


Penerapan Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) sebagai Penyedia Layanan Kesehatan Mental Masyarakat Kota Surabaya

¹⁾Febri Suryani, ²⁾Tri Kartika Pertiwi

^{1,2)}Manajemen, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

Email Corresponding: ¹⁾febrisuryani34@gmail.com, ²⁾tri.pertiwi.mnj@upnjatim.ac.id

INFORMASI ARTIKEL	ABS TRAK
Kata Kunci: PUSPAGA Kesehatan mental	<p>Kegiatan ini bertujuan untuk mempublikasikan penerapan peran PUSPAGA sebagai penyedia layanan kesehatan mental bagi masyarakat Kota Surabaya dengan meningkatnya tantangan seputar kesehatan mental di Kota Surabaya, sehingga PUSPAGA berperan sebagai penyedia layanan konseling konsultasi untuk warga Kota Surabaya. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini ialah pendekatan deskriptif dengan beberapa subjek yang meliputi mahasiswa magang PUSPAGA Kota Surabaya, psikolog PUSPAGA Kota Surabaya, konselor PUSPAGA Kota Surabaya, dan masyarakat Kota Surabaya. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa PUSPAGA telah melakukan berbagai upaya yang dilakukan untuk menyediakan layanan kesehatan mental bagi warga Kota Surabaya, diantaranya upaya promosi melalui media sosial <i>instagram</i> dan <i>youtube</i> serta upaya preventif yang meliputi sosialisasi PUSPAGA <i>goes to school</i>, PUSPAGA <i>goes to community</i>, kelas <i>parenting</i> PUSPAGA, pelayanan PUSPAGA Balai RW, pelayanan PUSPAGA Semanggi Kota Surabaya, dan telekonsultasi melalui <i>website</i> SIAP PPAK.</p>
	ABS TRAC T
Keywords: PUSPAGA Mental health	<p><i>This activity aims to publicize the application of PUSPAGA's role as a mental health service provider for the people of Surabaya City with increasing challenges around mental health in Surabaya City, so that PUSPAGA acts as a provider of consultation counseling services for Surabaya City residents. The method used in this activity is a descriptive approach with several subjects including PUSPAGA Surabaya City internship students, PUSPAGA Surabaya City psychologists, PUSPAGA Surabaya City counselors, and Surabaya City residents. The results of this activity show that PUSPAGA has made various efforts to provide mental health services for Surabaya City residents, including promotional efforts through social media Instagram and YouTube and preventive efforts which include socialization of PUSPAGA goes to school, PUSPAGA goes to community, PUSPAGA parenting classes, PUSPAGA Balai RW services, PUSPAGA Semanggi Surabaya City services, and teleconsultation through the SIAP PPAK website.</i></p>
	<p>This is an open access article under the CC-BY-SA license.</p>
	

I. PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan sesuatu yang merujuk pada keadaan psikologis dan emosional seorang individu. Hal ini mencakup cara seseorang berpikir, merasa, berperilaku, kemampuan seseorang mengatasi stress, seseorang berhubungan dengan orang lain, dan cara seseorang untuk membuat suatu keputusan. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi masalah kesehatan mental adalah pola asuh orang tua karena pada penelitian menunjukkan seseorang dengan pola asuh otoriter cenderung memiliki peluang yang lebih besar mengalami masalah kesehatan mental dan seseorang dengan pola asuh permisif cenderung lebih jarang terkena masalah kesehatan mental (Fitri et al., 2019), rasa syukur karena pada penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki tingkat rasa syukur yang tinggi cenderung lebih jarang terkena masalah kesehatan mental dibandingkan dengan responden yang memiliki rasa syukur yang rendah (Hardianti et al., 2021), dan jenis kelamin juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi masalah kesehatan mental menurut

penelitian menunjukkan bahwa responden perempuan cenderung lebih banyak mengalami depresi dibandingkan dengan responden laki-laki (Wetarini, K. and Lesmana, 2018).

Kota Surabaya merupakan salah satu kota besar dengan jumlah penduduk pada tahun 2022 sebanyak 2.887.223 dengan jumlah penduduk laki-laki sebanyak 1.431.041 dan jumlah penduduk perempuan sebanyak 1.456.182 (Proyeksi SP2020, 2020). Terdapat sekitar 5.546 orang di Kota Surabaya mengalami gangguan mental emosional, yang mencakup gejala depresi dan kecemasan (RI, 2018). Oleh karena itu, Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, serta Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3APPKB) Kota Surabaya menyediakan berbagai program dan layanan untuk pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak salah satunya melalui pembentukan Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA).

