



EDUKASI KESEHATAN MENTAL MELALUI *POP-UP BOOK* BAGI ANAK-ANAK PANTI ASUHAN

YOSI OKTARINA^{1*}, VENI MISRIYANI¹, WIKE ASTARIA¹, SISKA SISKA¹, HIDAYATUL DWI SEPTIA¹, NURHUSNA¹

¹*Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Jambi,
Indonesia*

*Corresponding author: oktarinayosi@unja.ac.id

(Received: 30 Maret 2024; Accepted: 11 April 2024; Published on-line: 26 April 2024)

ABSTRAK: Anak-anak yang tinggal di panti asuhan cenderung mengalami permasalahan perkembangan mental/emosional. Permasalahan yang dihadapi mitra yaitu anak-anak mengalami krisis mental, mulai dari stres hingga depresi. Selain itu, mereka cenderung menarik diri dari pergaulan sesama temannya, pembulian verbal, dan merasa tidak percaya diri. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini yaitu untuk memberikan edukasi mengenai kesehatan mental melalui media *pop-up book* untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya kesehatan mental anak. Pelaksanaan kegiatan ini berupa edukasi kesehatan mental melalui media *pop-up book*. Sasaran kegiatan ini adalah anak-anak yatim piatu yang tergabung di Yayasan Sumatera Rindang dengan berjumlah 20 orang dengan rentang usia 7-18 tahun. Kegiatan dilaksanakan di Yayasan Sumatera Rindang. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini meliputi ceramah menggunakan media *pop up book* serta diskusi selama 60 menit. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan mengenai kesehatan mental anak. Hasil yang didapatkan terdapat peningkatan pengetahuan kesehatan mental pada anak-anak panti asuhan Yayasan Sumatera Rindang. Di mana pengetahuan anak mengenai kesehatan mental dengan kategori baik setelah pemberian edukasi melalui *pop-up book* mencapai 80%. Diharapkan media edukasi *pop-up book* dapat digunakan oleh Yayasan Sumatera Rindang khususnya pengasuh sebagai sarana edukasi kesehatan mental bagi anak-anak di Panti Asuhan. Selain itu, diharapkan adanya pendampingan secara berkelanjutan bagi anak-anak di panti asuhan dalam menjaga kesehatan mental.

KEY WORDS: *Edukasi, Kesehatan mental, Panti asuhan.*

1. PENDAHULUAN

Anak-anak sebagai generasi penerus bangsa perlu untuk mendapatkan kehidupan yang layak, sehingga penting bagi anak-anak untuk terpenuhi kebutuhannya baik fisik maupun mental. Namun demikian, terdapat anak-anak yang kurang beruntung seperti anak yatim piatu, anak-anak dengan keterbatasan ekonomi, maupun anak-anak dengan disabilitas [1]. Oleh karena itu, terdapat lembaga sosial yang dapat menjadi *support system* dalam membantu memenuhi kebutuhan anak-anak yang kurang beruntung tersebut yaitu panti asuhan.

Panti asuhan merupakan suatu lembaga sosial yang membantu membentuk perkembangan anak-anak yang tidak memiliki keluarga maupun yang tidak tinggal bersama dengan keluarga sehingga potensi dan kapasitas belajar anak tersebut dapat tumbuh dan berkembang secara wajar. Panti asuhan memberikan pelayanan kesejahteraan sosial seperti

kegiatan penyantunan dan pengentasan anak terlantar, serta memberikan pelayanan pengganti orang tua/wali anak untuk memenuhi kebutuhan fisik, mental, maupun sosial, sehingga anak tersebut memiliki kesempatan yang luas untuk pengembangan kepribadiannya sehingga dapat berperan aktif dalam mengisi pembangunan nasional [2,3,4].

Anak panti asuhan memiliki latar belakang, karakteristik, dan watak yang berbeda. Mereka dituntut untuk dapat berbaur dan berinteraksi satu sama lain di lingkungan panti. Hal ini dapat memicu permasalahan perkembangan mental/emosional anak [5].

Di samping itu, permasalahan kesehatan mental rentan terjadi pada anak yatim piatu yang tinggal di panti asuhan. Hal ini dikarenakan mereka kehilangan cinta dan perhatian langsung dari ayah dan ibu kandungnya. Anak yatim yang tinggal di panti asuhan lebih rentan terhadap pengaruh masalah emosional dan perilaku, karena mereka kurang bahkan tidak mendapat kasih sayang atau perhatian penuh dari keluarganya, beberapa dari mereka cenderung memiliki mental yang lemah, merasa minder, malu dan kurang percaya diri untuk bisa menerima kondisi dirinya. Walaupun anak yatim mendapatkan pengganti orang tua (pengasuh anak), namun tidak selamanya keluarga pengganti yang diperoleh di panti asuhan dapat membantu perkembangan mental anak [6, 7].

