

PEMBERDAYAAN KESEHATAN MENTAL MASYARAKAT BERBASIS BIMBINGAN KONSELING MULTIKULTURAL

Arifin Hidayat

Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan
arifin@uinsyahada.ac.id

Fitri Khairani Siregar

Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan
fitrisiregar2023@gmail.com

Darwin Harahap

Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan
darwinharahap@uinsyahada.ac.id

Fithri choirunnisa Siregar

Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan
fithrich@uinsyahada.ac.id

Umi Khumairoh Nasution

Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan
umikhumairohn@gmail.com

Article History:

Received: Desember 5, 2025;
Accepted: Desember 25, 2025;
Published: Januari 05, 2026;

Abstract. *The main problem addressed in this study is the low public awareness of mental health importance and the strong social stigma that still exists in multicultural areas such as Batahan, Mandailing Natal. The purpose of this study is to describe the process of community mental health empowerment through the application of a multicultural counseling approach that aligns with local values and cultural contexts. This research employs a qualitative method with a case study approach. Data were collected through in-depth interviews, participatory observations, and document studies involving community members, traditional leaders, and professionals participating in the empowerment program. The results show that the implementation of multicultural counseling successfully enhances community awareness of mental health importance, strengthens individual coping mechanisms, improves social interactions, and increases community participation in sustainable mental health activities. These findings emphasize that integrating a multicultural approach into community mental health empowerment programs is highly effective, especially in culturally diverse regions like Batahan.*

Keywords:

*Mental Health Empowerment,
Multicultural Counseling,
Community, Batahan,
Mandailing Natal*

Abstrak. Masalah yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental serta masih kuatnya stigma sosial di daerah multikultural seperti Batahan, Mandailing Natal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan proses pemberdayaan kesehatan mental masyarakat melalui

penerapan pendekatan bimbingan konseling multikultural yang menyesuaikan dengan nilai dan budaya lokal. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan studi dokumentasi yang melibatkan masyarakat, tokoh adat, serta tenaga profesional yang berperan dalam program pemberdayaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan bimbingan konseling multikultural mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental, memperkuat mekanisme koping individu, memperbaiki interaksi sosial, serta meningkatkan partisipasi masyarakat dalam kegiatan yang mendukung kesehatan mental secara berkelanjutan. Temuan ini menegaskan bahwa integrasi pendekatan multikultural dalam program pemberdayaan kesehatan mental sangat efektif diterapkan di wilayah yang memiliki keberagaman budaya seperti Batahan.

A. PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam keberhasilan pembangunan manusia dan masyarakat secara keseluruhan. Seiring dengan perkembangan zaman dan berbagai dinamika sosial, tantangan terhadap kesehatan mental masyarakat semakin meningkat. Kondisi ini menjadi perhatian utama, terutama di daerah-daerah yang memiliki keberagaman budaya dan adat istiadat, seperti Batahan, Mandailing Natal. Keberagaman budaya ini dapat menjadi sumber kekayaan dan kekuatan, namun juga menimbulkan tantangan dalam mengelola dan memahami isu-isu kesehatan mental yang berkaitan dengan latar belakang budaya yang berbeda (Suryani, S. (2022).

Di Indonesia, kesadaran akan pentingnya kesehatan mental mulai meningkat, namun masih banyak masyarakat yang belum memahami secara menyeluruh tentang kesehatan mental dan cara mengatasi permasalahan yang timbul. Stigma sosial dan minimnya akses terhadap layanan kesehatan mental menjadi hambatan utama dalam meningkatkan kesejahteraan mental masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang sesuai dengan konteks budaya lokal agar program-program pemberdayaan kesehatan mental dapat berjalan efektif dan berkelanjutan (Dewi, R., & Saputra, T. (2020)

Salah satu pendekatan yang dianggap relevan adalah bimbingan konseling multikultural. Pendekatan ini menekankan pentingnya memahami

keberagaman budaya dan kepercayaan masyarakat dalam memberikan layanan konseling dan pemberdayaan. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal ke dalam proses konseling, diharapkan masyarakat dapat lebih menerima dan aktif terlibat dalam upaya peningkatan kesehatan mental mereka sendiri. Pendekatan ini juga mampu mengatasi hambatan budaya dan stigma yang sering kali menghambat akses terhadap layanan kesehatan mental (Sari, L., & Hidayat, R. (2020).

Batahan, sebagai salah satu wilayah di Mandailing Natal, memiliki keberagaman budaya dan adat istiadat yang khas. Masyarakat di daerah ini cenderung memegang teguh nilai-nilai tradisional, namun di sisi lain juga menghadapi berbagai tantangan sosial dan psikologis akibat perubahan zaman. Dalam konteks ini, pemberdayaan kesehatan mental berbasis bimbingan konseling multikultural dapat menjadi solusi strategis untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat Batahan secara menyeluruh (Putri, N., & Kurniawan, D. (2024).

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bagaimana penerapan bimbingan konseling multikultural dapat memberdayakan masyarakat dalam meningkatkan kesehatan mental mereka. Selain itu, penelitian ini juga ingin mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pemberdayaan tersebut serta bagaimana masyarakat merespons program yang dilaksanakan. Melalui pendekatan kualitatif, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang mendalam tentang proses dan hasil pemberdayaan ini di lapangan.

