

PERSPEKTIF MULTIDISIPLINER DALAM PENAGANAN KESEHATAN MENTAL

Andri Hadiansyah¹, Aris Machmud², Nisrina Salwa Taima³

^{1,3} Fakultas Psikologi, Universitas Al Azhar Indonesia

² Fakultas Hukum, Universitas Al Azhar Indonesia

Komp. Masjid Agung Al-Azhar, Jl. Sisingamangaraja, Kebayoran Baru, Jakarta

E-mail : andri_hadiansyah@uai.ac.id ¹, aries_machmud@uai.ac.id ², nsrna.salwa@gmail.com ³

ABSTRAK

Kesehatan mental menjadi momok yang menakutkan di dunia akhir-akhir ini akan berdampak pada produktivitas dan kegagalan dalam mencapai salah satu pilar Millenium Development Goals (MDGs). Penulis menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif analysis serta melibatkan multidisipliner yaitu bidang ekonomi, hukum dan psikologi juga agama dalam menganalisa dan memaparkan sumber hukum dan data yang diperoleh baik primer maupun sekunder yang selanjutnya disimpulkan. bertujuan menganalisa Bagaimana Penanggulangan Kesehatan Mental di Indonesia. Kesimpulannya bahwa diperlukan suatu strategi yang tepat dalam menangani kesehatan mental masyarakat melalui sinergitas diantara pihak yang berkepentingan, diantaranya pemerintah, akademisi, komunitas dan juga masyarakat sehingga menghasilkan penanganan yang efektif dan efisien.

Kata kunci : Generasi Unggul, Multidisiplin, Kesehatan Mental

ABSTRACT

Indonesia but throughout the world, which is a concern for the Millennial Development Goals (MDGs). The author uses quantitative research with a descriptive analysis approach and involves multidisciplinary fields, namely economics, law, and psychology as well as religion in analyzing and explaining legal sources and data obtained both primary and secondary. The author uses quantitative research with a descriptive analysis approach and involves multidisciplinary fields, namely economics, law, and psychology as well as religion in analyzing and explaining legal sources and data obtained primary and secondary aims to analyzing Mental Health Management Strategies on the Impact of Early Marriage in Indonesia. The conclusion is that an appropriate strategy to deal with people's mental health is to marry at a less-than-ideal age.

Keyword : Multidisciplinary, Mental Health, Superior Generation

>>(Kosong 6 Spasi Tunggal 10 pt)

1. PENDAHULUAN

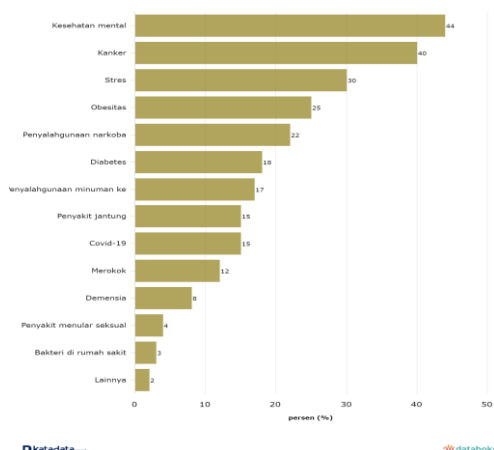
Pastikan Anda menggunakan style yang Indonesia diambang kehilangan dua puluh juta orang generasi emasnya akibat gangguan kesehatan mental, urgensi dalam tulisan ini adalah para pemangku kepentingan harus bersinergi untuk melakukan antisipasi dan pencegahan atas gangguan kesehatan mental tersebut.

Kegagalan remaja dalam menyelesaikan permasalahan hidupnya secara normal akibat ketidakmampuan dalam mengendalikan perilaku dan emosi yang berujung pada kesakitan dan kematian terus meningkat, berdasarkan penelitian bahwa ada bagian otak remaja yang mengalami maturase lebih cepat sehingga tindakannya impulsive dan beresiko

tanpa mempertimbangkan konsekuensinya. (Rokom, 2023)

Sistem kesehatan dunia diyakini tidak mampu mengatasi beban gangguan mental secara memadai, dan masih terdapat kesenjangan yang besar antara kebutuhan akan layanan kesehatan dan penyediaannya. Sekitar delapan puluh lima persen penderita gangguan jiwa berat di negara berkembang tidak menerima pengobatan untuk gangguan tersebut. Oleh karena itu, belanja kesehatan mental tahunan masih rendah, kurang dari dua dollar per orang, dan jumlah staf diketahui kurang dari satu per seratus ribu orang. Jumlah kasus gangguan jiwa juga diperkirakan akan terus meningkat di Indonesia karena berbagai faktor biologis, psikologis, dan sosial serta keragaman penduduk. Karena penting bagi negara-negara untuk berupaya mengatasi dampak gangguan mental ini.

