

PENDAMPINGAN PSIKOLOGIS DI PUSKESMAS CEMPAKA PUTIH

¹Rina Rahmatika, ²Dilfa Juniar, ³Ratih Arruum L, ⁴Titi Sahidah F

^{1,2,3,4}Fakultas Psikologi Universitas YARSI, JL. Letjen Suprpto, Cempaka Putih, Jakarta Pusat
e-mail: ¹rina.rahmatika@yarsi.ac.id, ²dilfa.juniar@yarsi.ac.id, ³ratih.arruum@yarsi.ac.id,
⁴titi.sahidah@yarsi.ac.id

Abstrak. Kesehatan manusia tidak hanya dipandang dari segi fisik, namun juga dari aspek psikologis. Mayoritas masyarakat Indonesia masih kurang minatnya untuk memeriksakan kondisi psikisnya dibanding dengan kondisi fisiknya, stigma tentang seseorang yang memeriksakan kondisi psikisnya ke instansi kesehatan seringkali negative, misalnya akan dianggap memiliki gangguan jiwa dan sebagainya. Puskesmas merupakan instansi kesehatan tingkat dasar di pemerintahan yang melayani pasien dari berbagai kalangan masyarakat, tidak dipungkiri banyak pasien yang memiliki keluhan fisik seringkali diiringi oleh kondisi mental yang tidak sehat, namun tenaga kesehatan yang menangani masalah mental belum tersedia di Puskesmas. Data yang diperoleh dari program pendampingan psikologis yang telah dilakukan yaitu layanan pendampingan dilakukan kepada 64 pasien selama periode Juli 2014 – Maret 2015. Pasien tersebut terdiri atas pasien dewasa berjumlah 26, pasien anak 31, dan pasien lansia 1. Hasil evaluasi yang didapatkan menunjukkan bahwa pendampingan psikologis yang didapatkan memuaskan, bermanfaat, diberikan oleh para psikolog yang memiliki kompetensi sesuai dengan bidangnya, dan diharapkan layanan pendampingan psikologis bisa dilakukan secara rutin.

Kata Kunci: Pendampingan psikologis, konseling

1. Pendahuluan

Kesehatan individu tidak hanya dipandang dari segi jasmani, namun juga rohani, oleh karena itu pendekatan yang dilakukan untuk menciptakan individu yang sehat tidak hanya terbatas pada pendekatan medis, namun melibatkan pendekatan lain seperti pendekatan psikologis, sosial, dan spiritual.

Fakultas Psikologi Universitas YARSI sebagai Fakultas yang memiliki warna lokal psikologi kesehatan ingin memberikan kontribusi untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang sehat baik fisik maupun mental dengan melakukan pendampingan psikologis berupa praktik konseling di Puskesmas, khususnya Puskesmas Cempaka Putih.

Puskesmas yang menjadi unit pelayanan kesehatan pertama untuk masyarakat selalu melakukan usaha-usaha untuk meningkatkan pelayanannya bagi masyarakat. Saat ini Puskesmas Cempaka Putih memiliki komitmen untuk memberikan pendekatan psikologis kepada masyarakat, tidak hanya untuk kesehatan mental masyarakat, namun untuk menimbulkan kesadaran masyarakat untuk menjaga kesehatannya. Salah satu bentuk usaha dari puskesmas adalah menjalin kerjasama dengan banyak pihak, salah satunya adalah dengan Fakultas Psikologi YARSI. Hal ini pun sejalan dengan usaha Fakultas Psikologi YARSI untuk selalu mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi terutama di bidang pengabdian masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berupa praktik konseling di puskesmas awalnya diprakarsai oleh MOU dari pihak Dinas Kesehatan DKI Jakarta dan Ikatan Psikologi Klinis Perwakilan DKI Jakarta tentang kerjasama penyelenggaraan kegiatan

partisipasi psikolog dan mahasiswa magister profesi psikologi klinis di puskesmas di DKI Jakarta. Fakultas Psikologi Universitas YARSI yang memiliki beberapa dosen sebagai anggota Ikatan Psikologi Klinis menunjukkan partisipasi dalam kegiatan tersebut sehingga sejak Bulan April 2013 kegiatan praktik psikologi di puskesmas sudah dilakukan oleh beberapa dosen dari Fakultas Psikologi di Puskesmas Cempaka Putih.

