Psikoedukasi Pemahaman Gangguan Jiwa dan Sikap terhadap ODGJ di RSJD Lampung

Azzahra Widya Aisyah[1], Pradipta Christy Pratiwi[2]
[1, 2)] Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang
e-mail: pradiptacp@mail.unnes.ac.id, azzahrawidya@students.unnes.ac.id

Abstrak
Gangguan jiwa masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang sering disertai stigma dan kesalahpahaman di masyarakat. Rendahnya literasi kesehatan mental dapat memunculkan sikap negatif terhadap Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ), seperti pengucilan sosial, pelabelan negatif, dan diskriminasi yang berpotensi menghambat proses pemulihan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman pengunjung Poli Psikologi RSJD Provinsi Lampung mengenai gangguan jiwa serta membangun sikap yang lebih suportif terhadap ODGJ. Kegiatan dilaksanakan pada 12 Mei 2026 dengan melibatkan tiga orang pengunjung poli psikologi sebagai peserta. Metode yang digunakan berupa psikoedukasi secara langsung yang didukung dengan media leaflet edukasi kesehatan mental. Materi yang diberikan mencakup pengertian gangguan jiwa, bentuk-bentuk stigma yang berkembang di masyarakat, dampak stigma terhadap ODGJ, pentingnya dukungan sosial, serta cara bersikap yang tepat dalam berinteraksi dengan ODGJ. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mengikuti kegiatan dengan antusias, terlibat aktif selama sesi berlangsung, dan menunjukkan pemahaman yang lebih baik terhadap materi yang diberikan. Kegiatan ini berkontribusi dalam meningkatkan literasi kesehatan mental masyarakat serta mendukung terbentuknya lingkungan yang lebih inklusif, empatik, dan suportif bagi ODGJ.

Kata kunci: Psikoedukasi, Kesehatan mental, ODGJ, Stigma; Gangguan ment

Abstract
Mental disorders remain a significant health issue that is often accompanied by stigma and misconceptions within society. Limited mental health literacy may lead to negative attitudes toward People with Mental Disorders (ODGJ), including social exclusion, negative labeling, and discrimination that can hinder the recovery process. This community service activity aimed to enhance visitors' understanding of mental disorders and promote supportive attitudes toward ODGJ at the Psychology Outpatient Clinic of RSJD Lampung Province. The activity was conducted on May 12, 2026, involving three clinic visitors as participants. The intervention consisted of direct psychoeducation supported by mental health educational leaflets. The materials covered the definition of mental disorders, common societal misconceptions, the impact of stigma on ODGJ, the importance of social support, and appropriate ways of interacting with individuals experiencing mental disorders. The results indicated that participants actively engaged in the session and demonstrated improved understanding of the topics presented. This activity contributed to increasing public mental health literacy and fostering a more inclusive, empathetic, and supportive environment for people with mental disorders.

***Keywords**: Psychoeducation; Mental health; ODGJ; Stigma; Mental disorder*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan bagian penting dari kesehatan secara menyeluruh yang memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan berperilaku dalam kehidupan sehari-hari. Menurut World Health Organization (WHO, 2022), kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan yang memungkinkan individu mengenali potensinya, mampu menghadapi tekanan hidup yang normal, bekerja secara produktif, serta berkontribusi dalam lingkungan sosialnya. Meskipun demikian, pemahaman masyarakat mengenai kesehatan mental dan gangguan jiwa

masih belum merata sehingga berbagai kesalahpahaman terkait gangguan jiwa masih sering dijumpai.

Permasalahan kesehatan jiwa masih menjadi tantangan yang perlu mendapat perhatian karena jumlah penderitanya yang cukup besar. Riskesdas (2018) melaporkan prevalensi gangguan jiwa berat di Indonesia sebesar 1,7 per 1.000 penduduk. Selain itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) melaporkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk Indonesia mencapai 10,2%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya peningkatan kesehatan mental tidak hanya menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan, tetapi juga memerlukan dukungan dan keterlibatan masyarakat.

