

Senam Otak dan Jantung untuk Pasien Orang dalam Gangguan Jiwa Desa Brodot

Waslah^{1*}, M. Roisul Mukminin², Windy Tri Yuliyanti³

¹Pendidikan agama Islam

Universitas KH. A. Wahab Hasbullah

Email: waslah@unwaha.ac.id

²Agama Islam

Universitas KH. A. Wahab Hasbullah

Email: roisulmuminin9@gmail.com

³Informatika

Universitas KH. A. Wahab Hasbullah

Email: triw0788@gmail.com

ABSTRACT

Education at the elementary level needs to be honed in student is an attitude of self-confidence that is in him. There are still many students who feel less confident about their abilities. Therefore, the program created an education class using educational film media. Where the film evokes the spirit of learning to create self-confidence of education in the future for student.

Keywords: *Self-Confidence; Science Education; Pasien ODGJ.*

ABSTRAK

Pada umumnya semua anggota keluarga sangat sedih dan prihatin atas penyakit yang menimpa salah satu anggota keluarganya itu, kondisi itu dirasakan oleh ayah, ibu, dan saudaranya, namun seiring berjalannya waktu keluarga mulai terbiasa dan pasrah menerima keadaan tersebut. Hikmah dari musibah itu membuat keluarga siap dan sanggup menghadapi berbagai cobaan dan ujian dalam hidupnya, bukan hanya cobaan yang berkaitan dengan gangguan jiwa, tetapi semakin kuat dalam menjalani kehidupan ini.

Kata Kunci: *Percaya Diri; Pendidikan Sains; Pasien ODGJ.*

PENDAHULUAN

Pelatihan senam otak dan jantung merupakan salah satu program KKN-PPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah Tambakberas Jombang. Program ini dirancang guna membantu para pasien ODGJ menjadi sehat jasmani dan rohani. Kegiatan posyandu dilaksanakan pada tanggal 27 Oktober, kemudian kegiatan ini dijadikan sebagai bentuk pengabdian mahasiswa Universitas KH. A. Wahab Hasbullah kepada masyarakat di desa Brodot. Kegiatan dilakukan pada pukul 08.00-12.00 WIB.

Mitra kegiatan pengabdian pada masyarakat pada skema KKN-PPM adalah Posyandu Kesehatan Jiwa "HARAPAN KITA" dengan melakukan pelatihan Senam Otak dan Jantung di Balai Desa Brodot.

Berdasarkan penjabaran diatas, kegiatan pengabdian masyarakat pada skema KKN-PPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah, maka dari itu kami dari mahasiswa KKN-PPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah ikut serta mendampingi para pasien ODGJ dalam melakukan senam otak dan jantung agar menambah kesehatan fisik dan mental mereka supaya lebih membaik dan sehat dan kegiatan tersebut dilaksanakan dalam 1 bulan sekali..

METODE

Sasaran kegiatan pelatihan senam otak dan jantung untuk pasien ODGJ (Orang Dalam Gangguan Jiwa) di Balai Desa Brodot Kecamatan Bandar Kedungmulyo. Kegiatan ini dilaksanakan di lembaga posyandu "HARAPAN BANGSA" desa Brodot dengan jumlah pasien kurang lebih 19 orang. Pada kegiatan ini

menggunakan narasumber dan instruksi dari kelompok bidan desa Brodot dan Instruktur Olahraga yang berpengalaman dalam mendampingi proses senam otak dan jantung untuk pasien ODGJ di desa Brodot. Metode pendekatan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat pada skema KKN-PPM ini menggunakan metode senam dan permainan. Metode ini yaitu suatu latihan tubuh dan mental yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat pada skema KKN-PPM ini telah dilakukan pada bulan Oktober 2020. Awal program kegiatan pengabdian pada masyarakat pada skema KKN-PPM ini dilaksanakan dengan melakukan koordinasi awal melalui kerjasama dalam pelaksanaan senam otak dan jantung dengan posyandu jiwa "HARAPAN KITA". Hasil koordinasi dengan pihak mitra terkait pelaksanaan kegiatan KKN-PPM sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan oleh posyandu jiwa. Setelah kerjasama selesai, selanjutnya dilakukan koordinasi lanjutan dengan para petugas atau kader posyandu jiwa. Hal ini dilakukan agar kami dapat membantu proses pelaksanaan senam dan pemeriksaan perkembangan pasien ODGJ.

Keluarga sebagai unit terkecil masyarakat harus mampu menjadi garda terdepan berperan dalam menjaga kesehatan jiwa anggota keluarganya dan menjadi pihak yang memberikan pertolongan pertama psikologis apabila tampak gejala-gejala yang mengarah pada masalah kesehatan jiwa. Hal ini dapat dilakukan salah satunya melalui penyuluhan tentang kesehatan jiwa di Desa Brodot Kecamatan Bandarkedungmulyo Kabupaten Jombang.

Prioritas untuk kesehatan jiwa adalah mengembangkan Upaya Kesehatan Jiwa Berbasis Masyarakat (UKJBM) yang ujung tombaknya adalah Puskesmas dan bekerja bersama masyarakat dalam mencegah meningkatnya gangguan jiwa masyarakat melalui pendekatan keluarga.

Pendekatan keluarga ini memiliki tiga hal yang harus diadakan atau dikembangkan, yaitu: (1) instrumen yang digunakan di tingkat keluarga; (2) komunikasi yang dikembangkan untuk kontak dengan keluarga; dan (3) keterlibatan tenaga dari masyarakat sebagai mitra Puskesmas.

Antusiasme dari penderita ODGJ untuk dapat meningkatkan derajat kesehatannya dengan didukung oleh pihak keluarganya sendiri

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan data yang dipaparkan beserta hasil analisa penelitian tentang dinamika penerimaan keluarga maka kesimpulan bahwa kondisi psikologis Pada umumnya semua anggota keluarga sangat sedih dan prihatin atas penyakit yang menimpa salah satu anggota keluarganya itu, kondisi itu dirasakan oleh ayah,ibu, dan saudaranya, namun seiring berjalanya waktu keluarga mulai terbiasa dan pasrah menerima keadaan tersebut.

Hikmah dari musibah itu membuat keluarga siap dan sanggup menghadapi berbagai cobaan dan ujian dalam hidupnya, bukan hanya cobaan yang berkaitan dengan gangguan jiwa, tetapi Adapun saran adalah Keluarga hendaknya selalu mengikuti anjuran para medis, dan selalu berdiskusi dengan ahlinya agar mempunyai program yang sistematis dalam perawatannya, disamping itu penderita harus senantiasa patuh terhadap program perawatan, seperti teratur minum obat dan lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

LLPM Universitas KH. A. Wahab Hasbullah. (2019). Buku Panduan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (PPM). Jombang: LPPM UNWAHA.

<https://megapolitan.antaranews.com/berita/59203/peran-dokter-gigi-pada-pelayanan-kesehatan-jiwa>