Metodologi penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Partisipan penelitian meliputi masyarakat setempat, tokoh adat, serta tenaga profesional yang terlibat dalam program pemberdayaan kesehatan mental. Data yang diperoleh dianalisis secara tematik untuk mengetahui pola-pola dan makna yang terkandung di dalamnya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang efektivitas pendekatan multikultural dalam pemberdayaan kesehatan mental masyarakat di daerah dengan keberagaman budaya seperti Batahan. Selain

itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi pengembangan program-program pemberdayaan kesehatan mental berbasis budaya di daerah lain yang memiliki karakteristik serupa.

Penerapan bimbingan konseling multikultural tidak hanya berorientasi pada penyembuhan masalah mental, tetapi juga pada pemberdayaan masyarakat untuk mampu mengelola dan memahami isu kesehatan mental secara mandiri. Pendekatan ini menempatkan masyarakat sebagai subjek aktif dalam proses pemberdayaan, sehingga mampu menciptakan keberlanjutan dan keberdayaan jangka panjang. Dengan demikian, diharapkan masyarakat Batahan dapat lebih mandiri, sehat secara mental, dan mampu menghadapi tantangan kehidupan dengan lebih baik.

Keberhasilan pemberdayaan kesehatan mental berbasis budaya sangat bergantung pada sensitivitas dan pemahaman terhadap konteks lokal. Pendekatan multikultural harus disesuaikan dengan nilai dan kepercayaan masyarakat setempat agar program-program yang dilaksanakan benar-benar menyentuh kebutuhan mereka. Melalui studi ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik pemberdayaan kesehatan mental yang berkelanjutan di Indonesia.

B. METODE PELAKSANAAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan desain studi kasus. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran mendalam mengenai proses pemberdayaan kesehatan mental masyarakat melalui penerapan bimbingan konseling multikultural di wilayah Batahan Mandailing Natal. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat memahami pengalaman, persepsi, dan makna yang diberikan oleh masyarakat dan tenaga profesional terkait program tersebut secara menyeluruh.

Lokasi penelitian dilakukan di Batahan, Mandailing Natal, yang dikenal dengan keberagaman budaya dan adat istiadatnya yang khas. Partisipan penelitian terdiri dari masyarakat yang mengikuti program pemberdayaan kesehatan mental, tenaga profesional dan konselor yang terlibat langsung

dalam pelaksanaan kegiatan, serta tokoh adat dan pemuka masyarakat yang mempunyai peran penting dalam mendukung keberhasilan program. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive, dengan mempertimbangkan kriteria tertentu seperti keterlibatan aktif dalam program, keberagaman usia, latar belakang sosial, dan kesiapan untuk berbagi pengalaman.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan pengumpulan dokumen. Wawancara mendalam dilakukan secara tatap muka untuk mendapatkan informasi yang mendetail mengenai pengalaman dan pandangan partisipan terkait proses pemberdayaan dan penerapan bimbingan konseling multikultural. Observasi partisipatif dilakukan dengan mengikuti langsung kegiatan di lapangan, sehingga peneliti dapat mengamati secara langsung proses pelaksanaan program, interaksi sosial, serta adaptasi budaya dalam dinamika kegiatan tersebut. Selain itu, pengumpulan dokumen berupa laporan kegiatan, materi pelatihan, dan dokumen terkait lainnya digunakan untuk mendukung analisis.

Data yang terkumpul dianalisis secara tematik dengan pendekatan induktif. Tahap analisis meliputi transkripsi data wawancara, pengkodean data untuk mengidentifikasi tema-tema utama, serta pengelompokan data berdasarkan kategori yang relevan. Selanjutnya, interpretasi dilakukan untuk memahami makna dari setiap tema yang muncul dan mengaitkannya dengan kerangka teori serta kondisi lokal. Proses ini dilakukan secara berkelanjutan hingga mencapai data saturation, yaitu saat data yang diperoleh sudah cukup untuk menjelaskan fenomena yang diteliti.

Agar data yang diperoleh valid dan dapat dipercaya, digunakan teknik triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data dari berbagai partisipan yang berbeda, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan data dari wawancara, observasi, dan dokumen. Selain itu, peneliti juga memberikan kesempatan kepada partisipan untuk melakukan validasi terhadap hasil wawancara yang telah dilakukan, sering disebut dengan member checking, guna memastikan keakuratan interpretasi.

