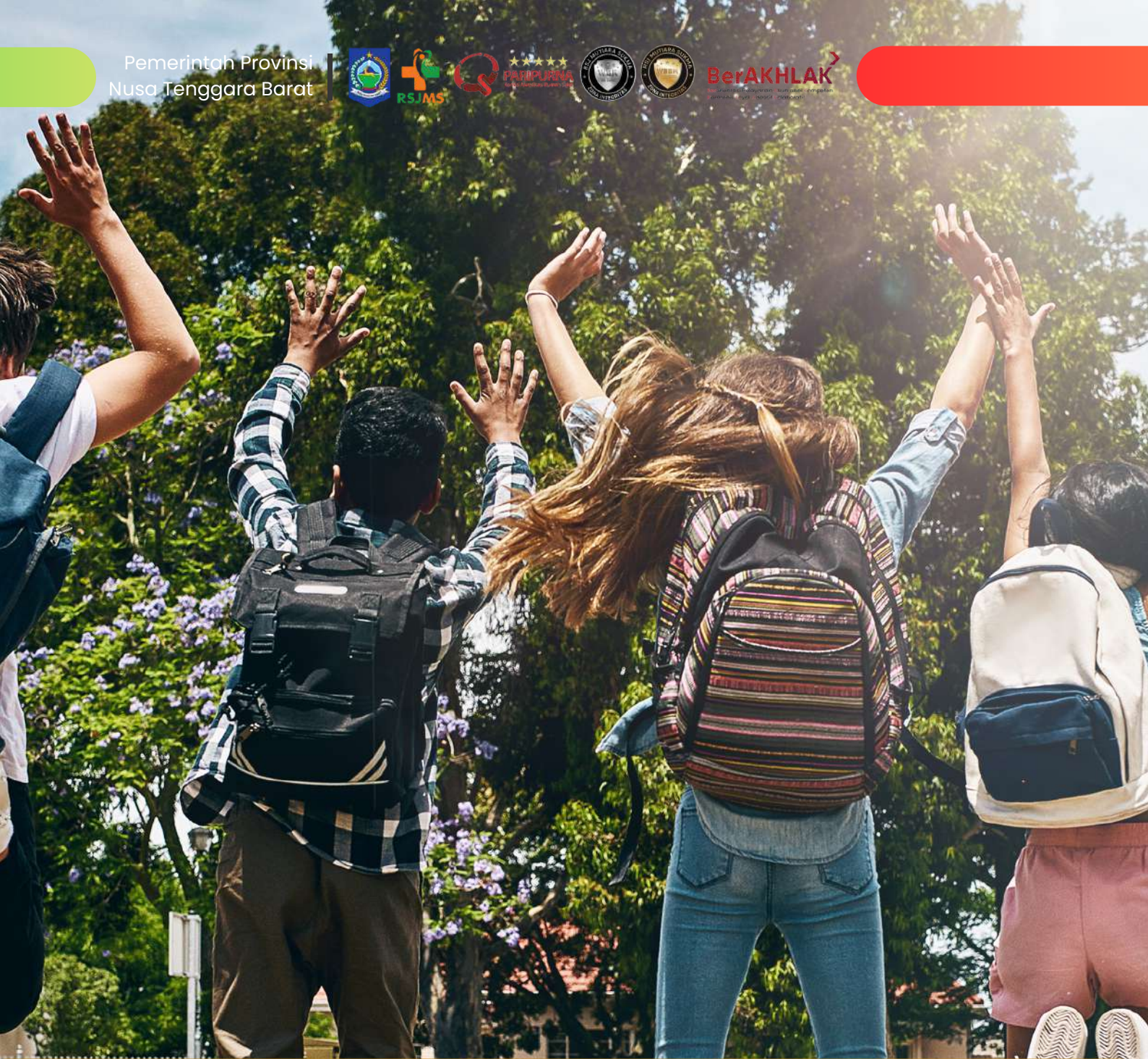




PSIKOLOG GOES TO SCHOOL (PGTS): SEKOLAH HEBAT DIMULAI DARI JIWA YANG SEHAT

Kategori corporate social responsibility

PSIKOLOG GOES TO SCHOOL (PGTS): SEKOLAH HEBAT DIMULAI DARI JIWA YANG SEHAT

Oleh :

