



JURNAL

**VOLUME 11 NOMOR 2
SEPTEMBER 2025**

**P-ISSN: 2580-9156
E-ISSN: 2621-8305**

PENGABDIAN MASYARAKAT KESEHATAN

**PENDIDIKAN KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG
KESEHATAN MENTAL PADA PASIEN HEMODIALISA**

***HEALTH EDUCATION TO IMPROVE KNOWLEDGE ABOUT MENTAL HEATH IN
HEMODIALYSIS PATIENT***

Yustina Kristianingsih¹, Dominggus Ruku Yudit Pramono², Yunita Wiguna³
^{1,2,3}STIKES Katolik St Vincentius a Paulo Surabaya

Penulis Korespondensi:

- Yustina Kristianingsih
- STIKes Katolik St Vincentius a Paulo Surabaya

Email:

tinakristiana@gmail.com

Kata Kunci:

Hemodialisa, Kesehatan mental, Pendidikan Kesehatan

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang sejahtera baik secara fisik, mental dan sosial tidak hanya terbebas dari penyakit atau kecatatan/kelemahan. Faktor pemicu gangguan jiwa meliputi faktor biologis, psikologis dan sosial budaya. Faktor biologis seperti kelainan otak organik, genetic dapat memicu terjadinya gangguan kesehatan mental. Ketidakmampuan beradaptasi pada masalah yang dialami sering menimbulkan kecemasan, gangguan emosi dan juga depresi. Jika tidak ditangani dengan baik akan membuat individu jatuh pada gangguan jiwa. Tujuan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pasien hemodialisa tentang kesehatan mental. Metode yang digunakan dalam kegiatan pendidikan kesehatan adalah ceramah dan tanya jawab serta menggunakan media leaflet. Kegiatan diawali dengan pretes kemudian dilakukan pendidikan kesehatan dan diakhiri post test tentang kesehatan mental. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan terdapat peningkatan tingkat pengetahuan pasien hemodialisa menjadi 100% (25 orang) baik. Ketua paguyuban pasien hemodialisa banana RS Siloam Kupang dapat melanjutkan program edukasi masalah kesehatan mental pada pasien HD shif berikutnya dan juga penting untuk memberikan edukasi kesehatan untuk masalah kesehatan mental agar dapat meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisa

ABSTRACT

Mental health is a state of well-being, both physically, mentally, and socially, not merely the absence of disease or disability/weakness. Triggers for mental disorders include biological, psychological, and sociocultural factors. Biological factors such as organic brain disorders and genetics can trigger mental health disorders. The inability to adapt to problems often leads to anxiety, emotional disturbances, and depression. If not handled properly, it can lead to mental disorders. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of hemodialysis patients about mental health. The methods used in health education activities are lectures and questions and the use of leaflets as media. The activity began with a pre-test, followed by health education and concluded with a post-test on mental health. After the health education, there was an increase in the level of knowledge of hemodialysis patients to 100% (25 people). The head of the banana hemodialysis patient association at Siloam Hospital Kupang can continue the mental health education program for HD patients in the next shift. It is also important to provide health education on mental health issues to improve the quality of life of hemodialysis patients.

PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronik (PGK) merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang prevalensinya terus meningkat secara global. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2022), sekitar 10% populasi dunia mengalami gangguan ginjal kronik, dan sebagian besar pasien pada tahap akhir harus menjalani terapi hemodialisa seumur hidup. Di Indonesia, data dari *Perhimpunan Nefrologi Indonesia* (PERNEFRI) tahun 2022 menunjukkan adanya peningkatan jumlah pasien yang menjalani hemodialisa aktif hingga lebih dari 150.000 orang per tahun. Kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang sejahtera baik secara fisik, mental dan sosial tidak hanya terbebas dari penyakit atau kecatatan/kelemahan (Ghazali, 2024). Kesehatan mental merupakan masalah yang sebenarnya sering terjadi namun tidak atau kurang disadari dan dianggap tidak penting. Pasien yang menjalani hemodialisa sering mengalami gangguan mental, terutama depresi, kecemasan dan stress psikologis akibat perubahan peran social, ketergantungan terhadap mesin dialisis. Menurut Chilcot et al (2023) sekitar 25-30% pasien hemodialisa mengalami depresi, sedangkan kecemasan ditemukan pada 20-25% pasien. Kondisi berpengaruh terhadap kualitas hidup, kepatuhan menjalani terapi, serta berpotensi meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas pasien.