Berbagai program pengabdian telah dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental masyarakat. Misalnya, program "Komunitas Sehati (Sehat Jiwa dan Hati)" yang bertujuan membentuk kader kesehatan mental untuk membantu profesional di Puskesmas. Program ini melibatkan psikoedukasi dan pelatihan rutin bagi kader untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam mendukung kesehatan mental masyarakat (Kurniawan & Sulistyarini, 2017).

Selain itu, Pemerintah Kota Surabaya mengadakan Bimbingan Teknis (Bimtek) "Dukungan Kesehatan Mental dan Psikososial" untuk standarisasi PUSPAGA di tingkat RW. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kompetensi fasilitator PUSPAGA RW dalam memberikan layanan kesehatan mental dan psikososial, sehingga dapat memberikan dukungan yang efektif bagi masyarakat yang membutuhkan.

II. MASALAH

Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) Semanggi Kota Surabaya merupakan unit pelayanan dibawah naungan Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak serta Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3APPKB) Kota Surabaya yang berada di Jl. Tunjungan. 1-3, Gedung Ex. Siola, Lantai 2 Kecamatan Genteng, Kota Surabaya, Propinsi Jawa Timur, Genteng, Kec. Genteng, Surabaya, Jawa Timur 60275. Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) merupakan sebuah layanan yang disediakan oleh Pemerintah Kota Surabaya untuk mendukung keluarga dalam mengatasi berbagai masalah yang berkaitan dengan anak, remaja, dan dinamika keluarga.

Permasalahan terkait kesehatan mental di Kota Surabaya isu yang saat ini sering mendapatkan perhatian. Tingginya tingkat stress, kecemasan, dan depresi dikalangan penduduk Kota Surabaya dipicu oleh beberapa faktor, seperti tekanan sosial, tuntutan ekonomi, dan lain-lain. Oleh karena itu, PUSPAGA menyediakan layanan konseling seputar kesehatan mental yang bertujuan untuk membantu para warga Kota Surabaya agar lebih memahami dan dapat mengatasi permasalahan seputar kesehatan mental yang ditangani oleh Psikolog PUSPAGA Kota Surabaya.

III. METODE

Kegiatan ini menggunakan pendekatan deskriptif yang dilakukan di PUSPAGA Kota Surabaya selama empat bulan, yaitu sejak bulan September sampai Desember 2024. Kegiatan ini bertujuan untuk mempublikasikan penerapan peran PUSPAGA Kota Surabaya sebagai pelayanan kesehatan mental untuk warga Kota Surabaya. Kegiatan ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari observasi dan wawancara dari mahasiswa magang PUSPAGA Kota Surabaya, Psikolog PUSPAGA Kota Surabaya, Konselor PUSPAGA Kota Surabaya, dan melalui laporan klien. Sedangkan, data sekunder diperoleh melalui studi pustaka dan studi dokumen melalui pengumpulan dokumen, artikel jurnal, *website*, dan arsip lainnya yang relevan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesehatan mental di Kota Surabaya menjadi salah satu isu yang kompleks dan memerlukan perhatian lebih dikarenakan adanya laporan yang menunjukkan bahwa angka penderita depresi di Kota Surabaya yang terus meningkat yang disebabkan oleh tekanan akademis, masalah sosial, pengaruh media sosial, kemiskinan, etnisitas, dan keruntuhan keluarga. Salah satu contoh kasus terit masalah kesehatan mental di Kota Surabaya adalah kasus bunuh diri mahasiswi Universitas Ciputra yang disebabkan oleh masalah sosial yaitu percintaan korban. Terdapat beberapa upaya yang dilakukan oleh Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) dibawah naungan Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, serta Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3APPKB) Kota Surabaya, diantaranya:

1. PUSPAGA Goes to School

PUSPAGA Goes to School merupakan salah satu tugas yang diberikan oleh DP3APPKB Kota Surabaya untuk mahasiswa magang yang ditujukan untuk Sosialisasi terkait informasi seputar PUSPAGA Kota Surabaya, kesehatan mental, kelas *parenting*, dan lain-lain. Salah satu contoh terkait PUSPAGA Goes to School telah dilakukan oleh mahasiswa magang kecamatan Tenggilis Mejoyo dan kecamatan Wonokromo. Mahasiswa magang kecamatan Tenggilis mejoyo melakukan sosialisasi di SMPN 49 Surabaya dan SMP Widya Darma dengan tema materi “*Stop Bullying*”, yang bertujuan agar anak-anak Kota Surabaya bisa lebih sadar tentang pentingnya perilaku yang merugikan diri sendiri dan orang lain dan juga membangun pemahaman terkait dampak *bullying* dan kenakalan remaja.



