



**PENDAMPINGAN PELAKSANAAN POSYANDU JIWA MELALUI
AKTIVITAS FISIK DAN PERMAINAN EDUKATIF SEBAGAI UPAYA
MENDUKUNG KESEHATAN JIWA MASYARAKAT
DI KELURAHAN BUNTALAN**

Adam Kevin Novaldo^{1*}, Lilis Dwi Puspitadewi², Irsyadiyah Sabrina³, Nabila Siti Nur Aisyah⁴, Diva
Luthfiyana Is'adiyah⁵, Tunggul Budi Kusuma Aji⁶
^{1,2,3,4,5,6}Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Sukoharjo, Indonesia

RIWAYAT ARTIKEL**Diterima:**

03-09-2026

Disetujui:

06-09-2026

Dipublikasi:

07-09-2026

Kata Kunci:

*Posyandu Jiwa;
Pendampingan Aktivitas
Fisik; Permainan Edukatif;
Kesehatan Jiwa; Partisipasi
Masyarakat*

ABSTRAK

Kegiatan pendampingan ini bertujuan untuk mendukung pelaksanaan Posyandu Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan melalui aktivitas fisik dan permainan edukatif sebagai kegiatan pendukung kesehatan jiwa masyarakat. Kegiatan dilaksanakan melalui kolaborasi mahasiswa, kader, tenaga kesehatan, dan peserta Posyandu Jiwa. Pelaksanaan kegiatan meliputi tahap persiapan dan koordinasi, registrasi peserta, pendampingan pemeriksaan kesehatan, senam bersama, permainan edukatif berupa kuis sederhana, serta pemberian doorprize. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan aktif dan antusias. Aktivitas fisik memberikan kesempatan kepada peserta untuk bergerak sekaligus berinteraksi dalam suasana kelompok, sedangkan permainan edukatif mendorong peserta untuk berpikir, merespons, berkomunikasi, dan terlibat secara aktif. Pendampingan juga berperan dalam menciptakan suasana kegiatan yang nyaman, ramah, dan partisipatif. Beberapa kendala yang ditemukan meliputi perbedaan kemampuan peserta, keterbatasan konsentrasi, dan masih adanya peserta yang pasif. Kendala tersebut diatasi melalui modifikasi kegiatan, penggunaan instruksi sederhana dan bertahap, demonstrasi langsung, serta pemberian kesempatan kepada peserta untuk terlibat sesuai dengan kemampuannya. Secara keseluruhan, aktivitas fisik dan permainan edukatif dapat menjadi media pendukung yang sederhana dan mudah diterapkan dalam pelayanan kesehatan jiwa berbasis masyarakat. Keterlibatan kader, tenaga kesehatan, pemerintah setempat, dan masyarakat menjadi bagian penting dalam mendukung keberlanjutan kegiatan Posyandu Jiwa.

PENDAHULUAN

Penghormatan terhadap nilai kemanusiaan merupakan salah satu landasan penting dalam kehidupan bernegara yang perlu dijunjung tinggi oleh pemerintah maupun masyarakat. Sebagai negara hukum yang berlandaskan nilai Ketuhanan, Indonesia berkomitmen menegakkan prinsip kemanusiaan melalui jaminan Hak Asasi Manusia (HAM) serta pemberian kebebasan bagi setiap individu dalam menjalani kehidupannya. Jaminan hak dan kebebasan tersebut bertujuan memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk meningkatkan kualitas hidup secara adil. Meskipun pemerintah dan masyarakat terus berupaya menjunjung tinggi nilai kemanusiaan,

berbagai persoalan masih ditemukan, salah satunya berkaitan dengan penanganan Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ).

Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) merupakan individu yang mengalami gangguan dalam pikiran, perilaku, dan perasaan yang termanifestasi dalam bentuk sekumpulan gejala dan perubahan perilaku. Gangguan tersebut dapat menimbulkan penderitaan serta hambatan bagi orang yang mengalaminya sehingga dapat memengaruhi produktivitas dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk aspek ekonomi dan sosial (Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan, 2023). Gangguan jiwa juga dapat dipahami sebagai bentuk respons maladaptif seseorang terhadap stresor internal maupun eksternal yang memicu perubahan pada pola pikir, persepsi, emosi, dan perilaku. Kondisi tersebut dapat berdampak pada fungsi fisik dan sosial individu sehingga menyulitkan mereka dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar maupun menjalankan aktivitas secara optimal (Townsend, 2015).

Gangguan jiwa dapat berkaitan dengan ketidakstabilan fungsi psikososial individu maupun gangguan fungsi fisik dan neurologis, termasuk gangguan pada sistem saraf otak (Mane dkk., 2022). Kesehatan jiwa juga tidak selalu terlihat secara langsung sehingga permasalahan kesehatan jiwa dapat kurang memperoleh perhatian yang memadai dari masyarakat (Herdiyanto et al., 2017). Padahal, individu dengan gangguan jiwa membutuhkan perhatian dan dukungan dari keluarga maupun lingkungan sosial untuk mendukung proses pemulihan serta membantu mencegah kekambuhan (Hendrawati et al., 2023).

Stigma masyarakat terhadap gangguan jiwa masih menjadi salah satu persoalan dalam penanganan ODGJ. Penderita gangguan jiwa sering kali dipandang sebelah mata oleh masyarakat. Sikap keluarga dan masyarakat yang menganggap gangguan jiwa sebagai aib keluarga dapat menyebabkan ODGJ mengalami berbagai bentuk perlakuan negatif, seperti dikucilkan, disembunyikan, bahkan dipasung (Ratnasari & Setyowati, 2022). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penanganan kesehatan jiwa tidak hanya membutuhkan pelayanan medis, tetapi juga dukungan sosial dan keterlibatan masyarakat.

