

KAMPANYE EDUKASI MASYARAKAT SERTA PENDAMPINGAN PSIKOLOGIS ORANG DENGAN SKIZOFRENIA

**Listiyani Dewi Hartika, Agnes Utari Hanum Ayuningtias,
Edwin Adrianta Surijah, Ari Indra Dewi, I Rai Hardika,
Ni Ketut Jeni Adhi, Dermawan Waruwu, I Wayan Damayana,
Tio Rosalina**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Sains dan Teknologi, Universitas
Dhyana Pura
Email: psikologi.undhira@gmail.com

ABSTRAK

Orang dengan Skizofrenia (ODS) seringkali mendapat perlakuan buruk dari masyarakat karena dianggap 'gila', tidak dapat mandiri, dan tidak mendapat hak-hak seperti yang dimiliki oleh masyarakat lainnya. Diskriminasi ini yang menggerakkan terciptanya kerja sama dengan rumah berdaya untuk membuat suatu program yang dapat mendekatkan ODS dengan masyarakat. Program ini terdiri dari tiga bagian, yaitu pendampingan psikologis ODS yang berlokasi di Rumah Berdaya, kampanye kesehatan mental bersama ODS di Lapangan Lumintang, ditutup dengan seminar dan talkshow bersama ODS di Aula Universitas Dhyana Pura. Dari rangkaian kegiatan tersebut, diharapkan masyarakat dapat lebih membuka diri terhadap kehadiran ODS yang telah pulih dalam lingkungan sekitar mereka. Di sisi lain, program ini juga diharapkan dapat membantu ODS dalam menyesuaikan diri di lingkungan sekitar mereka setelah masa pengobatan Skizofrenia selesai dilakukan. Jadi, program ini tidak hanya berguna bagi pihak ODS dan keluarga, namun juga masyarakat umum yang belum memiliki pemahaman tentang gangguan skizofrenia.

Kata kunci: Skizofrenia, Rumah Berdaya Denpasar, Bali

ABSTRACT

People with Schizophrenia (ODS) often get bad treatment from the community because they are considered 'crazy', cannot be independent, and do not get rights like those of other communities. This discrimination drives the creation of cooperation with empowered homes to create a program that can bring ODS closer to the community. The program consists of three parts, namely the psychological assistance of ODS located in Rumah Berdaya, a mental health campaign with ODS at Lumintang Field, closed with seminars and talk shows with ODS at the Dhyana Pura University Hall. From the series of activities, it is expected that the community can be more open to the presence of ODS who have recovered in their surroundings. On the other hand, this program is also expected to help ODS in adjusting to the environment around them after the completion of the Schizophrenia treatment. So, this program is not only useful for ODS and families, but also for the general public who do not yet have an understanding of schizophrenic disorders.

Keywords: Schizophrenia, Rumah Berdaya Denpasar, Bali

1. Pendahuluan

Skizofrenia adalah gangguan mental yang ditandai secara umum dengan munculnya periode halusinasi atau delusi (Kring, 2015). Halusinasi adalah gejala yang membuat penderita merasakan penglihatan, pendengaran, atau sensasi indera lainnya tanpa adanya stimulus yang jelas. Delusi ditandai dengan kepercayaan yang berlebihan dan tidak logis terkait suatu hal, biasanya melebih-lebihkan situasi kehidupan yang dialami. Dampak dari gangguan skizofrenia tidak hanya dialami oleh orang dengan skizofrenia (ODS), namun juga keluarga dan lingkungan sekitarnya. Penilaian subjektif yang diberikan masyarakat kepada ODS membuat kelompok masyarakat minoritas ini lalu tidak mendapat kesempatan untuk menjalin relasi sosial dan bekerja. Penilaian ini yang biasa disebut dengan stigma.

Menurut Corrigan dan Larson (sitat dalam Mueser & Jeste, 2008), stigma yang diberikan oleh masyarakat kepada orang dengan gangguan kejiwaan terdiri dari stereotip yang negatif, prasangka, dan diskriminasi. Stigma ini sering muncul pada orang dengan skizofrenia karena orang awam menganggap bahwa mereka adalah orang yang berbahaya dan tidak berkompeten. Selain itu, orang awam juga merasakan emosi yang negatif terhadap mereka, seperti rasa takut sehingga melakukan diskriminasi dan tidak ingin mempekerjakan orang dengan gangguan skizofrenia (Muzdalifah, 2013).