Pemerintah melalui kebijakannya berkepentingan untuk mengendalikan gangguan kesehatan mental ini dengan mengeluarkan regulasi terkait kesehatan jiwa. (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Jiwa, 2014) dimana ketidakproduktifan manusia Indonesia akibat tidak berkembangnya fisik, mental, spiritual dan sosial dan juga kemampuan untuk berinteraksi dengan lingkungannya merupakan salah satu konsen negara. Di Indonesia tingkat prevelensi berada pada ksaran 6,1% dari seluruh penduduk Indonesia, (Rokom, 2023) sedangkan di tingkat dunia mencapai empat puluh empat persen diestimasi mengalami gangguan kejiwaan menduduki urutan teratas diatas kekhawtiran terhadap kanker yang mencapai 40 %. Berdasarkan (Muhammad, 2023) Grafik 1 dibawah ini menunjukkan bahwa kekhawatiran penduduk dunia terhadapa gangguan kesehatan adalah sebagai berikut: (Muhammad, 2023)



Penderita depresi di seluruh dunia mencapai tiga koma tujuh persen dari total populasi atau sekitar 9.162.886 orang, kondisi tersebut diperparah dengan temuan dari Human Rights Watch Indonesia ada lima puluh delapan ribu orang penyandang disabilitas psikososial yang sulit terlayani fasilitas kesehatan mental, gangguan kesehatan mental di Indonesia terdiri dari prevelensi depresi sebanyak tiga koma tujuh persen, prevalensi skizofrenia sekitar satu persen, prevalensi gangguan bipolar antara nol koma tujuh sampai satu koma lima persen, sisanya antara dua koma lima persen sampai tiga persen menderita gangguan obsesif-kompulsif. (Ilham Choirul Anwar, 2023)

Negara bertanggung jawab terhadap kesehatan mental masyarakatnya dengan berupaya untuk menunjang produktivitas dan kualitas kesehatan fisik terutama untuk generasi muda (15-25 tahun) yang merupakan generasi harapan bangsa, bukan besaran 6,2 % pemuda yang terindikasi gangguan kesehatan mental namun lebih kepada bagaimana mereka dapat kembali produktif dan dapat hidup secara normal dan mencegah factor penyebabnya diantaranya perundungan dan ketidkamampuan dalam bidang akadmik, faktor keluarga, dan permasalahan ekonomi. (Rachmawati, 2020)

Penelitian yang relevan yang berkaitan dengan kesehatan mental ini adalah sebagai berikut: Yantri Maputra, et. al mengatakan bahwa solusi dalam meningkatkan ketahanan nasional melalui batobo (model resistensi psikologis) berdasarkan kearifan lokal dapat membentuk ketahanan psikologis masyarakat, dan sebagai solusi alternatif yang dapat digunakan masyarakat untuk meningkatkan ketahanan psikologis suatu keluarga, komunitas, bahkan suatu bangsa. (Maputra et al., 2023)

Ghefira Khoirunnisa Yusrani, Nurul Aini, et al. mengatakan bahwa Prevelensi gangguan jiwa di Indonesia akan menurun apabila Pemerintah menyediakan kebutuhan layanan kesehatan mental yang lengkap sesuai dengan rujukan SDGs dan UHC, disamping memberikan kebijakan yang efektif dalam mencagah dan menangani kesehatan mental masyarakat secara optimal. (Yusrani et al., 2023)

Dumilah Ayuningtyas, Misnaniarti, Marisa Rayhani mengatakan bahwa penanggulangan masalah kesehatan mental

masayarakat masih rendah dan salah dalam penanganannya untuk itu diperlukan upaya pemerintah yang komprehensif dalam layanan serta melibatkan unsur komunitas didalamnya.(Ayuningtyas et al., 2018)

Efektivitas dan efisiensi dalam layanan kesehatan mental masih lemah, karena masih banyaknya redundance data serta tidak adanya sitem yang terintegrasi dalam layanan tersebut. kelancaran dalam menurunkan tingkat prevelensi gangguan kesehatan mental harus melalui kolaborasi dan koordinasi yang kuat dan terintegrasi.(Stewart et al., 2022)

Hesty Yuliasari dan Putri Pusvitasari mengatakan bahwa literasi kesehatan mental perlu disosialisasikan sejak dini, saat ini dengan perkembangan digital media dapat dengan mudah diakses. Edukasi mengenai kesehatan jiwa yang berbasis digital akan memudahkan remaja dalam mengakses dan menyebarkan informasi mengenai kesehatan jiwa. juga diperlukan dukungan yang maksimal dari para stakeholder. Setiap remaja yang sudah dapat menyadari kondisi dan kepribadiannya jauh lebih mudah bersosialisasi dengan lingkungan masyarakat sekalipun lingkungan tersebut baru.(Pusvitasari & Yuliasari, 2023)

Novelty dalam penelitian ini adalah aspek multidisipliner dan multi helix dalam penanganan gangguan kesehatan mental di Indonesia

2. METODOLOGI

Penulis menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif analysis serta melibatkan multidisipliner yaitu bidang ekonomi, hukum dan psikologi juga agama dalam menganalisa dan memaparkan sumber hukum dan data yang diperoleh baik primer maupun sekunder yang selanjutnya disimpulkan.