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan sebelumnya, Fakultas Psikologi Universitas YARSI mendapatkan beberapa manfaat, di antaranya adalah dikenalnya nama Fakultas Psikologi Universitas YARSI di lingkungan puskesmas dan masyarakat Cempaka Putih, meningkatnya kesadaran masyarakat akan peran psikolog yang ditunjukkan dengan animo masyarakat untuk berkonsultasi ke psikolog, meningkatnya kesadaran petugas kesehatan di puskesmas untuk menyadari bahwa keluhan yang dialami pasien tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik, tetapi juga psikologis (ditunjukkan dengan inisiatif tenaga kesehatan lain untuk merujuk pasien ke poli konsultasi psikologi). Oleh karena itu, Fakultas Psikologi bermaksud untuk meneruskan kegiatan yang telah ada tersebut, harapannya ke depan adalah program ini dapat dijalankan tidak hanya pada Puskesmas Cempaka Putih namun juga pada puskesmas-puskesmas kecamatan yang berada pada lingkup Jakarta Pusat.

1.1 Tujuan Kegiatan

- a. Sosialisasi peran psikolog bagi kesehatan di masyarakat umum
- b. Membantu mencapai misi Puskesmas dalam memberikan pelayanan yang integrative kepada masyarakat.
- c. Didapatkannya evaluasi terkait pelayanan psikologi yang telah diberikan

1.2 Manfaat Kegiatan

- a. Meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan fisik dan mental
- b. Membantu memfasilitasi masyarakat untuk mengatasi permasalahan psikologisnya
- c. Meningkatkan kualitas pelayanan psikologis yang diberikan melalui hasil yang telah diperoleh dari formulir evaluasi kegiatan

2. Tinjauan pustaka

Sehat mental biasanya terkait dengan tidak terdapat sakit emosional, padahal itu hanyalah suatu langkah awal dalam pertumbuhan dan pemenuhan kebutuhan manusia, sehingga tidak cukup hanya bebas sakit emosional saja namun perlu diketahui bagaimana seseorang memperjuangkan tingkat pertumbuhan ke arah yang lebih maju untuk merealisasikan dan mengaktualisasikan semua potensi yang dimiliki manusia (Schultz, 1991)

Menurut Lesmana (2008), konseling dapat dimasukkan dalam hubungan membantu, dan merupakan suatu tehnik untuk intervensi, untuk mengubah tingkah laku. Hubungan membantu sendiri menurut Rogers (dalam Lesmana, 2008) adalah suatu hubungan yang sedikitnya satu pihak terkait mempunyai tujuan meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, kedewasaan, dan juga peningkatan fungsi serta kemampuan untuk menghadapi hidup yang lebih baik dari pihak yang lain itu.

Proses menolong itu sendiri menekankan pada hubungan antarpemenuhan dan orang yang ditolong dalam hal ini adalah konselor dan klien, relasinya bersifat dinamis

yang berarti bahwa relasi tersebut berubah secara konstan baik secara verbal maupun nonverbal (Brammer & Carkuff)

Dalam suatu konseling, diperlukan beberapa faktor yang mendukung, Gladding (dalam Lesmana, 2008) menyatakan sebagai berikut:

- a. Struktur, adalah pemahaman bersama antara konselor dan klien mengenai karakteristik, kondisi, prosedur, dan parameter konseling;
- b. Inisiatif, adalah motivasi untuk berubah biasanya berbentuk sikap kooperatif dari klien;
- c. Tatanan (*setting*) fisik, yaitu penampilan ruang konseling yang menarik dan menghadirkan rasa nyaman bagi diri klien;
- d. Kualitas klien, adalah informasi terkait dengan karakteristik klien dan kesiapan klien dalam konseling;
- e. Kualitas konselor, adalah kondisi konselor yang dapat membantu terjadinya perubahan dalam diri klien yang dihadapinya.

3. Metode

Puskesmas Cempaka Putih dipilih karena Fakultas Psikologi YARSI telah memiliki MoU dengan pihak Ikatan Psikologi Klinis Jakarta yang sebelumnya telah bekerjasama dengan Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta untuk membentuk masyarakat sehat baik fisik maupun mental. Selain itu di Puskesmas Cempaka Putih selama ini belum memiliki tenaga kesehatan yang fokus pada kesehatan mental untuk menangani pasien-pasien yang memiliki masalah kesehatan mental.

Seiring dengan dilakukannya praktik psikologi, diharapkan masyarakat mulai menyadari untuk mengidentifikasi kondisi mentalnya sehingga masyarakat dapat memiliki kesejahteraan secara umum.

Praktik ini diharapkan dapat menggugah pihak puskesmas untuk menyusun atau merancang program-program yang mengarah pada kesehatan masyarakat sehingga dapat memberikan pelayanan yang integratif kepada masyarakat. Hal ini dapat mendorong terbukanya peluang untuk melakukan kegiatan-kegiatan pengabdian masyarakat yang fokus pada kesehatan masyarakat dan sekaligus mengembangkan kerjasama antara pihak Fakultas Psikologi dengan Puskesmas Cempaka Putih.

