



PELATIHAN KELOMPOK GURU DALAM MELAKUKAN PROBING KESEHATAN MENTAL DENGAN APLIKASI SMART SENYUM DI PETUKANGAN SELATAN

Group Training of Teachers in Implementing Probing Mental Health with Applications Smart Senyum in Petukangan Selatan

Nawindah^{1*}, Retno Wulandari¹, Mulyati²

¹Sistem Informasi Universitas Budi Luhur, ²Ilmu Komunikasi Universitas Budi Luhur

Jl. Ciledug Raya, Petukangan Utara, Kec. Pesanggrahan, Kota Jakarta Selatan, Indonesia

*Alamat Korespondensi : nawindah@budiluhur.ac.id

(Tanggal Submission: 14 Juni 2025, Tanggal Accepted : 20 Juli 2025)



Kata Kunci :

*Pelatihan,
Deteksi Dini,
Probing, Sehat
Mental, Aplikasi
Smart Senyum*

Abstrak :

Deteksi dini kesehatan mental sangat dibutuhkan dewasa dan remaja, seseorang yang mempunyai kesehatan mental yang baik sadar akan potensi dirinya, dapat mengatasi permasalahan hidup, dapat bekerja dengan optimal, produktif, dan dapat berkontribusi di lingkungan tempat tinggalnya merupakan individu yang memiliki sehat mental. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan peningkatan pengetahuan sehat mental berupa pertolongan pertama bagi siswa Sanggar Kegiatan Belajar 27. Salah satu cara untuk menciptakan kondisi mendukung kesehatan mental maka dilakukanlah kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk melakukan skrining kesehatan mental kemudian melaksanakan pertolongan pertama untuk siswa yang terdeteksi gangguan kesehatan mental non-psikotik. Metode kegiatan yang dilakukan a) Analisis situasi, b) Menentukan permasalahan yaitu Bapak/Ibu guru belum memiliki pengetahuan pertolongan pertama terhadap siswa dengan gangguan mental non-psikotik, belum memiliki pengetahuan penggunaan teknologi untuk pencatatan konsultasi dan tindakan pada aplikasi Smart senyum. c) Memberikan solusi yaitu sosialisasi peningkatan pengetahuan kesehatan mental berupa pertolongan pertama, pelatihan probing dengan 5W + 1H yaitu what, where, when, why, who dan How, pelatihan menulis konsultasi dan tindakan dengan aplikasi Smart senyum. d) pelaksanaan kegiatan: Hasil kegiatan ini adalah Bapak/Ibu guru dapat menjawab pertanyaan post-test dengan presentase 100% dalam menggunakan alat bantu aplikasi Smart Senyum, apabila Bapak/Ibu guru sebagai konselor tidak dapat memberikan solusi dengan tepat maka dapat menghubungi tenaga ahli kesehatan mental, dokter atau psikiater terdekat dengan hasil jawaban post-test sebesar 89%.



Kesimpulan bahwa kegiatan ini berlangsung dengan sukses untuk semua pertanyaan dapat terjawab dengan benar.

Key word :

*Early detection,
Probing, Mental
health, Smart
Senyum
Application*

Abstract :

Early detection of mental health is very much needed by adults and adolescents. Someone who has good mental health is aware of their potential, can overcome life's problems, can work optimally, productively, and can contribute to their living environment is an individual who has mental health. The purpose of this community service activity is to increase mental health knowledge in the form of first aid for students of the Sanggar Kegiatan Belajar 27. One way to create conditions that support mental health is to carry out community service activities to conduct mental health screening and then carry out first aid for students who are detected with non-psychotic mental health disorders. The method of activity carried out is a) Situational analysis, b) Determining the problem, namely that teachers do not yet have knowledge of first aid for students with non-psychotic mental disorders, do not yet have knowledge of using technology to record consultations and actions on the Smart Senyum application. c) Providing solutions, namely socialization of increasing mental health knowledge in the form of first aid, probing training with 5W + 1H, namely what, where, when, why, who And How, training in writing consultations and actions with the Smart Senyum application. d) implementation of activities: The results of this activity are that teachers can answer questions post-test with a percentage of 100% in using application tools SmartSmile, if the teacher as a counselor cannot provide the right solution, then you can contact the nearest mental health expert, doctor or psychiatrist with a post-test answer result of 89%. The conclusion that this activity was successful for all questions can be answered correctly.