Jika stigma terhadap ODS dapat dihapuskan, maka ODS akan mendapat kesempatan yang sama dengan orang lain untuk berkarya dalam masyarakat. Hal ini yang kemudian melatarbelakangi pelaksanaan program pengabdian yang menasar pada berkurangnya stigma negatif terhadap orang dengan gangguan jiwa, khususnya Skizofrenia.

2. Solusi dan Target Luaran

Program pengabdian ini memiliki dilaksanakan dengan tujuan dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan stigma negatif masyarakat terhadap Orang Dengan Skizofrenia (ODS) dan mengganti stigma tersebut dengan pemikiran yang lebih positif, agar ODS dapat diterima kembali dalam masyarakat. Tolak ukur target ini terlaksana atau tidak terletak pada evaluasi yang diadakan pada akhir rangkaian acara. Evaluasi tersebut berupa kuesioner yang diberikan pada awal dan akhir rangkaian acara, lalu dibandingkan hasil keduanya untuk dapat menarik kesimpulan terkait efektivitas pelaksanaan program pengabdian.

Luaran pengabdian ini adalah perbaikan tata nilai masyarakat terkait kesehatan mental yang indikatornya dapat dilihat pada proses evaluasi yang dilakukan dan nantinya akan menjadi materi ajar untuk mahasiswa. Selain itu, peningkatan daya saing, khususnya dialami oleh ODS berkat menurunnya stigma dan penghargaan sosial yang diberikan masyarakat, juga menjadi luaran dalam program pengabdian ini.

3. Metode

Sebelum menetapkan metode, terlebih dahulu dipetkan kondisi yang terjadi di masyarakat. Keseluruhan hasil survey dapat disimpulkan bahwa masih banyak masyarakat yang berjumlah 47% tidak paham mengenai skizofrenia dan orang dengan skizofrenia. Bahkan sebanyak 36% di antara mereka yang pemahamannya tidak utuh dan keliru. Hal ini mungkin disebabkan karena kurangnya informasi yang

tepat dan akurat mengenai skizofrenia. Kebanyakan informasi yang beredar di masyarakat mengenai skizofrenia menggunakan tata bahasa dan istilah-istilah yang tidak mudah untuk dipahami oleh orang awam, sehingga informasi yang disampaikan juga malah menjadi tidak jelas.

Pemahaman mereka yang masih keliru juga memungkinkan bertahannya stigma di dalam diri mereka terhadap ODS. Selain itu, hal ini juga dapat menjadi bukti bahwa stigma terhadap ODS masih ada di masyarakat, meskipun sudah banyak dilakukan psikoedukasi, sosialisasi, penyuluhan, dan sebagainya melalui media sosial, cetak, maupun secara langsung. Hal ini dapat dilihat pada poin pertama yang menganggap bahwa ODS adalah orang gila, serta pada poin kedua, yang mana responden akan lari atau menjauh apabila melihat ODS yang terlantar di jalan. Padahal ODS bukanlah orang yang berbahaya dan tidak perlu di jauhi.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, maka disusunlah rangkaian kegiatan yang terdiri dari tiga bagian, yaitu (1) Pendampingan Psikologis ODS, (2) Kampanye Kesehatan Mental bersama ODS, dan (3) Seminar dan Talkshow Ngopy bareng ODS.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1 Pendampingan Psikologis ODS

Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) merupakan bentuk pendampingan psikologis yang berfokus pada melakukan kegiatan berkelompok di Rumah berdaya. Dalam terapi ini, ODS diajak melakukan berbagai macam aktivitas bersama-sama, baik aktivitas *indoor* maupun *outdoor*. Aktivitas yang biasa diberikan meliputi yoga, melukis, menggambar, menyanyi, membuat kerajinan tangan, memasak, berkebun atau pun melakukan permainan. Tujuan dilakukannya TAK ini adalah untuk mengajak ODS agar tetap bisa saling berinteraksi, menjaga agar tetap aktif, mengasah kreativitas, serta membantu menuangkan pemikiran serta perasaan mereka melalui kegiatan tersebut. Kebanyakan ODS di Rumah Berdaya masih belum mampu membersihkan diri dan lingkungannya. Sehingga, banyak yang berantakan dan sampah berserakan. Terapi Aktivitas Kelompok mencakup kegiatan membersihkan setelah beraktivitas seperti menyapu, memungut sampah, mengepel, mencuci perabotan, dan merapikan barang-barang agar mereka terbiasa melakukan hal tersebut. Selain itu, kegiatan membersihkan setelah beraktivitas ini juga dapat melatih kembali kemandirian mereka.

