

PENYULUHAN DAN PELAYANAN KESEHATAN JIWA PADA *CAREGIVER* DI UPTD PELAYANAN SOSIAL KAMPUNG INVESTASI HATI KABUPATEN TABANAN

N.K.S. Diniari¹, I.A.K. Wardani¹, N.K.R. Purnami², E.A. Winarso³, M. Sandra³, Wati³

ABSTRAK

Kesehatan jiwa merupakan komponen penting dalam pelayanan sosial, terutama bagi *caregiver* yang memberikan perawatan langsung kepada individu dengan gangguan mental di UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati Kabupaten Tabanan. *Caregiver* sering menghadapi tekanan emosional, beban kerja tinggi, dan risiko burnout, sehingga diperlukan peningkatan kapasitas dan dukungan psikososial. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan *caregiver* mengenai tanda gangguan jiwa, manajemen stres, teknik komunikasi empatik, serta memperluas akses terhadap layanan kesehatan jiwa. Metode kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan jiwa, pelatihan, skrining, konsultasi psikiatri, dan pemberian intervensi nonfarmakologis maupun farmakologis kepada *caregiver* dan penghuni UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati. Kegiatan dilaksanakan pada 25 Juni 2025 dan melibatkan 15 *caregiver* serta 32 penerima manfaat. Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung dan survei kepuasan. Hasil kegiatan meningkatkan pemahaman *caregiver* mengenai kesehatan jiwa dan keterampilan komunikasi, serta meningkatnya kesadaran mengenai pentingnya deteksi dini dan manajemen stres. Program juga membantu menurunkan risiko burnout dan memperkuat iklim kerja suportif di lingkungan UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati. Kegiatan pengabdian ini memberikan kontribusi dalam memperbaiki kualitas layanan kesehatan mental. Intervensi serupa direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan dan diadopsi pada fasilitas sosial lainnya.

Kata kunci : : penyuluhan, stigma, lansia, *caregiver*, kesehatan jiwa.

ABSTRACT

Mental health is an essential component of social services, particularly for *caregivers* who provide direct care to individuals with mental disorders at *UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati* in Tabanan Regency. *Caregivers* frequently face emotional strain, high workloads, and a risk of burnout, making capacity-building and psychosocial support crucial. This community outreach program aimed to enhance *caregivers*' knowledge of the signs of mental disorders, stress management strategies, and empathetic communication techniques, as well as to expand access to mental health services. The program's methods included mental health education, training sessions, screening, psychiatric consultation, and the provision of both non-pharmacological and pharmacological interventions for *caregivers* and residents of the *UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi*

¹ Staff Departemen Kedokteran Jiwa Kemenkes RS Ngoerah, Denpasar, Bali

² Staff Departemen Ilmu Penyakit Dalam Kemenkes RS Ngoerah, Denpasar, Bali

³ Mahasiswa Program Pendidikan Dokter Spesialis Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, Kemenkes RS Ngoerah, Denpasar, Bali, watilin97@gmail.com

Hati. The activities were conducted on June 25, 2025, involving 15 *caregivers* and 32 residents. Evaluation was carried out through direct observation and satisfaction surveys. The outcomes demonstrated improved *caregiver* understanding of mental health and communication skills, alongside increased awareness of early detection and stress management. The program also contributed to reducing the risk of burnout and strengthening a supportive work environment within the facility. This community service initiative has positively contributed to the improvement of mental health care quality, and similar interventions are recommended for sustainable implementation and adoption in other social service facilities.

Keywords: mental health education, stigma, elderly, *caregiver*, mental health

1. PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Kesehatan jiwa merupakan salah satu aspek penting dalam kesejahteraan masyarakat yang mencakup individu, keluarga, dan komunitas. Konteks pelayanan kesehatan sosial, terdapat *caregiver* (pengasuh) yang memainkan peran krusial sebagai pihak yang memberikan perawatan langsung kepada individu dengan gangguan mental atau disabilitas. Tekanan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan sering dialami oleh *caregiver* akibat beratnya tanggung jawab perawatan, yang meningkatkan risiko terjadinya stres kronis, depresi, dan *burnout* (Zhang *et al.*, 2023).