Data yang disampaikan Dr Lydia Triana dalam konferensi Ilmiah Tahunan Kesehatan jiwa tahun 2024 didapatkan 19 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan mental emosional, 12 juta mengalami depresi dan data bunuh diri kurang lebih 1.800 (Fisip UI, 2024). Di kota Kupang Nusa Tenggara Timur masalah kesehatan mental juga menjadi hal yang harus diperhatikan mengingat angka kejadiannya meningkat dari tahun ke tahun. Nur Aziza melaporkan kasus gangguan jiwa di NTT mencapai 10.478 kasus gangguan jiwa terdiri dari 938 kasus gangguan ringan dan 9.540 kasus gangguan jiwa berat (RRI, 2024). Faktor pemicu gangguan jiwa meliputi faktor biologis, psikologis dan sosial budaya. Faktor biologis seperti kelainan otak organik, genetic dapat memicu terjadinya gangguan kesehatan mental. Ketidakmampuan beradaptasi pada masalah yang dialami sering menimbulkan kecemasan, gangguan emosi dan juga depresi. Jika tidak ditangani dengan baik akan membuat individu jatuh pada gangguan jiwa (Murharyati et al., 2021). Melihat pentingnya mencegah gangguan jiwa dan juga mendukung program pemerintan untuk Indonesia sehat jiwa maka akan dilakukan pendidikan kesehatan “Mengenal kesehatan jiwa” di Paguyuban Binan RS Swasta Kota Kupang.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan sikap positif pasien terhadap kesehatan mental. Dengan memberikan edukasi yang tepat dan mudah dipahami, pasien diharapkan mampu mengenali gejala gangguan mental, memahami pentingnya dukungan sosial, serta menerapkan strategi koping yang adaptif. Menurut Zhang et al (2024) menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan pasien hemodialisa dan menurunkan tingkat kecemasan serta secara signifikan. Melalui kegiatan pengabdian Masyarakat ini, pendidikan kesehatan mengenai kesehatan mental pada pasien hemodialisa. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pasien terhadap pentingnya kesehatan mental, serta memperkuat dukungan psikososial selama menjalani terapi dialisa. Dengan demikian, kegiatan ini sejalan dengan tujuan pembangunan kesehatan nasional yaitu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, baik secara fisik maupun mental.

METODE

Fokus kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah memberikan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan mental pada pasien hemodialisa. Kegiatan dilakukan secara hybrid pada tanggal 3-4 Juli 2025 diawali pengukuran tentang pengetahuan pasien hemodialisa tentang kesehatan mental serta diakhiri dengan pengukuran akhir pengetahuan pasien HD tentang kesehatan mental. Media yang digunakan berupa leaflet dan dilaksanakan dalam satu hari diikuti oleh 25 pasien hemodialisa. Dilaksanakan di ruang hemodialisa banana RS Siloam Kupang.

HASIL

Tim pelaksana kegiatan pengabdian pada masyarakat mulai melakukan kegiatan pengabdian pada masyarakat pada tanggal 3-4 Juli 2025. Pada tanggal 3 Juli koordinasi persiapan pelaksanaan kegiatan dengan ketua paguyuban pasien hemodialisa binaan RS Siloam Kupang. Tanggal 4 Juli 2025 kegiatan diawali dengan pengisian kuesioner tingkat pengetahuan tentang kesehatan mental, kemudian dilanjutkan dengan pendidikan kesehatan selama 40 menit. Setelah tanya jawab dan diskusi diakhiri dengan pengisian kuesioner tentang kesehatan mental. Adapun hasil dari kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah sebagai berikut.



Diagram 1 tingkat pengetahuan sebelum pendidikan kesehatan

Pada diagram 1 diatas menunjukkan kesehatan mental paguyuban pasien hemodialisa binaan RS Siloam Kupang tanggal 4 Juli 2025. Diagram 1 menunjukkan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan tentang kesehatan mental peserta 24 orang kurang dan 1 orang baik.



