

## PENANGANAN KESEHATAN MENTAL DI INDONESIA

Sulis Winurini\*

21

### Abstrak

*Hari Kesehatan Mental Dunia menjadi momentum refleksi terkait penanganan permasalahan kesehatan mental di Indonesia. Tulisan ini bertujuan untuk menggambarkan penanganan kesehatan mental di Indonesia, permasalahan yang muncul dan strategi yang bisa dilakukan. Penanganan kesehatan mental di Indonesia masih dihadapkan pada berbagai permasalahan, seperti ketersediaan tenaga dan fasilitas pelayanan kesehatan mental yang masih terbatas dan belum merata, mutu layanan kesehatan mental yang belum memadai, dan terbatasnya pengetahuan masyarakat tentang kesehatan mental, termasuk tentang layanan kesehatan mental. Transformasi sistem kesehatan mental menjadi kebutuhan dengan mengedepankan partisipasi masyarakat disertai integrasi penanganan kesehatan mental dalam sistem kesehatan secara menyeluruh. Komisi IX DPR RI perlu mendorong pemerintah untuk mewujudkan transformasi sistem kesehatan mental, mengkaji solusi terkait permasalahan tenaga dan fasilitas pelayanan kesehatan mental, mutu layanan dan keterbatasan akses, meningkatkan anggaran terkait kesehatan mental, serta merealisasikan peraturan pelaksana Undang-Undang Kesehatan.*

### Pendahuluan

Tanggal 10 Oktober diperingati sebagai Hari Kesehatan Mental Dunia. Ironisnya, bertepatan dengan tanggal tersebut, ada dua kasus percobaan bunuh diri dan satu kasus bunuh diri yang terjadi di Semarang, diduga karena depresi akibat persoalan yang mereka hadapi (Utami, 2023). Kasus lain yang tak

kalah memprihatinkan adalah adanya Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) yang tewas dibakar empat remaja di Banten pada pertengahan tahun ini (kompas.com, 2023). Beberapa kasus ini menunjukkan rentannya individu dengan masalah kesehatan mental.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi



\* Analisis Legislatif Madya Bidang Kesra pada Pusat Analisis Keparlemenan Badan Keahlian DPR RI. Alamat e-mail: sulis.winurini@dpr.go.id.



depresi, gangguan emosi, dan gangguan mental berat di Indonesia berada pada taraf mengkhawatirkan. Padahal, dalam cakupan yang luas, masalah kesehatan mental bisa menghambat pencapaian produk domestik bruto (PDB) akibat hilangnya produktivitas usia kerja. Di luar itu, kesehatan mental adalah hak asasi manusia, sebagaimana tema Hari Kesehatan Mental Dunia tahun ini. Tulisan ini bertujuan untuk menggambarkan penanganan kesehatan mental di Indonesia, permasalahan yang muncul, dan strategi yang bisa dilakukan.

### **Penanganan Kesehatan Mental di Indonesia**

Kementerian Kesehatan (Kemenkes) sebagai leading sector penanganan kesehatan mental telah memasukkan target kinerja terkait penyelenggaraan kesehatan mental ke dalam Rencana Strategis Kementerian Kesehatan 2020-2024. Sudah ada upaya yang dilakukan untuk mencapai target tersebut, termasuk memasukkan indikator kesehatan mental ke dalam banyak program kesehatan.

Penanganan lintas sektoral juga sudah terlihat. Kementerian Sosial, misalnya, telah ikut mencanangkan program bebas pasung dan perbaikan panti yang menampung Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). Kementerian Hukum dan HAM telah melakukan penelitian dan kajian tentang masalah kesehatan mental dan membentuk Pokja Penghormatan, Pelindungan, Pemenuhan, Penegakan, dan Pemajuan HAM ODGJ. Komnas HAM, Ombudsman RI, dan Komnas Perempuan telah membuat penelitian dan kajian untuk mendorong

urgensi perbaikan layanan di rumah sakit jiwa dan panti rehabilitasi. Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) kesehatan mental muncul dan berkembang, membantu meningkatkan kesadaran pentingnya kesehatan mental serta mendorong pelindungan terhadap ODGJ dan layanan kesehatan mental yang lebih baik (Irmansyah, 2023).

### **Permasalahan Penanganan Kesehatan Mental di Indonesia**

Arah positif upaya penanganan kesehatan mental masih menyimpan banyak catatan. Pencabutan Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa untuk dilebur ke dalam Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan memaksa Kemenkes menyusun peraturan pelaksana yang kuat dan mengikat supaya diperasnya 91 pasal Undang-Undang Kesehatan Jiwa menjadi 12 pasal dalam Undang-Undang Kesehatan membawa perbaikan masalah kesehatan mental di Indonesia. Pada masa berlakunya Undang-Undang Kesehatan Jiwa, program pelayanan kesehatan mental di daerah belum terlaksana secara berkesinambungan, sehingga kebijakan bidang kesehatan mental seringkali tidak sejalan antara pusat dan daerah (Direktorat P2 Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza, 2020). Se jauh ini, penanganan kesehatan mental di daerah tergantung kesadaran pemerintah daerah. Ada pemerintah daerah yang telah dan akan menerbitkan peraturan daerah atau peraturan gubernur tentang kesehatan mental, tetapi ada juga yang belum menunjukkan pergerakan signifikan untuk menangani permasalahan kesehatan mental.