Masalah kesehatan jiwa merupakan salah satu isu penting yang membutuhkan perhatian serius di masyarakat. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), sekitar 1 dari 8 orang di dunia mengalami gangguan mental atau neurologis sepanjang hidupnya (World Health Organization, 2023). Di Kabupaten Tabanan, keberadaan UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati, yang merupakan Panti Sosial Werdha Shanti, menjadi salah satu fasilitas penting bagi lansia yang membutuhkan perawatan, termasuk yang memiliki potensi gangguan kesehatan jiwa. Masyarakat di sekitar UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati masih memandang gangguan jiwa dengan stigma negatif sehingga penderita gangguan jiwa sering kali tidak mendapatkan penanganan yang sesuai dengan standar kesehatan (Gruber *et al.*, 2021).

Selain itu, UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati menghadapi keterbatasan sumber daya manusia dan fasilitas untuk menangani gangguan jiwa secara optimal. Minimnya tenaga profesional kesehatan jiwa seperti psikiater dan psikolog di fasilitas ini menjadi kendala besar dalam memberikan layanan terbaik kepada para penghuni. Program edukasi terkait kesehatan jiwa, baik untuk penghuni, keluarga mereka, maupun masyarakat sekitar, juga masih sangat minim. Edukasi semacam ini sebenarnya penting untuk mencegah dan menangani gangguan jiwa sejak dini (Abdoli *et al.*, 2022; Carpenter *et al.*, 2022).

Desa Bongan, yang terletak di Kabupaten Tabanan, Bali, merupakan salah satu daerah dengan keunikan geografis dan sosial budaya yang beragam. Wilayah ini dikenal sebagai salah satu pusat pertanian di Tabanan, namun menghadapi tantangan dalam akses layanan kesehatan mental. Sebagian besar penduduk Desa Bongan bekerja di sektor informal dengan tingkat pendidikan yang bervariasi. Data menunjukkan bahwa wilayah ini memiliki tingkat kesadaran yang rendah terhadap pentingnya kesehatan jiwa. Masalah gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan stres kronis menjadi hal yang sering ditemukan, terutama pada individu yang menghadapi tekanan sosial, pendidikan rendah dan ekonomi (Knight *et al.*, 2022).

Stigma terhadap gangguan mental di Desa Bongan masih cukup tinggi, yang menyebabkan banyak individu enggan mencari bantuan profesional. Selain itu, keterbatasan fasilitas kesehatan khusus jiwa di Kabupaten Tabanan, termasuk di Desa Bongan, memperburuk kondisi ini. Sebagian besar

masyarakat hanya mengandalkan pelayanan kesehatan primer yang kurang dilengkapi dengan dukungan spesialis kedokteran dan kesehatan jiwa. Hal ini menimbulkan kebutuhan mendesak untuk intervensi yang lebih sistematis, termasuk edukasi dan peningkatan akses ke layanan kesehatan mental (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati merupakan salah satu fasilitas pelayanan sosial yang berfokus pada perawatan individu dengan kebutuhan khusus, termasuk mereka yang mengalami gangguan mental atau disabilitas. Lembaga ini tidak hanya memberikan tempat tinggal yang aman tetapi juga pelayanan rehabilitasi sosial yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup penerima manfaat. Berlokasi di wilayah yang strategis, fasilitas ini menjangkau masyarakat dari berbagai latar belakang, terutama mereka yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental. UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati memiliki sejumlah program unggulan seperti rehabilitasi psikososial, pelatihan keterampilan hidup, dan dukungan emosional yang dirancang untuk membantu penerima manfaat kembali berfungsi secara optimal dalam masyarakat.