3. LANDASAN TEORI

Ketentuan Umum

Secara individual, seseorang dikatakan sehat secara mental apabila terhindar dari gejala-gejala gangguan jiwa (neurose) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (psychose). Adapun secara lebih luas kesehatan mental diartikan sebagai

kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan dengan masyarakat serta lingkungan di mana ia hidup. Dengan demikian, seseorang dikatakan sehat secara mental bukan berarti baik dan sehat hanya bagi dirinya sendiri saja melainkan juga tercipta keadaan di mana seseorang dapat menangani stress pada dirinya dan kemudian dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap lingkungan sekitarnya dan dapat juga bekerja secara produktif.

Secara spesifik, seseorang dikatakan sehat jiwa apabila tidak menunjukkan gejala gangguan jiwa (*neurose*) maupun gejala penyakit jiwa (*psychose*). Dalam arti luas, kesehatan mental diartikan sebagai kemampuan beradaptasi terhadap diri sendiri, orang lain, serta masyarakat dan lingkungan tempat seseorang tinggal. Oleh karena itu, ketika seseorang sehat secara mental, bukan berarti orang tersebut sehat dan bugar hanya pada dirinya sendiri saja, namun ia mampu mengelola stresnya sendiri, dan lingkungan serta orang-orang disekitarnya – tetap produktif disamping dapat berkontribusi positif kepada orang lain. (M Bahri Ghazali, 2022)

Suatu keadaan manusia yang dapat menampilkan rasa tenang dan tenang memberikan peluang kerja secara optimal karena memiliki kesehatan mental yang optimal, berbeda dengan kondisi sebaliknya maka produktivitasnya terganggu karena dalam menjalankan tindakannya dipenuhi rasa cemas, guncangan bathin ketakutan, apatis dan anti sosial serta depresi dan psikometri dan mudah tersinggung.(Ross et al., 2020) Karena itu diperlukan solusi penanganan agar pasien kembali memiliki kesehatan mental yang optimal.

Orang dengan penyakit mental mungkin tidak dapat mengatasi masalah kesehatan mentalnya sendiri, mereka memerlukan bantuan orang-orang disekitarnya terutama keluarga. Peran keluarga sangat menentukan pemeliharaan kesehatan dan mencegah kambuh melalui perencanaan dan persiapan yang matang memobilisasi fasilitas kesehatan masyarakat. Orang ini membutuhkan peran orang-orang disekitarnya, terutama keluarganya. Pencegahan kekambuhan dan pemeliharaan gangguan jiwa dapat dicapai melalui persiapan yang matang dan upaya bersama dengan peran keluarga dan mobilisasi fasilitas

kesehatan yang ada di masyarakat, termasuk pemerintah. (Lubis et al., 2017)

Namun demikian fasilitas pengelolaan kesehatan mental dari pemerintah belum maksimal. Saat ini banyak masyarakat yang tidak mampu mengontrol atau beradaptasi dengan perkembangan yang terjadi dan cenderung terbawa oleh dampak negatif globalisasi, budaya materialistis yang tidak pernah membuat mereka merasa cukup. Berbagai situasi tersebut berujung pada penyakit jiwa bahkan penyakit jiwa seperti stres, hidup dalam ketakutan dan kecemasan adalah situasi yang tidak bisa dihindari. Jika keadaan ini tidak dapat diatasi maka semua orang akan menuju pada masyarakat "sakit".(Yusrani et al., 2023)

Perempuan jauh lebih rentan terhadap penyakit mental dibandingkan laki-laki. Gangguan jiwa tersebut bermacam-macam bentuknya seperti depresi, kecemasan, gangguan bipolar, gangguan makan, dan skizofrenia. Studi tahun 2019 yang dilakukan oleh Global Burden of Disease Institute for Health Metrics and Evaluation (GBD) Universitas Washington menunjukkan bahwa prevalensi gangguan jiwa di Indonesia bervariasi. Depresi dan kecemasan adalah yang paling umum. Kurang lebih sebanyak delapan juta orang dari total jumlah penduduk (2,9 %) mengalami depresi sementara pria sebanyak lima persen. Kecemasan perempuan mencapai 4,5% sedang pria lebih rendah hampir dua kalinya. Alasan perempuan lebih rentan karena dipengaruhi oleh faktor hormone estrogen yang lebih dominan yang mempengaruhi perubahan suasana hati, umumnya perempuan harus dapat memberikan hal yang terbaik dalam mendidik dan kepekaannya terhadap orang lain disamping perempuan harus mampu mengerjakan pekerjaan yang multitasking dan mengalami konflik peran sebagai ibu maupun sebagai istri. Multi peran perempuan tanpa didukung oleh keluarga berpotensi mengidap gangguan mental pada perempuan. Selain itu perempuan lebih fokus pada emosi dan ruminatif sementara pria lebih mengandalkan pikiran (gaya koping). (Dihni, Vika Azkiya, 2023)

Optimalisasi kesehatan mental berpengaruh terhadap perkembangan seseorang baik fisik maupun psikisnya sehingga mampu menyelesaikan setiap permasalahan hidup yang dialaminya.