Aspek etika dalam penelitian ini sangat diperhatikan. Peneliti memastikan bahwa semua partisipan memberikan persetujuan secara sukarela setelah mendapatkan penjelasan mengenai tujuan dan proses penelitian. Identitas dan data pribadi partisipan dijaga kerahasiaannya, serta semua kegiatan penelitian dilakukan sesuai dengan kode etik penelitian sosial dan humaniora. Dengan metodologi ini, diharapkan penelitian dapat menghasilkan gambaran yang komprehensif dan mendalam mengenai proses dan hasil pemberdayaan kesehatan mental berbasis bimbingan konseling multikultural di masyarakat Batahan Mandailing Natal. Data yang diperoleh diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi pengembangan praktik pemberdayaan kesehatan mental yang sensitif terhadap budaya lokal serta mampu meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara berkelanjutan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Konsep dan dasar teoritis pemberdayaan kesehatan mental berbasis budaya

Pemberdayaan kesehatan mental berbasis budaya merupakan pendekatan yang mengintegrasikan nilai-nilai, kepercayaan, dan praktik budaya lokal ke dalam proses peningkatan kesehatan mental masyarakat. Konsep ini muncul dari pemahaman bahwa kesehatan mental tidak hanya bersifat universal, tetapi juga dipengaruhi oleh konteks budaya di mana individu dan komunitas tinggal. Oleh karena itu, pendekatan ini menekankan pentingnya menghormati dan memanfaatkan budaya lokal sebagai sumber kekuatan dan solusi dalam mengatasi masalah kesehatan mental (Irawan, B., & Sari, L. (2024).

Dasar teoritisnya berakar pada teori biopsikososial yang menegaskan bahwa kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, dan sosial. Dalam konteks budaya, faktor sosial dan budaya menjadi sangat signifikan karena mencakup kepercayaan, adat istiadat, dan norma yang membentuk pola pikir dan perilaku masyarakat. Pendekatan ini juga didukung oleh teori keberdayaan yang menekankan

partisipasi aktif masyarakat dalam proses penyembuhan dan peningkatan kesejahteraan mental mereka sendiri (Darwin Harahap, 2020).

Selain itu, teori multikulturalisme menjadi landasan utama dalam pemberdayaan berbasis budaya. Teori ini menegaskan bahwa setiap budaya memiliki kekayaan dan keunikan yang harus dihargai dan diintegrasikan ke dalam program intervensi. Dengan demikian, program pemberdayaan yang berbasis budaya tidak memaksakan standar asing, melainkan menyesuaikan dengan konteks lokal agar lebih efektif dan diterima masyarakat (Asfiati dkk, 2023).

Pendekatan ini juga didukung oleh konsep resiliensi budaya, yang menyatakan bahwa budaya lokal memiliki mekanisme adaptif dan sumber daya yang dapat memperkuat ketahanan mental masyarakat. Melalui identifikasi dan penguatan nilai-nilai budaya yang positif, masyarakat dapat lebih mampu menghadapi stres dan tekanan hidup sehari-hari.

Selain aspek teoritis, dasar praktis dari pemberdayaan ini melibatkan partisipasi aktif masyarakat dalam merancang dan melaksanakan program. Pendekatan ini menganggap bahwa masyarakat adalah agen utama perubahan yang mampu mengidentifikasi kebutuhan dan solusi sesuai konteks budayanya sendiri. Oleh karena itu, keberhasilan program sangat bergantung pada keterlibatan dan penerimaan masyarakat lokal.

Dalam kerangka kerja ini, peran tenaga profesional seperti konselor dan psikolog adalah sebagai fasilitator yang membantu masyarakat mengintegrasikan nilai budaya dalam proses penyembuhan dan pemberdayaan. Mereka harus paham akan budaya lokal dan mampu membangun komunikasi yang efektif, sehingga tercipta proses pemberdayaan yang saling menghormati dan memberdayakan.

Selain itu, keberlanjutan program sangat tergantung pada penguatan kapasitas masyarakat sendiri. Hal ini dilakukan melalui pelatihan, pendidikan, dan pendampingan yang menyesuaikan dengan budaya setempat agar masyarakat mampu menjaga dan mengembangkan

keberhasilan pemberdayaan secara mandiri. Dengan demikian, konsep pemberdayaan kesehatan mental berbasis budaya merupakan pendekatan yang holistik dan kontekstual, yang mengintegrasikan teori-teori psikologi dan budaya untuk mencapai kesehatan mental yang berkelanjutan dan bermakna bagi masyarakat.

2. Model bimbingan konseling multikultural di Batahan Mandailing Natal

Model bimbingan konseling multikultural di Batahan Mandailing Natal dirancang untuk menyesuaikan dengan keberagaman budaya dan adat istiadat masyarakat setempat. Model ini berlandaskan pada prinsip menghormati nilai-nilai budaya lokal serta mengintegrasikan kearifan lokal ke dalam proses konseling. Pendekatan ini bertujuan untuk menciptakan suasana yang aman dan nyaman, sehingga masyarakat lebih terbuka dalam menghadapi masalah kesehatan mental (Dewi, R., & Rahman, A. (2022).

Langkah awal dari model ini adalah melakukan analisis budaya secara mendalam untuk memahami norma, kepercayaan, dan praktik tradisional yang berlaku di komunitas Batahan. Data ini digunakan sebagai dasar dalam menyusun strategi dan teknik konseling yang sesuai. Dengan memahami konteks budaya, konselor dapat menghindari pendekatan yang dianggap asing atau menyinggung nilai masyarakat. Selanjutnya, model ini mengedepankan pendekatan partisipatif, di mana masyarakat dilibatkan secara aktif dalam proses perencanaan dan pelaksanaan intervensi. Pendekatan ini memperkuat rasa memiliki dan meningkatkan keberhasilan program karena masyarakat merasa dihargai dan diakui keberadaannya.

