

## PENGUATAN KAPASITAS IBU: IMPLEMENTASI PENGASUHAN EFEKTIF DALAM UPAYA MEWUJUDKAN ANAK SEHAT JIWA DI DESA MARINDAL II KABUPATEN DELISERDANG

**Wardiyah Daulay, Mahnum Lailan Nasution, Jenny Marlindawani Purba**

Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara  
*wardiyah.daulay@usu.ac.id*

### **Abstract**

The role of women, especially mothers, in the family exerts a substantial influence on children's mental health. Mentally healthy children will be realized if they receive good care. By increasing mothers' capacity in effective parenting, it is hoped that mothers' knowledge and skills in caring for children will increase. The knowledge and skills provided are expected to change family behavior so that they can anticipate problems and prevent mental health issues in children. This community service initiative was executed as an implementation of the university's tridharma (three pillars of higher education), involving a service team from the department of mental health nursing and involving students in its implementation. Therefore, this activity can also be used to support the university's main performance indicators, especially involving lecturers and students outside the campus. The methods used in this community service activity were lectures, role-plays, and discussions during training activities. The results of the community service indicated that there is an effect of capacity building through education and mentoring on mothers' knowledge about parenting ( $p$ -value  $0.00 < 0.05$ ). This is seen by the increase in average literacy before and after the training, with a mean difference of 7. It is hoped that capacity building for mothers with children will continue to be provided by cadres and health workers on an ongoing basis so that mental health in children can be realized.

**Keywords:** Capacity Building, Parenting, Mother, Child.

### **Abstrak**

Peran perempuan khususnya ibu dalam keluarga berdampak besar pada kesehatan jiwa anak. Anak yang sehat jiwa akan terwujud apabila pengasuhan yang diterimanya baik. Dengan meningkatkan kapasitas ibu tentang pengasuhan efektif, diharapkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam merawat anak. Pengetahuan dan keterampilan yang diberikan diharapkan mampu merubah perilaku keluarga sehingga nantinya dapat mengantisipasi masalah dan mencegah masalah kesehatan jiwa pada anak. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan sebagai wujud penerapan tridarma perguruan tinggi dengan melibatkan tim pelaksana dari bidang keperawatan jiwa serta partisipasi aktif mahasiswa dalam prosesnya. Dengan demikian, program ini juga berperan dalam mendukung pencapaian indikator kinerja utama perguruan tinggi, terutama dalam hal keterlibatan dosen dan mahasiswa di luar lingkungan kampus. Metode yang dipergunakan pada kegiatan pengabdian ini yakni ceramah, roleplay serta diskusi pada kegiatan pelatihan. Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh penguatan kapasitas melalui edukasi dan pendampingan terhadap pengetahuan ibu tentang pengasuhan ( $p$ -value  $0,00 < 0,05$ ). Dapat terlihat melalui peningkatan rata-rata literasi sebelum dan sesudah diberikan pelatihan dengan selisih mean sebesar 7. Diharapkan peningkatan kapasitas pada ibu-ibu yang memiliki anak tetap diberikan oleh kader dan petugas kesehatan secara berkesinambungan sehingga sehat jiwa pada anak dapat terwujud.

**Keywords:** Penguatan Kapasitas, Pengasuhan, ibu, anak.

## PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan isu kesehatan kompleks yang perlu diperhatikan. Berdasarkan data, sekitar satu dari setiap tujuh anak berusia 10–19 tahun menghadapi gangguan kesehatan mental. Kondisi seperti depresi, rasa cemas, serta perilaku menyimpang merupakan gangguan yang paling sering dijumpai pada kelompok anak dan remaja. Data lain menunjukkan bahwa 57% remaja takut dan khawatir untuk menceritakan kondisi kesehatan jiwa mereka dan 22% remaja berpikir bahwa terapi dan pengobatan kesehatan jiwa akan berdampak pada masa depan mereka (Yayu Mukaromah, 2023).

National Adolescent Jiwa Health Survey (2022) mengungkap bahwa gangguan kesehatan psikologis banyak dialami oleh remaja, dengan proporsi sekitar satu dari tiga orang (34,9%) menunjukkan adanya masalah mental. Hasil tersebut menegaskan bahwa kesehatan jiwa kini menjadi isu penting dalam ranah kesehatan publik.