Penelitian yang dilakukan oleh Canadian Mental Health Association (2020) menunjukkan bahwa orang dengan kesehatan mental yang buruk lebih mungkin mengalami masalah kesehatan fisik, dan sebaliknya, orang dengan kesehatan fisik yang buruk lebih besar kemungkinannya untuk mengalami masalah kesehatan mental yang buruk. menyebabkan masalah rendah. Kesehatan mental adalah fondasi kesehatan secara keseluruhan. Karena kesehatan mental berarti keselarasan dalam hidup dan memungkinkan kita mencapai kebahagiaan dan kemampuan positif. Senada dengan World Health Organization (WHO) bahwa seseorang yang bermental sehat mampu memaksimalkan potensi dan dapat menyelesaikan tekanan kehidupan secara normal dan tetap berkarya produktif. Berdasarkan data WHO bahwa prevalensi gangguan kesehatan mental di seluruh dunia mencapai dua ratus enam puluh empat juta pada tahun 2019 dan berpotensi terus meningkat setiap tahunnya. (Yusrani et al., 2023) Berdasarkan regulasi kesehatan mental dinyatakan bahwa batasan dari seseorang mengalami gangguan adalah tidak berkembangnya fisik secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga tidak berkemampuan dalam menghadapi tekanan dan bekerja secara produktif. (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Jiwa, 2014)

Gangguan kesehatan jiwa - depresi, kecemasan, bipolar, gangguan makan, dan skizofrenia - merupakan sindrom yang kompleks atas terganggunya fungsi perilaku psikologis maupun sosial yang berkaitan dengan interaksi dengan lingkungan masyarakatnya. Prevalensi gangguan kesehatan di Indonesia berkisar antara dua puluh hingga empat puluh persen. Faktor yang mempengaruhinya selain pendidikan yang rendah dan keturunan juga karena kejadian yang traumatis yang juga sampai pada bunuh diri (faktor penyebab kematian keempat di Indonesia untuk usia 15-29 tahun. (Widakdo & Besral, 2013)(Nurhasim, 2022)

Kebijakan kesehatan jiwa Indonesia masih menghadapi beberapa hambatan dan tantangan dalam implementasinya. Hal ini termasuk masih adanya stigma dan diskriminasi terhadap orang-orang dengan masalah kesehatan mental di Indonesia, serta kurangnya sumber daya untuk menyediakan layanan kesehatan mental yang tepat.

Kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan mental masih rendah, kesehatan mental masih dianggap tabu dalam budaya Indonesia dan tidak menjadi hambatan dalam penerapan kebijakan kesehatan mental. Kualitas dan pelayanan program kesehatan mental serta akses terhadap sumber daya manusia juga berkontribusi terhadap buruknya implementasi program kesehatan mental di Indonesia. Penanganan kesehatan jiwa tidak hanya menjadi tanggung jawab Kementerian Kesehatan saja, namun juga menjadi tanggung jawab pemerintah daerah dan peran serta masyarakat. Masih terdapat kesenjangan yang signifikan dalam regulasi, kebijakan, dan implementasi kesehatan mental di Indonesia terkait masalah cakupan dan akses terhadap layanan. (Ayuningtyas et al., 2018)

Pemerintah dan pemangku kepentingan dapat berperan aktif dalam pencegahan gangguan jiwa, pemerintah dapat mengeluarkan peraturan melalui kebijakan yang mendukung pencegahan gangguan jiwa, dan sejalan dengan rekomendasi WHO, negara dapat dengan mudah Layanan dan anggaran medis harus tersedia untuk masyarakat, dan terjangkau oleh masyarakat luas. (Nurhasim, 2022)

Kerjasama empat pilar sebagai solusi atas berbagai masalah kehidupan baik yang menyangkut keamanan sosial dan sipil, kualitas hidup dan kelayakan hidup, atau kemiskinan energi dan penggunaan sumber daya berkelanjutan. melalui perpaduan pengetahuan ilmiah, kompetensi kebijakan, kepentingan pemangku kepentingan industri, dan keterlibatan masyarakat dapat memberikan arena yang seimbang dan dapat ditindaklanjuti untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Konsep multi helix (banyak Pilar) interaksi antar helix berkolaborasi dan sinergi dalam membentuk suatu proses pembangunan sosial ekonomi, dimana setiap helix memiliki peran yang unik dan mendorong inovasi dan kemajuan masyarakat. (Nijkamp et al., 2023)

Pilar akademisi meliputi semua lembaga pendidikan tinggi dan penelitian yang berkontribusi dalam penciptaan iptek. sementara pilar industri meliputi bisnis dan organisasi yang mendorong pertumbuhan ekonomi dan kemajuan teknologi. sementara pilar pemerintah bertanggung jawab atas kebijakan dan regulasi serta menciptakan iklim usaha dan pendanaan yang kondusif,

sementara masyarakat merupakan masyarakat sipil terdiri dari organisasi non-pemerintah, kelompok masyarakat, dan warga negara yang memberikan beragam perspektif, nilai-nilai sosial, dan kebutuhan masyarakat. Kolaborasi dari keempat pilar tersebut secara bersama sama membina sinergitas dan interaksi yang mendorong inovasi, pembangunan berkelanjutan, dan proses pengambilan keputusan yang inklusif. (Arif & Mustapa Khamal Rokan, 2023)