Pemerintah perlu mendorong pemberdayaan masyarakat untuk mengatasi berbagai permasalahan kesehatan jiwa, termasuk melalui pelayanan kesehatan jiwa berbasis masyarakat. Salah satu bentuk pelayanan tersebut adalah Posyandu Jiwa. Posyandu Jiwa merupakan wadah untuk memelihara kondisi sehat psikologis, emosional, dan sosial masyarakat serta perlu didukung oleh petugas yang memiliki kemampuan, keterampilan, dan kemauan dalam meningkatkan kesehatan jiwa (Idris et al., 2021). Posyandu Jiwa juga diselenggarakan untuk membantu menekan kekambuhan pada Orang dengan Masalah Kejiwaan (ODMK) dan ODGJ melalui upaya peningkatan kemandirian dan produktivitas serta menjaga kondisi kesehatan jiwa secara berkelanjutan. Selain itu, Posyandu Jiwa dapat menjadi sarana untuk memperkuat partisipasi masyarakat dalam mengembangkan dan mengelola kegiatan kesehatan jiwa.

Upaya pencegahan masalah kesehatan jiwa berbasis Posyandu Jiwa dapat dilakukan melalui pemberdayaan masyarakat, baik pada kelompok sehat, berisiko, maupun kelompok dengan gangguan jiwa. Salah satu bentuk pemberdayaan dapat dilakukan melalui psikoedukasi untuk membantu mengurangi stigma terhadap gangguan jiwa di masyarakat (Gunawan & Resnawaty, 2022). Selain itu, kegiatan aktivitas kelompok seperti menggambar, menari, dan kegiatan produktif dapat digunakan sebagai aktivitas pendukung dalam mendorong perilaku positif pada ODGJ (Herawati & Afconneri, 2020). Aktivitas tersebut dapat mencakup kegiatan sehari-hari, interaksi sosial melalui komunikasi interpersonal, serta ekspresi seni seperti bernyanyi dan menari yang dapat mendukung pengembangan kemampuan dan interaksi peserta (Ernia et al., 2020).

Salah satu Posyandu Jiwa yang menjadi lokasi pelaksanaan pendampingan adalah Posyandu Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan, Kecamatan Klaten Tengah, Kabupaten Klaten.



Posyandu Jiwa Sakti merupakan pelayanan kesehatan jiwa berbasis masyarakat yang dikembangkan melalui kolaborasi antara Pemerintah Kelurahan Buntalan, Puskesmas Klaten Tengah, Dinas Kesehatan Klaten, serta civitas akademika Universitas Muhammadiyah Klaten (Universitas Muhammadiyah Klaten, 2023). Program ini memberikan pendampingan, pemeriksaan medis, serta asuhan keperawatan jiwa bagi masyarakat dengan gangguan jiwa di wilayah setempat. Dengan mengusung semangat “JOSSSS” (*jagongi, obati, sambangi, srawungi sampai sehat*), Posyandu Jiwa Sakti tidak hanya berfokus pada pelayanan kesehatan, tetapi juga melaksanakan aktivitas fisik seperti senam atau joget bersama serta kegiatan yang mendukung keterampilan dan kemandirian peserta (Poskita, 2023).

Keberadaan Posyandu Jiwa Sakti menjadi salah satu bentuk pelayanan kesehatan jiwa berbasis masyarakat yang membutuhkan keterlibatan berbagai pihak agar kegiatan dapat berjalan secara partisipatif. Dalam pelaksanaannya, pendampingan dapat dilakukan untuk membantu kelancaran pelayanan sekaligus memberikan aktivitas pendukung yang sesuai dengan kondisi peserta. Oleh karena itu, kegiatan ini dilakukan melalui pendampingan pelaksanaan Posyandu Jiwa Sakti dengan memanfaatkan aktivitas fisik dan permainan edukatif sebagai kegiatan pendukung untuk mendorong partisipasi, interaksi, dan keterlibatan peserta selama kegiatan Posyandu Jiwa.

METODE

Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pendampingan pelaksanaan Posyandu Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan, Kecamatan Klaten Tengah, Kabupaten Klaten. Kegiatan dilaksanakan melalui pendekatan deskriptif-partisipatif dengan melibatkan mahasiswa KKN, kader Posyandu Jiwa, tenaga kesehatan, dan peserta Posyandu Jiwa. Pendekatan partisipatif digunakan dengan menempatkan mahasiswa sebagai pendamping yang membantu pelaksanaan kegiatan, sementara pelayanan kesehatan tetap dilaksanakan oleh kader dan tenaga kesehatan sesuai dengan tugas dan kewenangannya.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah persiapan dan koordinasi. Pada tahap ini, mahasiswa KKN kelompok 120 berkoordinasi dengan kelompok KKN 119 serta pihak yang terlibat dalam kegiatan untuk menentukan pembagian tugas, menyiapkan perlengkapan, dan menyusun alur pelaksanaan kegiatan. Koordinasi dilakukan agar setiap pihak memahami peran masing-masing sehingga kegiatan dapat berlangsung secara tertib dan terkoordinasi.

Tahap kedua adalah pelaksanaan pelayanan Posyandu Jiwa. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta, kemudian dilanjutkan dengan pendampingan peserta selama proses pemeriksaan kesehatan. Mahasiswa membantu mengarahkan peserta dan mendampingi proses administrasi serta perpindahan peserta dari satu tahapan kegiatan ke tahapan berikutnya. Pemeriksaan kesehatan tetap dilaksanakan oleh tenaga kesehatan dan kader Posyandu Jiwa.