Selain Terapi Aktivitas Kelompok, terdapat terapi okupasional yang lebih berfokus menumbuhkan kemandirian secara finansial bagi ODS. ODS dilatih untuk mempelajari cara pembuatan suatu produk dan strategi pemasarannya sehingga produk tersebut dapat dijual di pasaran. Produk yang mampu dibuat ODS adalah kaos yang disablon dan didesain sendiri, dupa, memproduksi soto yang dijual di rumah berdaya. Beberapa ODS yang secara kognitif dapat diajak berbicara juga diberikan konseling untuk meringankan tingkat stres dan bersama mencari jalan keluar permasalahan mereka.

4.2 Kampanye Kesehatan Mental Bersama ODS

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 7 Oktober 2018 dalam rangka menyambut hari Kesehatan Mental dunia yang jatuh pada tanggal 10 Oktober 2018. Kegiatan ini dilaksanakan pada *Car Free Day* di Taman Kota Lumintang.

Acara ini dimulai pukul 07.00-10.00 dan terdiri dari beberapa kegiatan, yaitu cek tensi dan layanan konsultasi psikologi gratis, jalan santai di *are car freed day* Taman Kota Denpasar, pembagian brosur mengenai skizofrenia, diskusi kelompok antara ODS dengan peserta mengenai skizofrenia, *sharing* pengalaman ODS dalam masa pemulihan, pemberian informasi mengenai Rumah Berdaya, dan *group art expression* dengan melukis, menggambar maupun menuliskan kata-kata penyemangat pada kertas dengan spidol warna-warni.

Pemberian brosur dilakukan sebagai sarana edukasi kepada masyarakat mengenai skizofrenia. Materi tersebut mencakup definisi, gejala, penanganan skizofrenia, Terdapat 100 brosur yang dicetak dan kemudian diberikan kepada masyarakat yang memang mau menerima informasi mengenai skizofrenia.

Dalam diskusi kelompok, peserta duduk melingkar dan mendengarkan pengalaman dari salah satu ODS. Setelah itu, peserta diberikan kartu yang berisi mengenai mitos dan fakta skizofrenia dan Rumah Berdaya. Masing-masing peserta mendapatkan satu kartu yang kemudian akan diminta untuk menjelaskan isi dari kartu yang mereka dapatkan. Saat sesi ini, pemandu diskusi membantu menjelaskan dan mengkoreksi pendapat dari peserta.

Selanjutnya, peserta dibagi kembali menjadi lima kelompok kecil. Masing-masing kelompok terdiri dari satu ODS dan 5-6 orang peserta. Setiap kelompok akan diminta untuk berinteraksi secara langsung dengan ODS yang ada di dalam kelompoknya. Setelah selesai berinteraksi dan berdiskusi, setiap anggota kelompok diberikan spidol dan kertas. Pada kertas tersebut mereka dapat menggambar maupun menuliskan kesan dan pesan mereka terhadap ODS. Rincian kegiatan dapat dilihat sebagai berikut:

1. *Longmarch*: kegiatan *longmarch* merupakan salah satu kegiatan pembuka pada acara kampanye kesehatan mental. Kegiatan *longmarch* ini mengajak seluruh peserta dan para ODS untuk berkeliling lapangan Lumintang yang bertujuan untuk berolahraga, *refreshing* dan mengajak masyarakat umum yang sedang melakukan kegiatan atau aktivitas di lapangan Lumintang untuk ikut serta dalam acara lebih dekat dengan ODS.
2. *Group Art Expression*: kegiatan ini untuk mengekspresikan seni ODS dan masyarakat dengan cara mengecap bersama dan kegiatan ini bertujuan untuk masyarakat yang mau berpartisipasi dalam mengikuti acara lebih dekat dengan ODS, selanjutnya masyarakat yang mengikuti acara ini diajak untuk mengecap diatas kanvas sebagai tanda ikut untuk mendukung gerakan mengurangi stigma negatif kepada ODS.
3. Pemberian brosur terkait skizofrenia: pemberian brosur terkait skizofrenia kepada masyarakat yang sedang berada di lapangan Lumintang ini bertujuan untuk menambah wawasan masyarakat dalam mengenali gangguan skizofrenia termasuk penyebab dari gangguan skizofrenia, fakta dan mitos mengenai gangguan skizofrenia, dampak stigma negatif bagi ODS dan cara pelaporan jika menemukan ODS yang terlantar atau mengamuk.
4. *Sharing session*: kegiatan *sharing session* ini adalah kegiatan yang terbagi dari kelompok kecil yang terdiri dari lima orang partisipan dan satu orang ODS sebagai pembicara, tujuan dari *sharing session* ini adalah untuk *sharing* pengalaman saat awal mengalami gejala skizofrenia, perasaan menjadi ODS dan menceritakan dampak stigma negatif yang ODS rasakan selama ini, agar masyarakat sadar akan dampak stigma negatif yang mereka rasakan.