Kolaborasi antar helix - Perguruan Tinggi, Swasta, Pemerintah, masyarakat, individu (Kelompok masyarakat) dapat mendorong inovasi-inovasi baru dalam menyelesaikan berbagai permasalahan dalam kehidupan berbangsa dan bernegara. (Sorik, 2018)

Quadruple Helix atau empat pilar yang mensinergikan upaya dalam bentuk kerjasama dengan pendekatan perspektif warga negara atau mengutamakan kebutuhan masyarakat terkait layanan kesehatan melalui penciptaan. keterlibatan komunitas dalam kolaborasi empat pilar guna menjamin transparansi dan peningkatan pemberdayaan masyarakat dalam menangani setiap permasalahan sosial secara efektif dan efisien. (Region, 2019)

Kerjasama secara komprehensif dari inovasi antar pilar ini memberikan kemampuan beradaptasi dengan kondisi lingkungan sosial dalam proses mulai dari struktur, proses itu sendiri, input dan output beserta evaluasinya. (Rahma Wahdiniwaty, Deri Firmansyah, Dede, Asep Suryana, 2022) Salah satu peran masyarakat dalam kesehatan mental adalah melalui kegiatan edukasi pencegahan bullying, peningkatan pengetahuan remaja terkait *bullying* dan kesehatan mental. Remaja sebagian besar puas dengan rangkaian kegiatan yang dilakukan. (Saputri et al., 2023) lihat (Mohd Hendra Razak, 2022) Dukungan masyarakat sangat berarti dalam penanganan pasien gangguan kesehatan mental, dimana mereka turut dan mensupport mereka dengan mengajak mereka bersosialisasi bercerita dan berbagi dengan orang terdekat. (Tarehy et al., 2019) Apabila masyarakat terus melatih kepekaannya dan meningkatkan pengetahuannya mengenai strategi dukungan untuk mendukung orang dengan gangguan jiwa dan gangguan jiwa ringan, maka isu kesehatan jiwa akan semakin terdengar di masyarakat dan menjadi bagian

dari perbincangan sehari-hari. Hal ini memudahkan masyarakat mengakses bantuan yang mereka perlukan dan meningkatkan kemampuan mereka untuk mencari bantuan. Selain itu, individu akan dapat lebih mudah dan cepat mengenali tanda-tanda stres yang berdampak negatif pada dirinya dan mengakses bantuan lebih cepat berdasarkan gejala yang dialaminya. Meningkatkan literasi kesehatan mental mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap orang-orang dengan gangguan dan masalah mental, sehingga memungkinkan mereka mencapai kesejahteraan mental di masyarakat. (Putri, 2021)

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Produktivitas manusia dapat meningkat apabila kesejahteraan psikologinya terpenuhi karena manusia tersebut dapat mengatasi setiap permasalahan yang dihadapinya serta dapat berkontribusi kepada orang lain dilingkungannya. (Ross et al., 2020)

Optimalisasi kesehatan mental harus melibatkan berbagai unsur kepentingan baik itu pemerintah, perguruan tinggi, keluarga, masyarakat dan komunitas. Masyarakat sangat diharapkan kontribusinya untuk menghilangkan stigma keliru tentang gangguan jiwa, untuk efektivitas pelayanan kesehatan pasien, karena seseorang yang mengalami gangguan mental tidak selalu berkategori orang gila, kondisi gangguan kejiwaan ada yang diakibatkan oleh masalah fisik, mental, sosial, pertumbuhan dan perkembangan, dan/atau kualitas hidup sehingga memiliki risiko mengalami gangguan jiwa. Kedua, Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) adalah orang yang mengalami gangguan dalam pikiran, perilaku, dan perasaan yang termanifestasi dalam bentuk sekumpulan gejala dan/atau perubahan perilaku yang bermakna, serta dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsi orang sebagai manusia. Kategori gangguan kejiwaan dapat berupa gangguan emosional (depresi dan kecemasan) jadi masuk kategori mengalami perubahan psikologi, dan gangguan jiwa berat (psychose). Bentuk gangguan jiwa lainnya yaitu *postpartum depression* dan bunuh diri (suicide). (Ayuningtyas et al., 2018)

Optimalisasi kesehatan mental harus melibatkan berbagai unsur kepentingan baik

itu pemerintah, perguruan tinggi, keluarga, masyarakat dan komunitas. Masyarakat sangat diharapkan kontribusinya untuk menghilangkan stigma keliru tentang gangguan jiwa, untuk efektivitas pelayanan kesehatan pasien, karena seseorang yang mengalami gangguan mental tidak selalu berkategori orang gila, kondisi gangguan kejiwaan ada yang diakibatkan oleh masalah fisik, mental, sosial, pertumbuhan dan perkembangan, dan/atau kualitas hidup sehingga memiliki risiko mengalami gangguan jiwa. Kedua, Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) adalah orang yang mengalami gangguan dalam pikiran, perilaku, dan perasaan yang termanifestasi dalam bentuk sekumpulan gejala dan/ atau perubahan perilaku yang bermakna, serta dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsi orang sebagai manusia. Kategori gangguan kejiwaan dapat berupa gangguan emosional (depresi dan kecemasan) jadi masuk kategori mengalami perubahan psikologi, dan gangguan jiwa berat (psychose). Bentuk gangguan jiwa lainnya yaitu *postpartum depression* dan bunuh diri (suicide). (Ayuningtyas et al., 2018)

