

MAKALAH

Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Masyarakat
Dengan Inovasi KOPI 93 (Konsultasi Online
Psikologi Dari Jam 9 Pagi Sampai Jam 3 Sore)



Tahun
2024 / 2025

Disusun Oleh:
dr. Selvi Risma Amalia
Mira Permatasari Purnama, M.Psi, Psikolog

RINGKASAN

Masalah Kesehatan jiwa menjadi masalah Kesehatan yang belum terselesaikan baik di tingkat nasional maupun global. Masalah Kesehatan jiwa di Indonesia memiliki prevalensi sekitar 1 dari 5 penduduk, atau 20% populasi mengalami masalah Kesehatan jiwa. Sumber daya manusia professional untuk tenaga kesehatan jiwa yaitu Psikiater dan Psikolog juga sangat kurang. Bahkan tidak ada Psikolog di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama. Padahal Konsultasi psikologi merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah kesehatan mental. RSJD dr Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah berinisiatif menurunkan angka prevalensi masalah Kesehatan jiwa di Indonesia dengan layanan konsultasi online oleh psikolog pada jam 09.00 s/d 15.00 (KOPI 93).

LATAR BELAKANG

Masalah Kesehatan jiwa di Indonesia memiliki prevalensi sekitar 1 dari 5 penduduk, artinya sekitar 20% populasi di Indonesia memiliki potensi masalah Kesehatan jiwa. Menurut data Kementerian Riset dan Teknologi (Kemristek) tahun 2020 sebesar 55% penduduk di Indonesia mengalami stress, dengan kategori stress sangat berat sebesar 0,8% dan stress ringan sebesar 34,5%. Data kasus depresi di Indonesia tahun 2023 mencapai angka 9.162.886 kasus dengan prevalensi 3,7%. Untuk gangguan kecemasan diangka 2,7% penduduk laki laki dan 4,5% untuk penduduk perempuan.

Berdasarkan data dari Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Kepolisian RI (POLRI), ada 971 kasus [bunuh diri](#) di Indonesia tahun 2023. Dan 10 kasus bunuh diri terbanyak di Indonesia berdasarkan lokasi pelaporannya adalah dijumpai di Jawa Tengah, yaitu 356 kasus yang disusul dengan provinsi Jawa Timur 184 kasus, Bali 94 kasus, Jawa Barat 60 kasus, D.I Yogyakarta 48 kasus, Sumatra Utara 41 kasus, Lampung 27 kasus, Sumatra Barat 26 kasus, Bengkulu 22 kasus, dan Sulawesi Utara 18 kasus.

Masalah sumber daya manusia professional untuk tenaga Kesehatan jiwa juga sangat kurang. Jumlah psikiater sebagai tenaga professional untuk pelayanan Kesehatan jiwa hanya memiliki 1.053 orang. Artinya satu psikiater melayani sekitar 250 ribu penduduk. Ini merupakan beban besar dalam upaya meningkatkan layanan Kesehatan jiwa di Indonesia. Begitu pula tenaga psikolog, saat ini baru tersedia 2808 psikolog klinis aktif di Indonesia yang tentunya jauh dari kebutuhan, dan tidak ada di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama / Puskesmas.

Konsultasi psikologi merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah atau gangguan mental. Namun, tak sedikit orang yang merasa malu dan menganggap bahwa konsultasi dengan psikolog hanya untuk orang dengan gangguan jiwa. Padahal, kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik.

RSJD dr Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah berinisiatif dalam menurunkan angka prevalensi masalah Kesehatan jiwa khususnya di Indonesia dengan layanan konsultasi online oleh psikolog pada jam 09.00 s/d 15.00 (KOPI 93).

