Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat
Vol. 3, No. 2, Juli 2025, Hal. 16 – 21
e-ISSN 2985-3036

Analisis Literatur Terhadap Tantangan Kesehatan Mental Ibu dan Anak di Tabanan, Bali: Tinjauan untuk Strategi Pengabdian Berbasis Komunitas

Imelda Rismayani Gampur[1*], Elisabet Sulastina[2]
[1,2]STIKES Advaita Medika Tabanan
* Penulis Korespondensi: imelda.rismayanigampur@gmail.com

Abstract

Maternal and child mental health has become an increasingly critical issue, particularly in rural communities with limited access to psychosocial information and services. This community engagement program aimed to improve mental health literacy and awareness among mothers and community stakeholders through a participatory approach in Dajan Peken, Tabanan Regency, Bali. The method used was Participatory Action Research (PAR), involving mothers, health cadres, and village officials in all stages of the program: problem mapping, educational outreach, cadre training, and the formation of a mother support group. The results indicated an increased understanding among mothers regarding emotional regulation, the establishment of a community-based support group, and a more active role of cadres in providing health education. Additionally, the program facilitated the emergence of local leadership and strengthened the commitment of village authorities to sustain the initiative. This engagement activity demonstrates the effectiveness of a community-based approach in promoting social transformation and enhancing access to mental health support at the grassroots level.

Keywords*: Mental health; Mothers and children; Participatory approac; Village community*

Abstrak

Masalah kesehatan mental ibu dan anak menjadi isu yang semakin penting, khususnya di tingkat komunitas desa yang masih minim akses informasi dan layanan psikososial. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan literasi dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan mental ibu dan anak melalui pendekatan partisipatif di Desa Dajan Peken, Kecamatan Tabanan, Kabupaten Tabanan, Bali. Metode yang digunakan adalah Participatory Action Research (PAR) dengan melibatkan ibu-ibu anggota Posyandu, kader kesehatan, dan perangkat desa dalam seluruh tahapan: pemetaan masalah, penyuluhan, pelatihan kader, hingga pembentukan kelompok pendukung ibu. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu tentang pentingnya pengelolaan emosi, munculnya kelompok dukungan berbasis komunitas, serta kader yang lebih aktif dalam melakukan edukasi dan pendampingan. Selain itu, kegiatan ini juga mendorong tumbuhnya pemimpin lokal dan komitmen keberlanjutan program oleh pemerintah desa. Pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas efektif dalam mendorong transformasi sosial dan mendekatkan layanan kesehatan mental ke tingkat yang lebih baik.

Kata kunci: Kesehatan mental; Ibu dan anak; Pendekatan partisipatif; Komunitas desa

Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat
Vol. 3, No. 2, Juli 2025, Hal. 16 – 21
e-ISSN 2985-3036

PENDAHULUAN

Kesehatan mental ibu dan anak merupakan aspek krusial dalam pembangunan kualitas sumber daya manusia. Gangguan kesehatan mental pada ibu, seperti depresi pascapersalinan, kecemasan, dan stres, tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis ibu, tetapi juga berpengaruh signifikan terhadap perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak (WHO, 2022). Di Indonesia, prevalensi gangguan kesehatan mental pascapersalinan masih tergolong tinggi, namun layanan kesehatan mental, terutama pada tingkat primer dan komunitas, belum merata (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Kabupaten Tabanan, Bali, sebagai wilayah dengan perpaduan antara kawasan urban dan rural, menghadapi tantangan dalam penyediaan layanan kesehatan mental yang inklusif. Keterbatasan tenaga profesional, stigma sosial, serta rendahnya literasi kesehatan mental menjadi hambatan utama dalam deteksi dini dan penanganan gangguan psikologis pada ibu dan anak (Yuniarti et al., 2021). Selain itu, dukungan sosial dan komunitas yang kuat masih perlu diperkuat melalui intervensi yang terstruktur dan berkelanjutan (Putri & Arimbawa, 2022).

