



PAPER – OPEN ACCESS

Pembentukan Kelompok Referensi sebagai Awal Perencanaan Lingkungan Sehat Mental yang Partisipatif

Author : Ridhoi Meilona Purba, dkk.
DOI : 10.32734/anr.v6i1.2485
Electronic ISSN : 2654-7023
Print ISSN : 2654-7015

Volume 6 Issue 1 – 2025 TALENTA Conference Series: Agricultural and Natural Resources (ANR)



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/).
Published under licence by TALENTA Publisher, Universitas Sumatera Utara



Pembentukan Kelompok Referensi sebagai Awal Perencanaan Lingkungan Sehat Mental yang Partisipatif

Reference Group Formation as the Start of Participatory Mental Health Neighborhood Planning

Ridhoi Meilona Purba^{a*}, Arliza Juairiani Lubis^a, Filia Dina Anggaraeni^a, Morida Siagian^b

^aFakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara, Medan 20155, Indonesia

^bProgram Studi Ilmu Arsitektur dan Perkotaan, Universitas Sumatera Utara, Medan 20155, Indonesia

ridhoi.meilona@usu.ac.id

Abstrak

Kesehatan mental di komunitas merupakan masalah yang perlu mendapat perhatian lebih karena berkaitan erat dengan kesejahteraan psikologis serta kualitas kehidupan warga masyarakat. Situasi dan kondisi lingkungan tempat tinggal menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan mental di komunitas. Salah satu modal sosial di komunitas adalah warga bertetangga (neighbourhood) yang memiliki peran penting dalam mendukung peningkatan kualitas kesehatan mental di lingkungan tempat tinggal. Hasil koordinasi dengan mitra kegiatan pengabdian pada masyarakat di Kelurahan Sunggal, Kecamatan Medan Sunggal, Kota Medan mengindikasikan adanya kebutuhan untuk meningkatkan partisipasi warga Lingkungan IX dalam mewujudkan lingkungan sehat mental melalui inisiasi program Posyandu Remaja yang dibina oleh Puskesmas Sunggal. Peningkatan partisipasi warga dilakukan melalui pembentukan dan penguatan kelompok referensi remaja yang akan menjadi sasaran kegiatan Posyandu Remaja. Kegiatan pengabdian pada masyarakat berhasil membantu terbentuknya kelompok referensi remaja yang diberi nama Perkumpulan Remaja Bersatu (PRB) Lingkungan IX Kelurahan Sunggal yang beranggotakan 22 orang anak dan remaja setempat yang telah mengikuti rangkaian aktivitas pelatihan dan pendampingan yang dirancang dan dilaksanakan oleh Tim Pengabdian bersama Kader Posyandu Lingkungan IX Kelurahan Sunggal. Bersamaan dengan pembentukan kelompok referensi remaja, upaya partisipatif juga dilakukan melalui peningkatan kemampuan dan kompetensi Kader Posyandu Lingkungan IX Kelurahan Sunggal dalam merencanakan dan melaksanakan kegiatan kesehatan mental remaja berkelanjutan melalui program Posyandu Remaja. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini diharapkan dapat menjadi katalisator perubahan sosial dalam peningkatan kesehatan mental komunitas dalam rangka mencegah munculnya permasalahan kesehatan fisik, jiwa, dan sosial lanjutan di lingkungan tempat tinggal (neighborhood) serta dapat menjadi contoh untuk pengembangan kegiatan sejenis di lingkungan lain.

Kata Kunci: Kelompok Referensi Remaja; Kesehatan Mental; Neighborhood

Abstract

Mental health at community level is an issue that needs more attention because it is closely related to the psychological well-being and quality of life of community members. The living situation and condition is one of the factors that affect the degree of community mental health. One of the social capitals in the community is the neighborhood, which has an important role in supporting the improvement of the quality of community mental health. The results of coordination with community service activity partners in Sunggal Urban Village, Medan Sunggal District, Medan Municipality indicated the need to improve Neighborhood IX residents's participation in attaining a mentally healthy environment through the initiation of the Youth Integrated Health Post (Posyandu Remaja) program fostered by Community Health Center (Puskesmas) Sunggal. Improving community participation is done through the forming and strengthening of youth reference groups that will be the target for Posyandu Remaja activities. This community service activity managed to assist the establishment of a youth reference group called "Perkumpulan Remaja Bersatu" (PRB) Lingkungan IX Kelurahan Sunggal that consist of 22 local children and adolescents who have participated in a series of training and mentoring activities designed and conducted by the Community Service Team along with Health Worker of Integrated Health Post (Kader Posyandu) Lingkungan IX Sunggal Urban Village. In conjunction with the formation of youth reference groups, participatory efforts are also made through increasing the ability and competence of Kader Posyandu Lingkungan IX Sunggal Urban Village to plan and implement sustainable youth mental health activities through Posyandu Remaja Program. This community service activity is expected to catalyze social change in improving resident's mental health as a prevention of further physical, psychological, and social problems in the neighborhood and also to be set as an example for the development of similar activities in other neighborhoods.