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7th edition) :

Nawindah, N., Wulandari, R., & Mulyati, M. (2025). Pelatihan Kelompok Guru dalam Melakukan Probing Kesehatan Mental dengan Aplikasi Smart Senyum di Petukangan Selatan. *Jurnal Abdi Insani*, 12(7), 3214-3222. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v12i7.2654>

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa kesehatan memiliki peranan penting dalam kehidupan meliputi kesejahteraan fisik, mental dan sosial. Depresi merupakan gangguan yang umum terjadi pada setiap manusia diperkirakan sekitar 3,8% dari populasi manusia di muka bumi mengalami gangguan depresi, dengan rincian 4% dialami oleh pria, 6% dialami oleh wanita dan 5,7% dialami oleh usia lanjut. Umumnya gangguan kesehatan mental terjadi pada individu pada negara yang memiliki penghasilan rendah serta menengah. Terdapat berbagai kendala rendahnya perawatan kesehatan mental yaitu minimnya investasi, dan minimnya penyedia layanan kesehatan mental (WHO, 2023). Seseorang yang memiliki kesehatan mental yang baik menyadari potensi dirinya, dapat mengatasi permasalahan hidup, dapat bekerja secara optimal dan produktif serta dapat berkontribusi kepada masyarakat (Undang-undang RI No.18, 2014). Hal tersebut dapat diwujudkan dengan adanya kebijakan kesehatan mental sehingga dapat mengurangi gangguan mental, namun beberapa program kesehatan mental yang ada dalam pelaksanaannya terdapat kekurangan yang harus terus diperbaiki diantaranya terdapat kekurangan ketersediaan obat psikotropik di puskesmas, proses pencatatan yang belum sepenuhnya seragam (Yusrani *et al.*, 2023). Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah

