

Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu di Kecamatan Ciomas untuk Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Mental pada Ibu Muda

Training and Mentoring of Posyandu Cadres in Ciomas Sub-District to Increase Mental Health Awareness in Young Mothers

Imalatul Khairat^{1*}, Peni Ramanda², Fahda Alfiah³

^{1,2,3} Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Jl. Raya Syekh Nawawi Bantani No.30, Kemanisan Curug Kota Serang – 42171, Indonesia

*Email corresponding author: imalatul.khairat@uinbanten.ac.id

Received: 14 Desember 2022; Revised: 31 Januari 2023; Accepted: 12 Maret 2023

Abstrak. Isu gangguan kesehatan mental semakin marak dan ramai diperbincangkan, melihat banyaknya kejadian-kejadian diluar nalar manusia sehat, terlebih semakin meningkatnya kasus gangguan kesehatan mental yang dialami seorang ibu. Gangguan kesehatan mental pada ibu pascapersalinan lebih berisiko terjadi pada ibu muda yang masih remaja. Peralihan tanggung jawab seorang ibu dari seorang remaja yang tidak memiliki tanggung jawab terhadap kehidupan orang lain akan cenderung rentan terhadap perubahan fisik dan psikologis, sehingga ketidaksiapan remaja dalam melaksanakan tugas perkembangan orang dewasa dapat memicu depresi pascapersalinan dan baby blues. Sebagai perpanjangan tangan konselor di masyarakat, kader posyandu diharapkan mampu memberikan pelayanan dasar dalam upaya pencegahan gangguan mental. Kegiatan PKM dilaksanakan untuk kader posyandu di Kecamatan Ciomas, Kabupaten Serang dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang pelayanan dasar dalam bimbingan dan konseling yang dapat diberikan kepada masyarakat. Pelatihan dan pendampingan ini melatih kader dalam pelaksanaan layanan informasi untuk meningkatkan kesadaran kesehatan mental pada ibu muda. Dengan dilaksanakannya pelatihan dan pendampingan ini, para kader memiliki keterampilan baru dalam memberikan informasi dan meningkatkan kesadaran kesehatan mental kepada ibu-ibu muda di Kabupaten Ciomas.

Kata Kunci: Kader posyandu, kesehatan mental, ibu muda.

Abstract. Mental health disorders in postpartum mothers are more at risk of occurring in young mothers who are in their teens. The transition of responsibility of a mother from a teenager who does not have responsibility for the lives of others will tend to be prone to physical and psychological changes, so that adolescents' unpreparedness in carrying out adult developmental tasks can trigger postpartum depression and baby blues. As an extension of counselors in the community, posyandu cadres are expected to be able to provide basic services in an effort to prevent mental disorders. PKM activities are carried out for posyandu cadres in Ciomas District, Serang Regency with the aim of increasing knowledge and skills about basic services in guidance and counseling that can be provided to the community. This training and mentoring trains cadres in the implementation of information services to increase mental health awareness in young mothers. With the implementation of this training and mentoring, the cadres have new skills in providing information and raising mental health awareness to young mothers in Ciomas District.

Keyword: Posyandu Cadre, Mental Health Awareness, Young Mathers

DOI: 10.30653/jppm.v8i1.331



1. PENDAHULUAN

Kasus kesehatan mental menjadi isu yang sangat ramai diperbincangkan dan diberitakan baik di media massa maupun media sosial di Indonesia pada saat ini. Beberapa diantaranya adalah media surat kabar online seperti Kompas.com, detikHealth, dll yang hampir setiap pekan memberitakan tentang permasalahan dan kasus yang berkaitan dengan kesehatan mental. Dan hingga sekarang kasus kesehatan mental belum benar-benar dapat diselesaikan dengan baik sepenuhnya. Keadaan tersebut didukung oleh data riset yang dilakukan oleh badan riset kesehatan dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi (Rokom, 2021).

