



## PELATIHAN MENJAGA KESEHATAN MENTAL ANAK DI PKK DESA SIDOREJO

Bagus Satrio Wicaksono<sup>1</sup>, Alifia Fajria<sup>2</sup>, Devi Agustina<sup>3</sup>, Shaqirla Julvenka<sup>4</sup>, Muhammad Lukman Hakim<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah, Purworejo, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Muhammadiyah, Purworejo, Indonesia

bagussatrio0708@gmail.com

### Abstrak

Kegiatan pelatihan pada komunitas PKK merupakan suatu program yang dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman, pengetahuan, serta kesadaran diri ibu-ibu terhadap kesehatan mental anak. Program ini melibatkan sekumpulan ibu-ibu PKK sebagai sasaran kegiatan. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu anggota PKK, ditemukan suatu permasalahan yang banyak dialami oleh para ibu, yaitu kurangnya kesadaran orang tua terhadap kesehatan mental anak yang dipengaruhi oleh stigma masyarakat serta antara orang tua dan anak memiliki komunikasi yang buruk. Hasil dari kegiatan ini adalah meningkatnya kesadaran dan pengetahuan para ibu tentang pentingnya menjaga kesehatan mental anak.

**Kata Kunci:** Kesadaran Diri, Kesehatan Mental Anak, PKK

### Abstract

*Training activities in the PKK community are a program carried out with the aim of increasing mothers' understanding, knowledge and self-awareness regarding children's mental health. This program involves a group of PKK women as target activities. Based on the results of an interview with one of the PKK members, a problem was found that many mothers experienced, namely a lack of parental awareness of children's mental health which was influenced by community stigma and poor communication between parents and children. The result of this activity is increased awareness and knowledge of mothers about the importance of maintaining children's mental health.*

**Keywords:** Self Awareness, Mental Health Children, PKK

DOI:  
10.53491/numbay.v2ix1.919



## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan suatu hal yang penting untuk diperhatikan dan dijaga, baik kesehatan fisik, mental maupun sosial untuk mencapai kondisi yang harmonis. Menurut WHO (*The World Health Organization*), sehat adalah suatu kondisi yang lengkap secara fisik, mental dan kesejahteraan sosial, disamping itu tidak ada penyakit atau kelemahan yang dimiliki (Fakhriyani, 2019). Definisi sehat tidak hanya berkaitan dengan fisik semata, namun juga berkaitan dengan sehat secara psikis dan mencapai 'kesejahteraan' sosial. Selanjutnya, WHO mendefinisikan tentang kesehatan mental sebagai kondisi kesejahteraan individu yang menyadari potensinya sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal, dapat bekerja secara produktif dan berbuah, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya.

Menurut Daradjat (1988) dalam Ningrum *et al.* (2022), kesehatan mental adalah keselarasan dalam kehidupan yang tercapai melalui keseimbangan fungsi-fungsi jiwa, kemampuan untuk mengatasi masalah yang timbul, serta kemampuan untuk merasakan kebahagiaan dan memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri..

PKK (Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga) yaitu sebuah organisasi yang melibatkan partisipasi perempuan dan laki-laki dalam upaya mewujudkan keluarga sejahtera. Kesejahteraan keluarga menjadi tujuan utama PKK (Aslichati, 2011). Hal ini dikarenakan keluarga merupakan unit terkecil masyarakat yang akan berpengaruh besar terhadap kinerja pembangunan dalam mendukung program-program pemerintah. PKK menjadi gerakan untuk membantu dan mendukung program-program pemerintah dengan mendata beberapa aspek yang diperlukan seperti data warga, ibu hamil, bayi, dan balita, kelahiran, kematian, sampai kegiatan masyarakat.

Pada PKK Desa Sidorejo, terdapat suatu fenomena yang menjadi sebuah masalah anggota komunitas secara personal. Masalah tersebut adalah kurangnya tingkat *aware* atau tingkat kesadaran juga kurangnya pengetahuan serta pemahaman orang tua mengenai sikap positif apa yang bisa dilakukan terhadap kesehatan mental anak. Faktor penyebabnya adalah karena adanya stigma di masyarakat yang menganggap bahwa kesehatan mental bukan suatu hal yang penting sehingga masih banyak individu yang menyepelekan isu ini serta kurangnya komunikasi antara orang tua dan anak juga menjadi faktor penyebabnya.

Selain itu, berdasarkan nama PKK sendiri yang berasal dari singkatan (Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga) sehingga pelatihan dengan tema "Mendukung dan Meningkatkan *Awareness* Orang Tua Terhadap Kesehatan mental anak" akan menjadi sangat bermanfaat dan relevan untuk dilakukan.

## METODE

Pelatihan ini dilakukan di Desa Sidorejo Kabupaten Purworejo, tepatnya di salah satu rumah warga yang terletak di RT/RW 03/02 yaitu rumah Bapak Budiman pada tanggal 22 Desember 2023 dengan kegiatan utamanya adalah pemberian materi dan

diskusi mengenai kesehatan mental anak. Adapun lama proses kegiatan yaitu dimulai dari siang hari tepatnya pada pukul 14.00 WIB hingga sore hari pukul 16.00 WIB. Subjek dalam penelitian ini berfokus pada ibu-ibu yang tergabung dalam komunitas PKK Desa Sidorejo. Data pada penelitian ini didapat dari hasil wawancara sebelum pelaksanaan kegiatan serta dari hasil observasi pada saat pelaksanaan kegiatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini di laksanakan di Desa Sidorejo, Kecamatan Purworejo, Kabupaten Purworejo pada tanggal Desember 2023. Kegiatan ini berjalan dengan baik serta sesuai *rundown* tahapan program yang telah direncanakan. Adapun tahapan pertama dari kegiatan ini yaitu pemutaran video-video yang berisi kasus dan isu-isu kesehatan mental anak. Selain itu, dalam tahapan ini juga dilakukan tanya jawab kepada ibu-ibu PKK yang hadir pada saat kegiatan mengenai pengetahuan ibu-ibu tentang kesehatan mental anak.