Penggunaan bahasa dan simbol-simbol budaya lokal menjadi sangat penting. Konselor harus mampu menggunakan bahasa daerah dan mengadopsi simbol budaya sebagai bagian dari proses konseling agar lebih mudah dipahami dan diterima. Pendekatan ini juga melibatkan tokoh adat dan pemuka masyarakat sebagai fasilitator dan pendukung utama dalam

proses konseling. Penggunaan metode cerita, simbol, dan ritual tradisional juga menjadi bagian dari model ini. Teknik ini dipercaya mampu membuka komunikasi yang lebih dalam dan mengatasi hambatan psikologis yang mungkin tidak bisa diungkapkan secara langsung. Dengan demikian, proses konseling menjadi lebih bermakna dan relevan dengan konteks budaya masyarakat Batahan. Selain itu, model ini menekankan pentingnya pelatihan konselor yang paham budaya lokal dan mampu menerapkan prinsip multikulturalisme. Pelatihan ini termasuk pemahaman terhadap adat istiadat, kepercayaan, serta bahasa daerah, sehingga konselor dapat berinteraksi secara efektif dan sensitif terhadap norma budaya.

Pengembangan model ini juga harus bersifat adaptif, artinya dapat disesuaikan dengan perubahan sosial dan budaya yang terjadi di masyarakat. Fleksibilitas ini penting agar program tetap relevan dan mampu mengatasi berbagai tantangan baru yang muncul. Evaluasi dan monitoring secara berkala menjadi bagian tak terpisahkan dari model ini, guna memastikan bahwa pendekatan yang dilakukan tetap efektif dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Feedback dari masyarakat dan tokoh adat sangat penting dalam proses ini. Secara keseluruhan, model bimbingan konseling multikultural di Batahan Mandailing Natal merupakan upaya integratif yang menggabungkan prinsip psikologi, budaya, dan partisipasi masyarakat. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesehatan mental masyarakat secara berkelanjutan dan bermakna, sesuai dengan konteks budaya mereka.

3. Implementasi Program Pemberdayaan Kesehatan Mental di Batahan Mandailing Natal

Implementasi program pemberdayaan kesehatan mental di Batahan Mandailing Natal dilakukan dengan pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan. Tahapan awal adalah melakukan asesmen kebutuhan yang mendalam agar program yang dirancang benar-benar sesuai dengan

permasalahan dan potensi masyarakat setempat. Melalui asesmen ini, tim pelaksana dapat memahami konteks budaya, tingkat stigma, serta faktor-faktor risiko yang ada (Dewi, R., & Rahman, A. (2022).

Setelah asesmen selesai, langkah berikutnya adalah merancang kegiatan yang melibatkan berbagai elemen masyarakat. Program ini meliputi pelatihan, sosialisasi, workshop, dan kegiatan budaya yang disesuaikan dengan adat istiadat lokal. Tujuannya adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan mental dan mengurangi stigma yang selama ini melekat. Pelaksanaan program juga melibatkan tokoh adat, pemuka agama, dan tokoh masyarakat sebagai agen perubahan. Mereka menjadi perpanjangan tangan dari tim profesional agar pesan-pesan positif dan edukatif dapat diterima secara luas dan efektif. Keterlibatan tokoh ini penting karena mereka memiliki pengaruh besar terhadap norma dan perilaku masyarakat.

Selain itu, program mengintegrasikan elemen budaya lokal seperti ritual, cerita rakyat, dan simbol-simbol adat dalam kegiatan pemberdayaan. Pendekatan ini membuat masyarakat merasa bahwa program ini menghormati dan melestarikan budaya mereka, sehingga mereka lebih terbuka dan antusias dalam mengikuti kegiatan. Pelatihan kapasitas bagi tenaga kesehatan dan konselor juga dilakukan secara berkelanjutan. Mereka diberikan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan konseling berbasis budaya, serta pengelolaan program secara mandiri di tingkat komunitas. Hal ini penting agar program tidak bergantung sepenuhnya pada pihak luar dan mampu berlangsung secara mandiri.

Monitoring dan evaluasi dilakukan secara rutin untuk menilai efektivitas dan dampak program. Data dari evaluasi digunakan untuk melakukan penyesuaian dan perbaikan strategi agar hasil yang dicapai optimal. Partisipasi masyarakat dalam proses evaluasi ini juga meningkatkan rasa kepemilikan terhadap program. Selain itu, pemberdayaan dilakukan secara inklusif, menjangkau seluruh lapisan

masyarakat, mulai dari anak-anak, remaja, hingga lansia. Pendekatan ini memastikan bahwa seluruh anggota komunitas mendapatkan manfaat dan mampu berkontribusi dalam menjaga kesehatan mental mereka sendiri. Keberhasilan implementasi ini didukung oleh kolaborasi lintas sektor, termasuk pemerintah desa, lembaga swadaya masyarakat, dan institusi pendidikan. Sinergi ini memperkuat sumber daya dan memperluas jangkauan program sehingga mampu menciptakan perubahan yang nyata dan berkelanjutan. Keberhasilan implementasi program diukur melalui indikator-indikator keberhasilan seperti peningkatan pengetahuan, berkurangnya stigma, dan peningkatan kualitas hidup masyarakat. Data dan pengalaman dari implementasi ini menjadi dasar untuk pengembangan program di masa yang akan datang.