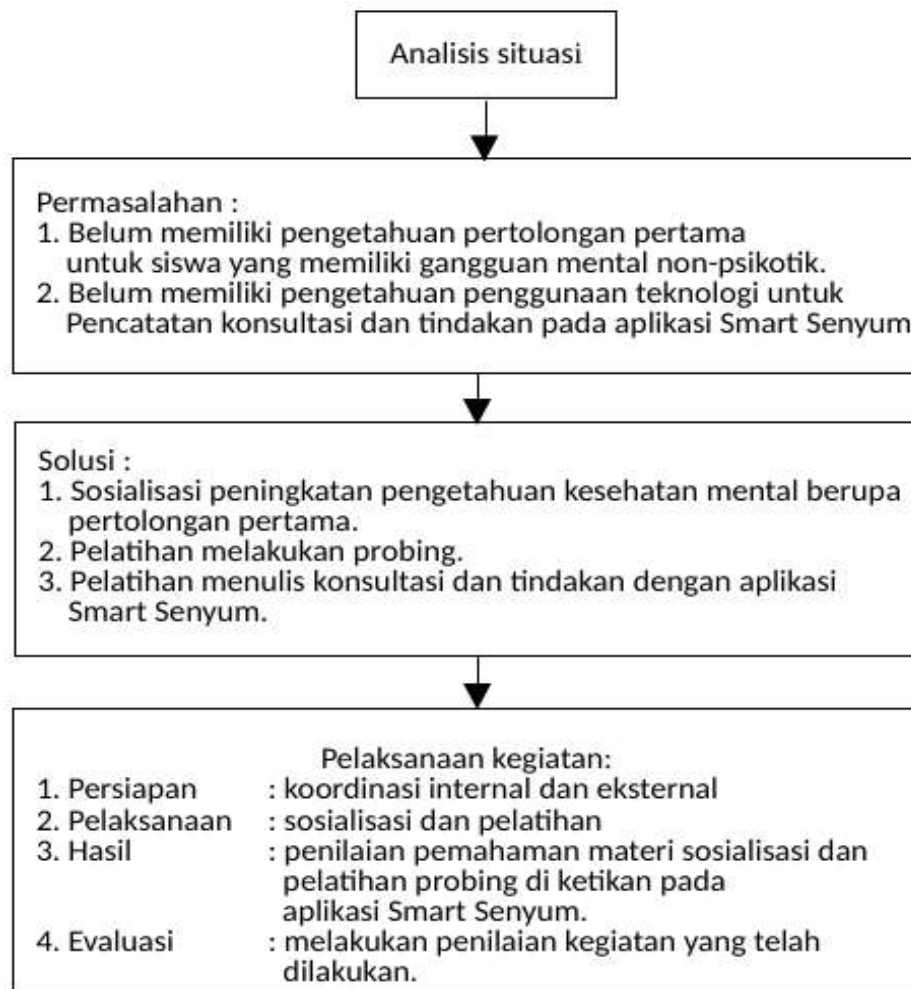


mencegah gangguan kesehatan mental dengan melakukan psikoedukasi mampu meningkatkan literasi serta kesadaran masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental serta berpotensi positif menciptakan kesehatan mental secara kolektif (Nurrohmah & Rinaldi, 2024), skrining/deteksi dini sangat bermanfaat untuk mengetahui apakah seorang individu berada dalam kondisi sehat mental (Latuheru *et al.*, 2024), intervensi berbasis komunitas sehingga dapat tercipta lingkungan yang ramah, mendukung serta bebas dari stigma dalam meningkatkan kesejahteraan mental, meningkatkan kinerja, dengan berbagai program yang dapat diwujudkan (Adventinawati, 2025) (Endriyani *et al.*, 2024) (Shomedran *et al.*, 2020). Pentingnya pelayanan kesehatan mental bagi remaja menjadi sangat berdampak bagi kesejahteraan remaja (Ariani *et al.*, 2024), sehingga perlu adanya peningkatan keaktifan belajar sehingga tercipta peningkatan kemampuan berinisiatif, lebih percaya diri, lebih disiplin serta meningkatkan tanggung jawab pada kegiatan belajar (Kamila & Ramadhani, 2024). Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) 27 beralamat di Jl. Kemajuan No. 29 RT. 007/04 RT 7 RW 4 Petukangan Selatan Pesanggrahan Jakarta Selatan. SKB 27 Petukangan Selatan ini menyelenggarakan pendidikan non-formal kejar paket A, B dan C. Dengan identitas sekolah, NPSN : P2966648, status negeri, bentuk pendidikan SKB, status kepemilikan : pemerintah daerah, SK Pendirian sekolah : 592 tahun 2023, tanggal SK pendirian : 2015-07-28, tanggal SK izin operasional : 2015-07-28, cabang KCP/Unit : KL Dinas Pendidikan Provinsi DKI Jakarta, waktu penyelenggaraan : sehari penuh (5 h/m), jumlah guru laki-laki : 2 orang, jumlah guru perempuan : 5 orang, jumlah siswa laki-laki 92 orang, jumlah siswa perempuan 48 orang (Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, 2025). Kenyamanan dalam pembelajaran didukung dengan adanya penyesuaian, keselarasan dalam ruangan, kondisi yang tenang serta perasaan yang sangat bergantung pada situasi. Deteksi dini kesehatan mental menggunakan aplikasi Smart Senyum telah dilakukan pada dua tempat yaitu Sanggar Kegiatan Belajar 26 Bintaro dan 27 Petukangan Selatan. Gejala gangguan kesehatan mental non-psikotik perlu ditangani lebih dini agar tidak berkelanjutan yang dapat beresiko tinggi (Spiteri-Staines *et al.*, 2024). Untuk itu aplikasi Smart Senyum hadir untuk dapat membantu siswa melakukan deteksi dini, user dalam aplikasi terdiri dari admin, siswa, guru sebagai konselor dan pimpinan (Nawindah *et al.*, 2023). Gejala gangguan kesehatan mental non-psikotik perlu ditangani lebih dini agar tidak berkelanjutan yang tentunya dapat beresiko tinggi (Spiteri-Staines *et al.*, 2024). Namun permasalahan yang dihadapi oleh Bapak/Ibu guru SKB 27 adalah 1) belum memiliki pengetahuan pertolongan pertama untuk siswa yang memiliki gangguan mental non-psikotik, sehingga diperlukan pengetahuan dalam melakukan pertolongan pertama pada siswa yang bergejala gangguan mental non-psikotik. 2) belum memiliki pengetahuan penggunaan teknologi untuk pencatatan konsultasi dan tindakan pada aplikasi Smart Senyum. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan peningkatan pengetahuan sehat mental berupa pertolongan pertama bagi siswa Sanggar Kegiatan Belajar 27. Adapun solusi yang dilakukan adalah 1) Melakukan sosialisasi untuk peningkatan pengetahuan kesehatan mental berupa pertolongan pertama kepada Bapak/Ibu guru, 2) Melakukan latihan probing kemudian dituliskan pada aplikasi Smart Senyum.