Gambar 1 PUSPAGA Goes to School

2. PUSPAGA Goes to Community

PUSPAGA Goes to Community juga merupakan salah satu tugas yang diberikan oleh DP3APPKB Kota Surabaya untuk mahasiswa magang yang ditujukan untuk Sosialisasi terkait informasi seputar PUSPAGA Kota Surabaya, kesehatan mental, kelas *parenting*, dan lain-lain. Salah satu contoh terkait PUSPAGA Goes to Community yang dilakukan oleh mahasiswa magang PUSPAGA Kota Surabaya yang membawakan materi dengan judul “Pentingnya Empati dan Kepedulian Sosial dalam Pola Pengasuhan” yang bertujuan agar para orangtua lebih memahami tentang pentingnya memiliki empati dan penerapannya dalam pola pengasuhan.



Gambar 2 PUSPAGA Goes to Community

3. Kelas Parenting PUSPAGA

Kelas *Parenting* PUSPAGA merupakan salah satu program PUSPAGA yang ditujukan untuk memberikan edukasi/webinar kepada para orang tua di Kota Surabaya yang diadakan sejak tahun 2022. Kelas *Parenting* PUSPAGA ini merupakan agenda rutin yang diadakan setiap hari Selasa dengan pergantian tema setiap bulannya. Kelas *Parenting* PUSPAGA ini juga diisi oleh Psikolog *Volunteer* PUSAGA, Dosen *Volunteer* PUSPAGA, Psikiater Rumah Sakit, Praktisi Kesehatan, dan lain-lain. Salah satu contoh Kelas *Parenting* PUSPAGA yang telah dilaksanakan dengan judul “Tips Mengatasi Kegagalan dan Kekecewaan dalam Hidup” yang bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang kegagalan dan kekecewaan, mengidentifikasi metode 3M (mengenali, mengelola, motivasi), dan memberikan panduan terkait tata cara menenangkan diri untuk orang dewasa.

Gambar 3 Kelas *Parenting* PUSPAGA

4. Sosial Media PUSPAGA

PUSPAGA Kota Surabaya memiliki akun sosial media Youtube PUSPAGA SURABAYA dan Instagram @puspaga.sby yang digunakan untuk pengarsipan kegiatan, bukti pelaporan, pengunggahan konten psikoedukasi berupa infografis, dan untuk membagikan informasi seputar jadwal pelaksanaan kegiatan yang ada di PUSPAGA dan ucapan hari besar. Pada platform Instagram juga digunakan untuk live Instagram setiap 1 bulan 2 kali dengan tema yang berbeda-beda setiap live dilaksanakan. Pemateri pengisi *Live Instagram* juga terdiri dari berbagai latar belakang diantaranya, psikolog volunteer PUSPAGA Surabaya, Badan Narkotika Nasional (BNN), Dokter, dan juga Psikiater tergantung dengan matero yang akan dibawakan. Konten-konten pada platform media sosial PUSPAGA diantaranya terdapat Iklan Layanan Masyarakat (ILM), Infografis seputar perkawinan dini, dan kekerasan dalam hubungan antar kekasih.



Gambar 4 Sosial Media PUSPAGA

5. Telekonsultasi dan Pelayanan PUSPAGA Semanggi Surabaya

Telekonsultasi merupakan konseling konseling secara daring menggunakan aplikasi *zoom* yang diadakan sejak tahun 2022 akhir yang ditujukan untuk klien yang merasa tidak nyaman dengan konseling secara langsung atau tatap muka dan untuk para klien yang jarak temoat tinggal menuju PUSPAGA Semanggi Kota Surabaya terbilang jauh. Telekonsultasi ini berdurasi 45 menit yang dibagi kedalam beberapa tahap, diantaranya *building rapport* yang merupakan tahap pembangunan kepercayaan antara klien dan konselor yang berlangsung sekitar 15 menit, dilanjutkan dengan sesi konseling mulai dari tahap pengenalan sampai dengan inti permasalahan, dan ditutup dengan sesi diskusi solusi dari kasus yang dihadapi klien. Sedangkan, Pelayanan PUSPAGA Semanggi Surabaya merupakan pelayanan konseling secara gratis yang dilakukan secara langsung/tatap muka di Gedung Siola Lantai 2 Kota Surabaya. Saat ini, masyarakat kota Surabaya lebih menyukai sesi konseling secara daring dibandingkan dengan konseling secara tatap muka dikarenakan telekonsultasi ini lebih praktis karena dapat dilakukan dimana-mana dan telekonsultasi juga lebih terstruktur karena dalam telekonsultasi klien dapat memilih jam dan konselor secara mandiri. Pada website SIAP PPAK

juga dapat disimpulkan bahwa untuk klien pada tahun ini meningkat dari tahun sebelumnya karena para masyarakat Kota Surabaya sudah mulai peduli terhadap kesehatan mental. Permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat saat ini rata-rata yaitu tentang isu percintaan, rasa tidak percaya diri, hubungan sosial yang *toxic*, dan hubungan pertemanan.