TUJUAN ATAU TARGET SPESIFIK

Inovasi Layanan Konsultasi Online Psikolog dari Jam 9 Pagi sampai Jam 3 Sore (KOPI 93) disusun dengan tujuan sebagai berikut:

- a. Pasien/pengguna KOPI 93 dapat menceritakan masalah melalui konsultasi online dengan psikolog tanpa harus hadir di RSJD dr Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah;
- b. Pasien/pengguna KOPI 93 akan merasa lebih tenang, dan tidak malu dalam berkonsultasi sesuai keadaan yang dikehendaki oleh pasien/pengguna;
- c. Pasien/pengguna KOPI 93 dapat merencanakan melanjutkan konsultasi ke RSJD dr Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah;
- d. Pelayanan KOPI 93 dapat diakses oleh seluruh masyarakat tanpa harus mendownload aplikasi tambahan dan tanpa dipungut biaya alias GRATIS, sehingga dapat menjangkau Masyarakat Indonesia secara luas.
- e. Menurunnya angka kejadian bunuh diri akibat gangguan Kesehatan Mental di Indonesia karena melalui KOPI 93 petugas akan menyarankan kepelanggan apabila saat konsultasi ditemukan tanda gejala yang mengawatirkan agar datang langsung ke pelayanan Kesehatan jiwa di RSJD dr Amino Gondohutomo Semarang untuk penanganan lebih lanjut.

LANGKAH-LANGKAH

Berdasarkan Peraturan Direktur RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah Nomor: 3 Tahun 2022 Tentang Pelayanan Pasien di RSJD Dr. Amino Gondohutomo, yang dimaksud dengan Konseling Online Pelayanan Psikologi jam 09.00-15.00 (KOPI 93) adalah bentuk layanan konseling melalui Chat WhatsApp yang disediakan rumah sakit pada jam 09.00 wib sampai dengan jam 15.00 wib kepada masyarakat yang memiliki problem psikologi melalui media komunikasi *online* secara cepat dan tidak berbayar.

Layanan KOPI 93 dilakukan oleh psikolog sesuai jadwal berupa asesmen untuk masalah psikologi dan membantu menemukan jalan keluar permasalahan, mengatasi kedaruratan dan memberikan informasi cara mengakses layanan lanjutan di rumah sakit pada Nomor Telepon KOPI 93: 082-137-580805. Adapun Standar Prosedur Operasional pelayanan diuraikan sebagai berikut;

1. Pemberi layanan KOPI 93 adalah psikolog sesuai jadwal.
2. Pelayanan dilakukan pada jam 09.00-15.00 wib.
3. Layanan berupa Chat WhatsApp.
4. Psikolog pemberi layanan menjawab:
 - a. Menggunakan tata bahasa yang baik dan sopan.
 - b. Menanyakan masalah klien
 - c. Memahami masalah yang dihadapi klien dengan baik.
 - d. Memberikan masukan / solusi yang sesuai dengan masalah klien.
5. Setelah selesai memberikan konseling, pastikan mengucapkan terimakasih dan bertanya apakah ada hal lain yang bisa dibantu.
6. Mencatat data klien dalam buku laporan:
 - a. Tanggal dan jam kegiatan
 - b. Nama
 - c. Umur/tgl lahir
 - d. Alamat
 - e. Permasalahan
 - f. Solusi yang di berikan
7. melaporkan kegiatan setiap bulan pada Wakil Direktur Pelayanan Medik melalui Kepala Bidang Pelayanan Medik.

Berdasarkan Keputusan direktur rumah sakit jiwa daerah dr. Amino gondohutomo Provinsi Jawa Tengah Nomor : 445/150/2023, dibentuklah tim pelayanan konsultasi online dan psikolog (kopi) 93 yg terdiri dari;

1. PENGARAH

Tugas :

- Memberikan arahan kepada anggota Tim Pelayanan KOPI 93 baik Koordinator maupun pelaksana untuk dapat melaksanakan pelayanan KOPI 93 dengan baik; Memastikan sarana prasarana pelayanan KOPI 93 tersedia dengan baik dan tidak mengalami hambatan;
- Memastikan kegiatan pelayanan KOPI 93 dapat berjalan dengan baik.