METODE KEGIATAN

Dalam pelaksanaannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat membutuhkan metode yang tepat agar dapat berdampak secara berkesinambungan. Metode yang dilakukan dengan cara terstruktur agar kegiatan sosialisasi dan pelatihan dapat berjalan secara efektif dan efisien (Zunaidi, 2024). Khalayak sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah kelompok guru SKB dengan jumlah peserta sebanyak 9 orang guru. Pemecahan masalah yang dilakukan dengan metode sebagai berikut :





Gambar 1. Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Kegiatan sosialisasi merupakan proses seorang individu yang dapat menyesuaikan diri dengan masyarakat atau kelompok sosial di lingkungan mereka tinggal serta menjadi bagian pada lingkungan tersebut (Sari & Widiyanti, 2024) sedangkan pelatihan penting dilakukan guna meningkatkan kemampuan dalam jangka pendek (Gustiana *et al.*, 2022). Tata cara dalam melakukan kegiatan dapat dilihat dari gambar 1 yaitu melakukan analisis situasi di Sanggar Kegiatan Belajar 27 kemudian mendefinisikan permasalahan disertai solusinya dengan memberikan sosialisasi dan pelatihan dilanjutkan dengan persiapan menghubungi bagian internal dan eksternal untuk jadwal dan properti yang dibutuhkan diantaranya penyediaan LCD, laptop, konsumsi, absensi peserta dan peralatan dokumentasi. Dilanjutkan dengan melakukan sosialisasi dan pelatihan, sehingga Bapak/Ibu guru dapat melakukan *probing* dan menuliskannya pada aplikasi *Smart Senyum*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 10 Januari 2025 bertempat di ruang rapat Fakultas Teknologi Informasi Universitas Budi Luhur pada pukul 08.00 – 11.30 WIB. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan cara penanganan kesehatan mental bagi siswa yang terdeteksi gangguan kesehatan mental non-psikotik dan dapat menuliskannya pada aplikasi *Smart Senyum*.

Permasalahan yang ada adalah Bapak/Ibu guru belum dapat menangani siswa dengan gejala gangguan kesehatan mental non-psikotik, ragu dalam menuliskan konsultasi yang telah dilakukan dan

tindakan atau saran yang diberikan pada aplikasi *Smart Senyum*. Langkah-langkah yang dilakukan dalam menyelenggarakan kegiatan ini adalah:

Persiapan, melakukan komunikasi kepada tim internal mengenai tanggal dan waktu kegiatan, melakukan koordinasi dengan perwakilan guru terkait waktu dan kegiatan yang akan dilaksanakan.

Pelaksanaan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan kegiatan sosialisasi dan pelatihan penanganan siswa yang terdeteksi gangguan kesehatan mental non-psikotik. Dengan kegiatan: 1) Panitia pelaksana memberikan *link* google form kepada peserta pelatihan untuk mengisi *pre-test* dengan demografi peserta sebagai berikut:

Tabel 1. Demografi

	Keterangan	Jumlah
1.	Usia 26 – 35	4 orang
	Usia 36 - 50	5 orang
2.	Mengajar kelas 10-12	4 orang
	Mengajar kelas 4- 9	6 orang
3.	Jenis kelamin laki-laki	4 orang
	Jenis kelamin wanita	5 orang

2) Narasumber, ibu Assc. Prof. Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si menyampaikan materi dasar konseling *Smart Senyum* dan pelaporannya. Penyampaian materi selesai dilakukan kemudian dilakukan praktek dengan *menggunakan metode 5W + 1H yaitu what, where, when, why, who dan How*. Berikut ini contoh pertanyaan yang diajukan pada saat melakukan *probing*:

Tabel 2. Contoh *probing*

Konseli	Konselor melakukan <i>probing</i>
Saya sedang sakit kepala dibagian belakang kepala. Sejak satu bulan yang lalu saya mengalami hal ini, sekarang hampir setiap hari. Kepala terasa sakit setiap kali orang tua bertengkar. Saya takut kalau mereka bertengkar.	Takut kenapa?
Takut jikalau mereka bercerai, nasib saya bagaimana nanti? Nanti saya ikut siapa? Bagaimana nanti sekolah saya?	Apa yang kamu bayangkan kalau mereka melakukan perceraian Kamu takut terlantar ya? Saya mengerti. Perasaan itu pasti membuat kamu tidak nyaman. Kemudian pada bagian akhir ditanyakan: apa yang sudah kamu lakukan untuk mengatasi sakit kepalamu? Minum obat atau apa? (Pastikan bukan obat berbahaya). Berikan saran: Bagaimana kalau kamu mencoba mengalihkan dengan kegiatan yang positif seperti olah raga, berenang, bermain musik, <i>traveling</i> atau kegiatan lain yang menyenangkan bagi kamu.