Pada kasus kesehatan mental ini, tidak terkecuali dapat terjadi pada ibu pasca melahirkan baik yang berada pada usia dewasa maupun usia remaja. Pada kondisi pasca melahirkan, seorang perempuan sangat rentan mengalami gangguan mental seperti depresi, kecemasan dan gangguan panik. Namun gejala yang nampak berada pada kategori yang berbeda-beda, ada yang mengalami gejala ringan, sedang hingga berat. Ibu yang baru melahirkan dengan usia yang masih muda dalam kategori remaja akan sangat rentan mengalami berbagai gangguan emosi yang mengakibatkan terjadinya gangguan kesehatan mental. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Dinwiddie dkk, ditemukan bahwa prevalensi *postpartum depression* pada ibu usia remaja lebih besar dari ibu dewasa, yaitu sebesar 25% dan 10% bagi ibu dewasa (Chanora & Surjaningrum, 2022). Terjadinya transisi tanggung jawab seorang ibu dari seorang remaja yang belum mempunyai tanggung jawab atas kehidupan orang lain akan cenderung rentan mengakibatkan perubahan secara fisik maupun psikologis, sehingga ketidaksiapan remaja dalam menjalani tugas perkembangan orang dewasa dapat memicu terjadinya *postpartum depression* dan *baby blues*.

Penelitian yang dilakukan oleh Nurbaeti, dkk pada tahun 2019 menyebutkan bahwa prevalensi *postpartum depression* di Indonesia mencapai sekitar 18,37%. Beberapa gejala *postpartum depression* seperti sering menangis tanpa sebab, perasaan sedih, mudah tersinggung, tidak nafsu makan, insomnia, kelelahan, sulit beraktifitas, kecurigaan yang tinggi terhadap sesuatu hal, kurang perhatian, menyalahkan diri sendiri, tidak memiliki harapan, kurang memperhatikan bayinya bahkan kadang mengabaikan bayinya, dan memiliki perasaan tidak mampu berperan sebagai ibu (Fatmawati & Gartika, 2021).

Bentuk lainnya dari gangguan kesehatan mental adalah *baby blues syndrome*. *Baby bring feeling blues* atau *baby blues syndrome* merupakan sebagian besar pengalaman yang dirasakan oleh ibu pada awal kelahiran sang anak dan proses mengasuh. 50% sampai 80% ibu baru seringkali merasa sedih, marah, dan kadang-kadang cemas. *Baby blues syndrome* merupakan pengalaman sadar para perempuan pasca melahirkan yang disebabkan faktor hormonal dan perubahan lingkungan keluarga akibat adanya anggota baru. Dukungan lingkungan dalam hal ini anggota keluarga yang dapat menjadi pendengar dan memahami perempuan dengan *baby blues*, menjadikan *baby blues* sebagai pengalaman yang wajar dialami oleh Ibu pasca melahirkan. Namun, bila tidak diatasi dapat menjadi sebuah pengalaman buruk yang menimbulkan depresi (Widyaningtyas, 2019).

Menurut hasil penelitian Ridho (2022), beberapa kasus yang paling banyak terjadi di Indonesia yang berkaitan dengan *postpartum depression* dan *baby blues syndrome* adalah kasus pembuangan bayi, kasus pembunuhan bayi dan anak, kekerasan terhadap bayi dan anak. Salah satu kasus yang baru-baru ini ramai diberitakan adalah kasus penemuan bayi di semak-semak yang terjadi di Kabupaten Serang Banten, yaitu terjadi pada hari Jumat, tanggal 1 Juli 2022. Kasus berikutnya yang penulis kutip dari artikel Prihartini (2022) ialah terjadi pembunuhan bayi berusia 5 bulan oleh ibu kandungnya yang terjadi pada tanggal 27 Juni 2022 di Kecamatan Wonocolo, Kota Surabaya, Provinsi Jawa Timur, hal ini terjadi hanya karena si ibu merasa kesal sang anak tidak mau berhenti menangis, sehingga ia

membanting sang anak ke tempat tidur. Kasus gangguan Kesehatan mental ini juga diperkuat oleh data yang diperoleh dari sumber *International Journal of Mental Health* yang peneliti kutip dari Amatori et al (2022) bahwa di Indonesia tercatat sebanyak 22,4% ibu mengalami gangguan kesehatan mental setelah melahirkan.

Beberapa upaya dalam mengatasi kasus-kasus di atas adalah dengan bantuan dan perhatian dari berbagai pihak. Diantaranya sangat dibutuhkan peran suami, peran keluarga besar, peran masyarakat, dan ketersediaan informasi bagi ibu muda tentang kesehatan mental, cara mencegah dan mengatasi (mengobati) gejala gangguan kesehatan mental. Menyadari akan pentingnya bantuan masyarakat terhadap pencegahan dan penanganan masalah gangguan kesehatan mental, maka upaya Pemerintah dalam hal ini tertuang pada Peraturan Pemerintah (PP) No 61 tahun 2014 mengenai kesehatan masa sesudah melahirkan meliputi pelayanan nifas. Pelayanan nifas yang dimaksud pada ayat (1) diberikan berupa promosi kesehatan, deteksi dini, gangguan kesehatan fisik dan mental serta pencegahan dan penanganan oleh tenaga kesehatan sesuai dengan pemberian pendidikan kesehatan kepada ibu dan keluarga (Yanti et al., 2021).