Tahap ketiga adalah pelaksanaan aktivitas pendukung berupa aktivitas fisik dan permainan edukatif. Aktivitas fisik dilakukan melalui senam bersama yang disesuaikan dengan kemampuan peserta. Setelah kegiatan senam, peserta mengikuti permainan edukatif berupa kuis sederhana yang dilaksanakan secara individual. Peserta diberikan kesempatan untuk menjawab pertanyaan secara langsung dengan menggunakan instruksi yang sederhana dan mudah dipahami. Pendamping memberikan contoh dan arahan apabila peserta mengalami kesulitan dalam mengikuti kegiatan.

Tahap keempat adalah pemberian apresiasi dan penutupan kegiatan. Peserta yang telah mengikuti rangkaian kegiatan diberikan *doorprize* berupa perlengkapan mandi. Pemberian apresiasi dimaksudkan sebagai bentuk penghargaan atas keterlibatan peserta sekaligus menjadi bagian dari penutupan kegiatan.

Evaluasi kegiatan dilakukan secara deskriptif berdasarkan pengamatan selama pelaksanaan kegiatan. Aspek yang diamati meliputi keterlibatan dan antusiasme peserta, kemampuan peserta mengikuti aktivitas fisik dan permainan edukatif, interaksi peserta selama kegiatan, serta kendala yang muncul selama pelaksanaan. Kendala yang ditemukan kemudian menjadi dasar bagi pendamping untuk melakukan penyesuaian kegiatan, seperti penyederhanaan instruksi, pemberian demonstrasi langsung, pengulangan instruksi, dan pemberian kesempatan kepada peserta untuk mengikuti kegiatan secara bertahap sesuai dengan kemampuannya. Dokumentasi kegiatan digunakan sebagai data pendukung untuk menggambarkan proses pelaksanaan pendampingan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pelaksanaan kegiatan Posyandu Jiwa dilakukan melalui kolaborasi mahasiswa KKN kelompok 120 dengan kelompok KKN 119. Sebelum kegiatan berlangsung, mahasiswa melakukan koordinasi untuk menentukan pembagian tugas dan tanggung jawab selama pelaksanaan kegiatan. Koordinasi kemudian dilanjutkan dengan persiapan berbagai perlengkapan yang diperlukan serta *briefing* bagi seluruh mahasiswa yang terlibat. Tahap persiapan tersebut dilakukan untuk menyamakan pemahaman mengenai pembagian tugas dan alur kegiatan sehingga pelaksanaan Posyandu Jiwa dapat berlangsung secara terkoordinasi.

Kegiatan diawali dengan registrasi peserta sebagai bagian dari administrasi kegiatan. Mahasiswa membantu mengarahkan dan mendampingi peserta selama proses registrasi sebelum mengikuti pemeriksaan kesehatan. Selanjutnya, mahasiswa turut mendampingi peserta selama pemeriksaan kesehatan dengan membantu mengarahkan peserta agar mengikuti tahapan pemeriksaan secara tertib. Keterlibatan mahasiswa dalam proses administrasi dan pendampingan pemeriksaan kesehatan membantu mendukung kelancaran pelayanan yang diberikan oleh tenaga kesehatan dan kader Posyandu Jiwa.

Setelah pemeriksaan kesehatan selesai, kegiatan dilanjutkan dengan aktivitas fisik berupa senam bersama. Peserta mengikuti rangkaian gerakan senam secara bersama-sama dengan aktif dan antusias. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan permainan edukatif berupa kuis sederhana yang dilaksanakan secara individual. Setiap peserta memperoleh kesempatan untuk menjawab pertanyaan yang diberikan secara langsung. Pelaksanaan kuis berlangsung secara interaktif, ditandai dengan keterlibatan peserta dalam menjawab pertanyaan dan mengikuti permainan hingga selesai.

Pada akhir kegiatan dilakukan pembagian *doorprize* berupa perlengkapan mandi kepada peserta. Pemberian *doorprize* menjadi bagian penutup sekaligus bentuk apresiasi terhadap keterlibatan peserta selama mengikuti rangkaian kegiatan. Secara keseluruhan, kegiatan Posyandu Jiwa dapat terlaksana dengan tertib dan lancar. Keterlibatan mahasiswa dalam proses administrasi, pendampingan pemeriksaan kesehatan, serta pelaksanaan kegiatan pendukung berupa senam dan permainan edukatif turut mendukung kelancaran pelaksanaan pelayanan Posyandu Jiwa. Peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan aktif dan antusias hingga kegiatan berakhir.

Pembahasan

Pelaksanaan Pendampingan Posyandu Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan

Pelaksanaan pendampingan Posyandu Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan dilakukan sebagai bentuk dukungan terhadap kegiatan pelayanan kesehatan jiwa yang telah berjalan di masyarakat. Kegiatan ini dilaksanakan melalui keterlibatan pendamping bersama kader dan peserta Posyandu Jiwa dalam mengikuti rangkaian kegiatan yang telah disiapkan. Posyandu Jiwa Sakti sendiri merupakan pelayanan kesehatan jiwa berbasis masyarakat yang melibatkan Pemerintah

Kelurahan Buntalan, Puskesmas Klaten Tengah, serta Dinas Kesehatan Klaten. Kegiatan yang dilakukan tidak hanya berkaitan dengan pemeriksaan dan pengobatan, tetapi juga mencakup aktivitas fisik, seperti senam atau joget bersama, serta kegiatan yang dapat mendukung keterampilan dan kemandirian peserta. Dalam pelaksanaannya, pendampingan dilakukan dengan melibatkan peserta secara aktif sehingga kegiatan tidak hanya berpusat pada pemberian informasi, tetapi juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengikuti kegiatan secara langsung.