Catatan lain yang perlu mendapat perhatian serius adalah permasalahan ketersediaan tenaga kesehatan mental. Menurut Celestinus Eigya Munthe, Direktur Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza, hingga Oktober 2021 jumlah psikiater di Indonesia hanya ada 1.053 orang (kemenkes.go.id, 2021). Sementara psikolog klinis yang aktif di Indonesia per Oktober 2023 berjumlah 2.917 orang (ipkindonesia.or.id, 2023). Dengan demikian, 1 psikiater harus melayani 250.000 penduduk, dan 1 psikolog klinis harus melayani sekitar 90.000 penduduk. Rasio ini masih jauh dari standar WHO yang mensyaratkan rasio psikiater dan psikolog klinis dengan jumlah penduduk idealnya 1:30.000. Tidak hanya dari sisi jumlah, sebaran tenaga kesehatan mental juga belum merata, masih terkonsentrasi di kota-kota besar saja. Sebagai contoh, di DKI Jakarta terdapat 567 psikolog klinis dengan rasio seorang psikolog klinis melayani sekitar 18.000 penduduk. Sementara di NTT hanya ada 11 psikolog klinis, dimana setiap psikolog klinis melayani 501.218 penduduk.

Ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan mental yang terbatas dan belum merata serta mutu layanan yang belum memadai ikut menjadi catatan. Masih ada provinsi yang belum memiliki RSJ dan belum semua rumah sakit umum (RSU) milik pemerintah telah menyelenggarakan layanan kesehatan mental. Data Kemenkes 2019 menyebutkan bahwa puskesmas yang mampu melayani kesehatan mental sebanyak 4.766 puskesmas (46,18%). Sebagian

lainnya hanya memberikan surat rujukan bagi pasien untuk berobat ke fasilitas kesehatan yang lebih tinggi, bahkan seringkali dengan prosedur rujukan yang tidak sesuai standar (Direktorat Kesehatan Jiwa, 2022). Selain itu, obat kesehatan mental di puskesmas seringkali habis karena kendala distribusi obat dari provinsi ke kabupaten/kota. Sebanyak 52,1% penderita gangguan mental skizofrenia/psikosis tidak rutin minum obat bisa jadi disebabkan oleh masalah ini (Direktorat Kesehatan Jiwa, 2022). Dari semua permasalahan yang ada, anggaran kesehatan mental yang terbatas, yaitu sekitar 1% dari total anggaran kesehatan, disebut-sebut menjadi salah satu sumber persoalan.

Dalam kondisi yang terbatas, masyarakat diharapkan dapat menjadi pihak awal untuk mencegah dan mengurangi permasalahan mental penderita kesehatan mental. Namun, terbatasnya pengetahuan masyarakat tentang kesehatan mental masih menjadi persoalan. Salah satunya terbentuknya stigma negatif tentang kesehatan mental yang menjadi penghambat penderita untuk memperoleh layanan. Penderita menjadi sungkan untuk mencari pertolongan karena takut dengan tanggapan orang-orang di sekitarnya. Banyak orang mengandalkan pengobatan alternatif yang pada akhirnya justru membuat penderita terlambat ditangani secara medis dan menjadi makin parah (Wahyudi, 2021).

Pemahaman masyarakat terkait layanan kesehatan mental juga masih terbatas. Hal ini terlihat dari Laporan Perilaku Penggunaan Kesehatan Mental di Indonesia yang diterbitkan oleh *Into the Light* pada September 2021. Setidaknya, 3 dari 5 orang tidak

tahu ada layanan kesehatan mental di wilayah tempat tinggalnya. Selain itu, 7 dari 10 orang juga tidak tahu jika BPJS Kesehatan dapat menanggung biaya akses dan pengobatan layanan kesehatan mental untuk masalah seperti depresi dan gangguan bipolar (Arlinta, 2022). Dengan permasalahan seperti ini, tidak heran sekitar 91% penderita depresi di Indonesia tidak menjalani pengobatan medis (Direktorat Kesehatan Jiwa, 2022).