Hellen Citra Dewi, M.Psi., Psikolog

Astri Mayasari, M.Psi., Psikolog

RINGKASAN

Tingginya masalah kesehatan jiwa pada siswa SMP/SMA di Nusa Tenggara Barat menunjukkan banyaknya siswa yang mengalami gangguan mental emosional. Kehadiran sekolah dapat menjadi tempat pertama terdeteksinya masalah kesehatan jiwa, sehingga intervensi awal dapat dilakukan. Psikolog Goes to School (PGTS) hadir dengan tujuan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya kesehatan jiwa pada remaja, serta menemukan potensi yang dimiliki untuk mengembangkan kesehatan jiwanya melalui tes intelegensi dan minat bakat. PGTS ini dilakukan secara berkelanjutan setiap tahunnya dan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang upaya menjaga kesehatan jiwa sebesar 47%. Kegiatan ini juga memberikan manfaat tidak hanya pada siswa, tetapi juga sekolah, guru dan orangtua.

LATAR BELAKANG

Berdasarkan data Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (DKJPS) RSJ Mutiara Sukma pada siswa SMP/SMA tahun 2022 di Kab. Lombok Barat, Kota Mataram, Kota Bima dan Kab. Bima ditemukan adanya ide bunuh diri pada remaja sebesar 10%. Belum lagi adanya gangguan mental emosional lainnya, seperti depresi, kecemasan, psikotik, hingga penggunaan napza. Data ini mendukung hasil penelitian ahli *suciodologist* bahwa 4.2% siswa di Indonesia pernah berpikir bunuh diri. Depresi pada remaja dapat disebabkan beberapa hal seperti tekanan akademik, perundungan, faktor keluarga, dan permasalahan ekonomi (Hidayat dkk, 2024). Untuk itu, diperlukan suatu intervensi yang tepat agar dapat mengatasi permasalahan ini.

Usia remaja umumnya merupakan kelompok usia sekolah yang sedang menempuh pendidikan. Pendidikan dan kesehatan jiwa pada remaja memiliki hubungan yang saling berkaitan, dimana lingkungan pendidikan dapat menjadi tempat pertama terdeteksinya masalah kesehatan jiwa, sehingga intervensi bisa dilakukan tepat waktu (Arkansas State University, 2024). Pendidikan dapat mengambil peran

dengan membekali seseorang pengetahuan, keterampilan, dan dukungan sosial untuk tumbuh secara sosial-emosional (Jiang, Lu dan Xie, 2020), salah satunya dengan membekali siswa tentang potensi minat bakatnya agar menjadi salah satu strategi meningkatkan kesehatan jiwa.

Beberapa sekolah telah mengambil peran dalam memberikan bimbingan konseling akademik bagi siswa. Namun, intervensi yang diberikan kepada siswa belum optimal karena keterbatasan kompetensi guru terkait kesehatan jiwa, sehingga membutuhkan pendampingan profesional. Selain itu kurangnya informasi, akses yang terbatas, tingginya stigma dan diskriminasi pada ODMK (Orang Dengan Masalah Kejiwaan) menyebabkan remaja jarang mengakses layanan kesehatan jiwa. Untuk itu, inovasi Psikolog Goes to School (PGTS) hadir sejak tahun 2022 untuk mendekatkan akses, mengoptimalkan peran dan fungsi sekolah dalam layanan kesehatan jiwa. PGTS juga menghadirkan kebaruan pada sistem pelayanan kesehatan jiwa yang lebih komprehensif yaitu dengan melakukan pemeriksaan psikologi melalui tes minat bakat dan intelegensi. Dengan demikian, siswa tidak hanya mengetahui tentang kondisi kesehatan jiwanya saja, tetapi juga potensi yang dimiliki untuk mengembangkan kesehatan jiwanya.