Gambar 5 Koseling dan Telekonsultasi

V. KESIMPULAN

Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) merupakan salah satu pelayanan dari Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, serta Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3APPKB) Kota Surabaya untuk mendukung keluarga dalam mengatasi berbagai masalah yang berkaitan dengan anak, remaja, dan dinamika keluarga. PUSPAGA menyediakan layanan konseling seputar kesehatan mental yang bertujuan untuk membantu para warga Kota Surabaya agar lebih memahami dan dapat mengatasi permasalahan seputar kesehatan mental yang ditangani oleh Psikolog PUSPAGA Kota Surabaya. PUSPAGA berperan dalam kesehatan mental warga di Kota Surabaya melalui berbagai cara diantaranya, PUSPAGA *Goes to School*, PUSPAGA *Goes to Community*, dan kelas *parenting* sebagai media sosialisasi yang diadakan oleh PUSPAGA secara rutin, terdapat juga sosial media PUSPAGA yang berperan untuk menyebarkan informasi seputar jadwal dan publikasi seputar infografis, dan telekonsultasi dan pelayanan PUSPAGA Semanggi Kota Surabaya yang digunakan untuk konseling secara gratis.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitri, A., Neherta, M., & Sasmita, H. (2019). Faktor – Faktor Yang Memengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Swasta Se Kota Padang Panjang Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 2(2), 68–72. <https://doi.org/10.36341/jka.v2i2.626>
- Hardianti, R., Erika, E., & Nauli, F. A. (2021). Hubungan Antara Rasa Syukur Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Sma Negeri 8 Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 11(2), 215. <https://doi.org/10.31258/jni.11.2.215-227>
- Kurniawan, Y., & Sulistyarini, I. (2017). Komunitas Sehati (Sehat Jiwa dan Hati) Sebagai Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Masyarakat. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 112. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v1i22016.112-124>
- Proyeksi SP2020. (2020). *Jumlah Penduduk Surabaya Menurut Jenis Kelamin dan Kelompok Umur (Jiwa)*. <https://surabayakota.bps.go.id/indicator/12/236/1/jumlah-penduduk-surabaya-menurut-jenis-kelamin-dan-kelompok-umur.html>
- RI, K. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*.
- Wetarini, K. and Lesmana, C. B. J. (2018). ‘Gambaran Depresi dan Faktor yang Memengaruhi pada Remaja Yatim Piatu di Denpasar’, *E- Jurnal Medika*, 7(2), pp. 82–86 Available at: <https://www.researchgate.net/publication/338036045%0AGambaran>. December.
- Fitri, A., Neherta, M., & Sasmita, H. (2019). Faktor – Faktor Yang Memengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Swasta Se Kota Padang Panjang Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 2(2), 68–72. <https://doi.org/10.36341/jka.v2i2.626>
- Hardianti, R., Erika, E., & Nauli, F. A. (2021). Hubungan Antara Rasa Syukur Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Sma Negeri 8 Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 11(2), 215. <https://doi.org/10.31258/jni.11.2.215-227>
- Kurniawan, Y., & Sulistyarini, I. (2017). Komunitas Sehati (Sehat Jiwa dan Hati) Sebagai Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Masyarakat. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 112. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v1i22016.112-124>
- Proyeksi SP2020. (2020). *Jumlah Penduduk Surabaya Menurut Jenis Kelamin dan Kelompok Umur (Jiwa)*. <https://surabayakota.bps.go.id/indicator/12/236/1/jumlah-penduduk-surabaya-menurut-jenis-kelamin-dan-kelompok-umur.html>

RI, K. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*.

Wetarini, K. and Lesmana, C. B. J. (2018). 'Gambaran Depresi dan Faktor yang Memengaruhi pada Remaja Yatim Piatu di Denpasar', *E-Jurnal Medika*, 7(2), pp. 82–86 Available at: <https://www.researchgate.net/publication/338036045%0AGambaran>. December.