Caregiver di fasilitas ini menghadapi berbagai tantangan, termasuk tekanan kerja yang tinggi, kurangnya pelatihan yang memadai, serta keterbatasan sumber daya yang dapat meningkatkan risiko burnout dan mengurangi kualitas perawatan (Haley *et al.*, 2021). Tekanan yang dialami *caregiver* sering kali disebabkan oleh beban kerja yang tinggi, tuntutan untuk memberikan perawatan emosional, dan kesulitan dalam mengelola konflik yang mungkin muncul dalam interaksi sehari-hari (Choi & Han, 2020; World Health Organization, 2023).

Studi lain mengungkapkan bahwa dukungan psikososial dan pelatihan berkelanjutan dapat membantu *caregiver* mengelola stres dan meningkatkan kualitas pelayanan. Zhang *et al.* (2023) menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas yang melibatkan pelatihan dan pendampingan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis *caregiver* hingga 30%. Selain itu, Abdoli *et al.* (2022) mencatat bahwa pemberian teknik relaksasi dan manajemen waktu efektif dapat mengurangi gejala burnout hingga 25% pada *caregiver* di lingkungan kerja intensif.

Analisis situasi ini menunjukkan bahwa intervensi berupa penyuluhan kesehatan jiwa tidak hanya penting tetapi juga mendesak untuk meningkatkan kesejahteraan *caregiver*. Edukasi dan pelatihan yang memadai dapat memberdayakan *caregiver* untuk mengelola stres dan memberikan perawatan yang lebih efektif kepada penerima layanan. Selain itu, program-program ini dapat berkontribusi pada peningkatan lingkungan kerja yang lebih suportif, yang pada gilirannya meningkatkan kualitas hidup baik bagi *caregiver* maupun individu yang dirawat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan analisis situasi yang telah diuraikan, terdapat beberapa permasalahan utama yang harus diatasi. Pertama, masih tingginya stigma terhadap gangguan mental di masyarakat, termasuk di wilayah Desa Bongan, Tabanan dan sekitarnya, yang menghambat akses pelayanan penderita gangguan jiwa terhadap layanan kesehatan mental. Kedua, keterbatasan sumber daya manusia, baik dari segi jumlah maupun kompetensi tenaga profesional, seperti tenaga medis seperti perawat, psikiater dan psikolog, di UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati. Ketiga, minimnya program edukasi dan pelatihan bagi *caregiver* serta masyarakat sekitar, yang berfungsi untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam menangani masalah kesehatan jiwa. Keempat, tekanan kerja yang tinggi pada *caregiver*, yang menyebabkan risiko burnout dan berpengaruh pada kualitas pelayanan yang diberikan. Kelima, kurangnya koordinasi antara fasilitas kesehatan primer dengan layanan rehabilitasi sosial untuk memastikan penanganan yang komprehensif bagi individu dengan gangguan jiwa.

Hasil akhir kegiatan bertujuan meningkatkan pengetahuan *caregiver* dan masyarakat tentang tanda gangguan jiwa, manajemen stres, dan akses layanan kesehatan mental yang berkelanjutan dan diharapkan tercipta lingkungan kerja yang lebih sehat di UPTD Pelayanan Sosial Investasi Hati Kabupaten Tabanan, berkurangnya stigma masyarakat terhadap gangguan mental, dan peningkatan kualitas hidup bagi penerima manfaat serta *caregiver*.

2. TUJUAN, MANFAAT, DAN PEMECAHAN MASALAH

2.1 Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan jiwa dan mengurangi stigma terhadap gangguan mental. Pelatihan yang diberikan pada *caregiver* diharapkan dapat menambah ilmu dan keterampilan bagi *caregiver* dalam memberikan kualitas pelayanan yang lebih baik dan berdampak pada peningkatan kesehatan mental lansia. Selain itu, menciptakan lingkungan kerja yang lebih suportif bagi *caregiver*, sehingga dapat mengurangi risiko burnout dan meningkatkan kesejahteraan *caregiver*. Kegiatan yang dilakukan dengan optimal juga dapat memperkuat peran UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati sebagai pusat layanan kesehatan jiwa yang terintegrasi di Kabupaten Tabanan.