TUJUAN

Tujuan Umum

Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya kesehatan jiwa pada siswa.

Tujuan Khusus

1. Melakukan deteksi dini kesehatan jiwa pada siswa.
2. Melakukan pemeriksaan intelegensi dan minat bakat pada siswa sebagai sumber daya untuk meningkatkan kapasitas kesehatan jiwa

LANGKAH-LANGKAH

1. Persiapan Kegiatan

Berkoordinasi dengan Dinas Pendidikan dan sekolah yang akan dituju untuk kesepakatan pelaksanaan kegiatan. Jumlah siswa penerima layanan Psikolog Goes to School ditargetkan 25 orang siswa/sekolah

2. Persiapan Tim

Tersusun SK Direktur RSJ Mutiara Sukma Nomor 188.4/761/YAN/RSJMS/2022 Tentang Pembentukan Tim Pelaksana Psikolog Go to School yang ditetapkan tanggal 2 Agustus 2022. Kemudian, melakukan koordinasi dengan tim Psikolog Klinis untuk pengaturan jadwal layanan PGTS dan akan dikoordinasikan dengan bagian kepegawaian untuk pembuatan surat tugas tim. Psikolog yang akan memfasilitasi kegiatan ini yaitu dua psikolog tiap sekolah.

3. Persiapan sarana prasarana

Mempersiapkan kuesioner deteksi dini kesehatan jiwa, buku dan lembar jawaban Tes IQ dan tes Minat Bakat serta perlengkapan lainnya yang mendukung kegiatan

4. Pelaksanaan kegiatan

Terdapat dua sesi kegiatan di waktu yang berbeda, yaitu sesi pertama (Promosi Layanan dan Pelaksanaan Tes) dan sesi kedua (Psikoedukasi tentang Kesehatan Jiwa pada Remaja dan Konseling Hasil Individu)

5. Penyusunan Laporan Hasil Kegiatan

Psikolog memeriksa hasil tes dan membuat laporan pemeriksaan psikologis

Kegiatan PGTS memiliki dua sesi kegiatan yang dilakukan pada waktu berbeda di sekolah yang sama

Agenda kegiatan pada sesi 1

- Peserta yaitu 25 siswa berkumpul di aula atau ruang kelas sekolah
- Perwakilan sekolah membuka kegiatan
- Psikolog memberikan *pre-test* mengenai pengetahuan siswa tentang Kesehatan mental dan pelayanan di RSJ Mutiara Sukma
- Psikolog memberikan penyuluhan tentang Kesehatan Jiwa pada Remaja yang dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi
- Psikolog melaksanakan pemeriksaan psikologi yaitu tes kecerdasan, tes minat bakat dan SRQ 29 secara klasikal di dalam kelas

Agenda kegiatan pada sesi 2:

- Peserta yang sama pada sesi pertama kembali berkumpul di dalam kelas
- Psikolog menyampaikan kembali materi tentang Kesehatan Jiwa Pada Remaja, serta dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab
- Siswa mengerjakan *post-test* yang diberikan untuk mengetahui pengetahuan siswa tentang Kesehatan Jiwa dan RSJ Mutiara Sukma, serta kesannya pada seluruh rangkaian kegiatan pada sesi pertama.