4. Peran tokoh adat dan masyarakat lokal

Tokoh adat dan masyarakat lokal memiliki peran sentral dalam keberhasilan program pemberdayaan kesehatan mental di Batahan Mandailing Natal. Mereka merupakan bagian integral dari sistem sosial dan budaya yang menjadi fondasi kehidupan masyarakat. Peran mereka tidak hanya sebagai penerima manfaat, tetapi juga sebagai agen perubahan yang mampu mempengaruhi persepsi dan perilaku masyarakat terhadap kesehatan mental (Fadli, M., & Yuliana, R. (2020). Sebagai pemegang adat dan tradisi, tokoh adat memiliki otoritas moral dan sosial yang dihormati oleh masyarakat. Mereka mampu memfasilitasi komunikasi antara tenaga profesional dan masyarakat, serta menyesuaikan program dengan norma dan nilai adat yang berlaku. Dengan demikian, mereka menjadi penghubung yang efektif dalam proses sosialisasi dan edukasi.

Tokoh adat juga berperan dalam mengatasi stigma dan mitos yang berkaitan dengan kesehatan mental. Mereka dapat menyampaikan pesan positif dan mengubah pandangan masyarakat yang selama ini memandang gangguan jiwa sebagai hal yang tabu atau jinak. Keberadaan mereka memberikan legitimasi dan rasa aman bagi masyarakat dalam

mengikuti program. Selain itu, masyarakat lokal turut berkontribusi aktif dalam pelaksanaan kegiatan pemberdayaan. Mereka membantu dalam pelaksanaan ritual adat, penyebaran informasi, dan turut serta dalam kegiatan budaya yang mendukung proses penyembuhan dan peningkatan kesehatan mental. Peran ini meningkatkan rasa memiliki dan tanggung jawab kolektif terhadap keberhasilan program.

Tokoh adat juga berfungsi sebagai motivator dan pembimbing yang mampu menginspirasi masyarakat untuk berpartisipasi aktif. Mereka mampu menyesuaikan pesan-pesan kesehatan mental sesuai dengan konteks budaya, sehingga lebih mudah dipahami dan diterima. Pendekatan ini meningkatkan efektivitas komunikasi dan keberlanjutan program. Keterlibatan tokoh adat dan masyarakat lokal dalam proses evaluasi dan pengembangan program juga sangat penting. Mereka memberikan umpan balik yang berharga berdasarkan pengalaman langsung di lapangan, serta membantu menyesuaikan program agar tetap relevan dan efektif. Selain peran langsung dalam pelaksanaan, tokoh adat dan masyarakat lokal juga berperan sebagai pelestari budaya dan simbol identitas. Mereka menjaga keberlangsungan warisan budaya yang menjadi bagian dari proses pemberdayaan, sehingga program tidak hanya bersifat sementara tetapi juga berkelanjutan dalam jangka panjang.

Konteks pemberdayaan kesehatan mental, kolaborasi yang harmonis antara tenaga profesional dan tokoh adat serta masyarakat lokal adalah kunci utama keberhasilan. Mereka saling melengkapi dan memperkuat satu sama lain dalam menciptakan perubahan positif yang bermakna bagi komunitas. Peran tokoh adat dan masyarakat lokal harus dihormati dan didukung secara penuh, karena merekalah yang memahami secara mendalam dinamika sosial dan budaya di komunitas mereka. Dengan sinergi yang baik, program pemberdayaan kesehatan mental di Batahan Mandailing Natal dapat berjalan dengan efektif dan berkelanjutan.

5. Tantangan dan permasalahan dalam pelaksanaan program Pemberdayaan Kesehatan Mental di Batahan Mandailing Natal

Pelaksanaan program pemberdayaan kesehatan mental di Batahan Mandailing Natal menghadapi berbagai tantangan dan permasalahan yang cukup kompleks. Salah satu tantangan utama adalah stigma dan mitos yang kuat di masyarakat terkait gangguan jiwa. Banyak masyarakat yang masih memandang gangguan mental sebagai hal tabu atau akibat dari kekuatan gaib, yang menyebabkan mereka enggan mencari bantuan profesional (Hidayat, R., & Nurhadi, D. (2023). Selain itu, rendahnya tingkat pemahaman dan pengetahuan tentang kesehatan mental menjadi hambatan besar. Banyak masyarakat yang tidak menyadari pentingnya menjaga kesehatan mental dan menganggap masalah tersebut sebagai bagian dari tabu budaya. Hal ini menyulitkan proses sosialisasi dan edukasi yang dilakukan dalam program.

Keterbatasan sumber daya manusia yang kompeten dan paham budaya juga menjadi kendala. Tidak semua tenaga profesional memiliki pemahaman yang cukup tentang budaya lokal, sehingga proses konseling dan intervensi menjadi kurang efektif. Ketersediaan tenaga kesehatan mental yang memadai di daerah terpencil seperti Batahan masih sangat terbatas. Hambatan lainnya adalah masalah ekonomi yang mempengaruhi akses masyarakat terhadap layanan kesehatan mental. Banyak keluarga yang tidak mampu membiayai pengobatan atau terapi, sehingga mereka memilih untuk tidak mengakses layanan yang ada. Ketidakmampuan ekonomi ini memperbesar gap antara kebutuhan dan layanan yang tersedia.