Proses evaluasi kegiatan dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Dari lima pernyataan yang diberikandan juga hasil yang didapat dari pernyataan survei *online* yang dilakukan oleh penulis dapat dilihat sebagai berikut (Survei ini diisi oleh 32 responden dari 84 orang yang saat itu mengikuti acara lebih dekat bersama ODS).

Dari hasil 32 responden ternyata dari jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki, dengan presentase 81,3 % dan laki-laki dengan presentase 18,8 %. Data demografi lainnya adalah usia dan pekerjaan. Survei ini didominasi oleh responden pada rentang usia 18 hingga 27 tahun yang berjumlah 32 partisipan. Sedangkan pada aspek pekerjaan, responden dari survei ini berasal berbagai ranah pekerjaan seperti barista, pengangguran, mahasiswa, pegawai swasta, dan pelajar. Respon pada survei ini didominasi oleh mahasiswa yaitu berjumlah 78 % atau 27 orang partisipan mahasiswa.

Setelah merangkum jawaban responden survei *online* terhadap pertanyaan-pertanyaan dalam survei ini, penulis mendapatkan hasil sebagai berikut:

1. Partisipan atau sekitar 50 % partisipan setuju dan 12 partisipan atau 37,5 % partisipan menjawab sangat setuju, mereka menjadi lebih paham mengenai skizofrenia setelah mengikuti kegiatan *Sharing session* bersama ODS.
2. Dari 32 partisipan yang mengikuti acara 29 partisipan mengatakan menjadi lebih mengenal ODS saat mengikuti acara ini.
3. Dari hasil survei manfaat pemberian brosur terkait skizofrenia membuat 11 atau sekitar 34,4 % setuju dan 12 partisipan atau sekitar 37,5 % menjawab sangat setuju menjadi lebih mengetahui apa itu skizofrenia.
4. Dari hasil survei diatas dapat dilihat dari mengikuti kegiatan lebih dekat bersama ODS ini, 29 partisipan atau sekitar 90,6 % mengatakan memperoleh banyak pengetahuan dan pengalaman baru dalam kegiatan ini.

Berdasarkan poin-poin hasil diatas dapat disimpulkan bahwa sudah banyak masyarakat terutama mahasiswa yang mendapatkan pengetahuan lebih luas terkait gangguan skizofrenia dari brosur yang diberikan kepada masyarakat dan mahasiswa yang hadir saat acara lebih dekat dengan ODS selanjutnya lebih mengenal ODS lebih dekat pada saat mengikuti *sharing session* bersama ODS yang diharapkan dapat mengurangi stigma negatif ODS di masyarakat.

4.3 Seminar dan Talkshow Ngopy bareng ODS

Kegiatan *Ngopy Bareng ODS* merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memfasilitasi mahasiswa, siswa atau masyarakat umum agar memahami tentang skizofrenia melalui interaksi bersama orang dengan skizofrenia. Evaluasi diukur dengan memberikan lembar evaluasi yang berisi penilaian terhadap beberapa aspek dalam kegiatan ini. Lembar evaluasi terdiri dari total 12 butir berbentuk skala likert yang terdiri dari empat pilihan skala respon (Sangat Tidak Setuju - Sangat Setuju, satu pertanyaan terbuka, serta kolom masukan dan saran).