- Psikolog memberikan konseling hasil pemeriksaan secara individu dimana masing-masing siswa dipanggil secara bergantian. Konseling meliputi penyampaian hasil skrining kesehatan jiwa dan hasil pemeriksaan intelegensi dan minat bakat, sebagai sumber informasi tambahan bagi siswa tentang dirinya. Konseling juga bertujuan untuk memberikan dukungan psikologis awal kepada siswa atas keluhan yang dimilikinya, membantu siswa menemukan sumber daya yang dimiliki dan mendiskusikan rencana yang dapat diambil untuk mengatasi keluhan tersebut.
- Psikolog juga melaporkan hasil pemeriksaan psikologis kepada Guru Bimbingan Konseling dan Kepala Sekolah serta berdiskusi atas tindakan yang dapat dilakukan sebagai bentuk follow up dari hasil pelaksanaan kegiatan. Psikolog juga memberikan rujukan awal kepada siswa yang membutuhkan bantuan melalui guru BK, serta berkomitmen memfasilitasi pertemuan dengan orangtua murid jika diperlukan.

HASIL

1. Pelaksanaan PGTS berkelanjutan setiap tahun

Kegiatan Psikolog Goes to School setiap tahun selalu dilaksanakan di beberapa Sekolah. Adapun data jumlah siswa yang telah diberikan sosialisasi adalah sebagai berikut:

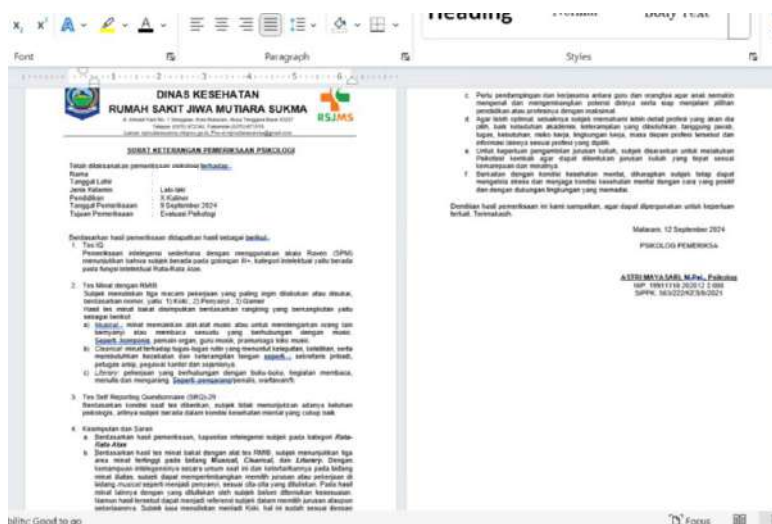
No	Uraian	Jumlah Sekolah	Jumlah Siswa	Tahun	Kab./Kota
1	SMA	11	558	2022	Mataram
2	SMA	8	247	2023	Lombok Barat
3	SMA	14	325	2024	Lombok Barat



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan PGTS

2. Sekolah Memperoleh Data Kesehatan Jiwa Siswa

Sekolah mendapatkan informasi mengenai kondisi psikologis siswanya secara individu. Informasi ini dapat digunakan sebagai bahan pendampingan dan alat komunikasi kepada orangtua wali murid. Banyak siswa yang belum terbuka kepada guru atau orangtua atas permasalahan yang dialami, sehingga kehadiran psikolog ke sekolah sangat berperan bagi pendampingan awal. Melalui inovasi ini, permasalahan psikologis yang berat juga dapat dilanjutkan penanganannya ke RSJ Mutiara Sukma dengan akses yang lebih cepat, mudah dan penanganan professional yang lebih lengkap



Gambar 2. Laporan Hasil Pemeriksaan Psikologi



Gambar 3. Psikolog Melakukan Konseling ke Siswa

3. Meningkatnya pengetahuan siswa tentang pentingnya kesehatan jiwa pada remaja

Berdasarkan *pre-test* dan *post-test* yang diberikan pada siswa di tahun 2024, terdapat peningkatan pengetahuan siswa tentang upaya menjaga kesehatan mental pada remaja. Pada *post-test*, siswa lebih mampu mengenali upaya menjaga kesehatan mental seperti menjaga pola hidup sehat, berpikir positif, beribadah, melakukan hobi dan kegiatan positif serta akses layanan konsultasi profesional. Secara khusus, pengetahuan siswa tentang akses layanan konseling juga semakin meningkat sebanyak 47%. Peningkatan kualitas jawaban ini mengindikasikan bahwa setelah kegiatan PGTS, para siswa/i tidak hanya memahami pentingnya bantuan profesional, tetapi juga memiliki pengetahuan lebih luas tentang berbagai pendekatan holistik dalam menjaga kesehatan jiwa mereka.