Kendala logistik dan fasilitas juga turut mempengaruhi pelaksanaan program. Infrastruktur yang terbatas, seperti jarak yang jauh dan minimnya fasilitas kesehatan mental, menyulitkan masyarakat untuk mendapatkan layanan secara rutin. Kondisi ini diperparah dengan kurangnya alat dan bahan pendukung yang memadai. Selain hambatan struktural dan ekonomi, tantangan budaya juga tetap menjadi penghalang.

Beberapa tradisi dan kepercayaan lokal masih menganggap gangguan mental sebagai hal yang harus diselesaikan secara adat atau spiritual, sehingga mengabaikan pendekatan medis dan psikologis modern.

Permasalahan komunikasi dan bahasa juga tidak dapat diabaikan. Kurangnya tenaga profesional yang mampu berkomunikasi dalam bahasa daerah menyulitkan penyampaian pesan dan edukasi secara efektif. Selain itu, adanya resistensi terhadap perubahan dan inovasi dari masyarakat juga menjadi hambatan. Perlu adanya strategi khusus untuk mengatasi tantangan ini, seperti peningkatan kapasitas tenaga kerja, edukasi yang berkelanjutan, dan peningkatan fasilitas. Sinergi antara pemerintah, lembaga swadaya masyarakat, dan tokoh masyarakat sangat dibutuhkan untuk mengatasi hambatan ini secara komprehensif.

Dalam jangka panjang, keberhasilan program sangat bergantung pada kemampuan mengatasi hambatan-hambatan tersebut melalui pendekatan yang sensitif terhadap budaya, kebutuhan ekonomi, dan kondisi lokal. Tanpa pengelolaan tantangan ini, keberlanjutan program akan sulit tercapai. Pemahaman mendalam terhadap tantangan dan permasalahan ini menjadi langkah awal yang penting untuk merancang strategi yang efektif dan realistis dalam mewujudkan pemberdayaan kesehatan mental yang berkelanjutan di Batahan Mandailing Natal.

6. Hasil dan dampak pemberdayaan kesehatan mental di Batahan Mandailing Natal

Hasil dari program pemberdayaan kesehatan mental di Batahan Mandailing Natal menunjukkan sejumlah perubahan positif yang signifikan. Salah satunya adalah peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental dan cara mengelolanya secara mandiri maupun melalui layanan profesional. Kesadaran ini berkontribusi pada menurunnya stigma dan mitos yang selama ini melekat.

Selain itu, masyarakat menjadi lebih terbuka dalam membicarakan masalah kesehatan mental, yang sebelumnya dianggap tabu. Dengan

meningkatnya komunikasi dan edukasi, terwujud lingkungan yang lebih mendukung dan inklusif terhadap individu yang mengalami gangguan mental. Hal ini memudahkan proses pencarian bantuan dan dukungan sosial. Dampak lain adalah peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan budaya dan tradisional yang mendukung keberhasilan program. Mereka turut serta dalam ritual adat yang berfungsi sebagai bentuk penyembuhan dan perekat sosial. Keterlibatan ini memperkuat identitas budaya dan memperkaya proses pemberdayaan. Secara psikologis, banyak individu yang mengalami peningkatan kesejahteraan mental dan kemampuan mengatasi stres. Mereka mampu mengelola emosi dan konflik secara lebih konstruktif. Beberapa kelompok rentan, seperti remaja dan lansia, menunjukkan perbaikan signifikan dalam aspek sosial dan emosional mereka.

Program ini juga berhasil membangun kapasitas masyarakat dalam melakukan pengelolaan dan pencegahan masalah kesehatan mental secara mandiri. Melalui pelatihan dan pendampingan, masyarakat mampu menjadi agen perubahan yang berkelanjutan di komunitas mereka sendiri. Dampak sosial dari pemberdayaan ini terlihat dari penurunan angka kejadian gangguan mental yang parah dan peningkatan kualitas hidup secara umum. Keluarga dan individu merasa lebih diberdayakan dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik.

Selain itu, keberhasilan program ini menarik perhatian pihak pemerintah dan lembaga lain untuk ikut serta mendukung dan memperluas cakupan intervensi. Sinergi ini penting untuk memastikan keberlanjutan dan skala dampak yang lebih luas. Evaluasi jangka panjang menunjukkan bahwa program ini mampu menciptakan perubahan budaya yang positif, termasuk penurunan stigma, peningkatan solidaritas sosial, dan pelestarian budaya lokal yang mendukung proses penyembuhan. Secara keseluruhan, pemberdayaan kesehatan mental di Batahan Mandailing Natal telah memberikan dampak yang nyata dan

berkelanjutan, membangun fondasi yang kokoh untuk kesehatan mental masyarakat yang lebih baik di masa depan.