Strategi pengabdian masyarakat berbasis komunitas perlu disusun dengan mempertimbangkan hasil kajian ilmiah yang relevan agar tepat guna dan tepat sasaran. Pendekatan berbasis literatur memungkinkan perancang pengabdian untuk memahami praktik terbaik (best practices), kendala lapangan, serta peluang kolaborasi dengan pemangku kepentingan lokal. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk menganalisis literatur dalam lima tahun terakhir yang membahas tantangan kesehatan mental ibu dan anak, serta menyusun rekomendasi strategi pengabdian masyarakat yang dapat diterapkan di wilayah Tabanan, Bali.

Diharapkan, hasil kajian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan program intervensi berbasis komunitas yang lebih efektif, partisipatif, dan berkelanjutan dalam mendukung kesehatan mental ibu dan anak di daerah tersebut.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pendekatan partisipatif berbasis komunitas (*community-based participatory approach*), dimana masyarakat menjadi subjek sekaligus mitra aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Lokasi pengabdian dilaksanakan di desa Dajan Peken, Kecamatan Tabanan, Kabupaten Tabanan, Provinsi Bali, yang dipilih berdasarkan hasil observasi awal dan komunikasi dengan Dinas Kesehatan setempat serta perangkat desa yang mengidentifikasi adanya kebutuhan akan peningkatan literasi dan layanan kesehatan mental bagi ibu dan anak. Subyek pengabdian meliputi: Ibu rumah tangga dengan anak usia 0–6 tahun yang tergabung dalam Posyandu setempat, Kader Posyandu dan kader kesehatan jiwa desa dan Perangkat desa dan tenaga kesehatan dari Puskesmas wilayah kerja. Keterlibatan mereka dilakukan sejak tahap perencanaan melalui kegiatan diskusi kelompok terarah (FGD) dan pemetaan masalah bersama.

Perencanaan aksi dilakukan secara kolaboratif melalui dua tahap awal, yaitu:

1. Pemetaan kebutuhan masyarakat (*need assessment*) melalui wawancara informal dan FGD dengan ibu-ibu dan kader.
2. Perencanaan program intervensi bersama berdasarkan hasil analisis kebutuhan dan literatur, di mana masyarakat diajak menentukan prioritas masalah dan jenis

Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat
Vol. 3, No. 2, Juli 2025, Hal. 16 – 21
e-ISSN 2985-3036

kegiatan yang dibutuhkan (misalnya, penyuluhan, pelatihan penguatan emosi ibu, dan kelompok pendukung/*peer support group*).

Proses pengorganisasian komunitas melibatkan tokoh masyarakat, perangkat desa, dan petugas kesehatan, yang berperan sebagai fasilitator dalam menjembatani pelaksanaan kegiatan.

Metode pendekatan yang digunakan adalah: *Participatory Action Research (PAR)* sebagai strategi utama yang menggabungkan tindakan nyata dengan refleksi kritis bersama komunitas, analisis literatur sistematis sebagai dasar ilmiah dalam menyusun intervensi, *Community-Based Mental Health Education* untuk penyuluhan dan penguatan kapasitas kader.

Data dikumpulkan melalui: Observasi partisipatif, Wawancara semi-terstruktur, Kuesioner singkat untuk mengukur pemahaman peserta sebelum dan sesudah kegiatan, FGD sebagai metode reflektif. Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan pendekatan tematik untuk mengidentifikasi isu-isu utama, serta penilaian kuantitatif deskriptif terhadap perubahan tingkat pemahaman peserta.