4. Diperoleh data hasil deteksi dini kesehatan jiwa pada remaja

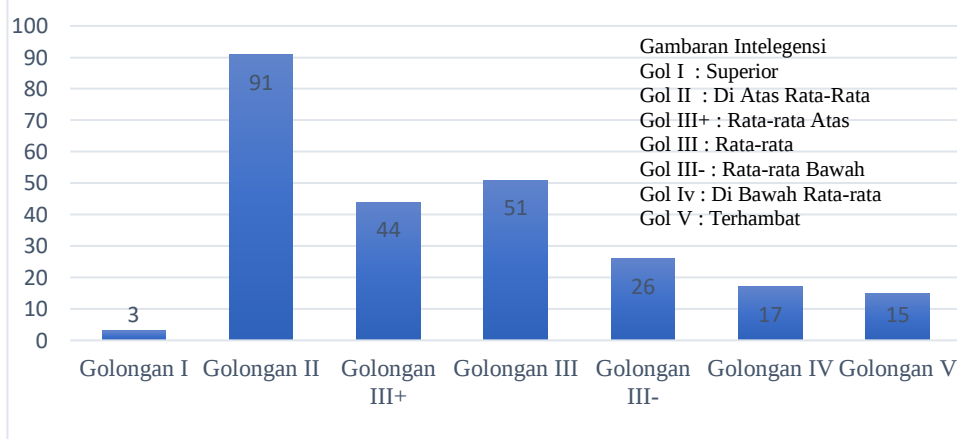
Kegiatan PGTS selalu melakukan *skrining* kesehatan jiwa pada remaja dengan alat SRQ 29, sehingga kita dapat mengetahui kondisi kejiwaan siswa dan menentukan intervensi awal yang dapat dilakukan. Selain itu, hasil pemeriksaan kesehatan jiwa menjadi alat untuk melakukan advokasi dengan sekolah dan dinas terkait untuk menentukan langkah lebih lanjut. Berikut data yang diperoleh pada kegiatan PGTS tahun 2023 dan 2024 :

