

Menumbuhkan Kesadaran Terkait *Mental Health* dan Bakti Sosial pada Panti Asuhan Fajar Dua Klungkung

^{1*} Arman Harisma Yani, ² Abima Illahi, ³ Devi Putri Berliana Dewi, ⁴ Fitria Marinda, ⁵ Hafidul Muhsin, ⁶ Erma Sulisty Rini, ⁷ M. Azman Maricar, ⁸ Edwar, ⁹ Affan Irvan Fauziawan, ¹⁰ Indrianto

Institut Teknologi Dan Bisnis STIKOM Bali^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10}

*Email: 220030168@stikom-bali.ac.id

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan bagian penting dari keseluruhan kesehatan yang harus dijaga. Hal yang dapat mengakibatkan rusaknya kesehatan mental adalah *bullying*. *Bullying* dialami oleh anak asuh dari Panti Asuhan Fajar 2 Klungkung, anak panti sering mendapatkan perundungan karena status sosialnya, yang berdampak pada kepercayaan diri dalam kegiatan sehari-hari. Berdasarkan masalah tersebut, diadakan kegiatan sosialisasi *mental health* dengan anak-anak panti sebagai peserta dengan tujuan meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya *mental health* dan bagaimana cara mengatasinya, khususnya untuk anak-anak yang mengalami kasus *bullying*. Kegiatan yang dilakukan adalah survei lokasi dan wawancara, pemberian materi tentang *mental health*, tanya jawab peserta dengan pemateri, penyerahan sembako, wawancara dan survei akhir untuk melihat perkembangan pemahaman peserta. Ketua yayasan dan pengurus panti memberikan apresiasi yang positif dengan mengatakan bahwa setelah dilakukannya sosialisasi ini, kepercayaan diri dari anak-anak panti mengalami peningkatan baik itu ketika berinteraksi dengan orang lain maupun ketika melakukan kegiatan sehari-hari, dibuktikan dengan hasil survei yaitu 90% peserta tidak lagi mengalami putus asa dan terjadi peningkatan pemahaman dari 41,33% menjadi 91,33%. Selain kegiatan sosialisasi, juga dilakukan kegiatan bakti sosial dengan menyerahkan pakaian, buku, dan juga makanan dari hasil donasi yang diberikan oleh para donatur.

Kata kunci : *mental health*, bakti sosial, *bullying*

ABSTRACT

Mental health is an important part of overall health that must be maintained. Things that can damage mental health are bullying. Bullying is experienced by foster children from the Fajar 2 Klungkung Orphanage, children in the orphanage often get bullied because of their social status, which has an impact on their self-confidence in daily activities. Based on this problem, a mental health socialization activity was held with children in the orphanage as participants with the aim of increasing knowledge about the importance of mental health and how to overcome it, especially for children who experience bullying cases. The activities carried out were location surveys and interviews, providing material on Mental Health, Q&A participants with speakers, handing over basic necessities, interviews and final surveys to see the development of participants' understanding. The head of the foundation and the administrators of the orphanage gave positive appreciation by saying that after this socialization, the self-confidence of the children in the orphanage had increased both when interacting with other people and when doing daily activities, as evidenced by the survey results, namely 90% of participants no longer experienced despair and there was an increase in understanding from 41.33% to 91.33%. In addition to socialization activities, social

service activities were also carried out by handing over clothes, books, and food from donations given by donors.

Key words: *mental health, social service, bullying*

PENDAHULUAN

Mental health atau kesehatan mental merupakan salah satu bagian penting dari keseluruhan kesehatan seseorang (Ridlo, 2020), yang mana hal tersebut meliputi bagaimana seseorang berpikir, merasa, dan berperilaku (Hidayati, 2024). Sama halnya seperti fisik seseorang yang dapat merasakan sakit, dan pikiran serta emosi seseorang yang juga dapat mengalami gangguan.