Kompleksitas dalam gangguan kesehatan mental maka *internasional Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)* mengolongkan gangguan kesehatan mental tersebut kedalam beberapa kriteria diantaranya adalah sebagai berikut: depresi, kecemasan, bipolar, gangguan makan, dan skizofrenia. Termasuk upaya *suiside* menjadi penyebab kematian keempat di antara orang berusia 15-29 tahun. (Nurhasim, 2022) Beberapa gangguan jiwa disebabkan oleh masalah fisik, mental, sosial, tumbuh kembang, dan/atau kualitas hidup yang membuat Anda berisiko mengalami gangguan jiwa. Kedua, Penyandang Disabilitas Jiwa (ODGJ) adalah orang yang mengalami gangguan berpikir, berperilaku, dan emosi, yang diwujudkan dalam berbagai gejala dan perubahan perilaku yang signifikan, sehingga menimbulkan kesusahan dan kesulitan dalam mencapai tujuan, serta dapat menimbulkan kesulitan. sebagai fungsi manusia. Kategori gangguan jiwa dapat mencakup gangguan afektif (depresi dan kecemasan) sehingga termasuk dalam kategori perubahan psikologis dan gangguan jiwa berat (psikosis). Bentuk gangguan mental lainnya termasuk depresi

pasca melahirkan dan bunuh diri. (Ayuningtyas et al., 2018)

Optimalisasi kesehatan jiwa memerlukan keterlibatan berbagai pemangku kepentingan seperti pemerintah, perguruan tinggi, keluarga, masyarakat, dan komunitas. Masyarakat mempunyai harapan yang besar untuk menghilangkan stigma seputar gangguan jiwa dan mengefektifkan pelayanan medis bagi pasien. Sebab, orang yang menderita gangguan jiwa belum tentu tergolong gila. Masyarakat berisiko mengalami gangguan jiwa karena dapat disebabkan oleh faktor fisik, mental, dan sosial, gangguan tumbuh kembang, kualitas hidup, atau kedua-duanya. Kedua, Penyandang Cacat Jiwa (ODGJ) adalah orang yang mengalami gangguan berpikir, berperilaku, dan emosi, yang diwujudkan dalam berbagai gejala dan perubahan perilaku yang signifikan, sehingga menimbulkan penderitaan dalam mencapai tujuan, atau dapat menimbulkan kerugian. sebagai fungsi manusia. Kategori gangguan jiwa dapat mencakup gangguan afektif (depresi dan kecemasan) sehingga termasuk dalam kategori perubahan psikologis dan gangguan jiwa berat (*psychose*). Bentuk gangguan mental lainnya termasuk depresi pasca melahirkan dan bunuh diri. (Ayuningtyas et al., 2018)

Karena kompleksitas gangguan jiwa, Organisasi Kesehatan Dunia Internasional (WHO) mengklasifikasikannya ke dalam beberapa kriteria antara lain: depresi, kecemasan, gangguan bipolar, Gangguan makan, skizofrenia. Ketika upaya bunuh diri dimasukkan, hal ini merupakan penyebab kematian terbesar keempat pada orang berusia 15 hingga 29 tahun. (Nurhashim, 2022)

Dalam Menangani gangguan kesehatan mental pemerintah masih fokus pada promotif dan preventif yang sebelumnya penanganan secara kuratif dan rehabilitatif. Tindakan suportif meliputi deteksi dini dan pencegahan, serta manajemen kasus dan imunisasi psikologis. Selanjutnya, akses terhadap layanan kesehatan digital difasilitasi melalui aplikasi kesehatan mental. Hingga saat ini, bentuk solusi kesehatan belum terintegrasi karena keterbatasan infrastruktur dan kurangnya sumber daya khusus bagi tenaga kesehatan jiwa, serta belum lengkapnya fasilitas pengobatan di setiap negara bagian. Masalah kesehatan mental di Indonesia. Indonesia berkomitmen untuk

mencapai Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) dan Cakupan Kesehatan Universal (UHC). (Yusrani et al., 2023)

Selain negara, komunitas psikolog dan psikiater juga percaya bahwa mengelola stres melalui hobi, aktivitas yang menyegarkan, dan aktivitas yang membantu menjaga kesehatan dapat menurunkan tingkat kecemasan dan mengurangi depresi. peran dengan memberikan konseling untuk mencegah hal tersebut. Lebih dekat dengan diri sendiri dalam konteks keagamaan-spiritual dan bercerita kepada orang lain untuk mengurangi paparan stres. Terlepas dari stigma sosial yang ada, membuka diri terhadap orang lain dan berani berobat adalah salah satu langkah yang tepat untuk dilakukan. Di era digital saat ini, banyak sekali platform yang menawarkan layanan konsultasi online gratis atau gratis. Selain itu, beberapa puskesmas menawarkan layanan konseling psikologis secara gratis atau dengan harga terjangkau. (Rokom, 2023))