Hasil Deteksi Dini Skrining Kesehatan Jiwa
Pada Siswa di Lombok Barat 2023-2024

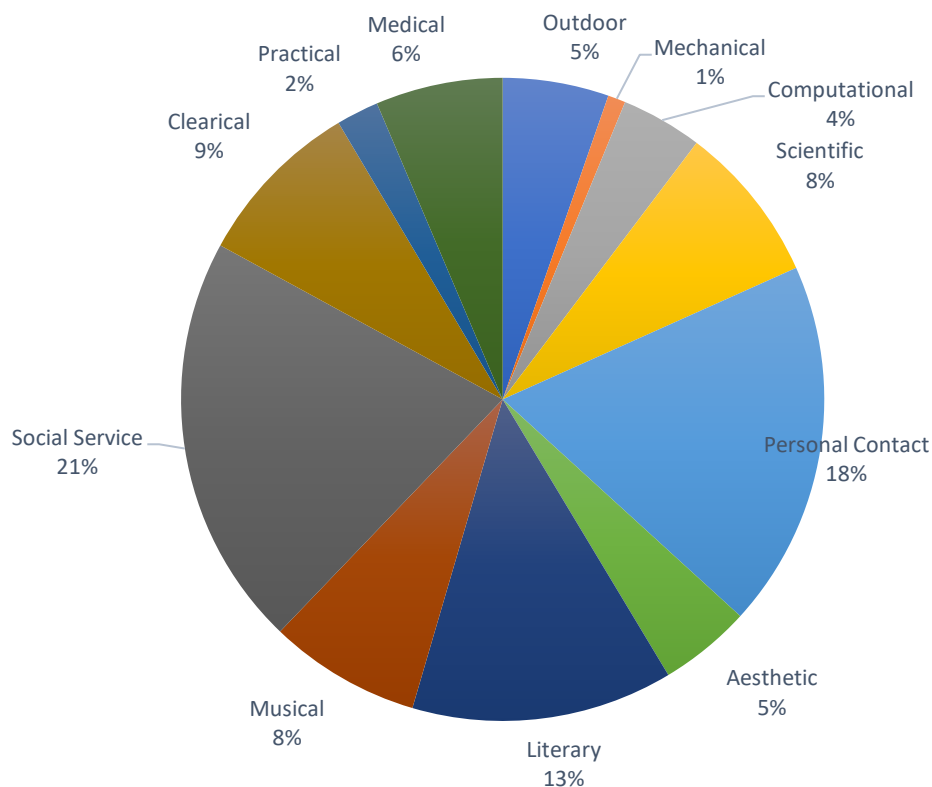


Selain itu, diperolehnya data hasil pemeriksaan intelegensi dan minat bakat pada siswa penerima layanan PGTS. Berikut data yang diperoleh pada kegiatan PGTS tahun 2023 dan 2024 :

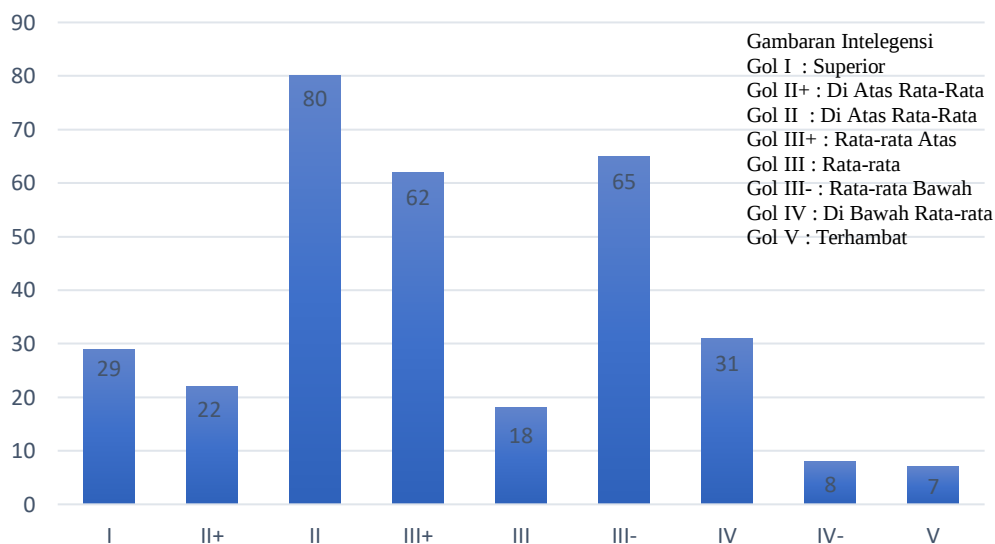
Hasil Pemeriksaan Intelegensi Pada Siswa SMA di
Lombok Barat Tahun 2023