Tabel 1. Tahapan Kegiatan Pengabdian

Tahap	Kegiatan
Persiapan	Koordinasi dengan perangkat desa, survei awal, FGD dengan kader dan ibu-ibu
Perencanaan	Penyusunan rencana intervensi berbasis hasil FGD dan literatur
Pelaksanaan	Penyuluhan, pelatihan kader, pembentukan kelompok dukungan ibu
Evaluasi	Pengumpulan umpan balik, evaluasi hasil kegiatan, refleksi bersama
Tindak lanjut	Rekomendasi keberlanjutan program, pendampingan lanjutan oleh mitra lokal

(Sumber: Data primer tahapan kegiatan pengabdian masyarakat, 2025)

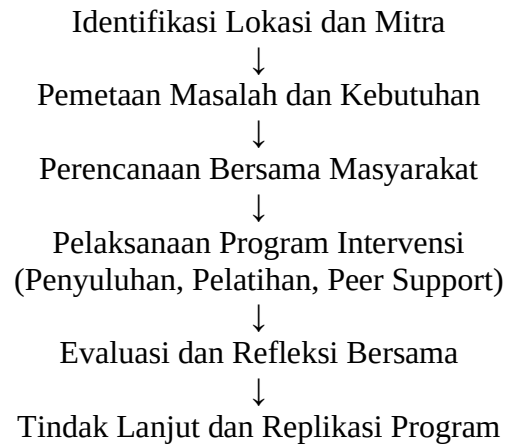

Diagram 1. Alur Metode Pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Dinamika Proses Pendampingan Komunitas.

   Proses pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di desa Dajan Peken, Kecamatan Tabanan, Kabupaten Tabanan, Prov. Bali menunjukkan dinamika interaksi yang cukup positif antara tim pengabdi, mitra (kader dan perangkat desa), serta subjek dampingan (ibu-ibu dengan anak usia dini). Kegiatan diawali dengan pemetaan kebutuhan melalui FGD dan observasi partisipatif yang berhasil mengidentifikasi tiga isu utama: (1) rendahnya pemahaman ibu tentang kesehatan mental anak, (2) kurangnya dukungan emosional terhadap ibu pascapersalinan, dan (3) belum adanya forum komunitas untuk saling berbagi pengalaman dan solusi.

   Setelah tahap pemetaan, dilakukan pertemuan perencanaan bersama dengan kader dan tokoh masyarakat. Dalam proses ini, kader dan ibu-ibu turut menyusun agenda kegiatan dan menentukan metode pelaksanaan. Pendekatan ini membuat peserta merasa dilibatkan secara aktif, yang meningkatkan rasa memiliki terhadap program.

2. Ragam Kegiatan yang Dilaksanakan

   Berbagai kegiatan teknis dan edukatif dilakukan selama masa pengabdian, antara lain:

Tabel 2. Kegiatan yang Dilaksanakan

No	Kegiatan	Bentuk Aksi	Jumlah Peserta	Hasil Sementara
1	Penyuluhan tentang kesehatan mental ibu & anak	Edukasi interaktif dengan media visual	45 ibu	Peningkatan pemahaman dasar tentang emosi anak dan stres ibu
2	Pelatihan kader kesehatan mental komunitas	Simulasi kasus dan role-play	15 kader	Kader mampu mengidentifikasi tanda stres dan depresi ringan
3	Pembentukan kelompok pendukung ibu (*peer support group*)	Diskusi rutin antaribu, difasilitasi kader	20 ibu aktif	Ibu merasa lebih percaya diri dan tidak sendirian dalam mengasuh anak
4	Refleksi dan evaluasi bersama komunitas	Diskusi hasil & rencana keberlanjutan	Tokoh masyarakat dan kader	Disepakati keberlanjutan program melalui dana desa

(Sumber: Data primer hasil kegiatan pengabdian masyarakat, 2025)

3. Perubahan Sosial yang Muncul

   Beberapa perubahan sosial yang diidentifikasi selama dan setelah proses pendampingan adalah:

   a. Munculnya kesadaran kolektif tentang pentingnya kesehatan mental Sebelum kegiatan, sebagian besar ibu menganggap stres dan kecemasan sebagai hal biasa yang harus dipendam sendiri. Setelah penyuluhan dan diskusi terbuka, ibu-ibu mulai menyadari pentingnya berbagi pengalaman dan mencari dukungan.

   b. Pembentukan pranata baru: Kelompok Pendukung Ibu (KPI) Kelompok ini terbentuk secara sukarela oleh para peserta yang ingin melanjutkan pertemuan rutin. KPI menjadi wadah berbagi, saling menguatkan, dan dirancang akan difasilitasi oleh kader secara berkala.