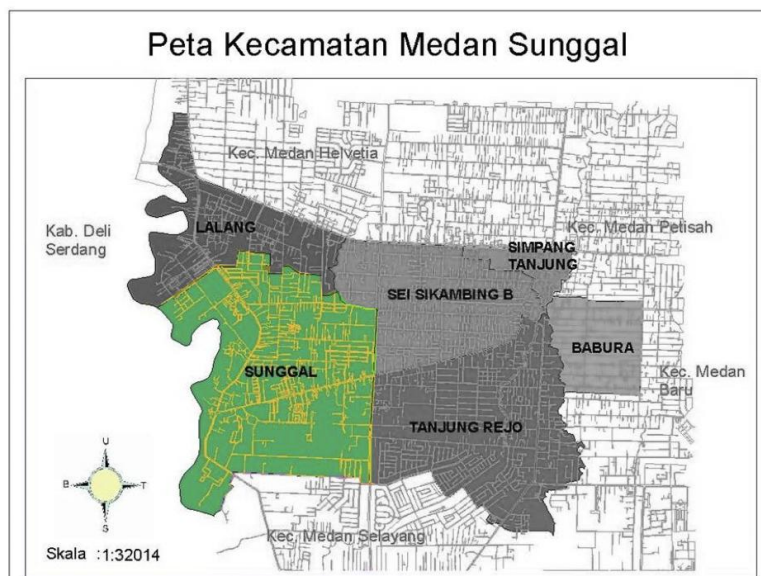
Keywords: Youth Reference Group; Mental Health; Neighborhood

1. Pendahuluan

Kehidupan sehat dan sejahtera (good health and well-being) merupakan tujuan ketiga dari 17 Tujuan Pembangunan Berkelanjutan/Sustainable Development Goals (SDGs) di Indonesia. Sasaran global keempat dari tujuan ketiga tersebut adalah mengurangi hingga sepertiga angka kematian dini akibat penyakit tidak menular, melalui pencegahan dan pengobatan, serta meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan [1]. Kesehatan mental atau kesehatan jiwa merupakan salah satu indikator kebahagiaan individu, keluarga, dan komunitas. Pada dasarnya, kesehatan mental mencakup bagaimana individu dapat berpikir, merasa, dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Undang-Undang Republik Indonesia No. 17 tahun 2023 menyatakan bahwa kesehatan jiwa merupakan kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya [1]-[2].

Kesehatan mental menjadi tantangan di seluruh dunia, khususnya di perkotaan [3]. Kesehatan mental berperan besar dalam produktivitas nasional untuk mendukung transisi menjadi negara maju [4]. Kementerian Kesehatan sebagai leading sektor penanganan kesehatan mental telah memasukkan target kinerja terkait penyelenggaraan kesehatan mental ke dalam Rencana Strategis Kementerian Kesehatan 2020-2024 [5]. Meskipun begitu, program pelayanan kesehatan mental di daerah belum terlaksana secara berkesinambungan, sehingga kebijakan bidang kesehatan mental seringkali tidak sejalan antara pusat dan daerah [6]. Selain itu, bertambahnya kasus kesehatan mental tidak sejalan dengan pelayanan yang tersedia sehingga diperlukan transformasi sistem kesehatan mental dan fasilitas pelayanan kesehatan mental bagi seluruh warga [5].

Kesehatan mental di komunitas dapat diupayakan melalui perencanaan lingkungan yang berorientasi kesehatan mental. Pengambilan keputusan dalam perencanaan lingkungan perlu melibatkan pemangku kepentingan dan masyarakat sasaran. Tim Pengabdian melakukan pemetaan situasi, kondisi, dan kebutuhan terkait kesehatan mental pada Puskesmas Kecamatan Medan Sunggal (selanjutnya disebut Puskesmas Medan Sunggal) sebagai salah satu mitra Universitas Sumatera Utara dan menemukan bahwa meskipun program pelayanan kesehatan di tingkat Kecamatan, Kelurahan, dan Lingkungan sudah berjalan, akan tetapi masih berorientasi pada aspek kesehatan fisik saja. Salah satu wilayah yang dinilai oleh Puskesmas Medan Sunggal memiliki potensi untuk mengendalikan risiko kesehatan dan kesejahteraan adalah Kelurahan Sunggal, terutama pada kelompok remaja.