Upaya Pemerintah lainnya yang penulis temukan dalam artikel Tse & Suprojo (2017) adalah menyelenggarakan kegiatan posyandu sebagai perpanjangan tangan puskesmas dalam pemberian layanan kesehatan pada ibu dan bayi di desa-desa. Secara teknis, tugas kader posyandu yang terkait dengan pembangunan kesehatan masyarakat di desa, antara lain adalah melakukan pendataan balita, melakukan penimbangan serta mencatatnya dalam Kartu Menuju Sehat (KMS), memberikan makanan tambahan, mendistribusikan vitamin A, melakukan penyuluhan gizi serta kunjungan ke rumah ibu yang menyusui dan ibu yang memiliki balita, dan pelayanan pada lansia. Kader diharapkan berperan aktif dan mampu menjadi pendorong, motivator dan penyuluh masyarakat. Kader diharapkan dapat menjembatani antara petugas/ahli kesehatan dengan masyarakat serta membantu masyarakat mengidentifikasi dan menghadapi / menjawab kebutuhan kesehatan mereka sendiri. Kader dapat membantu mobilisasi sumber daya masyarakat, mengadvokasi masyarakat serta membangun kemampuan local. Selanjutnya diperkuat dengan hasil penelitian Hobson pada tahun 2008 yang dikutip dari Soebiantoro (2017) menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental secara singkat dapat menurunkan stigma pribadi dan sosial secara signifikan menurut statistik

Langkah-langkah dalam mendukung dan meningkatkan kemampuan kader dalam hal memberikan pelayanan dan edukasi kepada masyarakat terutama kepada ibu pasca melahirkan perlu dilakukan upaya pelatihan dan pendampingan agar kader dapat memberikan pelayanan secara maksimal dalam bentuk layanan bimbingan dan konseling tentang berbagai informasi kesehatan mental. Dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling terdapat kurang lebih 10 jenis layanan seperti layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling individual, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan mediasi, layanan konsultasi, dan layanan advokasi. Dari 10 layanan tersebut, beberapa diantaranya dapat dilakukan oleh pelaksana layanan yang bukan konselor profesional namun telah mendapatkan pelatihan secara profesional yaitu seperti layanan informasi dan layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan beberapa masalah di atas, dirasakan perlu dilaksanakannya pelatihan dan pendampingan kepada kader posyandu di Kecamatan Ciomas untuk meningkatkan keterampilan pelayanan posyandu terutama dalam hal pemberian informasi tentang gangguan kesehatan mental pada ibu muda.

2. METODE

Pada pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode PAR atau melibatkan *Participatory Action Research* adalah penelitian yang semua pihak yang relevan dalam meneliti secara aktifbersama sama dalam sebuah tindakan konkret di mana mereka sendiri yang mengalami masalah dalam rangka untuk mengubah dan memperbaiki kondisi mereka. PAR tidak bisa terpisah dari partisipasi bahkan hal ini menjadi keharusan dan mutlak diperlukan. Kongkretnya, partisipasi dalam PAR adalah proses aktif yang masyarakat inisiatifnya dilakukan oleh sendiri dan dibimbing oleh cara berfikir mereka sendiri dengan menggunakan sarana, proses dan mekanisme tertentu yang dapat menegakkan proses pengawasan secara efektif. Secara garis besar, partisipasi dapat dibedakan atas: (1) partisipasi pasif, yaitu masyarakat dilibatkan dalam tindakan yang telah dipikirkan, dirancang, dan dikontrol oleh orang lain; dan (2) partisipasi aktif, yakni proses pembentukan kekuatan untuk keluar dari permasalahan yang dihadapi.

Pendekatan pengabdian ada empat tahap yang dipaparkan berikut ini: (1) membuat skenario pelatihan yaitu membuat rencana pelatihan layanan bimbingan dan konseling, (2) menyiapkan materi tentang layanan bimbingan dan konseling, (3) membuat lembar observasi untuk mengetahui bagaimana kondisi selama pelatihan, (4) membuat kuesioner prasiklus. isi pada tahap perencanaan ini juga digunakan observasi, kuesioner, dan dokumentasi foto untuk mengetahui proses pelatihan layanan bimbingan dan konseling.