c. Munculnya pemimpin lokal (local leader)
   Seorang kader bernama "Ibu Ni Luh A." secara aktif mengorganisasi pertemuan kelompok, menjadi fasilitator diskusi, dan menjadi penghubung antara tim pengabdi dengan perangkat desa. Ia diusulkan oleh peserta sebagai koordinator KPI.
d. Peningkatan peran kader sebagai agen edukasi komunitas
   Para kader mulai mengambil inisiatif untuk melakukan pendekatan rumah ke rumah kepada ibu-ibu yang belum terjangkau kegiatan. Hal ini menunjukkan tumbuhnya rasa kepemilikan dan komitmen dari komunitas lokal.

4. Tantangan dan Peluang
   Meski banyak perubahan positif, masih ditemukan tantangan seperti:
   a. Hambatan waktu bagi ibu-ibu untuk mengikuti kegiatan secara rutin.
   b. Kurangnya materi edukatif berbahasa lokal atau visual yang mudah dipahami.

Namun, peluang untuk memperluas dampak program sangat terbuka, terutama karena adanya dukungan dari pemerintah desa untuk mengalokasikan dana desa sebagai pendukung kegiatan keberlanjutan kelompok pendukung ibu.

KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Dajan Peken, Kecamatan Tabanan, Kabupaten Tabanan, Prov. Bali, telah memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat, khususnya para ibu dan kader Posyandu, mengenai pentingnya kesehatan mental ibu dan anak. Melalui pendekatan partisipatif dan kolaboratif, berbagai kegiatan seperti penyuluhan, pelatihan kader, serta pembentukan kelompok pendukung ibu berhasil dilaksanakan dengan tingkat partisipasi yang cukup tinggi.

Dampak dari kegiatan ini tidak hanya terbatas pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga terlihat dari munculnya perubahan sosial yang konstruktif, antara lain terbentuknya pranata baru (Kelompok Pendukung Ibu), tumbuhnya pemimpin lokal yang aktif, serta meningkatnya peran kader sebagai agen edukasi komunitas. Perubahan ini menunjukkan adanya potensi transformasi sosial yang berkelanjutan apabila didukung oleh program lanjutan dan kebijakan lokal.

Namun demikian, pengabdian ini juga menghadapi beberapa tantangan seperti keterbatasan waktu peserta dan perlunya penguatan materi edukatif. Oleh karena itu, diperlukan strategi pendampingan lanjutan dan sinergi lebih kuat dengan pemerintah desa serta sektor kesehatan setempat.

.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) [STIKES Advaita Medika Tabanan] atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Pemerintah Desa Dajan Peken, Kecamatan Tabanan, Kabupaten Tabanan, Provinsi Bali, serta seluruh kader Posyandu, tenaga kesehatan Puskesmas, dan ibu-ibu peserta kegiatan yang telah berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan pengabdian.

Tidak lupa apresiasi diberikan kepada para mahasiswa pendamping yang telah membantu dalam proses dokumentasi, pelaksanaan kegiatan, dan pengumpulan data

lapangan. Semoga sinergi dan hasil kolaborasi ini dapat terus dikembangkan dan memberi manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes RI. https://www.kemkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_2022.pdf

Putri, A. M., & Arimbawa, N. G. (2022). Strengthening family support through community-based mental health programs in rural Bali. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 8(2), 112–120. https://doi.org/10.22146/jpkm.70233

World Health Organization (WHO). (2022). *Mental health and maternal well-being: Key facts and global trends*. Geneva: WHO. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health

Yuniarti, K. W., Sari, I. A., & Hartono, Y. D. (2021). Barriers to accessing perinatal mental health services in Indonesia: A qualitative study. *BMC Public Health*, 21(1), 987. https://doi.org/10.1186/s12889-021-11022-6

Zhang, Y., Sun, H., & Tao, F. (2020). Maternal mental health and child development: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 272, 13–23. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.163