Gambar 1. Peta Kelurahan Sunggal, Kecamatan Medan Sunggal, Kota Medan

Sumber: Kecamatan Medan Sunggal dalam Angka 2022

Tinjauan data sekunder dari dokumen Kecamatan Medan Sunggal dalam Angka 2022, diketahui bahwa Kelurahan Sunggal memiliki wilayah terluas di Kecamatan Medan Sunggal yaitu 4,93 km² (35,47%). Kelurahan Sunggal juga merupakan wilayah dengan jumlah penduduk yang paling banyak dibandingkan kelurahan lain di Kecamatan Medan Sunggal, yaitu 38.280 jiwa (28,22%), dengan rata-rata kepadatan penduduk mencapai 3.861,66 jiwa/km². Kelurahan Sunggal merupakan Kelurahan percontohan untuk Kampung KB.

Berdasarkan rekomendasi Kecamatan Medan Sunggal, dilakukan analisa situasi, kondisi, dan kebutuhan layanan kesehatan mental di Kelurahan Sunggal bersama pihak Kelurahan Sunggal dan Puskesmas Kelurahan Sunggal (selanjutnya disebut Puskesmas Sunggal). Hasil analisis menemukan sudah adanya inisiasi untuk menjalankan program Posyandu Remaja di Lingkungan IX namun masih belum menyentuh aspek kesehatan mental. Diskusi lebih lanjut dengan Kepala Lingkungan IX dan

Kader Posyandu Lingkungan IX menyepakati perlunya pendampingan untuk mengadakan program kesehatan mental di Posyandu Remaja di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal sebagai upaya awal perencanaan lingkungan sehat mental di Kecamatan Medan Sunggal. Langkah awal yang disepakati adalah pembentukan kelompok referensi remaja yang akan menjadi sasaran kegiatan Posyandu Remaja Lingkungan IX yang dilakukan secara partisipatif. Bersama dengan proses tersebut, dilakukan juga peningkatan kemampuan dan kompetensi Kader Posyandu Lingkungan IX dalam merencanakan dan melaksanakan kegiatan kesehatan mental remaja berkelanjutan. Rangkaian kegiatan dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Diskusi dengan Lurah (1); Kepala Lingkungan dan Kader Posyandu (2); Staf Puskesmas dan warga (3)
Sumber: Dokumentasi Tim Pengabdi

Dari aspek sosial, Lingkungan IX Kelurahan Sunggal memiliki 1 SMP Negeri, beberapa tempat ibadah, tempat-tempat pertemuan milik pribadi warga, dan lahan terbuka yang diizinkan pemilik untuk dimanfaatkan warga berkegiatan. Lahan terbuka sering digunakan oleh anak-anak setempat untuk bermain dengan terlebih dahulu meminta izin kepada pemiliknya, seperti dapat dilihat di Gambar 2.



Gambar 3. Lokasi-Lokasi Ruang Terbuka di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal

Sumber: Dokumentasi Tim Pengabdi

2. Metode

Kegiatan ini menggunakan pendekatan participatory untuk mengoptimalkan peran aktif masyarakat. Fokus partisipasi terletak pada empat tujuan kegiatan: proses perencanaan atau pembuatan keputusan, pelaksanaan kegiatan, pemanfaatan hasil, dan evaluasi hasil [7]. Lebih jauh, seperti yang diungkapkan oleh Gaebler dan Osborn [7], partisipasi aktif masyarakat dalam mendukung lingkungan sehat mental pada dasarnya mendorong inisiatif dan kreativitas masyarakat. Sedangkan, pemerintah memiliki peran yang lebih besar dalam memfasilitasi dan mengembangkan strategi untuk meningkatkan kemandirian masyarakat.

Bentuk kegiatan adalah pelatihan dan pendampingan yang dilaksanakan seminggu sekali selama 3 bulan mulai tanggal 29 Agustus sampai 21 November 2023. Metode kegiatan menggunakan model partisipatif melalui ceramah, tanya jawab, diskusi kelompok terfokus, permainan edukatif, pelatihan, dan penugasan. Aktivitas kegiatan meliputi:

- 1). Pembentukan Kelompok Referensi.
Aktivitas dilakukan melalui permainan dinamika kelompok, ceramah, diskusi, dan napak tilas di lingkungan mereka.
- 2). Psikoedukasi Kesehatan Mental.
Aktivitas dilakukan melalui permainan edukatif dan diskusi kelompok dengan topik kesehatan mental.
- 3). Pendampingan Penguatan Kelompok Referensi
Aktivitas dilakukan melalui persiapan kegiatan kompetisi dalam rangkaian pentas seni dan olahraga mewakili Lingkungan IX Kelurahan Sunggal, permainan edukatif interaktif, pelatihan menulis untuk majalah dinding Posyandu.

Kegiatan dilakukan di lokasi pertemuan Posyandu Lingkungan IX Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal yang difasilitasi oleh Kepala Lingkungan dan dipersiapkan oleh Kader Posyandu, dan orangtua peserta kegiatan. Kegiatan diikuti oleh 20-30 anak dan remaja serta 2-5 orang Kader Posyandu. Pengampu aktivitas diawali oleh Tim Pengabdi dibantu oleh Kader Posyandu. Pengampu aktivitas kemudian perlahan-lahan dialihkan ke Kader Posyandu didampingi oleh Tim Pengabdi hingga mereka mampu untuk melaksanakan kegiatan secara mandiri.