2. PENDAMPING TEKNIS

Tugas

- Memastikan pelaksanaan pelayanan KOPI 93
- berjalan dengan baik dan tidak mengalami hambatan; Melakukan monitoring dan evaluasi pelaksanaan pelayanan KOPI 93 dan melaporkan ke Pengarah.

3. PEMBIMBING KLINIS

Tugas

- Berkoordinasi dengan Koordinator pelayanan KOPI 93 terkait pembagian jadwal petugas dan kendala yang dihadapi pada pelaksanaan pelayanan KOPI 93;
- Mencarikan solusi terhadap kendala yang ditemui pada pelaksanaan pelayanan KOPI 93;
- Melakukan monitoring dan evaluasi pelaksanaan pelayanan KOPI 93 dan melaporkan ke Pendamping Teknis.

4. KOORDINATOR KOPI 93

Tugas

- Menyusun jadwal pelayanan KOPI 93 setiap bulannya;
- Berkoordinasi dengan pihak terkait guna memastikan pelayanan KOPI 93 dapat berjalan baik;
- Menyusun Standar Operasional Prosedur (SOP) KOPI 93 bersama dengan pihak terkait;

- Melaporkan hasil kegiatan maupun hambatan yang ditemui selama pelaksanaan pelayanan KOPI 93 setiap bulannya kepada Pembimbing Klinis.

5. PELAKSANA KOPI 93

Tugas

- Menjawab konsultasi lewat media chat whatsapp yang tersedia sesuai jadwal pelayanan KOPI 93;
- Melakukan konsultasi ke bagian lain terkait kendala atau masalah yang dihadapi saat pelaksanaan pelayanan KOPI 93;
- Melaporkan hasil pelayanan KOPI 93 yang dituangkan dalam bentuk laporan harian kepada Koordinator KOPI 93

6. KOORDINATOR PUBLIKASI

Tugas

- Menyusun jadwal petugas publikasi pelayanan KOPI 93 setiap bulannya;
- Berkoordinasi dengan pihak terkait guna memastikan publikasi pelayanan KOPI 93 telah sesuai dan siap tayang;
- Melaporkan hasil kegiatan maupun hambatan yang ditemui selama pelaksanaan publikasi pelayanan KOPI 93 setiap bulannya kepada Pembimbing Klinis.