Masalah kesehatan jiwa anak dan remaja yang tidak mendapatkan penanganan atau tidak ditangani dengan segera dan tepat memiliki konsekuensi jangka panjang. Hal ini dapat meningkatkan risiko berkembangnya kondisi gangguan jiwa kronis di masa dewasa, berdampak pada peluang pendidikan dan karier, hubungan sosial, serta kualitas hidup secara keseluruhan (Yayu Mukaromah, 2023).

Faktor yang memengaruhi terjadinya masalah dan gangguan jiwa pada anak dan remaja diklasifikasikan dalam dua faktor utama, yakni faktor risiko (*risk factor*) serta faktor pelindung (*protective factor*). Faktor pelindung dan faktor risiko tersebut mencakup kesehatan dan lingkungan, keluarga, sekolah, komunitas, dan

teman sebaya (WHO, 2020).

Keluarga ialah satu diantara banyaknya faktor yang paling memengaruhi. Penelitian Sulistiowati et al., (2018) tentang kesehatan jiwa anak dan remaja menyimpulkan hasil bahwa dukungan sosial yang berasal dari orang tua maupun lingkungan pendidikan, termasuk guru pembimbing dan teman sebaya memiliki pengaruh besar terhadap kondisi mental. Peran orang tua menjadi faktor paling krusial dalam memperkuat kesehatan mental anak, sebab mereka berfungsi sebagai pihak utama yang mampu membantu anak mengembangkan mekanisme coping yang adaptif ketika menghadapi tekanan atau permasalahan.

Peran orangtua dalam mengasuh anak menjadi suatu tugas yang menantang. Deater-Deckard & Panneton, (2017) menyoroti bahwasanya kewajiban untuk menjaga kesejahteraan fisik dan emosional anak, mulai dari balita hingga remaja, merupakan tanggung jawab besar yang dapat memicu stres bagi para orang tua.

Upaya preventif terhadap gangguan kesehatan mental pada anak berfokus pada peningkatan daya tahan keluarga, khususnya di kalangan ibu. Ketahanan keluarga menggambarkan kemampuan suatu keluarga dalam menghadapi serta bertahan dari berbagai tantangan maupun ancaman terhadap kesejahteraan mereka, termasuk yang sumbernya dari dalam ataupun luar lingkungan. Tanda-tanda ketahanan keluarga dapat terlihat melalui praktik pengasuhan yang positif serta komunikasi efektif antara orang tua dan anak (Puslitdatin, 2019).

Salah satu kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan dan merubah perilaku orangtua dalam pengasuhan efektif dapat berupa penguatan kapasitas dan pendampingan kesehatan jiwa keluarga. Untuk itu dalam kegiatan ini,

keluarga dapat diajarkan melalui edukasi kesehatan. Petugas kesehatan memberikan edukasi serta kemampuan praktis kepada masyarakat agar mereka mampu memelihara kesehatan pribadi maupun keluarganya (Faridasari, 2020).

Pendidikan kesehatan membutuhkan informasi dasar mengenai tingkat pemahaman ibu agar proses penyampaian materi dapat berlangsung secara optimal dan tepat sasaran. Sasaran utama dari kegiatan ini adalah memperluas wawasan ibu terkait pola asuh anak dengan mendorong pemberdayaan diri, khususnya bagi para ibu, agar lebih aktif dalam mengembangkan kemampuan pengasuhan yang efektif terhadap anak.

## METODE

Pendekatan yang diterapkan adalah Community Development, yakni pendekatan yang berfokus pada upaya penguatan dan pemberdayaan keluarga, khususnya para ibu, dengan menempatkan keluarga sebagai pelaku utama sekaligus penerima manfaat, serta melibatkan mereka secara aktif dalam berbagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Metode awal yang digunakan dalam kegiatan edukasi ini adalah penyuluhan dan diskusi, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman para ibu mengenai strategi pengasuhan anak yang efektif. Pemilihan metode penyuluhan dilakukan agar penyampaian materi menjadi lebih jelas dan efisien. Menurut Notoatmojo (2014), ceramah ialah satu diantara banyaknya metode yang paling seringkali dipergunakan pada proses pembelajaran untuk menyampaikan informasi kepada peserta.