Target capaian berdasarkan sasaran adalah terbentuknya kelompok referensi remaja dan terselenggaranya kegiatan program Kesehatan Mental di Posyandu Remaja secara berkesinambungan. Penyajian hasil kegiatan dilakukan secara deskriptif berupa tekstuler yang dilengkapi dengan gambar. Visualisasi metode yang digunakan untuk mencapai target capaian dapat dilihat pada Diagram 1.

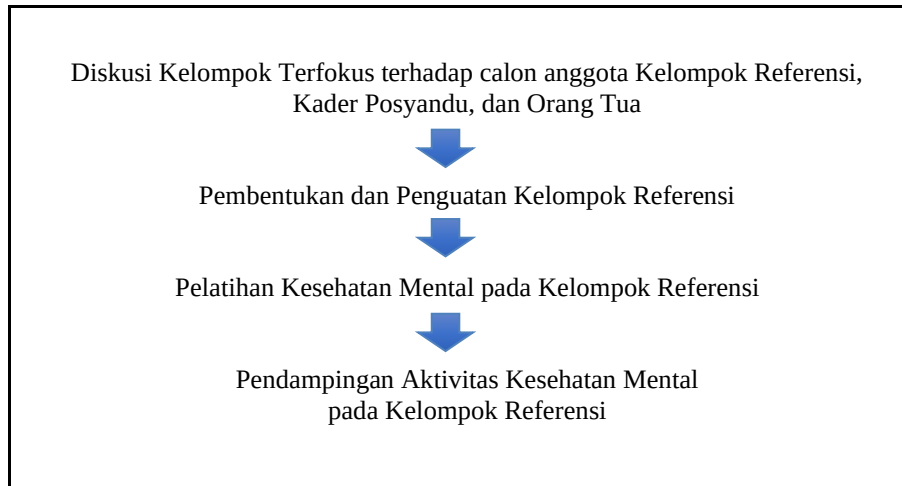


Diagram 1. Aktivitas Pengabdian pada Masyarakat

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini melibatkan proses partisipatif, baik bottom-up maupun top-down, yang memungkinkan keterlibatan berbagai pihak dalam merencanakan dan melakukan rekayasa lingkungan sehat mental di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal. Tim Pengabdi membantu Kepala Lingkungan dan Kader Posyandu menginisiasi program kesehatan mental di Posyandu Remaja sebagai upaya awal untuk menciptakan komunitas sehat mental di Lingkungan IX.

Aktivitas diawali dengan menjalin kontak dengan warga masyarakat sekitar lokasi yang diikuti dengan diskusi kelompok terfokus terhadap calon anggota Kelompok Referensi, Kader Posyandu, dan Orang Tua. Tujuan diskusi kelompok terfokus adalah untuk mengidentifikasi karakteristik sosial kemasyarakatan di Lingkungan IX, karakteristik dan aktivitas keseharian anak dan remaja, kondisi lingkungan tempat mereka tinggal, pola interaksi anak dan remaja di Lingkungan IX dan sekitarnya, serta kekhawatiran dan harapan terkait kegiatan pengabdian pada masyarakat yang akan dilaksanakan. Capaian pada tahap ini adalah terkumpulnya 33 nama calon anggota Kelompok Referensi dan nomor kontak Orang Tua yang kemudian bergabung dalam kelompok whatsapp (WAG) untuk koordinasi lebih lanjut. Hasil diskusi kelompok terfokus menemukan bahwa karakteristik sosial kemasyarakatan di Lingkungan IX cukup heterogen yang didominasi oleh anak dan remaja dengan orang tua yang penghasilan rendah. Aktivitas keseharian anak dan remaja belum terstruktur dan keterampilan sosial kemasyarakatan mereka belum berkembang sesuai harapan Orang Tua. Melalui kegiatan diskusi kelompok terfokus, calon anggota kelompok referensi dipandu untuk lebih mengenali dan mengenali situasi dan kondisi lingkungannya, serta lebih membuka diri dengan anak dan remaja lain yang mengikuti kegiatan. Hasil dari aktivitas ini kemudian menjadi dasar pembentukan kelompok referensi yang akan dibina untuk menjadi bagian dari program Posyandu Remaja berbasis lingkungan (neighborhood).