Hasil studi Haryanti et al. [2] tentang perkembangan mental emosional pada anak remaja di panti asuhan didapatkan 70% anak memiliki perkembangan mental yang kurang. Serta, terdapat perbedaan perkembangan mental emosional yang signifikan antara remaja yang tinggal di rumah dengan remaja yang tinggal di panti asuhan. Anak yang tinggal dan diasuh bersama orang tua cenderung tidak memiliki gangguan masalah emosional dan perilaku. Studi lain yang dilakukan oleh Hapsari et al. [8] pada 7 orang anak yang tinggal di panti asuhan dengan rentang usia 11-18 tahun didapatkan 85% anak memiliki perasaan tertekan dalam berhubungan sosial dan kurang percaya diri, 57% memiliki perasaan inferior, 43% memiliki perasaan agresif, impulsif, mudah tersinggung, dan memiliki perasaan *insecure*. Anak-anak yang berada di panti asuhan cenderung memiliki perkembangan emosional yang berbeda dengan anak pada umumnya. Hal ini dikarenakan kehilangan orang tua menyebabkan perasaan inkompoten serta perasaan kurang berharga [9,10].

Permasalahan mental yang tidak terselesaikan dengan baik dapat memberikan sejumlah dampak negatif di kemudian hari terutama dalam pembentukan karakter serta memicu gangguan perkembangan emosional. Hal ini dapat memicu gangguan perilaku pada saat dewasa nanti. Oleh karena itu, kesehatan mental perlu dijaga dan dirawat semaksimal mungkin sehingga tidak timbul gangguan mental di kemudian hari. Selain itu, kesehatan mental sangat diperlukan dalam menunjang kesehatan fisik, kinerja dan produktivitas seseorang [2].

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kesadaran terhadap kesehatan mental yaitu melalui edukasi kesehatan mental. Media edukasi yang dapat digunakan yaitu *pop-up book*. Edukasi menggunakan media *pop-up book* akan lebih menarik bagi anak-anak dikarenakan dapat memberikan visualisasi yang lebih jelas. Dibandingkan dengan buku biasa, *pop-up book* dapat membuat anak-anak berinteraksi dengan materi yang disampaikan. *Pop-up book* mampu menampilkan potensi dan isi buku tersebut melalui desain 3 dimensi yang dimunculkan melalui penggabungan lipatan, gulungan, maupun putaran. Kelebihan media ini yaitu *pop up book* melibatkan pembaca seperti menyentuh, membuka, maupun melipat. Hal ini akan membuat pembaca lebih mengingat materi yang dipelajari [11].

Berdasarkan observasi awal di lapangan, ditemukan anak-anak mengalami krisis mental, mulai dari stres hingga depresi. Contoh lain seperti menarik diri dari pergaulan sesama temannya, perundungan secara verbal, dan merasa tidak percaya diri. Selain itu, anak-anak di panti asuhan tersebut belum pernah mendapatkan edukasi kesehatan mental. Diharapkan melalui edukasi kesehatan mental, anak-anak yang berada di panti asuhan dapat membangun kembali rasa percaya dirinya serta meningkatkan kesehatan mental. Adapun tujuan pelaksanaan pengabdian ini yaitu untuk memberikan edukasi kesehatan mental melalui media *pop-up book* pada anak usia sekolah di Yayasan Sumatera Rindang.

2. METODE PENELITIAN/PENGABDIAN

Pelaksanaan kegiatan ini berupa edukasi kesehatan mental melalui media *pop-up book*. Sasaran kegiatan ini adalah anak-anak yatim piatu yang tergabung di Yayasan Sumatera Rindang dengan berjumlah 20 orang dengan rentang usia 7-18 tahun. Kegiatan dilaksanakan di Yayasan Sumatera Rindang. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini meliputi ceramah menggunakan media *pop up book* serta diskusi selama 60 menit. Adapun secara rinci tahapan kegiatan pengabdian tersebut meliputi:

- 1) Tahap persiapan: identifikasi permasalahan yang dialami melalui *focus group discussion* dan observasi, menyusun solusi dari permasalahan yang dialami mitra, menyusun jadwal pelaksanaan kegiatan, dan menginventarisir kebutuhan sarana dan prasarana yang diperlukan saat pengabdian;
- 2) Tahap pelaksanaan: edukasi kesehatan mental menggunakan media *pop-up book* dengan materi pengertian kesehatan mental, tanda dan gejala gangguan mental, dampak gangguan kesehatan mental, cara menjaga dan mencegah masalah kesehatan mental;
- 3) Tahap evaluasi: evaluasi dinilai dari hasil *post test* yang dilakukan pada peserta melalui pemberian kuesioner.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dalam pengabdian ini yaitu *pop-up book* sebagai media pembelajaran dalam upaya meningkatkan kesehatan mental bagi anak panti asuhan di yayasan sumatera rindang tersebut. Adapun banyak anak-anak di panti berjumlah 20 orang dengan jumlah anak perempuan lebih banyak dibandingkan jumlah anak laki-laki.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (n=20)

| Karakteristik Responden | Frekuensi (%) |
|-------------------------|---------------|
| Jenis Kelamin | |
| Laki-Laki | 8 (40) |
| Perempuan | 12 (60) |
| Usia | |
| 7-12 tahun | 14 (70) |
| 13-18 tahun | 6 (30) |