Berdasarkan fakta yang ada terkait kesehatan mental atau gangguan mental secara umum didapatkan bahwa banyak orang yang mengalami gangguan kesehatan mental dalam hidupnya, seperti depresi, kecemasan, atau gangguan bipolar. Selain itu, masih ditemukan stigma negatif terkait kesehatan mental yang membuat seseorang enggan mencari bantuan (Shabrina et al., 2021). Faktor yang paling signifikan mempengaruhi kesehatan mental adalah faktor lingkungan, seperti lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat (Lusiana & Arifin, 2022). Dalam lingkungan keluarga yang harmonis ketika anak merasa dicintai cenderung menghasilkan kesehatan mental yang baik. Namun lingkungan keluarga yang kurang harmonis, kurangnya perhatian, tidak lengkapnya anggota keluarga dapat menciptakan kecemasan berlebih pada anak. Hal itulah yang terjadi pada anak-anak panti, dimana anak-anak tersebut mengalami tindakan *bullying* karena anggota keluarga yang kurang (ketiadaan peran orang tua). Kecemasan yang dialami berdampak pada kepercayaan diri anak-anak tersebut, sehingga di lingkungan sekolah maupun masyarakat, ketika anak-anak panti bertemu dengan orang lain yang memiliki rasa empati yang rendah, anak-anak tersebut dianggap

lemah dan mudah untuk diperlakukan semena-mena.

Kesehatan Mental sangat penting untuk dijaga. Kesehatan mental yang baik memungkinkan setiap orang untuk menyadari potensi, memaksimalkan kemampuan dan bakat, mengatasi tekanan hidup, menjalani tantangan dengan lebih baik, bekerja secara produktif, berkontribusi dalam pekerjaan dan bersosialisasi dengan orang lain, serta membangun hubungan yang sehat (Ayuningtyas et al., 2018). *Bullying* adalah salah satu hal yang harus dihindari agar dapat menjaga kesehatan mental.

Andrew Mellor sebagai seorang psikolog mengemukakan pengertian dari *bullying* yang merupakan pengalaman yang dimiliki seseorang ketika merasa tersakiti oleh perbuatan orang lain sehingga orang tersebut merasa takut jika hal buruk itu terjadi kembali namun seseorang yang berperan sebagai korban merasa tidak memiliki hal yang dapat dilakukan untuk mencegahnya hal buruk tersebut. Biasanya tindakan *bullying* berlangsung dalam waktu yang lama dan berulang sehingga psikis seorang dapat terpengaruhi (Sulisrudatin, 2015).

Terdapat empat jenis *bullying* yang dikemukakan oleh Barbara coloroso. Jenis yang pertama adalah verbal *bullying* yang biasanya berupa penghinaan, pelecehan seksual, dan intimidasi. Kedua adalah *bullying* secara fisik, contohnya pemukulan, menghancurkan barang milik korban, dan tindakan yang merugikan fisik seseorang. Ketiga adalah *relational bullying* yang berupa pengucilan di lingkungan tertentu dan dapat meliputi tindakan yang tersembunyi seperti cibiran dan tawa celaan sehingga tindakan tersebut sulit untuk dideteksi. Jenis yang keempat adalah *bullying* secara elektronik yang

dilakukan dengan menggunakan media elektronik seperti media chat untuk melakukan teror (Yudha Kurniawan et al., 2022).

Kesimpulan dari pemaparan masalah di atas adalah kasus *Bullying* yang menjadi masalah yang didapatkan oleh anak-anak pada Panti Asuhan Fajar Dua Klungkung. Sering terjadinya tindak *bullying* terhadap anak asuh panti yang mengakibatkan anak-anak tersebut menjadi kurang percaya diri karena status sosial.