Pendekatan tersebut sejalan dengan penelitian Rochmawati et al. (2025) yang menjelaskan bahwa kegiatan pendampingan kesehatan jiwa dapat dilakukan melalui pelatihan, praktik, pendampingan langsung, diskusi kelompok, serta monitoring dan evaluasi. Pendekatan partisipatif tersebut penting agar peserta tidak hanya menerima materi, tetapi juga memperoleh pengalaman dan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan yang dapat diterapkan dalam kegiatan sehari-hari.

Pendampingan pada Posyandu Jiwa Sakti juga menjadi bagian dari upaya menciptakan pelayanan kesehatan jiwa yang lebih dekat dengan masyarakat. Selama kegiatan, pendamping membantu menciptakan suasana yang nyaman agar peserta dapat mengikuti kegiatan sesuai dengan kemampuan masing-masing. Keterlibatan kader menjadi salah satu bagian penting karena kader memiliki peran dalam membantu pelaksanaan kegiatan, memberikan informasi kepada peserta, serta mendukung kegiatan pelayanan kesehatan jiwa di masyarakat. Hal tersebut sejalan dengan pembahasan mengenai peran Posyandu Jiwa dalam memberikan sosialisasi dan edukasi kepada masyarakat, pelayanan kesehatan, kunjungan rumah, serta kegiatan kreativitas bagi peserta (Ratnasari & Setyowati, 2022). Dengan demikian, pendampingan Posyandu Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan tidak hanya diarahkan pada terlaksananya kegiatan dalam satu waktu, tetapi juga pada terciptanya keterlibatan peserta, kader, dan masyarakat dalam mendukung keberlangsungan pelayanan kesehatan jiwa.

Pelaksanaan Aktivitas Fisik sebagai Upaya Mendukung Kesehatan Jiwa

Aktivitas fisik merupakan salah satu kegiatan yang dapat digunakan sebagai bagian dari upaya mendukung kesehatan jiwa. Kegiatan seperti berjalan kaki, senam, maupun olahraga kelompok dapat memberikan kesempatan kepada peserta untuk bergerak sekaligus berinteraksi dengan orang lain. Aktivitas fisik juga dapat berkaitan dengan suasana hati, kualitas tidur, serta interaksi sosial. Putra et al. (2025) menjelaskan bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan dengan kesehatan mental dan dapat menjadi salah satu bentuk aktivitas yang mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam pelaksanaan Posyandu Jiwa Sakti, aktivitas fisik dilakukan melalui senam bersama yang diikuti peserta secara berkelompok. Berdasarkan pengamatan selama kegiatan, peserta mengikuti rangkaian gerakan secara aktif dan antusias. Kegiatan tersebut tidak hanya memberikan kesempatan kepada peserta untuk melakukan aktivitas fisik, tetapi juga menciptakan suasana kebersamaan karena aktivitas dilakukan secara bersama-sama. Kondisi tersebut menjadi relevan dalam pelayanan kesehatan jiwa berbasis masyarakat yang juga memperhatikan aspek sosial peserta.

Sebagian peserta yang mengikuti kegiatan merupakan kelompok usia lanjut sehingga bentuk aktivitas disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan peserta. Aktivitas fisik yang sederhana dan dilakukan secara bersama-sama memungkinkan peserta mengikuti kegiatan tanpa tuntutan aktivitas yang terlalu kompleks. Fitria et al. (2026) menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dan *psychological well-being* pada lansia. Oleh karena itu, aktivitas fisik sederhana dapat dipertimbangkan sebagai salah satu kegiatan pendukung dalam pelayanan berbasis komunitas, dengan tetap memperhatikan kemampuan dan kondisi masing-masing peserta.

Pelaksanaan Permainan Edukatif sebagai Media Interaksi dan Stimulasi

Permainan edukatif dalam kegiatan pendampingan digunakan sebagai salah satu bentuk aktivitas yang memberikan kesempatan kepada peserta untuk berpikir, merespons, dan berkomunikasi. Bentuk permainan yang digunakan antara lain pertanyaan sederhana, tanya jawab, dan yel-yel yang dimodifikasi agar mudah diikuti oleh peserta. Kegiatan tersebut tidak hanya dimaksudkan sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana untuk menciptakan suasana kegiatan yang lebih interaktif.

Dalam pelaksanaannya, setiap peserta memperoleh kesempatan untuk menjawab pertanyaan secara langsung. Peserta diberikan pertanyaan sederhana dan kesempatan untuk memberikan respons sesuai dengan kemampuan masing-masing. Berdasarkan pengamatan selama kegiatan, permainan berlangsung secara interaktif dan peserta mengikuti kegiatan hingga selesai. Bentuk permainan yang sederhana juga membantu pendamping menyesuaikan kegiatan dengan kemampuan peserta.

Permainan edukatif dapat menjadi salah satu bentuk aktivitas yang memberikan stimulasi sosial dan kognitif melalui proses mengingat, menjawab pertanyaan, mengikuti instruksi, dan berkomunikasi. Berutu et al. (2026) menunjukkan bahwa penggunaan media permainan edukatif dapat dikembangkan sebagai salah satu kegiatan yang memberikan stimulasi bagi kelompok lanjut usia. Dalam konteks kegiatan Posyandu Jiwa Sakti, permainan edukatif lebih tepat diposisikan sebagai media pendukung interaksi dan stimulasi selama kegiatan, bukan sebagai terapi atau intervensi klinis.