Salah satu permasalahan yang masih sering dihadapi oleh Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) adalah stigma negatif dari lingkungan sekitar. ODGJ kerap menerima perlakuan berupa pelabelan negatif, penolakan sosial, pengucilan, hingga diskriminasi yang dapat menghambat proses pemulihan. Danukusumah et al. (2022) menemukan bahwa stigma masyarakat terhadap ODGJ masih tergolong tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat pandangan dan persepsi yang kurang tepat mengenai gangguan jiwa di masyarakat.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan sikap masyarakat terhadap ODGJ. Penelitian Sanjaya et al. (2026) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan stigma masyarakat terhadap ODGJ. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa peningkatan pengetahuan mengenai kesehatan mental berpotensi menurunkan stigma dan mendorong munculnya sikap yang lebih positif terhadap ODGJ. Oleh karena itu, peningkatan literasi kesehatan mental perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui berbagai kegiatan edukatif yang mudah dijangkau oleh masyarakat.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan mental adalah melalui psikoedukasi. Psikoedukasi bertujuan memberikan informasi yang benar mengenai gangguan jiwa, mengurangi kesalahpahaman yang berkembang di masyarakat, serta mendorong terbentuknya sikap yang lebih suportif terhadap ODGJ. Penelitian Jayanti et al. (2023) menunjukkan bahwa pelaksanaan psikoedukasi memberikan dampak positif terhadap pemanfaatan layanan kesehatan jiwa yang ditandai dengan meningkatnya kunjungan pasien ke layanan konseling setelah kegiatan dilaksanakan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental dapat menjadi salah satu strategi promotif yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan jiwa.

RSJD Provinsi Lampung sebagai rumah sakit rujukan kesehatan jiwa memiliki peran penting dalam upaya peningkatan literasi kesehatan mental masyarakat. Pengunjung Poli Psikologi merupakan kelompok yang memiliki kedekatan dengan layanan kesehatan jiwa dan berpotensi menjadi sumber penyebaran informasi kesehatan mental di lingkungan sekitarnya. Namun, tidak semua pengunjung memiliki pemahaman yang memadai mengenai gangguan jiwa maupun cara bersikap yang tepat terhadap ODGJ. Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk psikoedukasi kesehatan mental dengan tujuan meningkatkan pemahaman pengunjung Poli Psikologi RSJD Provinsi Lampung mengenai gangguan jiwa serta mendorong terbentuknya sikap yang lebih empatik dan suportif terhadap ODGJ.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 12 Mei 2026 di Poli Psikologi RSJD Provinsi Lampung. Sasaran kegiatan adalah pengunjung reguler Poli Psikologi yang sedang menunggu layanan pemeriksaan maupun konsultasi. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak tiga orang.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendidikan masyarakat melalui psikoedukasi kesehatan mental. Kegiatan bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai gangguan jiwa serta mengurangi kesalahpahaman yang masih berkembang di masyarakat terhadap Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). Media yang digunakan berupa penyampaian materi secara langsung dan leaflet edukasi sebagai bahan informasi yang dapat dibaca kembali oleh peserta.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas tiga tahap. Tahap pertama adalah persiapan, yang meliputi penyusunan materi dan pembuatan leaflet berdasarkan literatur terkait kesehatan mental,

stigma terhadap ODGJ, serta pentingnya dukungan sosial dalam proses pemulihan. Tahap kedua adalah pelaksanaan psikoedukasi. Materi yang diberikan mencakup pengertian gangguan jiwa, berbagai kesalahpahaman yang sering muncul di masyarakat, dampak stigma terhadap ODGJ, pentingnya dukungan sosial, serta cara bersikap yang tepat dan empatik terhadap ODGJ. Setelah penyampaian materi, peserta diberikan leaflet sebagai media pendukung edukasi. Tahap ketiga adalah evaluasi kegiatan yang dilakukan melalui observasi terhadap keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung, termasuk perhatian, respons, dan partisipasi peserta dalam membaca serta memahami materi yang diberikan.

Melalui metode tersebut, diharapkan peserta memperoleh informasi yang lebih tepat mengenai kesehatan mental sehingga dapat menumbuhkan sikap yang lebih positif dan suportif terhadap ODGJ.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan Psikoedukasi

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan psikoedukasi kesehatan mental dilaksanakan pada tanggal 12 Mei 2026 di Poli Psikologi RSJD Provinsi Lampung dengan melibatkan tiga orang pengunjung poli sebagai peserta. Kegiatan dilakukan secara langsung melalui penyampaian materi edukasi dan pembagian leaflet kesehatan mental. Selama kegiatan berlangsung, peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan baik serta menunjukkan perhatian terhadap materi yang disampaikan.