Sesuai dengan peraturan yang berlaku saat ini, peran pemerintah baik pusat maupun daerah adalah tugas negara untuk menjamin warganya selalu sehat jasmani dan rohani. Hal ini menjaga kesehatan psikologis dan memungkinkan kita berkontribusi secara produktif, baik secara ekonomi maupun sosial. Tindakan yang dapat dilakukan pemerintah adalah dengan memberikan layanan kesehatan jiwa yang optimal, baik promotif, preventif, dan rehabilitatif, secara terpadu, komprehensif, dan berkelanjutan oleh pemerintah, pemerintah daerah, dan/atau masyarakat. (Yeni Duriana Wijaya, 2019)

Peran masyarakat dalam pengobatan kesehatan jiwa adalah melalui pengobatan berdasarkan ajaran Islam. Terapi ini bisa dilakukan oleh orang lain atau Anda sendiri. B. Dengan sabar menjalankan dan mendisiplinkan kebiasaan-kebiasaan terpuji, melakukan aktivitas positif, dan memperkuat keyakinan pada nilai-nilai tertentu. (Radiani, 2019)

Peran akademisi Psikologi merupakan salah satu kajian yang bertujuan untuk mengetahui fan menjadi solusi atas factor-faktor yang mempengaruhi gangguan kesehatan mental, dalam hal kasus bunuh diri dari kacamata psikologi melihatnya sebagai dampak dari depresi sehingga mereka menghentikan penderitaannya dengan cara

tersebut. Psikologi menyediakan perawatan dan dukungan yang tepat bagi individu yang berisiko. (Ari et al., 2023)

Para pemangku kepentingan harus menyadari bahwa masalah gangguan mental ini sangat pelik dan kompleks disamping berdampak pada biaya sosial yang tinggi dimana setiap tahun masyarakat mengeluarkan hampir lima puluh sembilan milyar dollar dari sekitar 10% dari total penderita setiap tahunnya. Untuk itu pemerintah wajib memberikan layanan yang komprehensif, demikian juga keluarga wajib secara cepat dan akurat wajib mengidentifikasi akses terhadap layanan tersebut Untuk meningkatkan responsivitas layanan kesehatan mental, sangat penting untuk mengadopsi orientasi yang menangani semua aspek yang tersirat dalam membentuk kesejahteraan pendidikan, fisik, sosio-emosional, dan perkembangan anak. (Stewart et al., 2022)

5. KESIMPULAN

Pemerintah dan pemangku kepentingan harus bahu membahu dalam menekan tingkat gangguan kesehatan mental dengan melibatkan berbagai pihak, pemerintah, asosiasi, masyarakat serta perguruan tinggi untuk mensukseskan generasi emas. Kesuksesan dalam menurunkan prevalensi gangguan kesehatan mental memberikan dampak positif kepada produktivitas masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ari, A. A., Wahyuni, N. S., & Agustriano, L. (2023). Bunuh Diri Remaja Perspektif Psikologi dan Hukum Islam. *Muadalah : Jurnal Hukum*, 3(1), 28–50. <https://doi.org/10.47945/muadalah.v3i1.961>
- Arif, M., & Mustapa Khamal Rokan, R. K. (2023). Quadruple Helix Model in the Development of Halal Micro Business in North Sumatra. *Jurnal Ekonomi Dan Keuangan Islam*, 12(1), 201–224. <https://doi.org/10.22373/share.v12i1.15628>
- 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>
- Dihni, Vika Azkiya, A. Y. (2023, July 4). Mengapa Perempuan Lebih Banyak Menderita Gangguan Mental? *Katadata.Co.Id*, 1 Diakses 2 Desember 2023. <https://katadata.co.id/ariayudhistira/analisisdata/649e2c12b7ca0/mengapa-perempuan-lebih-banyak-menderita-gangguan-mental>
- Ilham Choirul Anwar. (2023). Info Data Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia 2023. In *10 Oktober 2023*. <https://tirto.id/info-data-kesehatan-mental-masyarakat-indonesia-tahun-2023-gQRT>
- M Bahri Ghazali. (2022). Kesehatan Mental. *Early Childhood Education Journal*, November 2019, 10. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response%0Ahttp://digilib.uinsby.ac.id/918/10/Daftar%20Pustaka.pdf>
- Maputra, Y., Yusri, L. D., Susanti, M., & Khoiri, Q. (2023). Family Psychological Resistance from Batobo Cultural Perspective. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 6(2), 3. <https://doi.org/10.15575/jpib.v6i2.14903>
- Mohd Hendra Razak. (2022). Tinjauan Hukum Penerapan Konsep Quadruple Helix Dalam Memberdayakan Masyarakat Pelaku Usaha UMKM Yang Terhubung Dalam Koperasi. *Jurnal Hukum Sasana*, 8(1), 33–46. <https://doi.org/10.31599/sasana.v8i1.1033>
- Muhammad, N. (2023, October 5). Kesehatan Mental, Masalah Kesehatan yang Paling Dikhawatirkan Warga Dunia 2023. *Databoks*, 1-1 Diakses 3 Desember 2023.
- Nijkamp, P., Kourtit, K., Scholten, H., & Willemsen, E. (2023). Citizen Participation and Knowledge Support in Urban Public Energy Transition—A Quadruple Helix Perspective. *Land*, 12(2), 1–17. <https://doi.org/10.3390/land12020395>
- Nurhasim, A. (2022, October 11). Data Bicara: Gangguan Kesehatan Jiwa di