Dampak Pendampingan terhadap Partisipasi dan Interaksi Peserta

Pendampingan dalam pelaksanaan Posyandu Jiwa memiliki peran dalam mendorong keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Pendamping tidak hanya membantu pelaksanaan kegiatan secara teknis, tetapi juga memberikan arahan, motivasi, dan dukungan kepada peserta agar dapat mengikuti aktivitas sesuai dengan kemampuan masing-masing. Melalui pendampingan, peserta memperoleh kesempatan untuk terlibat secara langsung dalam aktivitas fisik, permainan edukatif, komunikasi sederhana, dan kegiatan kelompok. Hal tersebut menjadikan peserta tidak hanya sebagai penerima pelayanan, tetapi juga sebagai pihak yang berpartisipasi dalam proses kegiatan. Pendekatan tersebut sejalan dengan konsep pelayanan kesehatan jiwa berbasis komunitas yang menempatkan partisipasi, pemulihan, inklusi sosial, dan pendekatan yang berpusat pada individu sebagai bagian penting dalam pelayanan kesehatan jiwa (World Health Organization, 2021).

Partisipasi peserta dapat berkembang ketika kegiatan yang diberikan memiliki bentuk yang sederhana, menarik, dan dapat dilakukan secara bersama-sama. Dalam pelaksanaan Posyandu Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan, aktivitas fisik seperti senam atau gerakan bersama memberikan kesempatan kepada peserta untuk melakukan aktivitas dalam suasana kelompok. Pendamping dapat memberikan contoh gerakan, memberikan instruksi, serta memberikan dorongan kepada peserta yang mengalami kesulitan. Dengan demikian, kegiatan tidak hanya menghasilkan aktivitas fisik, tetapi juga menciptakan kesempatan bagi peserta untuk berinteraksi dengan orang lain.

Interaksi yang muncul selama kegiatan juga dapat memberikan pengalaman sosial bagi peserta. Kegiatan kelompok memberikan kesempatan kepada peserta untuk berkomunikasi, memberikan respons, mengikuti instruksi, dan berinteraksi dengan peserta lainnya. Hal tersebut penting karena pelayanan kesehatan jiwa berbasis komunitas tidak hanya berorientasi pada kondisi individu, tetapi juga pada kemampuan individu untuk tetap terhubung dengan lingkungan sosialnya.

Aktivitas fisik yang dilakukan secara bersama-sama juga berpotensi memperkuat interaksi sosial peserta. White et al. (2024) melalui *systematic review* terhadap berbagai penelitian



menemukan bahwa dukungan sosial dan keterhubungan sosial dapat menjadi mediator dalam hubungan antara aktivitas fisik dan kesehatan mental. Dalam pelaksanaan Posyandu Jiwa Sakti, aktivitas seperti senam atau gerakan bersama dapat menjadi sarana sederhana untuk menciptakan pengalaman tersebut karena peserta melakukan aktivitas dalam lingkungan sosial yang sama.

Permainan edukatif yang diberikan dalam kegiatan pendampingan turut mendukung terciptanya interaksi tersebut. Pertanyaan sederhana, permainan, yel-yel, dan aktivitas yang membutuhkan respons memberikan stimulus agar peserta tidak hanya menjadi pendengar. Peserta memperoleh kesempatan untuk memberikan jawaban, mengikuti aturan sederhana, serta berkomunikasi dengan peserta lainnya. Dengan demikian, permainan edukatif dapat berfungsi sebagai media rekreatif sekaligus sebagai sarana stimulasi sosial dan kognitif yang disesuaikan dengan kemampuan peserta.

Partisipasi yang muncul selama kegiatan juga menunjukkan bahwa suasana pelaksanaan memiliki peran penting. Kegiatan yang dilakukan dengan pendekatan yang ramah, tidak menghakimi, dan memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengikuti sesuai kemampuannya dapat menciptakan lingkungan yang lebih nyaman. Dalam konteks kesehatan jiwa, lingkungan yang mendukung penting karena peserta membutuhkan rasa aman dan penerimaan agar dapat berpartisipasi dalam kegiatan. Oleh karena itu, pendamping tidak hanya berfungsi memberikan instruksi, tetapi juga berperan dalam menciptakan suasana interaksi yang positif.

Berdasarkan pelaksanaan pendampingan di Posyandu Jiwa Sakti, aktivitas fisik dan permainan edukatif dapat dipahami sebagai media yang mempertemukan aspek fisik, psikologis, dan sosial. Kegiatan tersebut memberikan kesempatan bagi peserta untuk bergerak, berpikir, berkomunikasi, dan berinteraksi dalam satu rangkaian kegiatan. Namun, karena kegiatan ini tidak menggunakan pengukuran kuantitatif sebelum dan sesudah kegiatan, perubahan kondisi kesehatan jiwa peserta tidak dapat disimpulkan secara klinis. Hasil yang dapat ditunjukkan terutama berkaitan dengan keterlibatan peserta selama pelaksanaan kegiatan.