Pelaksanaan dalam proses pelatihan adalah sebagai berikut: (1) konselor memberikan materi tentang layanan bimbingan dan konseling, (2) para kader diminta untuk melakukan pengayaan materi, (4) konselor memberikan contoh praktikum layanan bimbingan dan konseling, (5) para kader diminta untuk melakukan praktik pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, (6) konselor melakukan evaluasi terhadap hasil praktik yang dilakukan oleh para kader.

Kegiatan observasi dilaksanakan pada proses pelaksanaan tindakan dengan menggunakan lembar observasi yang telah dipersiapkan. Hasil observasi digunakan untuk mengetahui perhatian dan sikap kader saat mengikuti pelatihan. Yang dijadikan landasan dalam cara kerja PAR, terutama adalah gagasan-gagasan yang datang dari kader.

Adapun yang menjadi subjek pelatihan adalah kader posyandu di Kecamatan Ciomas sebanyak 24 kader. Adapun Teknik pengambilan sampel digunakan dengan Teknik *Purposive random sampling* sehingga sampel berjumlah 12 orang kader yaitu diambil setiap ketua kader posyandu dari masing-masing desa 1 orang. Sedangkan siklus dalam pengabdian ini dilakukan dalam langkah-langkah berikut: a) pemetaan awal, sebagai alat untuk memahami komunitas (kader posyandu), b) membangun hubungan, c) penentuan agenda riset, d) merumuskan masalah, e) menyusun strategi pelatihan bersama tim, f) membangun komitmen kader dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling.

Sedangkan Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif. Analisis deskriptif merupakan bentuk analisis data penelitian untuk menguji generalisasi hasil penelitian berdasarkan satu sampel. Analisa deskriptif ini dilakukan dengan pengujian hipotesis deskriptif.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesi pertama dimulai dengan pemaparan materi oleh ketua kelompok tentang kesehatan mental. Pemaparan materi ini bertujuan untuk memberikan konsep keilmuan secara teoritis tentang kesehatan mental. Dari pemaparan teori yang diberikan oleh ketua kelompok dengan tema “Kesehatan Mental bagi Ibu Muda”, terlihat antusias dari para peserta kegiatan yaitu para ketua kader posyandu. Diskusi dan tanya jawab berlangsung lama, karena para kader mulai memahami urgensi dari kesehatan mental.



Gambar 1. Acara pembukaan oleh Camat Kecamatan Ciomas

Pada sesi ini merupakan bagian dari pemetaan sesi awal yang sudah disajikan pada bagian metode di atas. Pemetaan awal dengan memberikan pemahaman konsep tentang pentingnya kesehatan mental menjadi pertimbangan penting bagi tim pengabdian dalam menentukan langkah-langkah pendampingan kepada kader. Sesi pertama ini juga bertujuan untuk membekali para kader posyandu tentang materi yang dapat mereka *share* pada ibu-ibu muda sebagai upaya pencegahan terjadinya gangguan kesehatan mental.

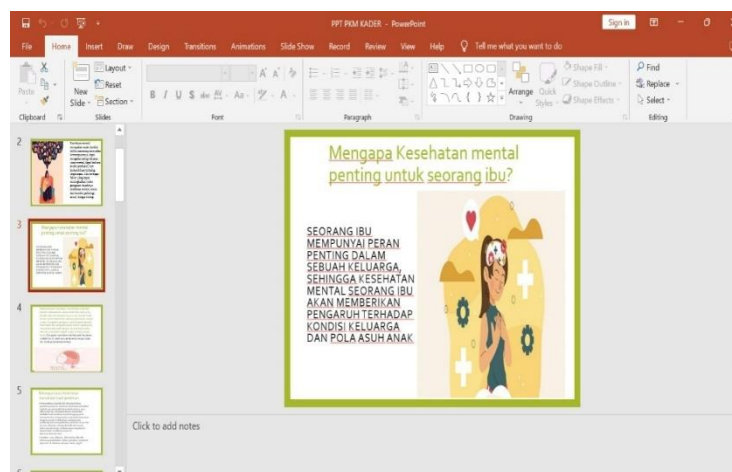
Pada materi yang disampaikan terdapat alasan mengapa kesehatan mental pada ibu muda sangat penting. Hal inilah yang akan menjadi sasaran bagi para kader posyandu untuk dapat mengamati dan memperhatikan keluhan-keluhan pada ibu muda saat melakukan kegiatan posyandu agar mencegah terjadinya gangguan pada kesehatan mental. Karena tak jarang masyarakat mengabaikan permasalahan kesehatan mental karena masih menganggap bahwa kesehatan mental yang terganggu akan disebut orang dengan gangguan jiwa atau orang gila. Sehingga masyarakat tidak memperhatikan dan memperdulikan gejala-gejala dari gangguan kesehatan mental.