Aktivitas selanjutnya berfokus pada Dinamika Penguatan Kelompok Referensi yang diawali dengan ceramah dari Kepala Lingkungan yang memberikan motivasi dan gambaran pentingnya peran remaja di lingkungan untuk kebaikan bersama. Kepala Lingkungan, yang pada usia remajanya adalah aktivis sosial di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal, menjelaskan hal-hal apa yang pernah dilakukannya bersama teman-teman sesama remaja dalam membantu menyelesaikan permasalahan-permasalahan di Lingkungan IX serta menyatakan pengalaman tersebut membantunya menjadi pribadi yang lebih baik dan mampu memimpin Lingkungan IX Kelurahan Sunggal saat ini. Kegiatan ini dilanjutkan penguatan kelompok bagi 22 orang anak dan remaja yang bersedia ikut bergabung dalam Kelompok Referensi Remaja. Anak dan remaja setuju untuk membentuk kelompok yang mereka beri nama Perkumpulan Remaja Bersatu (PRB) Lingkungan IX Kelurahan Sunggal. Dengan pendampingan dan masukan dari Tim Pengabdi serta Kader Posyandu, mereka menyepakati desain logo perkumpulan serta memilih Ketua dan Wakil Ketua yang berperan sebagai koordinator perkumpulan. Irvan (13 tahun) yang terpilih sebagai Ketua menyampaikan bahwa logo yang mereka rancang menggambarkan bersatunya anak dan remaja di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal, baik laki-laki maupun perempuan, untuk lebih peduli kesehatan mental dan bahagia. Tim Pengabdi kemudian memfasilitasi pembuatan kaos dengan sablon logo tersebut untuk menjadi seragam anggota PRB ketika melakukan aktivitas Posyandu Remaja.



Gambar 4. Logo Perkumpulan Remaja Bersatu (PRB) Lingkungan IX Kelurahan Sunggal

Hasil dari aktivitas ini merupakan indikator capaian kegiatan pertama yaitu “adanya anak dan remaja potensial dari Lingkungan IX Kelurahan Sunggal yang bersedia menjadi kelompok referensi remaja untuk mewujudkan warga sehat mental di lingkungan mereka”.

Aktivitas selanjutnya adalah rangkaian pelatihan dengan topik Kesehatan Mental bagi anak dan remaja yang tergabung dalam PRB sebagai bagian dari pembinaan dan penguatan peran sebagai kelompok referensi sehat mental di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal. Peserta diberi penugasan terkait aktivitas sehat mental seperti melakukan permainan edukatif interaktif yang dilanjutkan dengan diskusi, membaca, membuat cerita, dan bermain peran. Selama berkegiatan, peserta didampingi dan difasilitasi oleh Kader Posyandu dan Tim Pengabdian untuk dapat mengoptimalkan kemampuan mereka.



Gambar 5. Kegiatan Penguatan Kelompok Referensi Sehat Mental

Sumber: Dokumentasi Tim Pengabdian

Selain itu, dilakukan juga kegiatan menulis di Majalah Dinding Posyandu Lingkungan IX, dinamika kelompok berbentuk semi-outbound yang dilakukan di Fakultas Psikologi USU, serta aktivitas-aktivitas mandiri Program Posyandu Remaja Lingkungan IX, baik di tingkat Kelurahan Sunggal maupun di tingkat Kecamatan Medan Sunggal. Peserta kemudian diminta untuk menulis pengalaman mereka selama berkegiatan di Posyandu Remaja. Beberapa tulisan pilihan kemudian ditempel di Majalah Dinding Posyandu Lingkungan IX Kelurahan Sunggal yang didekorasi secara mandiri oleh anggota PRB. Majalah Dinding Posyandu Lingkungan IX Kelurahan Sunggal merupakan inisiasi Kepala Lingkungan dan Kader Posyandu yang difasilitasi oleh Tim Pengabdian dengan peruntukkan sebagai media komunikasi dan ekspresi sehat mental anak dan remaja anggota PRB. Selain Majalah Dinding, Kepala Lingkungan dan Kader Posyandu beserta anak dan remaja anggota PRB berinisiatif membuat video yang menceritakan kegiatan di Posyandu Remaja yang kemudian diunggah di akun TikTok Lingkungan IX Kelurahan Sunggal (@lingkungn9sunggal).



Gambar 6. Aktivitas Penugasan Program Posyandu Remaja Melibatkan Partisipasi Anggota PRB

Sumber: Dokumentasi Tim Pengabdian

Aktivitas berikutnya menggunakan skema pendampingan oleh Tim Pengabdian untuk membiasakan Kader Posyandu merencanakan dan menjalankan aktivitas bersama anak dan remaja anggota PRB secara mandiri sebagai bagian dari program Posyandu Remaja Lingkungan IX Kelurahan Sunggal. Anak dan remaja anggota PRB diberi kesempatan untuk mengembangkan potensi yang mereka miliki seperti dalam menari, menyanyi, dan olahraga. Mereka juga dilibatkan dalam kegiatan Posyandu di tingkat Kelurahan dan perayaan Natal di tingkat Kecamatan, dengan pendampingan dan pengawasan oleh Kader Posyandu. Hal ini menunjukkan bahwa sebagai kelompok referensi, mereka mampu menyadari dan mengembangkan potensi dirinya serta produktif berkontribusi dalam komunitas yang menunjukkan bahwa mereka telah menerapkan hidup sehat mental di lingkungan mereka.