Kegiatan sosialisasi tentang *mental health* khususnya *Bullying* pernah dilakukan sebelumnya. Pertama, Sosialisasi *Bullying* Sekolah di SMP Muhammadiyah 26 Jakarta Barat. Pada sosialisasi tersebut dijelaskan bahwa tindak *bullying* adalah Tindakan yang berbahaya dan sering terjadi pada sekolah tersebut. Tindakan tersebut sebenarnya telah dilaporkan ke pihak sekolah namun kurang dalam hal penanganan. Maka dari kegiatan tersebut menghasilkan mekanisme yang dapat digunakan oleh para siswa untuk melakukan pengaduan dan dapat ditindak lanjuti (Rizki et al., 2024). Kedua adalah Sosialisasi Kesehatan Mental “*Stop Bullying*” di SD Negeri 243 Inpres Tampo Kelurahan Tampo Makale. Kegiatan sosialisasi tersebut bertujuan untuk memberikan pemahaman siswa pada sekolah tersebut terkait pembulian dan cara untuk mengatasinya. Dari kegiatan tersebut, hasil yang didapatkan adalah siswa dapat memahami tentang pembulian dan mengetahui cara mengatasi hal tersebut (Panggalo & Palimbong, 2023).

Perbedaan dua kegiatan tersebut dengan kegiatan yang dilakukan adalah target *audiens*. Anak-anak panti asuhan memiliki masalah yang lebih kompleks seperti kehilangan keluarga, trauma, terasingkan, yang lebih terasa dibandingkan dengan tindak *bullying* disekolah. Rencana jangka panjang yang dapat dilakukan untuk menjaga dampak positif yang ada adalah melakukan sosialisasi dan pelatihan yang berkelanjutan bagi pengasuh anak-anak

panti, agar dapat memantau perkembangan kesehatan mental anak panti.

Adapun permasalahan yang dialami pada Panti Asuhan Fajar 2 Klungkung yang didapatkan dari hasil wawancara dengan pihak Panti Asuhan tersebut ditunjukkan pada Tabel 1. Dari permasalahan dan solusi yang tertuang pada Tabel 1, maka tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan wawasan terkait *mental health* yang berdampak pada meningkatnya kepercayaan diri dari anak-anak yang ada pada panti tersebut.

Tabel 1. Analisis Situasi

No	Bidang	Permasalahan	Solusi
1	Psikologi	Banyak tindak <i>bullying</i> yang diterima oleh anak asuh Panti	Sosialisasi tentang <i>mental health</i>
2	Sosial	Kurangnya buku bacaan dan adanya penambahan anak asuh	Pembagian Sembako (Makanan, Buku, dan Pakaian) / Bakti Sosial

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan informasi yang didapatkan dari pengurus Panti Asuhan Fajar Dua Klungkung adalah anak panti mengalami tindakan *bullying* dan anak panti kurang percaya diri karena status sosial. Kegiatan utama yang dilakukan adalah sosialisasi tentang *mental health* kepada anak-anak yang berada pada panti asuhan tersebut.

METODE

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh mitra maka dalam pengabdian masyarakat ini solusi yang diberikan adalah melakukan sosialisasi mengenai *mental health* yang melibatkan anak-anak panti asuhan fajar dua sejumlah 60 anak (25 anak laki-laki dan 35 anak perempuan) dengan pendidikan sekolah

dasar (SD) dan sekolah menengah pertama (SMP).

Adapun langkah-langkah kegiatan yang dilakukan ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Langkah Kegiatan

Berdasarkan Gambar 1, berikut penjelasan dari masing-masing kegiatan:

1. Survei lokasi dan Wawancara, yang dilakukan oleh panitia pelaksanaan pengabdian masyarakat. Sedangkan wawancara dilakukan oleh Arman Harisma Yani dengan pengurus Panti Asuhan Fajar Dua Klungkung yaitu Rema Apriliawan.
2. Pemberian materi sosialisasi tentang *mental health* yang disampaikan oleh Dr. Hafidul Muhsin, S.PDI M.PD M.HI M.SI C.Ht.
3. Tanya jawab antara peserta sosialisasi (anak panti) dan pemateri.
4. Penyerahan sembako (Pakaian, Makanan, dan Buku) yang dilakukan oleh panitia kepada Ketua Yayasan Panti Asuhan.
5. Wawancara akhir terkait perkembangan anak panti pasca dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat dengan Saudara Rema Apriliawan selaku pengurus, dan juga menyebar survei yang diisi oleh para peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 4 Agustus 2024 yang bertempat di Panti Asuhan Fajar 2, Jalan WR. Supratman Gang 1 Nomor 1, Semarang Tengah, Kecamatan Klungkung, Kabupaten Klungkung, Provinsi Bali.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan dua kegiatan, kegiatan utama adalah pemberian materi dalam bentuk sosialisasi tentang *mental health*, dan kegiatan tambahan berupa bakti sosial dengan pembagian sembako.

1. Sosialisasi Materi tentang *Mental Health*

Kegiatan sosialisasi materi tentang *mental health* yang dibawakan oleh Dr. Hafidul Muhsin, S.PDI M.PD M.HI M.SI C.Ht, yang bertujuan untuk mengembalikan percaya diri dari anak panti karena adanya tindakan *bullying* yang diterima oleh anak panti asuhan, karena status sosial. Materi yang diberikan pada sosialisasi tersebut meliputi pengertian mental, kesehatan mental, pentingnya kesehatan mental, faktor dan dampak kesehatan mental, serta cara mengatasinya. Saat pelaksanaan sosialisasi, para peserta sangat antusias mengikuti kegiatan tersebut yang ditunjukkan oleh kegiatan tanya jawab antara peserta dan pemateri sebagai bentuk interaksi dalam kegiatan.

Adapun dokumentasi kegiatan sosialisasi tersebut ditunjukkan pada Gambar 2 yang menunjukkan kegiatan pemaparan materi dan Gambar 3 menunjukkan proses interaksi tanya jawab antara peserta (anak panti asuhan) dengan pemateri.



Gambar 2. Pemberian Materi *Mental Health*



Gambar 3. Proses Tanya Jawab

2. Bakti Sosial/Pembagian Sembako

Setelah pemberian materi mengenai *mental health*, dilanjutkan dengan pembagian sembako (pakaian, buku, dan makanan). Pihak Panti asuhan memiliki perpustakaan namun kekurangan dalam penyediaan buku bacaan. Selain itu panti asuhan tersebut juga memiliki keterbatasan pakaian dan makanan untuk asuh yang ada karena adanya anak asuh panti baru, yang baru diterima. Adanya kegiatan ini, tentunya memberikan manfaat untuk anak-anak panti tersebut. Adapun dokumentasi kegiatan bakti sosial/pembagian sembako ditunjukkan pada Gambar 4. Selain itu terdapat dokumentasi penyerahan plakat pada Gambar 5 dan foto bersama dengan anak-anak panti asuhan pada gambar 6.



Gambar 4. Penyerahan Sembako



Gambar 5. Penyerahan Plakat



Gambar 6. Foto Bersama Anak Panti Asuhan Fajar Dua klungkung

3. Wawancara dan Survei Akhir Pasca Kegiatan

Setelah kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan, pada tanggal 20 Agustus 2024, dilaksanakan kunjungan kembali ke Panti Asuhan Fajar Dua Klungkung, untuk mendapatkan informasi bagaimana perkembangan setelah diadakannya sosialisasi mengenai *mental health*, dan hasil dari kunjungan tersebut pihak

panti asuhan memberikan apresiasi dengan diberikannya materi tersebut anak panti menjadi percaya diri pada kehidupan sehari-hari, khususnya dalam berinteraksi. Dokumentasi terkait wawancara akhir ditunjukkan pada Gambar 7.