3.1 Prosedur

Tim kami melakukan penjajagan untuk dilakukannya praktik psikologi lanjutan di Puskesmas Cempaka Putih, kemudian dilakukan sosialisasi kepada pihak puskesmas baik secara langsung melalui pasien atau secara tidak langsung melalui petugas kesehatan. Praktik dilakukan secara rutin, yaitu 1 minggu 1 kali kedatangan dengan maksimal jam praktik adalah 3 jam, berlangsung dari jam 09.00–12.00.

3.2 Rancangan Evaluasi

Evaluasi akan dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada para pasien yang telah mendapatkan penanganan psikologis. Kuesioner akan berisi bagaimana kesan yang diperoleh, adakah manfaat yang diperoleh, adakah kekurangan yang perlu diperbaiki, dan adakah masukan yang bisa diberikan untuk peningkatan pelayanan kesehatan yang terintegrasi.

4. Hasil dan pembahasan

4.1. Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan program pendampingan psikologis telah dimulai di Puskesmas Cempaka Putih sejak bulan Juli 2015 secara rutin 1 minggu 1 kali. Durasi pendampingan psikologis dilakukan yaitu 3 jam sehari sehingga harapannya dapat memberikan pelayanan minimal kepada 3 pasien pada tiap jadwal pelaksanaan.

Pihak Puskesmas Cempaka Putih menyambut dengan baik program ini karena selama ini pasien yang datang tidak hanya mengeluhkan soal masalah fisik, namun juga psikologis dan selama ini petugas kesehatan tidak memiliki kompetensi dalam memberikan pelayanan psikologis yang mumpuni bagi pasien. Oleh karena itu, program ini dapat membantu pihak puskesmas untuk memberikan pelayanan yang baik kepada masyarakat. Selain itu, bentuk kerjasama yang diberikan oleh Puskesmas Cempaka Putih yang mendukung pelaksanaan program adalah

1. menyediakan ruangan khusus untuk pendampingan psikologis;
2. sosialisasi informasi kepada petugas kesehatan tentang program pendampingan psikologis, sehingga para dokter dan perawat akan memberikan rujukan kepada pasien apabila pasien diindikasikan memiliki masalah psikologi;
3. bersedia menerima laporan singkat dari psikolog sebagai bahan dasar acuan dalam pembuatan rujukan ke institusi kesehatan tingkat lanjut bagi pasien yang membutuhkan penanganan lebih lanjut.

Pelaksanaan program pendampingan psikologis tidak dapat terhindar dari berbagai kendala. Kendala pertama adalah kondisi geografis lokasi, yaitu memiliki akses yang rawan banjir sehingga ketika banjir terjadi, psikolog tidak dapat melakukan layanannya di Puskesmas Cempaka Putih. Kendala lain adalah ada saat dimana para psikolog memiliki kegiatan yang tidak bisa ditinggalkan di fakultas sehingga tidak bisa hadir untuk memberikan pelayanan. Namun, kedua hal tersebut masih dapat diatasi dengan dilakukannya komunikasi antar fakultas dan pihak Puskesmas Cempaka putih.

Kendala selanjutnya adalah perpindahan lokasi Puskesmas Cempaka Putih karena adanya keputusan Pemprov DKI tentang layanan kesehatan, lokasi sebelumnya akan digunakan untuk Rumah Sakit dan Puskesmas Cempaka Putih yang berada pada tingkat kecamatan harus pindah ke lokasi baru di tingkat kelurahan. Hal ini cukup menghambat pelaksanaan layanan karena lokasi yang baru lebih sempit sehingga kurang dapat menampung para petugas kesehatan, hal tersebut menyebabkan puskesmas tidak dapat menyediakan ruangan yang layak untuk dilakukannya layanan psikologis. Puskesmas menempatkan layanan psikolog bergabung dengan gizi dan imunisasi sehingga tidak memungkinkan untuk dilakukan pendampingan psikologis karena terdapat pasien lain yang lalu lalang, kemudian kerahasiaan data pasien pendampingan psikologis pun kurang dapat terjaga. Selain itu, informasi terkait ruang layanan yang baru pun kurang di sosialisasikan sehingga pasien tidak tahu apakah layanan psikologi masih tersedi atau tidak. Oleh karena itu beberapa kali jadwal tidak ada pasien yang mendaftar untuk mendapatkan pendampingan.

Kendala yang cukup besar terjadi pada saat pihak fakultas diinformasikan oleh pihak Ikatan Psikologi Klinis (IPK) Jakarta bahwa MOU yang dilakukan dengan Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta telah selesai per Maret 2015, hal ini menyebabkan

kami tidak dapat melanjutkan program meskipun pihak puskesmas sendiri sebenarnya masih membutuhkan program dilaksanakan sampai selesai.