- Indonesia Naik dalam 30 Tahun Terakhir, Perempuan dan Usia Produktif Lebih Tinggi. *Conversation*, 1 Diakses 2 Desember 2023. <https://theconversation.com/data-bicara-gangguan-kesehatan-jiwa-di-indonesia-naik-dalam-30-tahun-terakhir-perempuan-dan-usia-produktif-lebih-tinggi-191768>
- Pusvitasari, H., & Yuliasari, P. (2023). Jurnal Psikologi Sains & Profesi Mental Health Literacy Ditinjau dari Big Five Personality Traits pada Remaja Mental Health Literacy Viewed from Big Five Personality Traits on Adolescent in Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Sains & Profesi*, 7(1), 1–12.
- Rachmawati, A. (2020). Darurat Kesehatan Mental bagi Remaja – Environmental Geography Student Association. In *Egsa* (p. 1). <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>
- Radiani, W. A. (2019). Kesehatan Mental Masa Kini dan Penanganan Gangguannya Secara Islami. *Journal of Islamic and Law Studies*, 3(1), 87–113. <https://jurnal.uin-antasari.ac.id>
- Rahma Wahdiniwati, Deri Firmansyah, Dede, Asep Suryana, A. A. R. (2022). The Concept of Quadruple Helix Collaboration and Quintuple Helix Innovation as Solutions for Post Covid 19 Economic Recovery. *MIX: Jurnal Ilmiah Manajemen*, 12(3), 418–422. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22441/jurnal_mix.2022.v12i3.005
- Region, I. N. S. (2019). *A Quadruple Helix Guide for Innovations*. Värmland County Administrative Board, Sweden. <https://northsearegion.eu/media/5326/quadruple-helix-guide-version-20180612.pdf>.
- Rokom. (2023, October 12). Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa. *Kemendes RI*, 1 Diakses 3 Desember 2023. <https://www.kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa>
- Ross, H. O., Hasanah, M., & Kusumaningrum, F. A. (2020). Implementasi Konsep Sahzan (sabar dan Huznudzan) sebagai Upaya Perawatan Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19. *Khazanah: Jurnal Mahasiswa*, 12(1). <https://doi.org/10.20885/khazanah.vol12.iss1.art7>
- Saputri, R. K., Pitaloka, R. I. K., Nadhiffa, P. A. N., & Wardani, K. K. (2023). Edukasi Pencegahan Bullying Dan Kesehatan Mental Bagi Remaja Desa Sukowati Kecamatan Kapas Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 10(1), 44–49. <https://doi.org/10.32699/ppkm.v10i1.3694>
- Sorik, S. (2018). Reformulasi Arah Pembangunan Ideologi Politik Nasional Model Garis-Garis Besar Haluan Negara. *Jurnal Majelis*, 8(9), 83–94.
- Stewart, S. L., Celebre, A., Semovski, V., Hirdes, J. P., Vadeboncoeur, C., & Poss, J. W. (2022). The interRAI Child and Youth Suite of Mental Health Assessment Instruments : An Integrated Approach to Mental Health Service Delivery. *Frontier in Psychology*, 13(March), 1–27. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.710569>
- Tarehy, M. G. K., Nusawakan, A. W., & Soegijono, S. P. (2019). Kesehatan Mental dan Strategi Koping Dalam Perspektif Budaya: Sebuah Studi Sosiodemografi di Ambon. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(1). <https://doi.org/10.30651/jkm.v4i1.1941>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Jiwa, Pub. L. No. LEMBARAN NEGARA REPUBLIK INDONESIA TAHUN 2014 NOMOR 185 (2014).
- Widakdo, G., & Besral, B. (2013). Efek Penyakit Kronis terhadap Gangguan Mental Emosional. *Kesmas: National Public Health Journal*, 7(7), 309. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v7i7.29>
- Yeni Duriana Wijaya. (2019). Kesehatan Mental di Indonesia. *Buletin Jagaddhita*, 1(1). <https://www.gatra.com/news-525034-kesehatan-risikesdas-lebih-dari-19-juta-orang-alami-gangguan-mental.html>
- Yusrani, G. K., Aini, N., Maghfiroh, S. A., & Istanti, N. D. (2023). Tinjauan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia: Menuju Pencapaian

Sustainable Development Goals dan Universal Health Coverage. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(2), 89–107.