Berdasarkan hasil diskusi dan tanya jawab dengan kader posyandu, tim pengabdian mendapatkan informasi bahwa salah seorang kader posyandu pernah mendapati warga masyarakat yang baru melahirkan terkena gangguan kesehatan mental seperti *baby blues*, namun karena minimnya pengetahuan dan layanan pengaduan konseling, sehingga kader tersebut hanya membawa ibu muda itu ke rumah sakit. Hal inilah yang menjadi dasar ketertarikan para kader untuk mengikuti kegiatan pengabdian. Karena dirasa sangat penting kehadiran tenaga ahli dalam upaya mendampingi ibu-ibu muda pasca melahirkan agar terhindar dari gangguan kesehatan mental.

Para kader juga menyampaikan bahwa belum adanya tenaga profesional di Puskesmas yang dapat membantu menangani permasalahan kesehatan mental, sehingga selama ini hanya di rujuk ke Rumah Sakit Umum yang telah memiliki pelayanan kejiwaan atau psikiater.



Gambar 2. Situasi diskusi dan tanya jawab



Gambar 3. Slide materi pertama

Hasil pelaksanaan dari sesi pertama ini adalah terbukanya para kader posyandu dalam berdiskusi dan tanya jawab dan kader posyandu menyadari akan pentingnya isu kesehatan mental diberikan pada pelatihan ini. Beberapa pertanyaan yang diberikan oleh pemateri pada saat sesi tanya jawab salah satunya adalah: upaya apa saja yang sudah dilakukan oleh para kader terhadap pencegahan bahkan pengentasan masalah gangguan kesehatan mental? jawaban dari para kader adalah belum adanya upaya yang dilakukan dalam mencegah maupun mengentaskan masalah kesehatan mental terutama pada ibu muda karena keterbatasan keterampilan yang dimiliki oleh para kader posyandu.

Selama ini kegiatan kader posyandu hanya sebatas pemberian informasi terkait dengan imunisasi dan kesehatan gizi pada ibu hamil. Pemberian informasi ini hanya disampaikan kepada warga masyarakat yang mengunjungi lokasi posyandu. Namun, pada kenyataannya tidak sedikit warga yang enggan mengunjungi kegiatan posyandu yang rutin dilaksanakan. Kegiatan pemberian informasi masih mereka rasa kurang efektif dikarenakan belum mengertinya unsur-unsur pokok yang semestinya ada dalam pemberian informasi sehingga membuat masyarakat membutuhkan informasi tersebut.

Sehingga dari hasil sesi pertama, tim pengabdian menyepakati akan memberikan beberapa layanan bimbingan dan konseling sebagai bahan pelatihan untuk membekali keterampilan pada kader posyandu. Diantaranya pelatihan tentang pelaksanaan layanan informasi dan layanan bimbingan kelompok sebagai suatu upaya dalam pencegahan gangguan kesehatan mental, dan membekali para kader posyandu dalam pelaksanaan konseling individual meskipun secara mendasar. Layanan informasi mandiri ini dapat

terselenggara secara lebih luwes, tanpa tergantung pada guru bimbingan dan konseling secara pribadi, bebas dilakukan dimana saja, dan kapan saja

Pada sesi kedua dimulai dengan pemberian materi pelatihan, yaitu tentang materi layanan bimbingan dan konseling. Pada sesi kedua ini, tim pengabdian mengundang Bapak Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd. dalam menyampaikan materi terkait layanan dalam bimbingan dan konseling.



