group Discussion (FGD) dan home visit yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa program pemberdayaan masyarakat Desa Ketapang akan dikembangkan dengan bekerjasama pihak puskesmas. Kegiatan ini diawali dengan melibatkan beberapa orang dengan gangguan jiwa dan PMO, yang akan dijadikan indikator dalam mengukur peningkatan kesadaran dan kepedulian keluarga dan masyarakat. Melalui serangkaian kegiatan terapi aktivitas kelompok, pengawasan rutin minum obat, serta pemberian dukungan moral yang berkelanjutan kepada keluarga. Diharapkan dengan adanya program ini tidak hanya meningkatkan kesejahteraan individu dengan gangguan jiwa tetapi juga mempererat tali kekeluargaan dan kebersamaan dalam masyarakat.

## **Simpulan**

Pembentukan kelompok dukungan untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan pemahaman informasi gangguan jiwa dapat berjalan sesuai yang diharapkan walaupun belum sampai pada pelayanan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Hal tersebut dikarenakan membutuhkan waktu yang lama untuk mencapai pada pelayanan tersebut.

Penelitian ini didedikasikan kepada orang tua dan keluarga yang telah memberikan izin serta dukungan kepada peneliti untuk menuntut ilmu di bidang bimbingan dan konseling. Penelitian ini juga sebagai bentuk penghargaan kepada dosen pembimbing lapangan program kuliah kerja nyata tematik di Desa Ketapang, kepala desa, perangkat desa, dan masyarakat Desa Ketapang. Yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk belajar dan memberikan masukan serta saran yang membangun dalam pelaksanaan penelitian ini.

## **Referensi**

- Cahyati, P. (2023). Pos Kesehatan Jiwa Sebagai Wujud Sinergitas Pemerintahan, Akademisi, Tokoh Masyarakat, dan Kader Kesehatan, Dalam Upaya Kesehatan Jiwa Masyarakat. *Abdimas Galuh*, 5, 295–302.
- Fathullah, M.M. (2023). Pembentukan Kelompok Dukungan untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Pemahaman DSSJ di Desa Ketapang, Kecamatan Susukan, Kabupaten Semarang. *AGCAF: Annual Guidance and Counseling Academic Forum* (2023), xxx-xxx.
- Hendrawati, H., Amira, I., Maulana, I., Senjaya, S., & Rosidin, U. (2023). Peranan Keluarga dan Masyarakat pada Odgj (Orang dengan Gangguan Jiwa). *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 488–496. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.8313>

Made Ari Dwi Jayanti, D., Made Nopita Wati, N., Rahyuning Lestari, T., Kadek Yuni Lestari, N., Gede Juanamasta, I., & Studi Keperawatan STIKes Wira Medika Bali, P. (2019). Peningkatan Kesehatan Jiwa Melalui Peran Kade Kesehatan Jiwa (Vol. 2, Issue 1).