Gambar 6. Aktivitas Mandiri Program Posyandu Remaja Melibatkan Partisipasi Anggota PRB

Sumber: Dokumentasi Tim Pengabdian

Aktivitas-aktivitas tersebut mencerminkan tercapainya indikator capaian kegiatan berikutnya yaitu “kelompok referensi yang terbentuk mengambil peran dalam mewujudkan lingkungan sehat mental di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal, Kecamatan Medan Sunggal”. Hal ini terlihat dari pernyataan beberapa anggota PRB dalam sesi evaluasi bersama.

Rahel, 11 tahun: “Saya suka dulu buang sampah sembarangan, karena sudah ikut PRB saya jadi suka buang sampah pada tempatnya aja.”

Valensya, 11 tahun: “Perubahan saya sekarang, saya bisa peduli kepada orang lain.”

Leon, 13 tahun: “Saya tidak bosan lagi, makin ceria dan tidak murung lagi, dan bahagia karena dapat hadiah dari perlombaan.”

Nico, 13 tahun: “Saya tidak pernah kesepian, tidak murung, dan tidak kebosanan sejak di PRB.”

Jojo, 12 tahun: “Menjadi lebih baik kepada teman sekitar kita, di PRB menjadi pintar, menjadi lebih baik dari biasanya, lebih sopan kepada orang tua dari biasanya.”

Anggota PRB, Kader Posyandu, dan Kepala Lingkungan telah secara partisipatif merencanakan perubahan lingkungan menjadi lingkungan sehat mental bagi warga khususnya usia anak dan remaja. Kepala Lingkungan bertanggung jawab untuk mengawasi ketertiban dan keamanan lingkungan serta mendorong dan mengumpulkan masyarakat untuk membuat lingkungan aman dan menyenangkan [8]. Dengan bimbingan dan pengawasan Kader Posyandu, anak dan remaja merencanakan aktivitas sehat mental sebagai bagian dari kegiatan Perkumpulan Remaja Bersatu (PRB) Lingkungan IX Kelurahan Sunggal, mengkoordinir kegiatan pentas seni dan olahraga, hingga melakukan evaluasi partisipatif terhadap kegiatan yang mereka lakukan.

Selama mengikuti rangkaian kegiatan pengabdian pada masyarakat, anggota kelompok referensi mengembangkan keterampilan sosial, terutama dengan teman sebaya, serta menyadari manfaatnya seperti menjadi lebih kompak, lebih sabar terhadap teman, dan lebih peduli terhadap lingkungan sekitar.

Kasih, 12 tahun: “Saya menjadi memiliki banyak teman, dari yang suka berantem, jadi tidak suka berantem lagi, dari yang tidak suka tampil nari dan nyanyi, karena PRB jadi suka tampil dan saya jadi suka bergaul dengan teman-teman.”

Togi, 11 tahun: “Saya menjadi senang setiap hari dan lebih sopan.”

Irvan, 13 tahun: “Saya menjadi pemimpin yang bisa memimpin tim ku dengan baik dan memenangkan pertandingan”.

Yehezkiel, 12 tahun: “Lebih rajin.”

Kegiatan rutin yang dilakukan setiap minggu telah membiasakan mereka untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan bermasyarakat yang terlihat dari kehadiran dan keterlibatan mereka dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat. Mereka merasa senang bisa bermain dengan teman, belajar bersama, berdiskusi, makan bersama dan membersihkan tempat pertemuan usai berkegiatan.

Elsya, 13 tahun: “Saya senang bisa belajar bersama, dan mau berbagi ilmu kepada teman-teman, saya juga senang (Tim Pengabdi) bisa mengajari kami disini. Kami bahagia ketika berkumpul dan bermain bersama.”

Kasih, 12 tahun: “Saya menyenangi kegiatan-kegiatan di sini karena kami menari, menyanyi, dan kegiatan seru lainnya, makan bersama dan membersihkan tempat pertemuan bersama.”

Fedrik, 11 tahun: “Saya sangat senang jika (Tim Pengabdi) ada lagi untuk kami, karena ada kegiatan main bola, jalan-jalan keliling mengunjungi rumah teman.”

Hasil diskusi dengan perwakilan Orang Tua juga mengkonfirmasi perubahan positif di diri anak-anak mereka yang sejalan dengan pernyataan anak-anak mereka.

Orang tua Kasih, 35 tahun: “Selama ikut kegiatan PRB anak saya menjadi lebih baik dan semakin dewasa.”