Adapun tahapan kedua yakni pemberian materi serta tanya jawab. Dalam kegiatan ini, materi yang diberikan adalah mengenai kesehatan mental anak yang tujuannya adalah untuk mengedukasi ibu-ibu PKK tentang pentingnya menjaga kesehatan mental anak, dalam tahapan ini juga pemateri memberikan contoh serta tips dan trik untuk menghadapi berbagai perilaku anak dalam kesehariannya. Kegiatan tanya jawab ini bertujuan untuk menggali pengetahuan dan pemahaman yang dimiliki ibu-ibu PKK mengenai Kesehatan mental anak-anaknya. Setelah pemberian materi dan dilakukan tanya jawab, didapat informasi bahwa masih banyak ibu-ibu PKK yang masih kurang memhami dan belum mengerti bagaimana menghadapi mental dan perilaku anak terutama ibu-ibu yang memiliki anak yang beranjak remaja dimana dalam fase itu anak memiliki emosi yang cenderung naik turun dan sulit dipahami. Selain itu, ibu-ibu PKK juga masih kurang menyadari akan bahaya yang ditimbulkan dari kurangnya pemahaman orang tua dalam menghadapi dan menangani emosi, perilaku serta mental anak dengan baik. Setelah pemberian materi dan tanya jawab selesai, pemahaman ibu-ibu PKK mulai mengerti dan memahami pentingnya menjaga esehatan mental anak, kesadaran diri ibu-ibu PKK juga mulai meningkat.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini sudah cukup meningkatkan *awareness* dan memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai kesehatan mental anak. Karena setelahnya ibu-ibu PKK menjadi mengetahui dan memahami seberapa penting untuk menjaga kesehatan mental anak-anaknya serta melakukan perubahan dalam memperlakukan anak dengan baik untuk menjaga kesehatan mental anak.

## Gambar



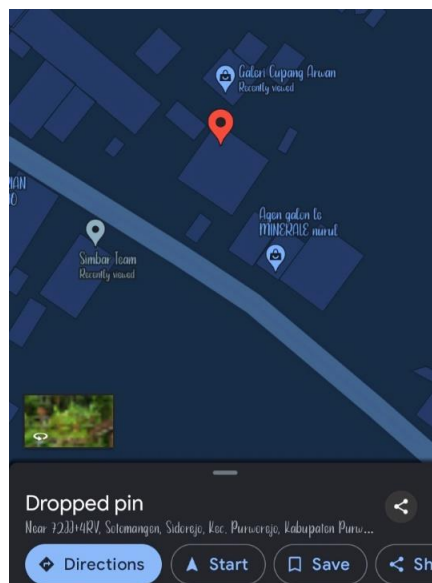
Sumber: Dokumentasi Tim Pelaksana (2023)

Gambar 1.1 Dokumentasi Saat Pemberian Materi oleh Pemateri



Sumber: Dokumentasi Tim Pelaksana (2023)

Gambar 1.2 Dokumentasi Saat Sesi Tanya Jawab



Sumber: Google Maps  
Gambar 1.3 Maps Lokasi Kegiatan Pelatihan

Lokasi pelatihan terletak di Dusun Sotomangen, Desa Sidorejo, Kecamatan Purworejo, Kabupaten Purworejo, Jawa Tengah. Lokasi pelatihan berada 3,5 KM dari pusat Kota Purworejo dengan jarak tempuh kurang lebih 6 menit menggunakan transportasi sepeda motor, Kemudian berada 1,9 KM dari kampus Universitas Muhammadiyah Purworejo dengan jarak tempuh kurang lebih 4 menit menggunakan transportasi sepeda motor.

### **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Sidorejo telah berhasil meningkatkan kesadaran ibu-ibu PKK tentang pentingnya menjaga kesehatan mental anak-anak. Melalui tahapan pemutaran video mengenai kasus kesehatan mental, pemberian materi atau penyuluhan, dan sesi tanya jawab memperlihatkan bahwa sebagian besar ibu-ibu masih butuh pemahaman lebih dalam terkait pentingnya menjaga kesehatan mental anak. Namun, hasilnya juga menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil mengubah pandangan beberapa ibu-ibu yang mulai memahami betapa krusialnya isu-isu kesehatan mental anak. Kesimpulannya, kegiatan ini memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran dan meningkatkan pengetahuan orang tua terkait cara dan tingkah laku untuk menjaga kesehatan mental anak.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Pada kesempatan ini kami sebagai pelaksana pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kontribusi anggota PKK Desa Sidorejo, kepada yang terhormat:

1. Meriam Esterina, M.Psi, Psikolog,
2. Widyaning Hapsari, M.Psi, Psikolog,
3. Fakultas Ilmu Sosial, Program Studi Psikologi, dan
4. Anggota Ibu-ibu PKK Desa Sidorejo.

Semoga dengan adanya pelatihan yang telah diberikan kepada anggota PKK ini mendapatkan imbalan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

### **REFERENSI**

Aslichati, L. (2011). Organisasi pemberdayaan dan kesejahteraan keluarga sebagai sarana pemberdayaan perempuan. *Jurnal organisasi dan manajemen*, 7(1), 1-7.

Fakhriyani, D. V. (2019). Kesehatan mental. *Pamekasan: duta media publishing*.

Ningrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022). Meningkatkan Kepedulian Terhadap Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 1174-1178.