Diagram 2 tingkat pengetahuan setelah pendidikan kesehatan

Pada diagram 2 diatas menunjukkan kesehatan mental paguyuban pasien hemodialisa binaan RS Siloam Kupang. Diagram 2 menunjukkan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan tentang kesehatan mental peserta 25 orang 100 % (25) peserta memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang kesehatan mental.

PEMBAHASAN

Data awal yang diperoleh dari ketua paguyuban pasien hemodialisa (HD) binaan RS Siloam Kupang jumlah pasien HD semakin meningkat dari tahun ke tahun. Di unit hemodilisa RS Siloam kupang HD sehari 2 kali, pagi dan siang hari dengan jumlah pasein penuh setiap kali HD adalah 25 pasien, sehingga dalam 1 hari ada 50 pasien HD. Pasien yang melakukan HD ini mencakup pasien baru dan pasien lama dengan frekwensi HD 2-3x/minggu, yang sering menimbulkan masalah psikologis pada pasien dan keluarganya. Untuk meningkatkan kualitas hidup pasien HD maka dilakukan pendidikan kesehatan tentang kesehatan mental pada pasien HD dan keluarganya dengan metode ceramah, Tanya jawab dan diskusi menggunakan media Laptop serta leaflet.

Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk meningkatkan pengetahuan pasien tentang kesehatan mental agar mereka mampu mengenali gejala stres atau depresi sejak dini dan menerapkan strategi koping yang adaptif. Dengan meningkatnya pengetahuan, diharapkan pasien dapat menjaga keseimbangan antara kesehatan fisik dan mental, meningkatkan motivasi untuk menjalani terapi secara teratur, serta memperbaiki kualitas hidup secara keseluruhan. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, tim pelaksana memberikan pendidikan kesehatan mengenai konsep kesehatan mental, faktor risiko gangguan psikologis pada pasien hemodialisa, serta cara mengelola emosi dan stres. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran pentingnya dukungan psikologis bagi pasien kronik dan mendorong pihak fasilitas kesehatan untuk mengintegrasikan pendekatan biopsikososial dalam pelayanan hemodialisa. Menurut Setyowati et al (2020) menunjukkan bahwa 40–50% pasien hemodialisa mengalami gejala depresi sedang hingga berat akibat perubahan gaya hidup, keterbatasan aktivitas, dan ketergantungan pada terapi dialisa jangka panjang.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk pelayanan keperawatan untuk memberikan edukasi baik di Rumah sakit maupun di masyarakat (Maulana, 2022). Dimana tujuan pendidikan kesehatan ini untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan individu pada masalah kesehatan (Notoatmodjo, 2020). Pada kegiatan pengabdian pada masyarakat kali ini dilakukan pendidikan kesehatan tentang kesehatan mental dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan anggota paguyuban hemodialisa binaan RS Siloam Kupang tentang kesehatan mental agar dapat meningkatkan kualitas hidup pasien Hemodilisa. Hasil pengisian kuesioner sebelum pendidikan kesehatan 98% tingkat pengetahuan tentang kesehatan mental kurang. Menurut penulis tingkat pengetahuan yang kurang tentang kesehatan mental disebabkan karena jarang terpapar dengan istilah sehat jiwa atau sehat mental. Selain itu kesehatan mental masih belum menjadi perhatian dan disadari denngan baik karena focus masyarakat adalah kesehatan fisik. Hal ini sejalan dengan masalah kesehatan mental yang masih menjadi focus program kementerian kesehatan karena minimnya kesadaran masyarakat tentang mental health (Tim Kerja Hukum dan Humas, 2022).