### **Strategi**

Celestinus Eigya Munthe, Direktur Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza, menyatakan bahwa transformasi sistem kesehatan mental di Indonesia diperlukan untuk mengatasi berbagai kendala penanganan kesehatan mental yang selama ini belum tuntas (Arlinta, 2022). Untuk itu, kolaborasi antara pemerintah, termasuk dengan pemerintah daerah, organisasi nonpemerintah, lembaga pendidikan, dan sektor swasta menjadi kebutuhan. Keterlibatan komponen masyarakat, baik tokoh agama, tokoh masyarakat, komunitas pemerhati kesehatan mental, media lokal, maupun media sosial juga tidak bisa dikesampingkan. Dengan memanfaatkan partisipasi masyarakat, peningkatan kesadaran terkait kesehatan masyarakat bisa digalakkan hingga menyentuh ke semua lapisan masyarakat. Peningkatan kesadaran ditujukan untuk meluruskan masalah kesehatan mental yang selama ini masih menjadi stigma, sekaligus mempermudah penderita memahami bagaimana mereka mendapatkan pertolongan dan mengetahui kemana mereka bisa mendapatkan layanan kesehatan mental. Di luar penderita, peningkatan kesadaran diperlukan supaya

dukungan sosial bisa diberikan secara tepat. Dengan upaya ini, penanganan kesehatan mental diarahkan menjadi tanggung jawab kolektif.

Menguatkan partisipasi masyarakat bukan berarti menyerahkan tanggung jawab sepenuhnya kepada masyarakat. Pemerintah tetap memiliki peranan dalam mengintegrasikan upaya penanganan kesehatan mental dalam sistem kesehatan secara menyeluruh. Berkembangnya layanan kesehatan mental pada masa pandemi Covid-19 yang banyak diinisiasi kelompok masyarakat, seperti layanan kesehatan mental jarak jauh dan layanan telekesehatan, patut mendapat apresiasi karena mempermudah akses layanan kesehatan mental. Namun, pemerintah perlu memastikan bahwa layanan kesehatan mental yang berkembang memang layak atau dapat dipertanggungjawabkan supaya tidak memberi dampak yang menyedihkan masyarakat. Untuk itu, pemerintah perlu bekerja keras agar peraturan pelaksana Undang-Undang Kesehatan bisa menguatkan upaya penanganan kesehatan mental dan memberi perlindungan bagi masyarakat secara keseluruhan.

### **Penutup**

Upaya penanganan masalah kesehatan mental sudah terlihat, namun belum cukup efektif karena masih dihadapkan pada berbagai permasalahan, seperti ketersediaan tenaga dan fasilitas pelayanan kesehatan mental yang terbatas dan belum merata, mutu layanan kesehatan mental yang belum memadai, dan terbatasnya pengetahuan masyarakat tentang kesehatan mental, termasuk tentang

layanannya. Transformasi sistem kesehatan mental menjadi kebutuhan dengan mengedepankan partisipasi masyarakat disertai integrasi penanganan kesehatan mental ke dalam sistem kesehatan secara menyeluruh.

Melalui fungsi pengawasan, Komisi IX DPR RI perlu mendorong pemerintah untuk mewujudkan transformasi sistem kesehatan mental, termasuk mengkaji solusi terkait permasalahan tenaga dan fasilitas pelayanan kesehatan mental, mutu layanan, dan keterbatasan akses. Melalui fungsi anggaran, Komisi IX DPR RI perlu mendorong pemerintah untuk meningkatkan anggaran terkait kesehatan mental sehingga pemerintah bisa meningkatkan layanan kesehatan mental. Dan melalui fungsi legislasi, Komisi IX DPR RI perlu mendorong pemerintah untuk merealisasikan peraturan pelaksana Undang-Undang Kesehatan.

## Referensi

Arlinta, Deonisia. "Layanan Jiwa Belum Terintegrasi," 9 September 2022, <https://www.kompas.id/baca/humaniora/2022/09/09/layanan-kesehatan-jiwa-belum-terintegrasi>, diakses 17 Oktober 2023.

Direktorat P2 Masalah Kesehatan Jiwa dan NAPZA. 2020. Rencana Aksi Kegiatan 2020-2024.

Direktorat Kesehatan Jiwa, Kementerian Kesehatan. 2022. Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah Tahun 2022.

Irmansyah. "UU Kesehatan, ODGJ, dan Kesehatan Jiwa", 23 Juli 2023, <https://www.kompas.id/baca/opini/2023/07/21/uu-kesehatan-odgj-dan-kesehatan-jiwa>, diakses 17 Oktober 2023.

"Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia," 7 Oktober 2021, <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>, diakses 18 Oktober 2023.

Utami, Kristi Dwi. "Rentetan Kasus Bunuh Diri di Semarang, Lingkungan Diharapkan Lebih Peka", 12 Oktober 2023, <https://www.kompas.id/baca/nusantara/2023/10/12/rentetan-kasus-bunuh-diri-di-semarang-lingkungan-diharapkan-lebih-peka>, diakses 18 Oktober 2023.

Wahyudi, M.Zaid. "Masa Depan Kesehatan Jiwa Kita," 13 Oktober 2021, <https://www.kompas.id/baca/opini/2021/10/13/masa-depan-kesehatan-jiwa-kita>, diakses 17 Oktober 2023.

---

## Info Singkat

© 2009, Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI  
<http://puslit.dpr.go.id>  
 ISSN 2088-2351

*Hak cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi tulisan ini tanpa izin penerbit.*