Peran Pendampingan dalam Mendukung Keberlanjutan Posyandu Jiwa

Keberlanjutan Posyandu Jiwa merupakan aspek penting karena pelayanan kesehatan jiwa berbasis masyarakat tidak cukup hanya dilaksanakan dalam satu kegiatan atau pada waktu tertentu. Program perlu memiliki kemampuan untuk terus berjalan dengan melibatkan kader, tenaga kesehatan, pemerintah setempat, keluarga, dan masyarakat. Dalam konteks tersebut, pendampingan dapat berfungsi sebagai proses penguatan kapasitas masyarakat agar pelaksanaan kegiatan tidak sepenuhnya bergantung pada pihak pendamping dari luar.

WHO (2021) menekankan bahwa pengembangan pelayanan kesehatan jiwa berbasis komunitas membutuhkan sistem pelayanan yang terintegrasi, berorientasi pada pemulihan, serta melibatkan jejaring dukungan di masyarakat. Pendekatan tersebut menunjukkan bahwa keberlanjutan pelayanan tidak hanya berkaitan dengan tersedianya kegiatan, tetapi juga dengan terbentuknya hubungan antara berbagai pihak yang terlibat dalam pelayanan. Dalam Posyandu Jiwa Sakti, keberadaan kader dan keterlibatan pemerintah kelurahan serta tenaga kesehatan menjadi modal penting untuk mempertahankan pelaksanaan kegiatan setelah kegiatan pendampingan selesai.

Pendampingan juga dapat menjadi sarana transfer pengetahuan dan keterampilan kepada kader. Pendamping dapat memberikan contoh cara melaksanakan aktivitas fisik, menjelaskan aturan permainan edukatif, membantu mengondisikan peserta, dan kemudian memberikan kesempatan kepada kader untuk mencoba melaksanakan kegiatan secara mandiri. Proses tersebut lebih mendukung keberlanjutan dibandingkan pendamping mengambil alih seluruh kegiatan karena tujuan jangka panjangnya adalah meningkatkan kemampuan pelaksana lokal.



Keberlanjutan program juga dipengaruhi oleh kemampuan kegiatan untuk menyesuaikan diri dengan kondisi masyarakat. Kegiatan yang terlalu rumit atau membutuhkan sumber daya besar berpotensi sulit dipertahankan ketika pendamping sudah tidak terlibat. Sebaliknya, aktivitas yang sederhana, fleksibel, murah, dan mudah dipahami oleh kader lebih memungkinkan untuk dilakukan secara rutin. Oleh karena itu, aktivitas fisik sederhana dan permainan edukatif yang digunakan dalam pendampingan Posyandu Jiwa Sakti dapat dikembangkan menjadi kegiatan rutin yang dapat dimodifikasi sesuai kebutuhan peserta.

Temuan Moore et al. (2022) memperlihatkan bahwa keberlanjutan program kesehatan jiwa berbasis masyarakat dipengaruhi oleh berbagai faktor pada tingkat individu, organisasi, dan lingkungan yang lebih luas. Salah satu faktor penghambat yang banyak ditemukan adalah keterbatasan pendanaan, sedangkan keterhubungan sosial dan kemitraan dengan organisasi lain menjadi salah satu faktor yang mendukung keberlanjutan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keberlanjutan Posyandu Jiwa juga membutuhkan dukungan lintas pihak dan tidak dapat dibebankan hanya kepada kader.

Dalam konteks Posyandu Jiwa Sakti, keberlanjutan dapat diperkuat dengan pembagian peran yang jelas antara kader, tenaga kesehatan, pemerintah kelurahan, keluarga, dan masyarakat. Kader dapat berperan dalam mengorganisasi kegiatan dan memantau keterlibatan peserta, tenaga kesehatan memberikan dukungan sesuai kebutuhan pelayanan kesehatan jiwa, sedangkan pemerintah kelurahan memberikan dukungan kelembagaan dan fasilitas. Pendamping dapat berperan sebagai fasilitator yang membantu proses penguatan kapasitas tersebut.

Dengan demikian, keberhasilan pendampingan tidak hanya berkaitan dengan terlaksananya kegiatan pada saat pendamping hadir, tetapi juga dengan peluang keberlanjutan kegiatan setelah pendampingan selesai. Pendampingan yang berorientasi pada penguatan kapasitas kader dan pelaksana lokal dapat memberikan dasar bagi Posyandu Jiwa untuk mempertahankan kegiatan secara konsisten.

Kendala dan Strategi Pemecahan dalam Pelaksanaan Pendampingan

Pelaksanaan pendampingan Posyandu Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan masih menghadapi beberapa kendala yang berkaitan dengan kondisi dan karakteristik peserta. Salah satu kendala yang ditemukan adalah perbedaan kemampuan peserta dalam mengikuti aktivitas. Setiap peserta memiliki kemampuan yang berbeda dalam memahami instruksi, mengikuti gerakan, merespons pertanyaan, maupun berpartisipasi dalam permainan edukatif. Perbedaan tersebut menyebabkan peserta tidak selalu dapat mengikuti kegiatan dengan kecepatan dan tingkat keterlibatan yang sama. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Baxter et al. (2022) yang menunjukkan bahwa kemampuan fisik, kondisi psikologis, struktur kegiatan, serta dukungan dari orang lain dapat memengaruhi kemampuan individu dengan masalah kesehatan jiwa untuk terlibat dalam aktivitas komunitas.