Gambar 4. Penyampaian materi oleh narasumber

Pada sesi kedua ini, narasumber yaitu Bapak Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd memaparkan tentang layanan bimbingan kelompok dan layanan informasi. Materi yang disampaikan oleh Bapak Yogi sangat menarik bagi para kader, karena sesuatu informasi dan pengetahuan yang baru bagi mereka. Pada awalnya para kader tidak memahami unsur-unsur apa saja yang terkandung dalam informasi yang biasa disampaikan oleh ibu-ibu kader, sehingga dari materi yang diberikan oleh Bapak Yogi menjadi sebuah informasi baru yang sangat dirasakan manfaatnya oleh peserta. Kegiatan diskusi juga berjalan dengan lancar. Penyampaian materi yang santai dan ringan mampu diterima dengan baik oleh para kader posyandu dan mampu menghidupkan suasana diskusi tanya jawab.

Selanjutnya materi layanan bimbingan kelompok disampaikan oleh narasumber yang berkaitan dengan pengertian, tujuan dan fungsi dari layanan bimbingan kelompok, asas serta tahapan dalam layanan bimbingan kelompok. Narasumber juga menyampaikan materi tentang teknik-teknik umum yang dapat digunakan dalam layanan konseling individual. Agar lebih mudah bagi para kader memahami materi terkait dengan teknik-teknik umum yang dapat digunakan dalam layanan informasi format individual, narasumber juga sekaligus mempraktikkan seperti teknik 3M (Mendengar, Memahami, dan Merespon), teknik penstrukturan, dan teknik pertanyaan terbuka. Narasumber juga mengajarkan bagaimana posisi duduk, sikap dan jarak duduk.

Pada pelatihan ini, para kader belum diperkenalkan dengan teknik khusus karena membutuhkan waktu yang lama dan perlu pendampingan yang lebih mendalam. Oleh karena itu, pelatihan ini hanya difokuskan kepada hal-hal ringan yang dapat dilakukan oleh para kader sebagai langkah awal untuk memulai suatu pendampingan. Setelah penyampaian materi pada sesi kedua ini, tim bersama narasumber mengajak para kader untuk mempraktikkan sesuai dengan teori yang telah disampaikan sebelumnya. Hal ini dapat terlihat sesi praktik pada gambar berikut ini.



Gambar 5. Suasana praktikum

Pada sesi praktikum ini, setiap kader mencari pasangan dan memainkan peran sebagai konselor dan konseli atau klien. Yang mendapatkan peran sebagai konselor akan mempraktikkan tahapan-tahapan dalam pelaksanaan layanan konseling individual. Dan yang mendapatkan peran sebagai klien akan memainkan peran sebagai ibu muda yang mengalami indikasi gangguan mental.

Pada sesi kedua ini, para kader posyandu sangat antusias dalam mengikuti pelatihan. Karena banyak ilmu-ilmu baru yang mereka dapatkan. Sebagai bahan evaluasi, tim meminta kader menyampaikan pesan dan kesan terhadap proses pelatihan, dalam hal ini diwakili oleh ketua kader posyandu Kecamatan Ciomas yaitu ibu Siti. Ibu Siti menyampaikan bahwa sudah sejak lama tim kader posyandu ingin melakukan pelatihan terkait dengan peningkatan keterampilan dalam pemberian layanan. Sehingga dengan materi yang disajikan menambah wawasan baru bagi tim kader. Dan para ketua kader mempunyai tugas yang sangat penting untuk kemudian meneruskan materi dan ilmu yang telah diberikan kepada para kader yang ada di setiap desa.

Pada sesi ketiga dan keempat, para kader posyandu akan mulai menerapkan hasil dari sesi pertama dan kedua, yaitu melaksanakan salah satu jenis layanan yang telah dipelajari pada sesi pertama dan kedua. Para kader posyandu memilih untuk menerapkan layanan informasi dalam format individual, yaitu memberikan informasi terkait kesehatan mental dan *baby blues*. Tim pengabdian mendampingi para kader dalam menerapkan layanan informasi kepada masyarakat yang menjadi target sasaran layanan yaitu ibu muda.

Kegiatan pendampingan ini berjalan dengan lancar, meskipun ada beberapa kekurangan dari para kader dalam melaksanakan kegiatan, namun dapat dimaklumi karena hal ini baru pertama kali dilakukan oleh kader posyandu. Berikut ini sesi pendampingan pada kader posyandu dalam melaksanakan layanan informasi dengan format individual.