Gambar 1. Pelaksanaan psikoedukasi kesehatan mental di Poli Psikologi RSJD Provinsi Lampung

Materi yang diberikan mencakup pengertian gangguan jiwa, berbagai kesalahpahaman yang masih berkembang di masyarakat mengenai Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ), dampak stigma terhadap ODGJ, pentingnya dukungan sosial dalam proses pemulihan, serta cara bersikap yang tepat dan empatik terhadap ODGJ. Penyampaian materi dilakukan menggunakan bahasa yang sederhana dan komunikatif agar mudah dipahami oleh peserta.

Selain penyampaian materi secara lisan, peserta juga memperoleh leaflet edukasi kesehatan mental sebagai media pendukung pembelajaran. Leaflet berisi ringkasan materi yang dapat dibaca kembali setelah kegiatan selesai sehingga informasi yang diberikan dapat dipahami secara lebih berkelanjutan.



Gambar 2. Leaflet edukasi kesehatan mental yang digunakan dalam kegiatan bagian 1



Gambar 3. Leaflet edukasi kesehatan mental yang digunakan dalam kegiatan bagian 2

HASIL KEGIATAN

Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan respons yang positif terhadap kegiatan psikoedukasi. Hal ini terlihat dari perhatian peserta saat penyampaian materi, kesediaan mengikuti kegiatan hingga selesai, serta keterlibatan peserta dalam membaca leaflet yang dibagikan. Peserta juga menunjukkan ketertarikan terhadap informasi yang diberikan, khususnya terkait dampak stigma dan pentingnya dukungan sosial bagi ODGJ.

Pemilihan pengunjung Poli Psikologi sebagai sasaran kegiatan didasarkan pada pertimbangan bahwa kelompok ini memiliki kedekatan dengan layanan kesehatan jiwa dan berpotensi menjadi sumber penyebaran informasi kesehatan mental di lingkungan sekitarnya. Meskipun demikian, kedekatan dengan layanan kesehatan tidak selalu diikuti oleh pemahaman yang memadai mengenai gangguan jiwa maupun cara bersikap yang tepat terhadap ODGJ. Oleh karena itu, pemberian edukasi tetap diperlukan sebagai upaya meningkatkan literasi kesehatan mental di masyarakat.

PEMBAHASAN

Psikoedukasi merupakan salah satu bentuk pendidikan kesehatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan mental. Melalui pemberian informasi yang benar dan mudah dipahami, masyarakat diharapkan mampu mengenali berbagai kesalahpahaman yang selama ini berkembang mengenai gangguan jiwa serta membangun sikap yang lebih positif terhadap ODGJ.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Sanjaya et al. (2026) yang menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan stigma masyarakat terhadap ODGJ. Semakin baik pengetahuan seseorang mengenai kesehatan mental, semakin rendah kecenderungan munculnya stigma terhadap ODGJ. Temuan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan literasi kesehatan mental merupakan salah satu langkah penting dalam upaya mengurangi stigma di masyarakat.

Pentingnya edukasi kesehatan mental juga didukung oleh penelitian Danukusumah et al. (2022) yang menunjukkan bahwa stigma masyarakat terhadap ODGJ masih tergolong tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa informasi yang benar mengenai gangguan jiwa masih perlu disebarluaskan kepada masyarakat agar terbentuk pemahaman yang lebih objektif dan tidak didasarkan pada stereotip negatif.

Selain penyampaian materi secara langsung, penggunaan leaflet dalam kegiatan ini berfungsi sebagai media pendukung yang membantu peserta mengingat kembali informasi yang telah diberikan. Media cetak sederhana seperti leaflet relatif mudah digunakan, dapat dibawa pulang, serta memungkinkan peserta membaca ulang materi sesuai kebutuhan. Rahayu & Irsyadiyah (2022) menyatakan bahwa pemilihan media edukasi yang sesuai dengan karakteristik sasaran dapat mendukung efektivitas kegiatan psikoedukasi.