Pendidikan yang dilakukan dengan metode ceramah, Tanya jawab dan penggunaan media yang sesuai memberikan dampak terhadap tingkat pengetahuan pasien dengan hemodialisa di paguyuban pasien hemodialisa binaan RS Siloam Kupang. Dimana hasil pengukuran tingkat pengetahuan paska dilakukan pendidikan kesehatan tentang kesehatan mental 100 % baik. Pngunan media pembelajaran yang tepat dapat memberikan stimulus yang baik kepada peserta penyuluhan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan atau perilaku individu (Gejir et al., 2020). Hasil akhir pendidikan kesehatan tentang kesehatan mental ini dapat meningkatkan pengetahuan karena didukung penggunaan media yang sesuai dan juga pendampingan secara langsung oleh tim pengabdian pada masyarakat yang memungkinkan pasien hemodialisa dan keluarga bertanya tentang hal-hal yang belum/kurang

dipahami. Menurut Goh & Griva (2018) pasien hemodialisa dengan pengetahuan dan kesadaran kesehatan mental yang baik cenderung memiliki tingkat kepatuhan lebih tinggi terhadap terapi dan menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih positif.

KESIMPULAN

Setelah pendidikan kesehatan 100% tingkat pengetahuan pasien hemodialisa di paguyuban binaan RS Siloam Kupang adalah baik. Diharapkan peserta terus menerapkan pengetahuan yang diperoleh selama kegiatan pendidikan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari, seperti mengelola stress, menjaga pola tidur dan berkomunikasi dengan keluarga atau tenaga kesehatan ketika merasa tertekan secara emosional. Rekomendasi selanjutnya adalah penggunaan media edukatif seperti video pendek, leaflet digital, atau grup edukasi daring untuk memperluas jangkauan dan keberlanjutan informasi kesehatan mental bagi pasien hemodialisa

DAFTAR PUSTAKA

- Fisip UI. (2024). *Konferensi Ilmiah Tahunan Kesehatan Jiwa Indonesia: Saatnya Bicara Kesehatan Jiwa*. <https://fisip.ui.ac.id/konferensi-ilmiah-tahunan-kesehatan-jiwa-indonesia-saatnya-bicara-kesehatan-jiwa/>
- Chilcot, J., Farrington, K., Wellsted, D. (2023). *Depression and anxiety in end-stage renal disease: Prevalence, mechanisms, and management*. *Clinical Journal of the American Society of Nephrology*.
- Gejir, I. N., Kencana, I. G. S., Artawa, I. M. B., & Suanda, I. wayan. (2020). *Implementasi Proses Pembelajaran dalam Penyuluhan Kesehatan bagi Tenaga Kesehatan*. Tim MNC Publishing.
- Ghazali, B. (2024). *Kesehatan Mental: Membangun Hidup Lebih Bermakna*. Samudra Biru.
- Goh, Z. S., & Griva, K. (2018). "Anxiety and depression in patients with end-stage renal disease: impact and management." *Nephrology Dialysis Transplantation*, 33(5), 747–755.
- Maulana, N. (2022). *Promosi Kesehatan Dan Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan*. CV. Sarnu Untung.
- Murharyati, A., Rokhman, A., Rahmawati, A. N., Lindriani, Nyumirah, S., Hertiana, Baba, W. N., Napolion, K., & Avelina, A. R. H. Y. (2021). *Keperawatan Jiwa Mengenal Kesehatan Mental*. Ahlimedia Press.
- Notoatmodjo, S. (2020). Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi. In *Bab I*. Rineka Cipta.
- RRI. (2024). *Kasus Gangguan Jiwa di NTT cukup Menghawatirkan*. <https://www.rri.co.id/kesehatan/969630/kasus-gangguan-jiwa-di-ntt-cukup-menghawatirkan>
- Setyowati, H., Lestari, D., & Prabowo, A. (2020). "Depresi dan kualitas hidup pasien hemodialisa di rumah sakit rujukan." *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(1), 45–52.
- Tim Kerja Hukum dan Humas. (2022). *Minimnya Kesadaran Masyarakat terhadap Mental Health*. <https://sardjito.co.id/2022/03/09/minimnya-kesadaran-masyarakat-terhadap-mental-health/>
- World Health Organization (WHO). (2022). *Global Kidney Health Atlas: 2022 Summary Report*. Geneva: WHO.
- Zhang, J., et al. (2024). *Effects of health education intervention on hemodialysis patients' knowledge, anxiety, and depression*. *BMC Nephrology*, 25(1), 112–119.