7. PELAKSANA PUBLIKASI

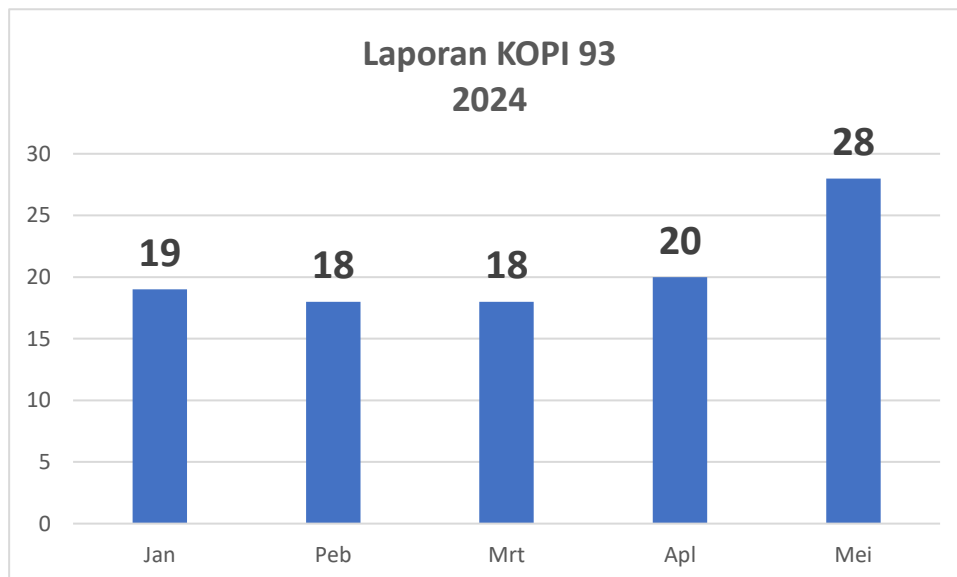
Tugas

- Melakukan peliputan kegiatan pelayanan KOPI 93 sesuai jadwal yang telah dibuat oleh Koordinator Publikasi;
- Melaporkan hasil peliputan kegiatan pelayanan KOPI 93 yang dituangkan dalam bentuk laporan harian kepada Koordinator Publikasi.

HASIL INOVASI

Berdasarkan Keputusan direktur rumah sakit jiwa daerah dr. Amino gondohutomo Provinsi jawa Tengah Nomor : 445/150/2023, bahwa untuk merespon dan menghadapi orang yang berisiko/gawat darurat psikiatri /bunuh diri melalui layanan online, dibutuhkan pelayanan yang dapat memenuhi kebutuhan tersebut, sehingga sejak tanggal 10 November 2023 RSJD dr Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah membuka layanan baru berupa pelayanan Konsultasi Online Psikolog (Kopi) 93;


Dibawah ini kami sajikan hasil pelayanan Konsultasi Online Psikolog dari jam 9 pagi sampai jam 3 sore (KOPI 93) selama periode waktu tahun 2024 sebagai berikut:



Pelayanan KOPI 93 selama periode bulan Januari sampai Mei berjumlah 103 pelanggan dengan karakteristik jenis kelamin; laki-laki sebanyak 19 pelanggan, dan Perempuan sebanyak 84 pelanggan. Pelayanan KOPI 93 ini tersedia untuk seluruh Masyarakat Indonesia sehingga didapatkan karakteristik tempat tinggal diantaranya; Semarang 71 pelanggan, Kendal, 5 pelanggan, Demak 7 pelanggan, Lampung 2 pelanggan, Maluku 2 pelanggan, Jakarta 3 pelanggan, Brebes 4 pelanggan, Kudus 3 pelanggan, Tegal 4 pelanggan, dan Salatiga 2 pelanggan.

Dari 103 pelanggan yang dilayani terdapat berbagai macam pencetus masalah yang dikonsultasikan antara lain;

- a) **Masalah pribadi:** susah tidur, depresif, susah makan, cemas, takut, sedih, tidak mau dipondok, perasaan ingin mati, masalah finansial, malam tidak bisa tidur, selfharm,



mudah marah, sedih berkepanjangan, istri menuntut, baby blues, emosi tidak terkontrol, mood berubah ubah, merasa hampa, kesepian, dan kehilangan minat.

- b) **Masalah keluarga:** konsultasikan kondisi Kesehatan jiwa keluarga, suami slingkuh, suami manipulative, belum dapat pekerjaan, masalah perkawinan, dan sakit anaknya tidak sembuh sembuh.
- c) **Masalah kantor:** merasa diasingkan, tertekan, dan terbebani pekerjaan kantor.

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Makalah : UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL MASYARAKAT DENGAN INOVASI KOPI 93 (KONSULTASI ONLINE PSIKOLOGI DARI JAM 9 PAGI SAMPAI JAM 3 SORE)

(Disusun guna mengikuti Lomba PERSI AWARD 2024)

Penulis :
Nama : dr. Selvi Risma Amalia
NIP : 19890124 202012 2 004
Jabatan : Dokter Ahli Pertama

Semarang, September 2024

Penulis

Menyetujui dan Mengesahkan,
Direktur RSJD Dr. Amino Gondohutomo
Provinsi Jawa Tengah


* dr. ALIF A. JUSRAN, M.Kes
Pembina Tingkat I
NIP 196902112007011007


dr. SELVI RISMA AMALIA
Penata Muda Tingkat I
NIP 19890124 202012 2 004