Berdasarkan tabel 1, diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 12 orang (60%). Serta, sebagian besar responden dalam rentang usia 13-18 tahun (75%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Anak (n=20)

| Penyuluhan | Frekuensi (%) |
|-------------|---------------|
| Sebelum | |
| Baik | 8 (40) |
| Kurang Baik | 12 (60) |
| Sesudah | |
| Baik | 16 (80) |
| Kurang Baik | 4 (20) |

Berdasarkan tabel 2, tingkat pemahaman anak mengenai kesehatan mental mengalami peningkatan. Sebelum pemberian edukasi, pemahaman anak mengenai kesehatan mental hanya 40%. Setelah diberikan edukasi, tingkat pemahaman terhadap kesehatan mental mengalami peningkatan menjadi 80%.

Kesehatan mental diketahui sebagai kontributor kelima terhadap beban penyakit global. Seseorang dengan sehat mental memiliki perasaan berharga, bermanfaat, merasa cukup, mampu dipercaya orang lain, mampu belajar dari pengalaman, mampu memberi dan menerima pertemanan, afeksi, cinta, serta mampu membangun keeratan sosial [12]. Dalam mengurangi beban gangguan mental diperlukan upaya preventif dan promotif kesehatan mental baik di tingkat perumusan kebijakan, legislasi, pengambilan keputusan, alokasi sumber daya, serta sistem perawatan kesehatan secara menyeluruh [12,13,14].



Gambar 1. Pop-Up Book Kesehatan Mental

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian, setelah pemberian edukasi kesehatan mental menggunakan *pop-up book*, mayoritas anak-anak di panti asuhan telah memahami pentingnya menjaga kesehatan mental. *Pop up-book* merupakan media pembelajaran berbentuk tiga dimensi saat dibuka. *Pop up-book* dirancang sedemikian rupa dan dibuat semenarik mungkin agar anak-anak tertarik dengan materi yang disampaikan. Di mana anak-anak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini, mayoritas berada dalam rentang usia 7-12 tahun. *Pop-up Book* yang disusun mencakup materi kesehatan mental seperti pengertian, penyebab, tanda dan gejala gangguan kesehatan mental, dampak gangguan kesehatan mental, serta cara menjaga kesehatan mental. Anak-anak diajarkan cara mengenali emosi seperti marah, sedih, kecewa, bahagia dan juga stres. Selain itu, mereka juga diajarkan strategi untuk mengelola stres serta upaya mengatasinya. Dengan adanya *pop-up book*, hal ini menjadi salah satu alternatif bagi pengasuh di panti asuhan dalam memberikan edukasi kepada anak-anak yang ada di panti asuhan. Berdasarkan hasil observasi, pada saat penyampaian materi menggunakan media *pop-up book*, anak-anak merasa tertarik dan antusias terhadap materi

edukasi yang diberikan. Selain itu, hasil evaluasi menggunakan kuesioner terdapat peningkatan pemahaman anak mengenai kesehatan mental.



Gambar 2. Edukasi Kesehatan Mental



Gambar 3. Foto Bersama dengan Peserta

Setelah pemberian edukasi, anak-anak yang berada di panti asuhan diharapkan lebih *aware* terhadap kesehatan mental. Anak-anak yang sebelumnya belum memahami pentingnya kesehatan mental, mengenal emosi, serta cara mengelola emosi kini telah memahami. Penting bagi anak-anak yang ada di panti asuhan memahami dan mengelola emosinya. Hal ini dikarenakan anak yatim piatu cenderung memiliki permasalahan mental yang lemah. Lemahnya mental ini disebabkan anak-anak tersebut tidak memiliki orang tua kandung baik ayah, ibu, atau bahkan keduanya. Permasalahan emosional yang umumnya dihadapi pada anak-anak yatim piatu seperti kecemasan akan kebutuhan tidak terpenuhi, kesepian diakibatkan tidak ada lagi orang tua kandung, kemarahan akibat merasa adanya tidakadilan dalam hidup, rasa bersalah, menutup diri, pesimis terhadap kehidupan dan citacitanya, dan minder. Seseorang yang mengalami stress maupun depresi serta diikuti rasa marah dapat menyebabkan perilaku sosial negatif mengalami peningkatan. Hal ini dapat menimbulkan perilaku agresif [15,10].