Berdasarkan program pendampingan yang telah dilaksanakan, berikut adalah hasilnya:

1. Klasifikasi kasus

Tabel 1. Klasifikasi Kasus

Nomor	Kelompok usia	Jumlah kasus
1	Dewasa	26
2	Anak	37
3	Lansia	1
Total		64

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa jumlah pasien yang mendapatkan pendampingan psikologis adalah 64 orang, dengan jumlah pertemuan per masing-masing pasien yang tidak sama. Satu pasien dapat saja didampingi 1 kali pertemuan namun banyak juga yang didampingi sampai 2-3 kali pertemuan.

2. Jenis kasus

Terdapat variasi kelompok usia dari pasien, namun yang paling besar ada di kelompok usia anak. Variasi kasus yang dimiliki pun cukup banyak, dari 64 pasien yang mendapatkan pendampingan psikologis, kasus terbanyak pertama yang muncul adalah masalah belajar pada anak yaitu sejumlah 10 pasien, kemudian kasus terbanyak kedua adalah gangguan kecemasan sampai mengarah pada gangguan depresi yaitu sebanyak 6 pasien, sedangkan kasus yang terbanyak ketiga adalah permasalahan keluarga yaitu sebanyak 5 pasien.

3. Hasil Evaluasi Pelayanan

Penyebaran kuesioner evaluasi pelayanan tidak dapat dilakukan secara maksimal karena penyebaran baru dilakukan di Bulan Februari akhir dan Bulan Maret sehingga pasien yang dapat mengisi hanya berjumlah 4 orang. Hal ini terjadi karena kegiatan program sudah dilakukan terlebih dahulu sebelum proposal pengabdian pada masyarakat disetujui. Berikut adalah respon dari beberapa tema pertanyaan yang diberikan:

Tabel 3. Pendapat tentang Layanan

No	Tema Pertanyaan	Memuaskan	Kurang Memuaskan	Tidak memuaskan
1.	Pendapat tentang layanan	3	1	-

Tabel 4. Manfaat Layanan

No	Pernyataan	Bermanfaat	Kurang Bermanfaat	Tidak Bermanfaat
1.	Pendapat tentang manfaat layanan	4	-	-

Tabel 5. Kemampuan Psikolog dalam Memberikan Layanan

No	Pernyataan	Mampu	Kurang Mampu	Tidak Mampu
1.	Pendapat kemampuan psikolog dalam memberikan layanan	4	-	-

Tabel 6. Keperluan layanan dilakukan

No	Pernyataan	Perlu	Kurang Perlu	Tidak Perlu
1.	Perlakuan layanan dilakukan secara rutin	3	1	

Data evaluasi yang terdapat di atas memang didapatkan dari sampel yang terbatas namun tetap dapat menjadi hasil evaluasi dari program pendampingan psikologis di Puskesmas Cempaka Putih. Mayoritas respon pasien menunjukkan bahwa pendampingan psikologis yang didapatkan memuaskan, mereka juga merasa bahwa pendampingan tersebut bermanfaat dan pendampingan diberikan oleh para psikolog yang memiliki kompetensi sesuai dengan bidangnya. Selain itu, pasien juga mengharapkan bahwa layanan pendampingan psikologis bisa dilakukan secara rutin.

Berdasarkan lembar evaluasi, didapatkan saran kualitatif dari salah satu pasien bahwa “psikolog dapat selalu ada untuk pasien”, hal ini menunjukkan adanya kebutuhan dari pasien terhadap layanan pendampingan psikologis ini.

5. Simpulan dan Saran

5.1 Simpulan

1. Program pendampingan psikologis di Puskesmas Cempaka Putih dapat berjalan dengan baik dengan adanya kerjasama yang baik antara tim psikolog, pihak Puskesmas Cempaka Putih dan para pasien
2. Program pendampingan psikologis telah diberikan kepada para pasien dengan kategori yang berbeda yaitu dari anak sampai dengan lansia, dan para pasien memiliki masalah psikologis yang variatif
3. Hasil evaluasi yang didapatkan dari pasien menunjukkan bahwa pendampingan psikologis yang didapatkan memuaskan, bermanfaat, diberikan oleh para psikolog yang memiliki kompetensi sesuai dengan bidangnya, dan diharapkan layanan pendampingan psikologis bisa dilakukan secara rutin.

5.2 Saran

Saran yang diajukan oleh peneliti adalah jumlah sampel pasien untuk dilakukan evaluasi program ditambah sehingga data dapat digeneralisasikan untuk keseluruhan respon pasien.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Cempaka Putih Jakarta Pusat.

Daftar pustaka

- Brammer, L.M. *Helping Relationship*
 Lesmana JM. *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: UI-Press; 2008.
 Schultz D. *Psikologi Pertumbuhan*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius; 1991.