Perbedaan kemampuan tersebut diatasi dengan melakukan modifikasi permainan dan aktivitas agar lebih sederhana dan fleksibel. Permainan yang diberikan tidak menggunakan aturan yang terlalu kompleks sehingga dapat diikuti oleh peserta dengan kemampuan yang berbeda. Pendamping juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengikuti kegiatan sesuai dengan kemampuannya tanpa memaksakan hasil yang sama pada setiap peserta. Pendekatan yang fleksibel penting dalam kegiatan kesehatan jiwa karena intervensi perlu mempertimbangkan kebutuhan dan kondisi individu, bukan menerapkan satu bentuk kegiatan secara kaku kepada seluruh peserta. Chang et al. (2026) juga menekankan pentingnya pendekatan yang fleksibel dan berpusat pada individu dalam implementasi intervensi psikososial berbasis komunitas.

Kendala kedua adalah keterbatasan konsentrasi peserta selama mengikuti kegiatan. Pada beberapa aktivitas, peserta membutuhkan pengulangan instruksi atau pengingat agar dapat kembali memperhatikan kegiatan. Kondisi tersebut menjadi pertimbangan bagi pendamping



dalam menentukan durasi dan tingkat kesulitan aktivitas. Permainan yang terlalu panjang atau memiliki terlalu banyak aturan dapat membuat peserta lebih sulit mempertahankan perhatian. Oleh karena itu, kegiatan perlu dibagi menjadi tahapan-tahapan sederhana agar peserta dapat memahami dan mengikuti aktivitas secara bertahap.

Strategi yang digunakan untuk mengatasi kendala tersebut adalah memberikan instruksi sederhana, singkat, dan bertahap. Pendamping menyampaikan satu instruksi terlebih dahulu sebelum melanjutkan ke instruksi berikutnya. Apabila peserta belum memahami instruksi, penjelasan diberikan kembali menggunakan bahasa yang lebih sederhana. Strategi ini juga didukung oleh temuan dalam penelitian rehabilitasi psikiatri yang menunjukkan pentingnya latihan secara bertahap dan dukungan dari pemimpin kelompok maupun teman sebaya agar peserta mampu mempertahankan perhatian dan menyelesaikan aktivitas yang diberikan (Miller et al., 2021).

Kendala ketiga adalah masih terdapat peserta yang cenderung pasif. Kepasifan dapat terlihat ketika peserta lebih banyak mengamati kegiatan dibandingkan ikut melakukan aktivitas, belum berani memberikan jawaban, atau membutuhkan dorongan dari pendamping dan kader. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan peserta membutuhkan proses dan tidak selalu muncul secara langsung. Penelitian McGrath et al. (2022) menemukan bahwa keterlibatan peserta dalam program kelompok kesehatan jiwa dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kesiapan peserta, kenyamanan dalam kelompok, dukungan fasilitator, isi kegiatan, serta karakteristik dan durasi program. Penelitian tersebut juga menekankan bahwa strategi peningkatan keterlibatan perlu dilakukan secara multipendekatan.

Untuk meningkatkan partisipasi peserta yang masih pasif, pendamping menggunakan demonstrasi langsung sebelum permainan atau aktivitas dimulai. Pendamping terlebih dahulu memperagakan cara melakukan gerakan atau memberikan contoh cara menjawab dan mengikuti permainan. Setelah peserta melihat contoh tersebut, mereka diberikan kesempatan untuk mencoba secara langsung. Demonstrasi membantu mengurangi ketergantungan pada penjelasan verbal dan memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai aktivitas yang harus dilakukan. Selain itu, peserta yang masih pasif dapat diberikan dorongan secara bertahap tanpa memaksa mereka untuk langsung tampil di depan kelompok.

Secara keseluruhan, kendala yang ditemukan dalam pelaksanaan pendampingan meliputi perbedaan kemampuan peserta, keterbatasan konsentrasi, dan masih adanya peserta yang pasif. Kendala tersebut dapat diatasi melalui penyesuaian kegiatan, seperti modifikasi permainan, penggunaan instruksi sederhana, demonstrasi langsung, dan pemberian kesempatan kepada peserta untuk terlibat secara bertahap. Strategi tersebut membantu menciptakan kegiatan yang lebih sesuai dengan kondisi peserta serta mendukung pelaksanaan Posyandu Jiwa secara lebih partisipatif.

KESIMPULAN

Kegiatan pendampingan Posyandu Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan dapat terlaksana dengan tertib dan lancar melalui kolaborasi mahasiswa, kader, tenaga kesehatan, dan peserta Posyandu Jiwa. Pendampingan dilakukan melalui registrasi peserta, pendampingan pemeriksaan kesehatan, aktivitas fisik berupa senam bersama, serta permainan edukatif berupa kuis sederhana. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan keterlibatan dan antusiasme dalam mengikuti rangkaian kegiatan.

Aktivitas fisik dan permainan edukatif dapat digunakan sebagai kegiatan pendukung dalam pelaksanaan Posyandu Jiwa karena memberikan kesempatan kepada peserta untuk bergerak, berinteraksi, berkomunikasi, serta mengikuti aktivitas secara bersama-sama. Pendampingan juga

membantu menciptakan suasana kegiatan yang nyaman dan partisipatif dengan menyesuaikan aktivitas berdasarkan kemampuan peserta.

Beberapa kendala yang ditemukan meliputi perbedaan kemampuan peserta, keterbatasan konsentrasi, dan masih adanya peserta yang cenderung pasif. Kendala tersebut dapat diatasi melalui penyederhanaan instruksi, demonstrasi langsung, modifikasi permainan, pengulangan arahan, serta pemberian kesempatan kepada peserta untuk berpartisipasi secara bertahap. Oleh karena itu, pendampingan yang fleksibel dan melibatkan kader serta tenaga kesehatan dapat menjadi salah satu bentuk dukungan dalam pelaksanaan kegiatan Posyandu Jiwa secara berkelanjutan. Namun, kegiatan ini belum melakukan pengukuran kuantitatif sebelum dan sesudah kegiatan sehingga perubahan kondisi kesehatan jiwa peserta tidak dapat disimpulkan secara klinis.