2.2 Manfaat Kegiatan

Melalui kegiatan ini diharapkan dapat memberikan bekal pengetahuan dan keterampilan bagi *caregiver* dalam menandai lansia dengan gangguan mental dan menurunkan tingkat risiko burnout sehingga dapat meningkatkan kualitas layanan kesehatan jiwa untuk lansia. Hasil akhirnya peningkatan pengetahuan dan keterampilan mengenai kesehatan mental yang akan berdampak pada kualitas hidup lansia dan *caregiver*.

2.3. Pemecahan Masalah

Untuk mengatasi permasalahan kesehatan jiwa yang dihadapi oleh UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati, diperlukan pendekatan sistematis dan komprehensif. Pemecahan masalah dilakukan melalui tiga langkah utama. Pertama, meningkatkan edukasi dan kesadaran masyarakat terkait kesehatan jiwa. Edukasi ini dapat dilakukan melalui program penyuluhan yang melibatkan dokter psikiater, mahasiswa kedokteran spesialis jiwa, serta pendamping sosial yang kompeten. Penyuluhan diharapkan dapat mengurangi stigma terhadap gangguan mental dan meningkatkan akses masyarakat terhadap layanan kesehatan jiwa.

Kedua, memperkuat kapasitas sumber daya manusia di UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati dengan memberikan pelatihan khusus bagi *caregiver* dan tenaga kesehatan terkait teknik manajemen stres, keterampilan komunikasi empatik, dan penanganan dasar gangguan mental. Pelatihan ini dirancang untuk membantu *caregiver* dalam menghadapi tekanan kerja yang tinggi dan meningkatkan kualitas layanan yang diberikan kepada penerima manfaat.

Ketiga, menyediakan intervensi berbasis komunitas untuk mendukung keberlanjutan layanan kesehatan jiwa. Intervensi ini melibatkan kerja sama dengan fasilitas kesehatan primer, organisasi masyarakat, dan pemangku kepentingan lainnya. Dukungan komunitas diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif bagi individu dengan gangguan mental, serta membantu mengatasi keterbatasan fasilitas di UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati.

3. HASIL KEGIATAN

Kegiatan penyuluhan dan pelayanan kesehatan jiwa pada *caregiver* di UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati Kabupaten Tabanan telah dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2025 dan berjalan dengan lancar sesuai rencana. Tahap persiapan dimulai dengan penataan tempat serta penyediaan sarana dan prasarana yang diperlukan, termasuk koordinasi dengan pihak UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati untuk memastikan kesiapan peserta dan lokasi kegiatan. Pelaksanaan penyuluhan diberikan kepada 15 *caregiver* dan 4 tenaga struktural dengan materi mengenai pengenalan tanda gangguan jiwa, manajemen stres, dan teknik komunikasi empatik. Selama sesi berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme tinggi dan aktif dalam diskusi. Setelah penyuluhan, tim melakukan skrining kesehatan jiwa serta konsultasi psikiatri kepada 15 *caregiver* dan 32 penghuni UPTD. Proses ini mencakup penilaian kondisi psikologis, identifikasi risiko burnout, serta pemberian intervensi farmakologis dan nonfarmakologis sesuai kebutuhan.

Selain kegiatan edukatif dan pelayanan medis, tim juga memberikan dukungan sosial berupa sembako, pakaian layak pakai, obat-obatan, serta bantuan dana kepada pihak UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati. Sebagai bentuk apresiasi dan penguatan kemitraan, sertifikat ucapan terima kasih diserahkan kepada Kepala UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati. Seluruh rangkaian kegiatan ditutup dengan makan siang bersama dan pembagian snack kepada *caregiver* maupun penghuni. Secara keseluruhan, kegiatan ini meningkatkan pemahaman *caregiver* mengenai kesehatan jiwa, keterampilan mengelola stres, serta memperkuat kemampuan dalam memberikan perawatan yang lebih baik.