Penggunaan media *pop-up book* dalam pemberian edukasi kesehatan mental merupakan salah satu inovasi khususnya dalam media pembelajaran. Orang tua asuh di panti asuhan dapat menggunakan media ini untuk menyampaikan edukasi mengenai kesehatan mental khususnya bagi anak-anak usia sekolah. Sehingga, anak-anak akan lebih tertarik dan mudah memahami informasi yang diberikan.

4. KESIMPULAN

Terdapat peningkatan pengetahuan kesehatan mental pada anak-anak panti asuhan Yayasan Rindang. Di mana pengetahuan anak mengenai kesehatan mental dengan kategori baik setelah pemberian edukasi melalui *pop-up book* mencapai 80%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Direktorat Belmawa Dirjen Dikti Ristek yang telah memberikan pendanaan melalui Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) 2023 serta seluruh pihak yang telah memberikan dukungan hingga terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] Silitonga, T. F. C., Simatupang, W. P. S., Ginting, L. C., Zaidan, M. A., & Vieri, H. C. (2023). Peran Panti Asuhan Yayasan Rumah Bakti Kasih Anak Indonesia dalam Membentuk Karakter Anak Panti. *Sosmaniora (Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora)*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v2i1.1461>
- [2] Haryanti, D., Pamela, E. M., & Susanti, Y. (2016). Perkembangan Mental Emosional Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(2), 97–104.
- [3] Karyadiputra, E., Mahalisa, G., Sidik, A., & Wathan, M. R. (2019). Pengembangan Kreativitas Anak Asuh Berbasis TI dalam Menanamkan Nilai Wirausaha pada Asrama Putera Panti Asuhan Yatim Piatu dan Dhua'Afa Yayasan Al-Ashr Banjarmasin. *Jurnal Al-Ikhlas*, 4(2), 186–190.
- [4] Kemensos. (2010). Keputusan Menteri Sosial Republik Indonesia Tentang Panduan Umum Program Kesejahteraan Sosial Anak, Pub. L. No. 15 A/HUK/2010.
- [5] Albaroroh, R. (2016). Interaksi Sosial di Panti Asuhan dalam Membentuk Tingkah laku Anak (Studi di Balai Rehabilitasi Sosial dan Pengasuhan Anak (BRSPA) Sleman Yogyakarta [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- [6] Kaur, R., Vinnakota, A., Panigrahi, S., & Manasa, R. V. (2018). A descriptive study on behavioral and emotional problems in orphans and other vulnerable children staying in institutional homes. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 40(2), 161–168. https://doi.org/10.4103/IJPSYM.IJPSYM_316_17
- [7] Raudhati, S. (2021). Mental Emosional Anak Yatim Piatu di LKSA Yayasan LPI Sirajul Mudi Al-Iziyah Kecamatan Makmur Kabupaten Bireun. *Jurnal Kesehatan Almuslim*, 2, 23–26.
- [8] Hapsari, L. I., Jati, S. N., & Trisnawati, E. (2022). Kematangan Sosial Emosional Remaja (Studi Kasus pada Remaja Panti Asuhan Tunas Harapan). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 9(2), 109–119.
- [9] Syanti, W. R. (2019). Pelatihan Self Esteem pada Remaja di Panti Asuhan "X." *INTUISI: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(1).
- [10] Stevanus, K., & Setiarini, M. (2022). Perkembangan Emosional Remaja Yatim Piatu. *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen*, 3(1), 44–53. <https://doi.org/10.51667>
- [11] Sinuraya, W. T. B., Musyaddad, M., Febriyanti, D., Sutri, S., Qistimahami, Q., & Pathoni, H. (2023). Penerapan Media Pembelajaran Pop-Up Book Kesehatan Mental Berbasis Audio Visual dan Augmented Reality untuk Mengatasi Permasalahan Mental pada Siswa Disabilitas. *Innovative: Journal of Science Research*, 3(5), 2092–2104. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- [12] Aryantiningsih, D. S., Hamduna, A., Oktavia, N., Ilysa, T. N., Viola, A. D., & Parlin, W. (2023). Edukasi Kesehatan Melalui Pelatihan Perawatan Mental Sebagai Upaya Menjaga Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(2), 387–394. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- [13] WHO. (2002). Prevention and Promotion in Mental Health.



-
- [14] Alini, A., & Meisyalla, L. N. (2022). Gambaran Kesehatan Mental Remaja SMPN 2 Bangkinang Kota Kabupaten Kampar. *Jurnal Ners*, 6(1), 80–85.
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
 - [15] Nasution, I. K. (2007). *Stres Pada Remaja* [Skripsi]. Universitas Sumatera Utara.