Tabel 1. Hasil Evaluasi Seminar dan Talkshow

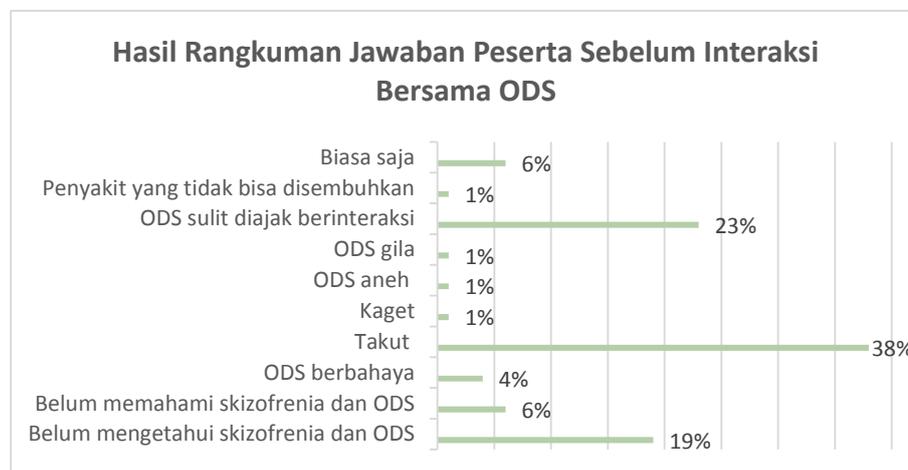
No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
MATERI					
1	Materi yang disajikan sesuai dengan kondisi kebutuhan saya.	-	5%	53%	42%
2	Perbandingan antara pemberian materi, diskusi dan interaksi bersama ODS yang diberikan sesuai dengan kebutuhan.	-	-	43%	57%
AKTIVITAS					
3	Aktivitas-aktivitas dalam seminar ini berguna untuk pengembangan diri saya pribadi.	-	-	45%	55%
4	Jadwal pelaksanaan pelatihan tepat waktu.	-	23%	63%	14%
5	Suasana selama seminar mendukung saya untuk belajar mengenai materi yang diberikan.	-	1%	55%	44%
FASILITATOR					
6	Secara keseluruhan, cara penyajian materi oleh pembicara pertama cukup dapat saya mengerti.	-	-	55%	45%
7	Secara keseluruhan, cara penyajian materi oleh pembicara kedua cukup dapat saya mengerti.	-	-	63%	37%
ALAT BANTU					
8	Penggunaan perangkat bantu membantu saya dalam memahami materi.	-	-	71%	29%
9	Alat bantu dalam pelatihan ini membuat seminar menjadi lebih menyenangkan.	-	-	69%	31%
KESELURUHAN ACARA					
10	Secara keseluruhan, saya merasa puas dengan seminar yang diberikan.	-	-	41%	59%
11	Saya memperoleh banyak pengetahuan dan pengalaman baru dalam seminar ini.	-	-	27%	73%
12	Pemahaman saya mengenai skizofrenia menjadi lebih luas setelah mengikuti seminar ini.	-	-	26%	74%

Berdasarkan Tabel 1 di atas, dapat diketahui bahwa peserta setuju materi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan peserta, perbandingan antara pemberian materi, diskusi dan interaksi dengan ODS yang diberikan juga sesuai. Namun, terdapat tiga peserta merasa tidak setuju bahwa materi yang disajikan sesuai dengan kebutuhannya. Di samping itu, peserta juga setuju bahwa aktivitas yang ada berguna untuk pengembangan diri, dan suasana kegiatan mendukung pembelajaran meskipun jadwal pelaksanaan kegiatan sedikit terlambat.

Dari aspek fasilitator atau pembicara, peserta setuju bahwa fasilitator mampu untuk menyajikan materi sehingga dapat dimengerti. Mengenai alat bantu yang digunakan, peserta tampak setuju bahwa alat bantu yang digunakan membantu untuk memahami materi dan membuat suasana menjadi

menyenangkan. Secara keseluruhan, peserta menganggap bahwa kegiatan ini memuaskan dan menambah pemahaman mereka mengenai skizofrenia.

Butir selanjutnya pada lembar evaluasi adalah pertanyaan mengenai pandangan peserta terhadap ODS saat sebelum dan setelah berinteraksi bersama mereka.