REFERENSI

- Baxter, L., Burton, A., & Fancourt, D. (2022). Community and cultural engagement for people with lived experience of mental health conditions: What are the barriers and enablers? *BMC Psychology*, 10(1), 71. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00775-y>
- Berutu, N., Hodriani, H., Diningrat, D. S., Rahmi, A., Listia, W. N., & Junaidi, J. (2026). Inovasi media game edukatif sebagai upaya pencegahan kepikunan bagi lansia di Sekolah Saroha Kota Medan. *Abdimas Awang Long*, 9(2), 402–426. <https://doi.org/10.56301/awal.v9i2.2245>
- Chang, K. J., Yen, I., Bobo, F., Hollier, J., & Smith-Merry, J. (2026). Implementing community-based psychosocial interventions for adults with severe mental illness in high-income countries: A rapid scoping review. *Community Mental Health Journal*, 62(5), 933–948. <https://doi.org/10.1007/s10597-025-01583-5>
- Ernia, N., Diah, I., & Risnawati, R. (2020). Hubungan dukungan instrumental keluarga dengan kepatuhan kontrol pasien orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 1(1), 1–7.
- Fitria, A., Nuari, I., Thaheransyah, T., & Maisseptian, F. (2026). Pengaruh aktivitas fisik terhadap psychological well-being pada lansia pespektif bimbingan dan konseling. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, 20(1), 79–88. <https://doi.org/10.31869/mi.v20i1.7576>
- Gunawan, P. V., & Resnawaty, R. (2022). Analisis program Posyandu Jiwa berbasis community care di Provinsi Jawa Timur. *Share: Social Work Journal*, 11(2), 122–131. <https://doi.org/10.24198/share.v11i2.34834>
- Hendrawati, H., Amira, I., Maulana, I., Senjaya, S., & Rosidin, U. (2023). Peranan keluarga dan masyarakat pada ODGJ (orang dengan gangguan jiwa). *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 488–496. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.8313>
- Herawati, N., & Afconneri, Y. (2020). Perawatan diri pasien skizofrenia dengan halusinasi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(1), 9–20. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.1.2020.9-20>
- Herdianto, Y. K., Tobing, D. H., & Vembriati, N. (2017). Stigma terhadap orang dengan gangguan jiwa di Bali. *Inquiry: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 121–132. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v8i2.148>
- Higgins, A., Downes, C., Murphy, R., Barry, J., Monahan, M., Doyle, L., & Gibbons, P. (2022). Factors influencing attendees' engagement with group psychoeducation: A multi-stakeholder perspective. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 49(4), 539–551.
- Idris, I., Haerawati, H., & Purwanti, R. (2021). *Pemanfaatan Posyandu Jiwa di Puskesmas*. Universitas Sriwijaya Press.

- Mane, G., Kuwa, M. K. R., & Sulastien, H. (2022). Gambaran stigma masyarakat pada orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 185–192. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.185-192>
- Moore, A., Bertotti, M., Hanafiah, A., & Hayes, D. (2022). Factors affecting the sustainability of community mental health assets: A systematic review. *Health & Social Care in the Community*, 30(6), e3369–e3383. <https://doi.org/10.1111/hsc.13929>
- Poskita.co. (2023, June 4). *Kelurahan Buntalan canangkan Posyandu Jiwa Sakti*. <https://poskita.co/2023/06/04/kelurahan-buntalan-canangkan-posyandu-jiwa-sakti/>
- Putra, S. P., Mandalawati, T. K., Utomo, A. A. B., Darmawan, A. D., & Prasetyo, Y. B. (2025). The effect of physical activity on mental health: Literature review and implications for daily life. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(1), 67–77.
- Ratnasari, W., & Setyowati, R. N. (2022). Peran Posyandu Jiwa dalam penguatan nilai kemanusiaan di Desa Pertapan Maduretno, Sidoarjo. *Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, 11(1), 289–305. <https://doi.org/10.26740/kmkn.v11n1.p289-305>
- Rochmawati, D. H., Wijayanti, R., Wahyundaru, S. D., Rachma, A. K. Y., & El-Farouq, M. W. (2025). Pendampingan kader kesehatan jiwa (KKJ) dalam memampukan caregiver merawat orang dengan skizofrenia (ODS) dan mencapai kemandirian ekonomi. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 7(5), 147–154. <https://doi.org/10.37287/jpm.v7i5.443>
- Townsend, M. C. (2015). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice*. F. A. Davis Company.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan. (2023). <https://peraturan.bpk.go.id/Details/258028/uu-no-17-tahun-2023>
- Universitas Muhammadiyah Klaten. (2023, May 14). *UMKLA canangkan Desa Sehat Jiwa Sakti di Kelurahan Buntalan*.
- White, R. L., Vella, S., Biddle, S., Sutcliffe, J., Guagliano, J. M., Uddin, R., Burgin, A., Apostolopoulos, M., Nguyen, T., Young, C., Taylor, N., Lilley, S., & Teychenne, M. (2024). Physical activity and mental health: A systematic review and best-evidence synthesis of mediation and moderation studies. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 21(1), 134. <https://doi.org/10.1186/s12966-024-01676-6>
- World Health Organization. (2021). *Mental health crisis services: Promoting person-centred and rights-based approaches*. World Health Organization.