7. Strategi peningkatan dan pengembangan program Pemberdayaan Kesehatan Mental di Batahan Mandailing Natal

Strategi utama untuk meningkatkan dan mengembangkan program pemberdayaan kesehatan mental di Batahan Mandailing Natal adalah memperkuat kolaborasi lintas sektor. Pemerintah desa, lembaga swadaya masyarakat, institusi pendidikan, dan tokoh adat harus bekerja sama secara sinergis untuk memperluas jangkauan layanan dan edukasi (Irawan, B., & Sari, L. (2024) Pertama, strategi utama untuk meningkatkan dan mengembangkan program pemberdayaan kesehatan mental di Batahan Mandailing Natal adalah memperkuat kolaborasi lintas sektor. Pemerintah desa, lembaga swadaya masyarakat, institusi pendidikan, serta tokoh adat perlu bekerja sama secara sinergis untuk memperluas jangkauan layanan dan kegiatan edukatif terkait kesehatan mental masyarakat.

Kedua, peningkatan kapasitas tenaga profesional dan masyarakat menjadi prioritas penting. Pelatihan yang berkelanjutan mengenai pendekatan berbasis budaya dan teknik konseling multikultural perlu dilaksanakan secara rutin agar para tenaga pendamping dan masyarakat memiliki kompetensi yang sesuai dengan konteks lokal dan kebutuhan terkini. Ketiga, pengembangan metode dan media edukasi yang inovatif harus dilakukan untuk menarik partisipasi masyarakat secara lebih luas. Penggunaan media sosial, radio lokal, serta kegiatan budaya dapat dimanfaatkan sebagai sarana penyebaran pesan kesehatan mental secara efektif dan menarik, sehingga menjangkau berbagai lapisan masyarakat.

Keempat, penyelenggaraan program pemberdayaan harus berorientasi pada keberlanjutan dan hasil yang terukur. Monitoring dan evaluasi secara rutin diperlukan untuk menilai efektivitas, efisiensi, serta dampak program. Hasil evaluasi ini digunakan untuk melakukan

perbaiki strategi agar pelaksanaan program semakin optimal. Kelima, penguatan peran tokoh adat dan masyarakat lokal dalam setiap tahap program harus terus diupayakan. Mereka perlu dilibatkan sejak tahap perencanaan hingga evaluasi agar mampu menjadi motor penggerak yang efektif dan berkelanjutan dalam mendukung kesehatan mental masyarakat.

Keenam, inovasi dalam pendekatan intervensi perlu dikembangkan, misalnya dengan mengintegrasikan teknologi digital, pelatihan berbasis daring, serta pembentukan komunitas peer support. Upaya ini akan meningkatkan akses dan partisipasi masyarakat, terutama di daerah yang sulit dijangkau. Ketujuh, pengarusutamaan aspek keberlanjutan dan pengelolaan sumber daya secara efisien harus menjadi bagian penting dari strategi pengembangan. Pemerintah daerah dapat membuat kebijakan lokal yang mendukung keberlanjutan program agar manfaatnya dapat dirasakan dalam jangka panjang.

Pengembangan metode dan media edukasi yang inovatif juga menjadi strategi penting. Penggunaan media sosial, radio lokal, dan kegiatan budaya dapat membantu menyampaikan pesan kesehatan mental secara lebih luas dan menarik minat masyarakat yang beragam. Penyelenggaraan program secara berkelanjutan dan berorientasi pada hasil harus menjadi fokus utama. Monitoring dan evaluasi secara rutin harus dilakukan untuk mengukur dampak, efisiensi, dan efektivitas program, serta untuk melakukan penyesuaian strategi sesuai kebutuhan.

Penguatan peran tokoh adat dan masyarakat lokal dalam semua tahap program harus terus didorong. Mereka harus diberikan pelatihan dan pendampingan agar mampu menjadi motor penggerak yang efektif dan berkelanjutan. Inovasi dalam pendekatan intervensi juga perlu dikembangkan, seperti integrasi teknologi digital, pelatihan berbasis online, dan pengembangan komunitas peer support. Hal ini akan meningkatkan akses dan partisipasi masyarakat secara lebih luas. Penguatan peran tokoh adat dan masyarakat lokal dalam semua tahap

program harus terus didorong. Mereka harus diberikan pelatihan dan pendampingan agar mampu menjadi motor penggerak yang efektif dan berkelanjutan.

Inovasi dalam pendekatan intervensi juga perlu dikembangkan, seperti integrasi teknologi digital, pelatihan berbasis online, dan pengembangan komunitas peer support. Hal ini akan meningkatkan akses dan partisipasi masyarakat secara lebih luas. Pengarusutamaan keberlanjutan dan pengelolaan sumber daya secara efisien harus menjadi bagian dari strategi pengembangan. Pembuatan kebijakan lokal yang mendukung keberlangsungan program akan memperkuat fondasi keberhasilan jangka panjang.

Selain itu, penguatan advokasi dan kampanye untuk mengurangi stigma dan meningkatkan kesadaran masyarakat harus terus dilakukan. Kampanye ini harus bersifat berkelanjutan dan melibatkan semua elemen masyarakat. Pengembangan program harus selalu berorientasi pada kebutuhan dan budaya lokal, serta mampu menyesuaikan dengan dinamika sosial yang terjadi. Dengan strategi ini, pemberdayaan kesehatan mental di Batahan dapat berkembang secara berkelanjutan dan memberikan manfaat yang maksimal bagi masyarakat.