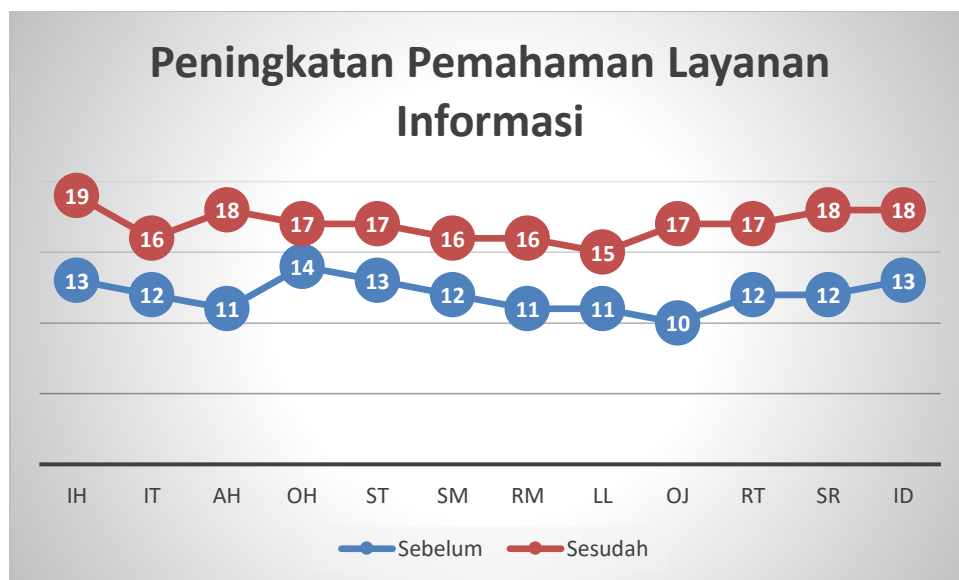
Gambar 6. Pendampingan kader posyandu 1

Adapun masalah-masalah yang banyak ditemui oleh kader posyandu dilapangan setelah melaksanakan kegiatan layanan adalah permasalahan ekonomi yang ternyata juga dapat menjadi penyebab munculnya gangguan kesehatan mental. Beberapa ibu muda yang terpaksa harus berjauhan dari suami dikarenakan pekerjaan suami yang jauh ke luar kota. Kondisi seperti inilah yang menyebabkan berkurangnya perhatian suami dan bantuan suami dalam mengasuh dan berbagi beban istri di rumah.

Terdapat pula masalah kesehatan mental yang ditemui pada ibu muda karena belum siapnya menjadi seorang ibu. Hal ini dikarenakan terjadinya pernikahan dini. Ketidaksiapan ini juga ternyata dialami oleh ibu muda sehingga mudah merasa lelah, menyerah dan stres yang pada akhirnya menyebabkan gangguan kesehatan mental. Namun indikasi- indikasi seperti ini tidak disadari oleh ibu-ibu muda dapat menyebabkan gejala-gejala negatif dan perilaku menyimpang lainnya seperti membuang anak, membunuh anak, bunuh diri, dll.

Gangguan kesehatan mental lainnya juga ditemukan sebagai penyebabnya adalah ketidakharmonisan hubungan suami dan istri. Tidak mendapatkannya dukungan yang penuh dari suami, merasa lelah batin dalam menghadapi sikap suami, dll juga menjadi faktor penyebab yang ditemukan. Kemudian, ditemukan juga rendahnya keinginan ibu-ibu muda untuk mencari bantuan apabila dirasakan gejala-gejala gangguan kesehatan mental, karena masih dianggap tabu untuk menceritakan permasalahan sendiri kepada orang lain. Oleh karena itu, para kader merasa sangat antusias dalam membantu mengentaskan masalah kesehatan mental pada masyarakat, dan memahami bahwa kehadiran mereka sangat dinantikan oleh masyarakat. Pada setiap kegiatan layanan, ditekankan kembali kepada para kader untuk memenuhi setiap asas-asas dalam layanan konseling agar klien merasa diterima, merasa percaya dan merasa dibantu oleh kehadiran para kader.

Pada sesi kelima dilakukan kegiatan monitoring kepada kader yang telah memberikan pelayanan konseling pada saat kegiatan posyandu. Kegiatan monitoring juga sekaligus evaluasi untuk mengetahui keberhasilan dari pelatihan layanan konseling. Tim pelaksana PkM memberikan kuesioner untuk mengukur pemahaman para kader dalam memberikan layanan konseling terutama layanan konseling individual. Dari hasil pengukuran pemahaman kader terlihat adanya peningkatan pemahaman kader terhadap layanan konseling.