Secara umum, kegiatan psikoedukasi ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental dapat diterima dengan baik oleh pengunjung Poli Psikologi RSJD Provinsi Lampung. Meskipun dilaksanakan dalam skala kecil, kegiatan ini menjadi salah satu upaya promotif yang dapat mendukung peningkatan literasi kesehatan mental serta mendorong terbentuknya sikap yang lebih empatik dan suportif terhadap ODGJ.

Keterbatasan Kegiatan

Kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan. Jumlah peserta yang terlibat masih terbatas sehingga jangkauan manfaat kegiatan belum dapat menggambarkan kondisi masyarakat secara lebih luas. Selain itu, evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi selama pelaksanaan kegiatan tanpa menggunakan instrumen pengukuran sebelum dan sesudah kegiatan. Oleh karena itu, perubahan tingkat pengetahuan dan sikap peserta belum dapat diukur secara kuantitatif. Kegiatan serupa di masa mendatang dapat melibatkan jumlah peserta yang lebih banyak serta menggunakan metode evaluasi yang lebih terstruktur untuk memperoleh gambaran efektivitas program yang lebih komprehensif.

SIMPULAN

Kegiatan psikoedukasi kesehatan mental yang dilaksanakan di Poli Psikologi RSJD Provinsi Lampung dapat terlaksana dengan baik dan diterima secara positif oleh peserta. Melalui penyampaian materi mengenai gangguan jiwa, stigma terhadap Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ), pentingnya dukungan sosial, serta cara bersikap yang tepat terhadap ODGJ, peserta memperoleh informasi yang lebih akurat mengenai kesehatan mental. Penggunaan leaflet sebagai media pendukung turut membantu penyampaian informasi selama kegiatan berlangsung. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat menjadi salah satu upaya promotif untuk meningkatkan literasi kesehatan mental masyarakat serta mendorong terbentuknya sikap yang lebih empatik dan suportif terhadap ODGJ.

SARAN

Kegiatan psikoedukasi kesehatan mental serupa dapat dilaksanakan dengan melibatkan jumlah peserta yang lebih banyak dan cakupan sasaran yang lebih luas agar manfaat kegiatan dapat menjangkau masyarakat secara lebih optimal. Selain itu, kegiatan selanjutnya disarankan menggunakan instrumen evaluasi yang terstruktur, seperti pengukuran sebelum dan sesudah kegiatan, sehingga perubahan pengetahuan maupun sikap peserta terhadap Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) dapat diketahui secara lebih objektif. Penggunaan metode evaluasi yang lebih sistematis diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas program psikoedukasi kesehatan mental.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak RSJD Provinsi Lampung yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam pelaksanaan kegiatan ini, serta kepada ibu Pradipta Christy Pratiwi, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Lapangan dan Arti Pramadani, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Supervisor Lapangan atas bimbingan dan arahan selama kegiatan berlangsung. Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh peserta yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Danukusumah, F., Suryani, & Shalahuddin, I. (2022). Stigma masyarakat terhadap orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 11(3), 205–212. doi.org/10.33221/jikm.v11i03.1403

Jayanti, N. P. P. A., Putri, N. L. P. A. M., & Hartika, L. D. (2023). Meningkatnya pemahaman masyarakat tentang stigma kesehatan mental: Sebuah project berbasis psikoedukasi pada unit rawat jalan di RSD Mangusada. Prosiding SINAPTEK, 6, 37–46.

Rahayu, P. P., & Irsyadiyah, A. U. (2022). Psikoedukasi tentang kesehatan mental dan psikopatologi pada masyarakat. ABDIRA: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(2), 73–81.

Sanjaya, A., & Rahayu, P. P. (2026). Hubungan tingkat pengetahuan dengan stigmatisasi masyarakat terhadap orang dengan gangguan jiwa di lingkungan RSJ Grhasia Yogyakarta. Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas Aisyiyah Yogyakarta, 4, 1046–1052.

Suwandewi, I., Sulfian, W., & Suriawanto, N. (2026). Hubungan stigma masyarakat dengan perilaku masyarakat terhadap orang dengan gangguan jiwa di Desa Purwosari. VALETUDO: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Nusantara, 1(1), 23–29.

Riset Kesehatan Dasar. (2018). Laporan nasional Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

World Health Organization. (2022). World mental health report: Transforming mental health for all. Geneva: World Health Organization.