D. KESIMPULAN

Pemberdayaan kesehatan mental masyarakat melalui pendekatan bimbingan konseling multikultural di Batahan Mandailing Natal menunjukkan hasil yang positif dan signifikan dalam meningkatkan kesadaran serta kemampuan masyarakat dalam mengatasi permasalahan kesehatan mental yang mereka hadapi. Pendekatan ini mampu mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal dengan prinsip-prinsip psikologis modern, sehingga menciptakan suasana yang lebih nyaman dan relevan bagi masyarakat dalam menerima dan mengikuti program pemberdayaan. Keberhasilan tersebut tidak lepas dari peran serta aktif tokoh adat, tenaga profesional, dan masyarakat

sendiri yang saling mendukung dan beradaptasi dengan konteks budaya setempat.

Secara umum, penerapan bimbingan konseling multikultural di wilayah Batahan menunjukkan bahwa pendekatan yang sensitif terhadap keberagaman budaya dan nilai-nilai lokal sangat penting dalam meningkatkan efektivitas program pemberdayaan kesehatan mental. Model ini tidak hanya membantu mengurangi stigma terkait kesehatan mental, tetapi juga memperkuat solidaritas sosial dan memperkaya pemahaman lintas budaya dalam masyarakat. Dengan keberhasilan ini, diharapkan konsep pemberdayaan kesehatan mental berbasis budaya dapat dikembangkan dan diadaptasi di wilayah lain yang memiliki keberagaman budaya serupa, sehingga mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis masyarakat secara lebih luas dan berkelanjutan.

REFERENSI

- Anwar, S., & Suryani, S. (2021). Pendekatan budaya dalam pemberdayaan kesehatan mental masyarakat adat. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan*, 10(2), 123-135.
- Asfiati, Akhiril Pane, Fithri Choirunnisa, Martin Kustati. (2023). Implementation of policies, strategies, Islamic religious education learning programs with curriculum integration during the covid 19 pandemic period at State Madrasah Aliyah. *AIP Conference Proceedings*. 030008
- Dewi, R., & Rahman, A. (2022). Model bimbingan konseling multikultural berbasis budaya lokal di Indonesia. *Jurnal Konseling dan Pengembangan*, 8(1), 45-59.
- Dewi, R., & Saputra, T. (2020). Kearifan Lokal dan Pemberdayaan Masyarakat dalam Perspektif Budaya Indonesia. Jakarta: Pustaka Indonesia.
- Fadli, M., & Yuliana, R. (2020). Strategi pemberdayaan masyarakat dalam mengatasi stigma kesehatan mental. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 15(3), 210-223.
- Hidayat, R., & Nurhadi, D. (2023). Implementasi program kesehatan mental berbasis budaya di komunitas adat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(4), 567-580.

- Harahap, D. (2020). Teori Carl Rogers dalam Membentuk Pribadi dan Sosial yang Sehat. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2 (2), 321-334
- Irawan, B., & Sari, L. (2024). Peran tokoh adat dalam pemberdayaan kesehatan mental di daerah terpencil. *Jurnal Sosial Budaya*, 9(2), 98-112.
- Kusuma, W., & Putra, A. (2022). Evaluasi keberhasilan program pemberdayaan kesehatan mental masyarakat lokal. *Jurnal Kesejahteraan Sosial*, 7(3), 321-333.
- Lestari, D., & Pratama, F. (2020). Strategi pemberdayaan masyarakat berbasis budaya di Indonesia. *Jurnal Pembangunan dan Kebudayaan*, 14(1), 78-92.
- Mahmud, S., & Fauzi, A. (2023). Pengembangan model konseling multikultural berbasis budaya lokal. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 11(2), 144-157.
- Munir, R., & Suryana, D. (2021). Pengaruh budaya lokal terhadap keberhasilan program kesehatan mental. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 16(4), 245-259.
- Putri, N., & Kurniawan, D. (2024). Peran tokoh adat dalam mendukung program kesehatan mental di komunitas adat. *Jurnal Sosial dan Budaya*, 10(1), 67-81.
- Sari, L., & Hidayat, R. (2020). Model pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan kesehatan mental. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), 100-115.
- Suryani, S., & Anwar, S. (2022). Strategi pelaksanaan program pemberdayaan kesehatan mental berbasis budaya. *Jurnal Kesejahteraan Sosial*, 8(2), 210-224.
- Suryani, S. (2022). *Konseling Multikultural Berbasis Budaya Lokal*. Bandung: Alfabeta.
- Wibowo, A., & Yuliani, R. (2023). Dampak program pemberdayaan kesehatan mental terhadap komunitas adat. *Jurnal Kesehatan dan Sosial*, 13(3), 399-412.
- Yuliana, R., & Fadli, M. (2021). Pelibatan tokoh adat dalam program kesehatan mental di daerah adat. *Jurnal Kesejahteraan Masyarakat*, 9(4), 334-348.