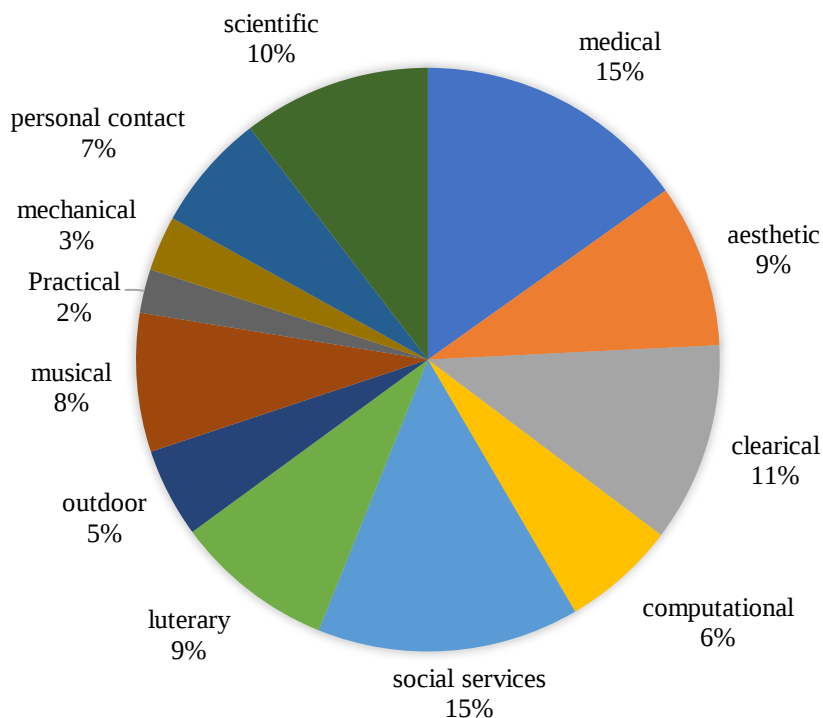
Data Hasil Pemeriksaan Minat Bakat Pada Siswa SMA di Lombok Barat Tahun 2023



Hasil Pemeriksaan Intelegensi Pada Siswa SMA di Lombok Barat Tahun 2024



DATA HASIL PEMERIKSAAN MINAT BAKAT PADA SISWA SMA DI LOMBOK BARAT TAHUN 2024

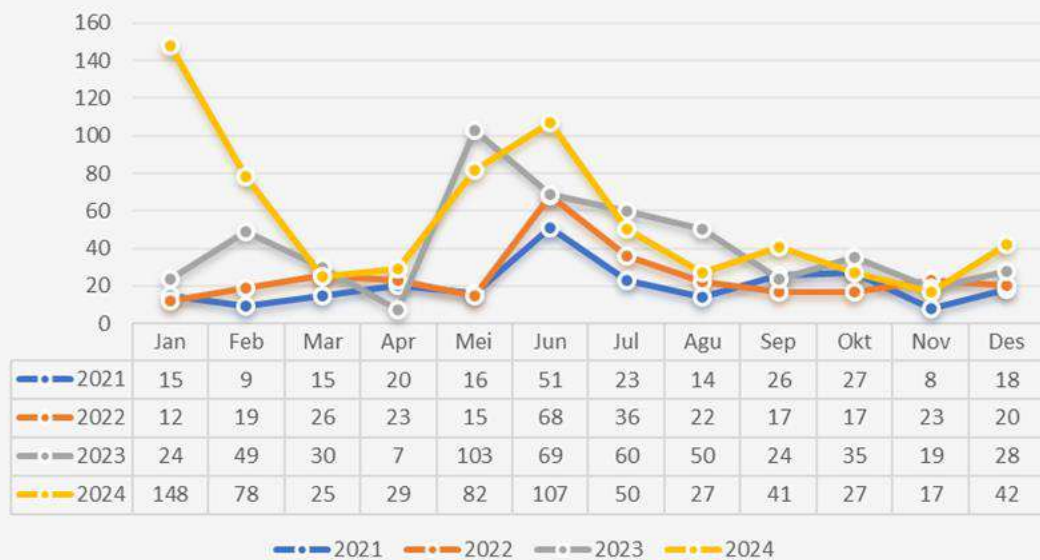


Catatan : Setiap satu orang siswa memiliki hasil dua sampai tiga minat yang paling tertinggi dan dapat menjadi referensi dalam perencanaan karier

5. Meningkatnya kunjungan pasien usia sekolah Poli Psikometri

Hal ini dapat menunjukkan adanya peningkatan kesadaran masyarakat tentang kesehatan jiwa pada anak dan remaja dan menurunnya stigma tentang kesehatan jiwa.