Gambar 7. Wawancara Pasca Kegiatan

Survei juga dilakukan terhadap peserta pengabdian masyarakat, untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan sosialisasi tersebut dan dibandingkan dengan pemahaman peserta sebelum mengikuti kegiatan sosialisasi. Survei tersebut diisi oleh 30 orang peserta. Hasil survei ditunjukkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Tingkat Pemahaman Peserta

Sebelum Kegiatan	Setelah Kegiatan
41,33 %	91,33 %

Selain mempertanyakan tingkat pemahaman peserta sebelum dan setelah kegiatan, dalam survei tersebut juga ditanyakan perihal masih atau tidaknya perasaan putus asa yang mereka miliki. Hasil yang didapatkan dari hal tersebut adalah 90% peserta tidak merasakan putus asa seperti sebelumnya.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertempat di Panti Asuhan Fajar 2, Klungkung, Provinsi Bali, telah berjalan dengan lancar dan baik, baik itu sosialisasi tentang *mental health* maupun bakti sosial. Kegiatan sosialisasi mendapat apresiasi dari pihak Panti Asuhan baik itu dari Ketua yayasan dan pengasuh karena

dianggap penting untuk mengatasi masalah *bullying* yang dihadapi oleh anak panti. Selain itu dari informasi yang didapatkan pasca dilaksanakannya kegiatan ini bahwa anak-anak panti lebih percaya diri dalam berinteraksi dan menjalani kegiatan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur terhadap Allah SWT atas izinnya sehingga artikel ini dapat terselesaikan dengan baik. Terima kasih kami ucapkan kepada Panti Asuhan Fajar Dua Klungkung sebagai mitra dari pengabdian masyarakat UKM Mcos 2024, selanjutnya kami ucapkan terima kasih dan apresiasi kepada para donatur yang sudah menyumbangkan rezekinya, sehingga acara ini terlaksana dengan lancar. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada para dosen pendamping, karena sudah meluangkan waktunya untuk hadir serta membantu dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, M., & Rayhani, M. (2018). ANALISIS SITUASI KESEHATAN MENTAL PADA MASYARAKAT DI INDONESIA DAN STRATEGI PENANGGULANGANNYA. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–10.
<https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>
- Hidayati, R. A. (2024). Optimalisasi Fungsi Organisasi Persatuan Istri Karyawan Gresik Cipta Sejahtera (PIKGCS) Melalui Penguatan Kepribadian Pengurus dan Anggota. *Jurnal Pengabdian Manajemen*, 3(2), 69–75.
<https://doi.org/10.30587/jpm.v3i2.7530>
- Lusiana, S. N. E., & Arifin, S. (2022). DAMPAK BULLYING TERHADAP KEPERIBADIAN DAN PENDIDIKAN SEORANG ANAK. *Kariman*, 10(2), 337–350.

- Panggalo, L. S., & Palimbong, S. M. (2023). Sosialisasi Kesehatan Mental “Stop Bullying” di SD Negeri 243 Inpres Tampo KelurahanTampo Makale. *JKB : Jurnal Kabar Masyarakat*, 1(1), 25–28.
- Ridlo, I. A. (2020). Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 5(2), 155–164. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v5i12020.155-164>
- Rizki, T. Y., Supriatna, M. I. N., & Nuraeni, N. (2024). Sosialisasi Bullying Sekolah Di SMP Muhammadiyah 26 Jakarta Barat. *Panggung Kebaikan : Jurnal Pengabdian Sosial*, 1(2), 36–47.
- Shabrina, A., Prathama, A. G., & Ninin, R. H. (2021). Persepsi Stigmatisasi dan Intensi Pencarian Bantuan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa S1. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 80–92. <https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.11399>
- Sulisrudatin, N. (2015). KASUS BULLYING DALAM KALANGAN PELAJAR (SUATU TINJAUAN KRIMINOLOGI). *Jurnal Ilmiah Hukum Dirgantara*, 5(2), 57–70.
- Yudha Kurniawan, A., Wahya Ayuningtyas, D., Aurelia, M., & Handoko, D. (2022). PENYULUHAN PENCEGAHAN BULLYING TERHADAP KALANGAN PELAJAR SMP. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>