Metode berikutnya yang dipergunakan adalah metode role play dan simulasi untuk menghasilkan

peningkatan keterampilan keluarga pada pengasuhan. Dan metode terakhir pada kegiatan pendampingan keluarga mempergunakan metode praktik untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang sudah didapat kepada anak secara langsung.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pre-test bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman awal para ibu mengenai strategi pengasuhan anak, yang diukur menggunakan kuesioner yang dibuat secara mandiri oleh tim pelaksana.



Gambar 1. Kegiatan Pretest

Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis secara kuantitatif guna mengetahui pola sebaran jawaban para ibu terkait strategi pengasuhan efektif pada anak. Hasil pengolahan data tersebut terlihat melalui tabel 1 di bawah ini:

**Tabel 1. Pengetahuan Ibu tentang Strategi Pengasuhan Efektif Pada Anak di Desa Marindal II (n=40)**

Pengetahuan Ibu	f	(%)
Baik	13	32.5
Cukup	17	42.5
Kurang	10	25

Sesuai tabel 1 terlihat bahwasanya pengetahuan ibu terkait strategi pengasuhan efektif mayoritas dalam kategori cukup yakni sebanyak 17 orang (42.5%). Artinya pengetahuan ibu perlu ditingkatkan untuk mengoptimalkan kesehatan jiwa keluarga khususnya anak.

Kegiatan tahap berikutnya adalah memberikan edukasi dan pendampingan tentang pengasuhan efektif. Edukasi dan pelatihan yang dijalankan melalui metode ceramah, diskusi serta brainstorming oleh tim pengabdi. Setelah edukasi dan pelatihan, dilanjutkan dengan pendampingan ibu yang memiliki anak dengan masalah kesehatan jiwa



**Gambar 2. Edukasi Strategi Pengasuhan Efektif**

Dari data yang telah dikumpulkan melalui kuesioner, didapatkan data pengetahuan ibu tentang pengasuhan efektif sebelum dan sesudah dilakukan penguatan kapasitas melalui edukasi dan pendampingan. Uji bivariat dijalankan guna memahami apakah didapati perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah. Analisa dilakukan dengan uji t dependent dikarenakan sampel homogen dan berskala numerik, didapati hasil pada tabel 2 :

**Tabel 2. Pengaruh Peningkatan Kapasitas dan Pendampingan Ibu terhadap Pengetahuan Ibu (n=40)**

	Mean	SD	SSE	pp-value
Sebelum	68.00	1	1.717	0.00
Sesudah	75.00	9.897	1.591	12.609

Sesuai hasil, terlihat bahwasanya nilai signifikansi  $p$ -value  $> \alpha$  (0.05), ini berarti terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang pengasuhan efektif sesudah dilakukan penguatan kapasitas melalui edukasi dan pelatihan. Pengetahuan ibu

mengalami peningkatan rata-rata tentang strategi pengasuhan efektif, dapat dilihat dari peningkatan rata-rata 68 menjadi 75 (selisih poin 7).

Hasil pengabdian ini selaras akan studi Yan (2024), yang menyatakan bahwasanya pemberian pendidikan pada keluarga berdampak signifikan pada kesehatan mental, keterampilan sosial, harga diri, dan bahkan pertumbuhan anak.

Komponen penting lainnya dari pendidikan keluarga meliputi modifikasi model pendidikan yang tepat waktu dan interaksi orang tua-anak yang konstruktif. Orang tua dapat membuat rencana pembelajaran yang lebih efektif, merefleksikan strategi pengajaran mereka secara teratur, terus belajar tentang pengasuhan anak, berkomunikasi dengan orang tua lain, dan mendukung perkembangan anak yang sehat dengan meningkatkan lingkungan keluarga. Dengan melakukan hal-hal ini, orang tua juga akan lebih mampu berpartisipasi dan memiliki pemahaman yang lebih mendalam tentang perkembangan anak yang sehat (Yan, 2024).