**Grafik Kunjungan Pasien Usia Sekolah Poli Psikometri
2021-2024**



Pada tahun 2021 total kunjungan pasien usia sekolah di Poli Psikometri RSJ Mutiara Sukma sebanyak 242 kunjungan. Di tahun 2022 total kunjungan meningkat menjadi 298 kunjungan. Lalu, di tahun 2023 total kunjungan pasien usia sekolah sebanyak 498 kunjungan. Kemudian, di tahun 2024 total kunjungan meningkat menjadi 673 kunjungan pasien. Berdasarkan data tersebut, terdapat peningkatan jumlah kunjungan pasien usia sekolah yang mengakses layanan di Poli Psikometri dari tahun 2021 hingga 2024 sebesar 178%.

6. Terjalin Kerjasama dan Kolaborasi Lintas Sektor

Kehadiran PGTS telah menghasilkan berbagai kerjasama dengan sekolah, puskesmas, organisasi perangkat daerah, seperti Dinas Kesehatan dan Dinas Pendidikan dan sektor lainnya. Kerjasama dan kolaborasi ini menunjukkan semakin meningkatnya kesadaran masyarakat tentang kesehatan jiwa pada remaja.



Gambar 4. PKS RSJ dengan SMKN 1 Mataram



Gambar 5. Kolaborasi PGTS dengan UKS Puskesmas Babakan



Gambar 6. Kolaborasi PGTS dengan Dinkes Kota Mataram



Gambar 7. Siswa Mengisi SRQ29 online



PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA BARAT
DINAS KESEHATAN
RUMAH SAKIT JIWA MUTIARA SUKMA

Jl. Ahmad Yani No. 1 Selagelas, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat 83237
Telepon (0370) 672140, Faksimili (0370) 671515
Laman: rsjmutiarasukma.ntbprov.go.id, Pos-el: rsjmutiarasukma@gmail.com



SURAT PENGESAHAN

Nomor: 400.7.28/337/JANG/RSJMS/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : dr. Hj. Wiwin Nurhasida
NIP : 19700213 200112 2 002
Pangkat/ Golongan/ Ruang : Pembina Tk. I / IV-b
Jabatan : Direktur Rumah Sakit Jiwa Mutiara Sukma

Dengan ini menerangkan dan mengesahkan bahwa

Nama : Hellen Citra Dewi, M.Psi
NIP : 19910227 201903 2 005
Pangkat/ Golongan/ Ruang : Penata / III-c
Jabatan : Psikolog Klinis Ahli Muda

Nama : Astri Mayasari, M.Psi
NIP : 1911116 202012 2 018
Pangkat/ Golongan/ Ruang : Penata Tk. I / III-b
Jabatan : Psikolog Klinis Ahli Pertama

Telah menyusun makalah dengan judul "**Psikolog Goes to School (PGTS): Sekolah Hebat dimulai dari Jiwa yang Sehat**", untuk mengikuti lomba kategori 2 - *corporate social responsibility*, dalam acara PERSI Award 2025 dan tidak keberatan bila dipublikasikan oleh PERSI pusat dengan tujuan untuk menyebarkan pengetahuan dan pengalaman dalam manajemen rumah sakit.

Demikian surat pengesahan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Mataram, 15 Agustus 2025

Direktur Rumah Sakit Jiwa
Mutiara Sukma



dr. Hj. Wiwin Nurhasida
Pembina Tk. I
NIP. 19700213 200112 2 002

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).