Gambar 1. Rangkuman hasil sebelum interaksi dengan ODS

Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa jawaban terbanyak didominasi adanya rasa takut untuk berinteraksi dengan ODS sebanyak 38%. Jawaban kedua terbanyak menganggap ODS sulit diajak berinteraksi sebanyak 23%. Jawaban ketiga terbanyak, yaitu belum mengetahui skizofrenia dan ODS sebanyak 19%.



Gambar 2. Rangkuman hasil setelah interaksi dengan ODS

Jawaban peserta setelah berinteraksi dengan ODS paling banyak didominasi oleh jawaban ingin lebih tahu dan memahami dengan jumlah 35%. Jawaban kedua dan ketiga didominasi oleh ODS ternyata bisa diajak berinteraksi serta ODS menyenangkan dengan jumlah yang sama, yaitu 12%.

Berdasarkan data tersebut, masih banyak peserta yang merasa takut dan memberikan persepsi negatif terhadap ODS. Namun, rasa takut dan persepsi negatif peserta tidak ditemukan lagi setelah berinteraksi dengan ODS seperti yang tertera pada tabel. Hal ini sesuai dengan pernyataan Febrianti (2017) sebelumnya

bahwa stigma juga dapat dipengaruhi oleh salah satu faktor, yaitu adanya interaksi dengan ODS. Sehingga, pemberian psikoedukasi mengenai skizofrenia yang disertai dengan adanya interaksi bersama ODS ini dapat mengubah stigma pada peserta yang mengikuti kegiatan *Ngopy Bareng ODS*.

Butir yang terakhir adalah masukan dan saran. Tidak semua peserta yang mengisi kolom masukan dan saran. Hanya 40 peserta yang mengisi lembar evaluasi secara lengkap termasuk bagian kolom masukan dan saran. Berikut hasil rangkuman masukan dan saran dari peserta.

1. Adakan kegiatan serupa secara berkelanjutan.
Pada poin ini, sebanyak 60% peserta yang meminta untuk diadakan kegiatan yang serupa kembali secara rutin dengan topik yang banyak membahas mengenai kesehatan mental.
2. Mulai tepat waktu.
Sebanyak 12,5% peserta memberikan masukan agar acara diadakan tepat waktu. Acara ini sedikit terlambat dimulai karena terjadi beberapa kendala yang sudah dijelaskan sebelumnya.
3. Menambah durasi interaksi.
Ada 17,5% peserta memberikan masukan agar menambah durasi interaksi dengan ODS pada kegiatan serupa karena dapat lebih menambah lebih banyak informasi mengenai skizofrenia.
4. Memberikan edukasi serupa secara lebih luas
Pada poin ini, 10% peserta memberikan masukan agar edukasi mengenai skizofrenia dan kesehatan mental diberikan kepada berbagai kalangan, khususnya bagi orang-orang yang kesulitan mendapatkan akses informasi terkait hal tersebut.

5. Simpulan

Rangkaian kegiatan ini bertujuan untuk memberikan psikoedukasi kepada masyarakat mengenai Rumah Berdaya Denpasar dan skizofrenia serta agar mendapat pengalaman secara langsung dalam berinteraksi secara ODS. Kurangnya informasi mengenai skizofrenia di masyarakat menimbulkan stigma terhadap ODS, sehingga hal tersebut juga menjadi permasalahan yang sering terjadi pada ODS di Rumah Berdaya Denpasar. Pemberian psikoedukasi mengenai skizofrenia dengan adanya interaksi bersama ODS menjadi salah satu cara untuk mengurangi stigma terhadap ODS di masyarakat. Berdasarkan hasil evaluasi, kegiatan ini dapat mengubah persepsi negatif dan mengurangi stigma pada peserta setelah berinteraksi langsung dengan ODS.

Pustaka Acuan

- Corrigan, P.W., & Alicia, K. W. (2003). Stigma and disclosure: Implications for coming out of the closet. *Journal of Mental Health*, 12(3): 235-248.
- Kopelowicz, A., & Liberman R. P. (2004). Psychiatric rehabilitation for schizophrenia. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 3: 1-16.
- Kring, A. M., Davison, G., Johnson, S. L., & Neale, J. (2012). *Abnormal psychology* (12th ed). United States of America: John Wiley & Sons, Inc.
- Suryani, Welch, A. and Cox, L. (2013). The phenomena of auditory hallucination as described by Indoensian people with schizophrenia. *Archives of Psychiatric Nursing*, 27: 312-318.