Orang tua Togi, 35 tahun: “Anak saya lebih dewasa dan mandiri, dulu agak gimana gitu, manja. Dulu tidak pernah bercerita duluan, setelah adanya kegiatan ini dia lebih berani cerita. Apalagi kan sekarang, umur anak saya mau menginjak remaja, jadi sifat-sifat yang seperti anak-anak dulu sudah semakin dewasa dan punya akhlak yang lebih baik.”

Orang tua Irvan, 44 tahun: “Kebanyakan anak-anak PRB ini semakin dewasa, semakin baik, termasuk anak saya Irvan.”

Orang tua Yehezkiel, 36 tahun: “Sangat banyak perubahan. Contohnya biasanya dia tidak mendengarkan saya bicara dan selama dia belajar di sini dia sudah peduli apa yang saya bicarakan.”

Kader Posyandu menyadari manfaat kegiatan ini dan memahami bahwa kegiatan-kegiatan yang dilakukan merupakan bagian program kerja mereka bersama remaja yang mampu mereka lanjutkan secara mandiri. Hal ini mencerminkan tercapainya indikator terakhir yaitu “Kader Posyandu Lingkungan IX Kelurahan Sunggal mampu merencanakan dan melaksanakan kegiatan kesehatan mental remaja berkelanjutan melalui program Posyandu Remaja secara mandiri”.

Kader Lastina, 48 tahun: “Saya jadi lebih dekat dengan dunia remaja, jadi lebih banyak hal positif tentang dunia remaja yang terkadang disepelekan bahkan saya hampir lupa. Anak-anak ini menjadi memiliki attitude yang lebih baik, yang biasanya tidak peduli dengan orang tua menjadi peduli. Saya melihat langsung perubahan ini selama 3 bulan ini mendampingi kegiatan.”

Kader Lertin, 48 tahun: “Anak-anak menjadi lebih banyak menggunakan waktunya dengan kegiatan positif, jadi mereka bisa mengurangi waktu bermain HP.”

Kader, Mei, 39 tahun: “Sangat banyak berubah untuk anak PRB. Contohnya mereka biasa banyak tidak mendengarkan orang tua sekarang mereka sudah lebih peduli dengan orang tuanya.”

Pernyataan anak dan remaja serta Orang Tua dan Kader Posyandu di atas menunjukkan bahwa dengan berkegiatan di Posyandu Remaja, anak dan remaja semakin menyadari peran mereka serta mampu berpikir, merasa dan berperilaku baik seperti lebih peduli dan menghormati orang tua, termotivasi untuk belajar, serta bersedia berperan aktif di lingkungannya.

Kegiatan serta fasilitas fisik, seperti kaos dan majalah dinding, yang difasilitasi oleh Tim Pengabdian dalam upaya mendukung terlaksananya Program Kesehatan Mental di Posyandu Remaja sudah dimanfaatkan sesuai dengan target program kerja Posyandu, khususnya Posyandu Remaja, di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal. Kemandirian Kepala Lingkungan IX Kelurahan Sunggal dan Kader Posyandu Lingkungan IX Kelurahan Sunggal dalam pembinaan remaja sehat mental juga berkontribusi positif dalam penilaian kualitas (akreditasi) Puskesmas Medan Sunggal.

Kepala Lingkungan IX: “Terima kasih, Bu. Bajunya sudah jadi seragam kami kalau Posyandu. Terima kasih juga buat madingnya, sangat bermanfaat bagi kami dan anak-anak bisa menulis di mading”.

Kepala Bagian Puskesmas: “Terima kasih dukungan dan doanya untuk survei reakreditasi PKM Medan Sunggal. Terima kasih buat semua yang telah membantu. Puskesmas Medan Sunggal mendapat nilai akreditasi “Paripurna” dari Dinas Kesehatan.”

Keberlanjutan program ini terus dilakukan dengan melakukan monitoring sambil memperkuat kemandirian mitra merencanakan dan melakukan rekayasa lingkungan dalam menciptakan lingkungan sehat mental di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal. Tim Pengabdian bersama Orang Tua Anggota PRB, Kader Posyandu Lingkungan IX, Kepala Lingkungan IX, dan Puskesmas Sunggal akan terus melanjutkan komunikasi. Pendekatan ini sejalan dengan konsep yang diungkapkan oleh Teasdale dan Silver [9] bahwa isyarat di lingkungan, terutama yang terkait dengan individu terdekat yang relevan dengan norma, memiliki kekuatan lebih besar saat individu tersebut tidak hanya berada di tempat, namun juga menunjukkan isyarat tambahan yang mengindikasikan penghormatan terhadap norma. Dengan demikian perlu dihadapkannya isyarat-isyarat di lingkungan sekitar tempat tinggal mereka yang memberikan juga makna bagi mereka. Pelibatan aktif partisipatif Kepala Lingkungan IX dan Kader Posyandu Lingkungan IX, yang juga adalah orang tua dari beberapa anak dan remaja anggota PRB, mampu memberi makna dan nilai akan pentingnya peduli dan berpartisipasi bagi lingkungan, khususnya dalam menciptakan lingkungan yang sehat mental bagi mereka dan sesama warga.

4. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan dari kegiatan Pengabdian pada Masyarakat ini adalah sebagai berikut :

1. Pada dasarnya, anak dan remaja di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal menunjukkan perhatian yang tinggi terhadap situasi dan kondisi di lingkungan tempat tinggal mereka. Akan tetapi, mereka memerlukan dukungan dan bimbingan secara komprehensif dan berkelanjutan untuk dapat melatih diri agar bisa mengambil peran yang lebih aktif dalam mendukung dan memperbaiki situasi dan kondisi kesehatan mental di lingkungan sekitar mereka.
2. Anak dan remaja memiliki kebutuhan berupa ruang di sekitar tempat mereka tinggal. Minimnya tempat atau ruang yang memadai untuk mereka melakukan aktivitas-aktivitas yang mendukung kesehatan mental, baik secara individu maupun bersama kelompok sebaya, menjadi salah satu hambatan bagi anak dan remaja untuk beraktivitas sehat mental dengan leluasa dan nyaman.
3. Aktivitas sehat mental anak dan remaja anggota PRB yang dibina oleh Tim Pengabdian bersama Kader Posyandu Lingkungan IX sudah menjadi bagian Program Posyandu Remaja Kelurahan Sunggal. Kader Posyandu Lingkungan IX Kelurahan Sunggal sudah memiliki pengetahuan yang cukup terkait pentingnya aktivitas yang mendukung kesehatan mental, telah mengetahui berbagai aktivitas untuk meningkatkan kesehatan mental, dan sudah mempraktekkan aktivitas sehat mental secara mandiri sebagai bagian program Posyandu Remaja Kelurahan Sunggal. Mereka telah menyadari

adanya keterkaitan antara peningkatan kesehatan mental dengan kemampuan mencegah dan mengatasi berbagai permasalahan yang terjadi di sekitar lingkungan mereka.

4. Anak dan remaja, Orang Tua, Kader Posyandu Lingkungan IX, Kepala Lingkungan IX, dan Puskesmas Sunggal sepakat bahwa program kesehatan mental remaja di Posyandu Remaja masih memerlukan pendampingan berkelanjutan agar dapat meningkatkan kesadaran dan praktek kesehatan mental anak dan remaja di Lingkungan IX Kelurahan Sunggal.

Ucapan Terima Kasih

Tim Pengabdian pada Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian pada Masyarakat Universitas Sumatera Utara (LPPM USU) yang telah mendukung pendanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini.

References

- [1] Pemerintah Pusat Indonesia. (2022). Peraturan Presiden (PERPRES) nomor 111 tahun 2022 tentang pelaksanaan pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/227039/perpres-no-111-tahun-2022>
- [2] WHO. (2013). Mental health action plan 2013 - 2020. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241506021>
- [3] Lauwers, L., Leone, M., Guyot, M., Pelgrims, I., Remmen, R., Van den Broeck, K., Keune, H., & Bastiaens, H. (2021). Exploring how the urban neighborhood environment influences mental well-being using walking interviews. *Health and Place*, 67(October 2020). <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2020.102497>
- [4] Nababan, W. M. C. (2023). Cita-cita Indonesia 2045 terhalang masalah kesehatan mental remaja. <https://www.kompas.id/baca/humaniora/2023/02/01/cita-cita-indonesia-2045-terhalang-masalah-kesehatan-mental-remaja>
- [5] Winurini, S. (2023). Penanganan kesehatan mental di Indonesia. *Info Singkat*, 15(20).
- [6] Direktorat P2 Masalah Kesehatan Jiwa Dan Napza. (2020). Rencana aksi kegiatan 2020 – 2024. <https://e-renggar.kemkes.go.id/file2018/e-performance/1-401733-4tahunan-440.pdf>
- [7] Bahri, S. (2016). Community participation in the neighborhood institution in the field of security and social order case studies in institutional Rt 03 Rw 06 Sidomulyo West Village Subdistrict Tampan Pekanbaru city. In *Seminar Nasional Politik, Birokrasi dan Perubahan Sosial Ke-II “Pilkada Serentak, Untung Rugi dan Korupsi Politik”*. 409-428. Universitas Riau. <http://repository.unri.ac.id/xmlui/handle/123456789/7710>
- [8] Fadhillah, F. (2022). Implementasi fungsi kepala lingkungan dalam rangka meningkatkan pelayanan publik di kelurahan Sidorejo Hilir [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara]. <http://repository.umsu.ac.id/handle/123456789/17826>
- [9] De Groot, J. I. M. (2019). *Environmental psychology: An introduction*. John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781119241072>