Pengetahuan orangtua terutama ibu dalam pengasuhan, berperan penting dalam proses pembentukan kesehatan jiwa anak. Pengetahuan dan cara mendidik yang baik di rumah berdampak positif terhadap perkembangan jiwa anak, sementara faktor negatif dalam keluarga dapat mengancam perkembangan kesehatan jiwa mereka (Chen, 2024). Untuk dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang bagaimana strategi pengasuhan yang efektif dapat berupa pemberian informasi berbentuk edukasi.

Audiens akan lebih mudah memahami pembelajaran apabila topik yang disampaikan memiliki keterkaitan langsung dengan situasi yang sedang mereka alami. Kesadaran akan

pentingnya informasi tersebut dapat menumbuhkan dorongan internal untuk bertindak atau mengaplikasikannya (Sanjiwani et al., 2022). Proses pendidikan berperan dalam memberikan individu wawasan dan pemahaman tentang makna dari perilaku yang mereka lakukan, sehingga mampu menumbuhkan rasa percaya diri untuk membentuk perilaku baru (Arlinghaus & Johnston, 2018).

## SIMPULAN

Temuan dari kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pemahaman para ibu mengenai strategi pengasuhan yang efektif setelah memperoleh pelatihan dan bimbingan melalui kegiatan edukatif. Diharapkan para kader kesehatan serta pihak puskesmas terus melaksanakan kegiatan penyuluhan secara berkelanjutan guna memantau kondisi kesehatan mental anak dan remaja. Selain itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat menjalin kolaborasi dengan aparat desa dalam mengembangkan program-program yang berfokus pada kesehatan jiwa anak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana kegiatan pengabdian mengungkapkan apresiasi kepada Rektor dan Ketua Lembaga Pengabdian terhadap Masyarakat Universitas Sumatera Utara, serta kepada Kepala Desa Marindal 2 dan HAPSARI atas dukungan yang telah diberikan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Program pengabdian ini dilaksanakan berdasarkan surat tugas yang diterbitkan oleh Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat USU, mengacu kepada Perjanjian Penugasan Pelaksanaan Pengabdian kepada

Masyarakat Skema Kesehatan Tahun Anggaran 2025, dengan nomor: 197/UN5.4.11.K/Kontrak/PM.01.02/2025.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arlinghaus, K. R., & Johnston, C. A. (2018). Advocating for Behavior Change With Education. In *American Journal of Lifestyle Medicine*. <https://doi.org/10.1177/1559827617745479>
- Chen, W. (2024). Analysis of the Influences of Family Education on Children's Mental Health. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/34/20231934>
- Deater-Deckard, K., & Panneton, R. (2017). Parental stress and early child development: Adaptive and maladaptive outcomes. In *Parental Stress and Early Child Development: Adaptive and Maladaptive Outcomes*. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-55376-4>
- Faridasari, I. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang HIV/AIDS. *Jurnal Kesehatan*. <https://doi.org/10.38165/jk.v10i2.17>
- National Adolescent Mental Health Survey, I.-N. (2022). Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS):Laporan Peneleitian. *Pusat Kesehatan Reproduksi*.
- Notoatmojo. (2014). Pengukuran Pengetahuan & Sikap. *Applied Microbiology and Biotechnology*.

- Puslitdatin. (2019). *Penggunaan Narkotika di Kalangan Remaja Meningkat*. Bnn.
- Sanjiwani, A. A. S., Sintari, S. N. N., Wahyudi, H., & Cahyani, A. A. A. E. (2022). Optimalisasi pengasuhan anak melalui stress management skill di desa peguyangan kangin. *Bhakti Community Journal*. <https://doi.org/10.36376/bcj.v1i1.4>
- Sulistiwati, N. M. D., Keliat, B. A., Besral, & Wakhid, A. (2018). Gambaran Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Emosional, Psikologi dan Sosial pada Kesehatan Jiwa Remaja. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*.
- WHO. (2020). WHO | Adolescents and mental health. In *World Health Organization*.
- Yan, B. (2024). Analysis of the Impact of Family Education on Children's Mental Health. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/39/20240721>
- Yayu Mukaromah, V. L. L. (2017). *Buku Pedoman Kesehatan Jiwa Remaja*.