4. KESIMPULAN

Program penyuluhan dan pelayanan kesehatan jiwa pada *caregiver* di UPTD Pelayanan Sosial Investasi Hati Kabupaten Tabanan telah berjalan sesuai rencana hingga tahap pelatihan. Kegiatan ini meningkatkan pemahaman *caregiver* mengenai kesehatan jiwa, manajemen stres, serta keterampilan komunikasi empatik. Program juga mampu menumbuhkan kesadaran akan pentingnya peran *caregiver* dalam memberikan perawatan terhadap pasien jiwa yang berkualitas. Dengan demikian, kegiatan ini memberi kontribusi nyata dalam mengurangi risiko burnout pada *caregiver* serta mendukung terciptanya lingkungan kerja yang lebih sehat di UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga tim pelaksana dapat menyelesaikan kegiatan dan laporan akhir Program Udayana Mengabdikan (PUM) dengan judul “Penyuluhan dan Pelayanan Kesehatan Jiwa Pada *Caregiver* di UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati Kabupaten Tabanan”. Kegiatan ini merupakan bentuk pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh Program Studi Spesialis Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, bekerja sama dengan UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan *caregiver* dan masyarakat tentang tanda gangguan jiwa, manajemen stres, dan akses layanan kesehatan mental yang berkelanjutan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini tim pengusul menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Udayana dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) atas dukungan pendanaan dan fasilitasi kegiatan.
2. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana yang membantu terlaksananya pengabdian masyarakat dan memberikan izin terlaksananya kegiatan ini.
3. Ketua di UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati Kabupaten Tabanan.
4. Rekan sejawat dan semua pihak yang turut membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga kegiatan ini dapat berjalan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan.

Laporan ini disusun sebagai bentuk pertanggungjawaban akademik sekaligus dokumentasi kegiatan, dengan harapan dapat bermanfaat bagi pihak masyarakat, caregiver dan UPTD Pelayanan Sosial Kampung Investasi Hati Kabupaten Tabanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdoli, N., Salari, N., Darvishi, N., Jafarpour, S., Solaymani, M., Mohammadi, M., Shohaimi, S., 2022. The global prevalence of major depressive disorder (MDD) among the elderly: A systematic review and meta-analysis. *Neurosci Biobehav Rev* 132, 1067–1073.
- Carpenter, B. D., Gatz, M., & Smyer, M. A. (2022). Mental health and aging in the 2020s. *American Psychologist*, 77(5), 538–550.
- Choi, S. W., & Han, K. S. (2020). Association of stress and depression with social support in the elderly: Mediating role of resilience. *Aging & Mental Health*, 24(11), 1764-1772.
- Gruber, J., Prinstein, M. J., Clark, L. A., Rottenberg, J., Abramowitz, J. S., Albano, A. M., & Weinstock, L. M. (2021). Mental health and clinical psychological science in the time of COVID-19: Challenges, opportunities, and a call to action. *American Psychologist*, 76(3), 409.
- Haley, W. E., Roth, D. L., Howard, G., & Safford, M. M. (2021). Caregiving strain and estimated risk for stroke and coronary heart disease among spouse caregivers: Differential effects by race and sex. *Gerontologist*, 61(4), 497-507.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Hasil Riset Kesehatan Dasar 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Knight, B. G., Gatz, M., Heller, K., & Bengtson, V. L. (2022). Age and mental health: A decade review. *Annual Review of Clinical Psychology*, 18, 421-445.
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2022). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 84(1), 9-27.
- World Health Organization. (2023). Mental health of caregivers: Challenges and strategies. Retrieved from <https://www.who.int>.
- Zhang, W., Liu, T., Leung, D., Chan, S., & Wong, G. (2023). Bridging caregiver well-being and mental health outcomes: A network approach. *Innovative Aging*, 7(3), e231. <https://doi.org/10.1093/innage/iag023>