Gambar 7. Peningkatan Pemahaman Kader

Berdasarkan hasil di atas diketahui bahwa sebagian besar para kader telah memahami proses pelayanan konseling yaitu layanan informasi dengan format individual dalam memberikan bantuan kepada masyarakat. Dan evaluasi ini memberikan hasil bahwa pelatihan yang diberikan kepada kader secara efektif bermanfaat untuk meningkatkan pemahaman kader terhadap pentingnya pelayanan konseling di masyarakat.

4. SIMPULAN

Pelatihan dan pendampingan yang diberikan kepada kader posyandu dapat meningkatkan keterampilan pemberian layanan informasi kepada masyarakat dan meningkatnya pemahaman tentang pentingnya memberikan informasi yang berhubungan dengan kesehatan mental khususnya kepada ibu muda yang berusia remaja. Pemberian layanan dalam kegiatan posyandupun menjadi bervariasi, sehingga keberadaan kader posyandu dipandang sangat penting dan berpengaruh dalam mewujudkan masyarakat yang memiliki kesadaran akan kesehatan mental.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada pihak Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat, dan tentunya telah memberikan dukungan baik secara moril maupun materil

REFERENSI

Amatori, G., Cappelli, A., Carmassi, C., Rodgers, R. F., & Bui, E. (2022). Impact of the COVID-19 pandemic on mental health among women: An editorial. *International Journal of Mental Health*, 51(2), 98–101. <https://doi.org/10.1080/00207411.2022.2066299>

- Chanora, R., & Surjaningrum, E. R. (2022). *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Pengalaman Depresi Postpartum pada Ibu Usia Remaja*. 2(1), 434–444.
- Daradjat, Z. (1995). *Kesehatan Mental*. Gunung Agung.
- Dewi, K. S. (2012). Buku ajar kesehatan mental. In *UPT UNDIP Press Semarang*. http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf
- Fatmawati, A., & Gartika, N. (2021). Hubungan Kondisi Psikososial Dan Paritas Dengan Kejadian Depresi Postpartum Pada Ibu Remaja. *Faletahan Health Journal*, 8(01), 36–41. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i01.145>
- Hamid, A. (2017). Agama Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 3(1), 1–14. [file:///C:/Users/lenovo/Downloads/34-Article Text-129-1-10-20201115 \(1\).pdf](file:///C:/Users/lenovo/Downloads/34-Article%20Text-129-1-10-20201115%20(1).pdf)
- Kusumawati, Y., & Zulaekah, S. (2020). Pengetahuan Kesehatan Mental Ibu Hamil di Puskesmas Wilayah Kota Surakarta. *Proceeding of The URECOL*, 1, 111–115. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1032>
- Prihartini, Z. (2022). Bayi 5 Bulan Meninggal Dianiaya Ibu Kandung, Ini Kata Psikolog. *Kompas.Com*. <https://www.kompas.com/sains/read/2022/06/29/110300723/bayi-5-bulan-meninggal-dianiaya-ibu-kandung-ini-kata-psikolog?page=all>
- Ridho, R. (2022). Warga Serang Banten Digegerkan Penemuan Bayi di Semak-semak, Begini Kondisinya. *Kompas.Com*. <https://regional.kompas.com/read/2022/07/02/170556678/warga-serang-banten-digegerkan-penemuan-bayi-di-semak-semak-begini>
- Rokom. (2021). *Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia*. *Sehat Negeriku*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>
- Semiun, U. (2006). *Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Kanisius.
- Soebiantoro, J. (2017). Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Intensif Terhadap Stigma pada Pengguna Layanan Kesehatan Mental. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2 (1), 1-21. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/JPKM>
- Tse, A. D. P., & Suprojo, A. I. A. (2017). Peran Kader Posyandu terhadap Pembangunan Kesehatan Masyarakat. *JISIP: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 6(1), 60–62.
- Widyaningtyas, M. D. (2019). Pengalaman Komunikasi Ibu Dengan Baby Blues Syndrome Dalam Paradigma Naratif. *Jurnal Manajemen Komunikasi*, 3(2), 202. <https://doi.org/10.24198/jmk.v3i2.20504>
- Yanti, P. A., Triratnawati, A., & Astuti, D. A. (2021). Peran Keluarga pada Ibu Pasca Bersalin. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 18. <https://doi.org/10.22146/jkr.58017>