Sosialisasi dan pelatihan yang dilakukan dengan melakukan praktek berpasangan , 1 peserta sebagai konselor dan 1 peserta sebagai konseli, kegiatan tersebut dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 2. Praktek 5W+1H

Pada gambar 2 terlihat konselor dan konseli sedang melakukan *probing* dengan metode 5W+1H. Untuk permasalahan yang dikonsultasikan dituliskan pada form konsultasi dan tindakan, formulir tersebut dapat dilihat pada gambar 3 berikut ini:

Isi Jadwal Konsultasi

NIS	1437
Nama	Muhammad Alif
Konsultasi	
Tindakan	
Simpan Kembali	

Gambar 3. Form isi konsultasi

Konselor dapat mengisi formulir konsultasi dan tindakan yang tersedia pada aplikasi *Smart Senyum* dengan pengetahuan 5W+1H yang sudah diberikan oleh narasumber. Setelah konselor selesai mengisi maka dapat klik tombol simpan. 3) Panitia memberikan kuesioner *post-test* kepada peserta dengan membagikan *link google form*, berikut pertanyaan *post-test* yang diberikan:

Tabel 3. Pertanyaan *post-test*

No.	Pertanyaan
1.	Anda sudah pernah mendengar aplikasi <i>Smart senyum</i> ?
2.	Anda pernah mengikuti pelatihan yang diselenggarakan <i>Smart senyum</i> ?
3.	<i>Smart senyum</i> adalah?
4.	Alat ukur yang digunakan dalam <i>Smart senyum</i> adalah?

No.	Pertanyaan
5.	Jumlah pertanyaan dalam aplikasi <i>Smart</i> senyum adalah
6.	Alat ukur dalam smart senyum memiliki berapa faktor?
7.	Selain menu diagnosa/skor terdapat juga menu?
8.	Tugas Guru setelah meminta siswa mengisi kuesioner <i>Smart</i> Senyum adalah?
9.	Konseling yang dilakukan guru menekankan pertanyaan dengan format?
10.	Salah satu pertanyaan dalam faktor depresi adalah?
11.	Salah satu pertanyaan dalam faktor fisiologis adalah?
12.	Salah satu pertanyaan dalam faktor kecemasan adalah?
13.	Apakah artinya probing dalam konseling?
14.	Jika persoalan yang dihadapi oleh konseli tidak dapat diselesaikan oleh konselor maka yang harus dilakukan adalah?
15.	Konseling kesehatan mental sebaiknya diakhiri dengan apa?
16.	Target akhir konseling yang dilakukan konselor adalah?

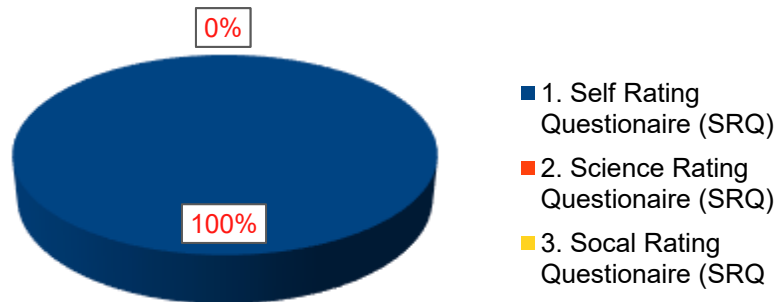
Jawaban *post-test* yang telah disebarkan dapat digambarkan pada grafik sebagai berikut:
Hasil, kegiatan ini memiliki beberapa penilaian dari *post-test* yang sudah dilakukan yaitu:



Gambar 4. Grafik peserta mengikuti pelatihan Smart Senyum

Dari gambar 4 dapat dilihat 89% Bapak/Ibu guru pernah mengikuti pelatihan Smart Senyum, 11% tidak pernah mengikuti pelatihan *Smart* Senyum. Untuk alat bantu yang digunakan didalam *Smart* Senyum terlihat semua peserta sudah mengetahui, dapat dilihat pada gambar 5 berikut ini:

Alat bantu yang digunakan dalam Smart Senyum



Gambar 5. Penggunaan alat bantu *Smart Senyum*

Sesuai dengan aplikasi yang sudah digunakan oleh peserta maka hasil *post-test* menunjukkan bahwa 100% peserta sudah mengetahui alat ukur yang digunakan yaitu *self rating questionnaire* kemudian peserta diberikan pertanyaan apabila persoalan yang dihadapi oleh konseli tidak dapat diselesaikan oleh konselor maka yang harus dilakukan adalah merujuk pada tenaga kesehatan terdekat, jawabannya dapat dilihat pada gambar 6 berikut ini:



Gambar 6. Grafik persoalan yang tidak dapat dihadapi oleh konselor

Pada gambar 6 terlihat bahwa persoalan yang tidak dapat dihadapi oleh konselor maka konselor dapat memberikan rujukan kepada tenaga kesehatan terdekat yaitu psikolog, dokter atau psikiater dengan jawaban benar sebesar 89%. Evaluasi kegiatan yang sudah dilakukan mulai dari awal pelaksanaan hingga selesai berjalan dengan baik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada lembaga Riset dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Budi Luhur yang telah memberikan pendanaan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Tak lupa saya ucapkan terima kasih juga kepada Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) 27 Petukangan Selatan serta kepada pihak-pihak yang membantu terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adventinawati, M. K. (2025). Pencegahan kesehatan mental dalam upaya mengurangi stigma kesehatan mental di masyarakat. *Jurnal Ilmu Hukum Sosial dan Humaniora*, 2(1), 110–116. <https://doi.org/10.62383/humif.v2i1.1010>.
- Ariani, D. D., Nugroho, P. A., Ghifari, A., Amelia, F. C., Assari, F., Amalia, R., & Ulandari, A. (2024). Implementasi manajemen konseling kesehatan mental bagi mahasiswa Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(8), 1515–1522. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i8.7471>.
- Endriyani, S., Martini, S., & Pastari, M. (2024). Edukasi dan skrining kesehatan jiwa remaja dengan aplikasi. *Madaniya*, 5(1), 192–198. <https://doi.org/10.53696/27214834.687>.
- Gustiana, R., Hidayat, T., & Fauzi, A. (2022). Pelatihan dan pengembangan sumber daya manusia: Suatu kajian literature review ilmu manajemen sumber daya manusia. *Jurnal Ekonomi Manajemen Sistem Informasi*, 3(6), 657–666. <https://doi.org/10.31933/jemsi.v3i6.1107>.
- Kamila, E. N., & Ramadhani, M. (2024). Kemandirian belajar warga belajar Paket B di sanggar kegiatan belajar (SKB) Kota Pekanbaru. *Journal of Social Science Research*, 4, 5555–5562.
- Latuheru, G., Asmin, E., Noya, F. C., Warella, J. C., Yunita, M., Mus, R., & Sulfiana. (2024). Skrining gangguan kesehatan mental pada masyarakat pesisir di Kota Tual. *Malahayati Health Student Journal*, 4, 5361–5370.
- Sari, N. P., & Widiyanti, N. (2024). Peran agen sosialisasi dalam lingkungan anak. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 2(12), 62–72.
- Republik Indonesia. (2014). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 tentang kesehatan jiwa*. Diakses dari <http://ditjenpp.kemenkumham.go.id/arsip/ln/2014/uu18-2014bt.pdf>.
- Nawindah, N., Savitri, S. I., & Wulandari, R. (2023). Early mental health self-detection using Smart-Senyum application. *Biopsikososial*, 7(2), 118–130. <https://doi.org/10.22441/biopsikososial.v7i2.23834>.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2025). *Data pokok pendidikan (DAPODIK)*. <https://dapo.kemdikbud.go.id/sekolah/7E74FC3A636DA0A46513>.
- Shomedran, S., Nengsih, Y. K., Tahyudun, D., & Hakim, I. A. (2020). Peran sanggar kegiatan belajar (SKB) sebagai satuan pendidikan luar sekolah dalam membangun mutu sumber daya manusia. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 3(3), 271. <https://doi.org/10.22460/comm-edu.v3i3.5214>.
- Spiteri-Staines, A. E., Yung, A. R., Lin, A., Hartmann, J. A., Amminger, P., McGorry, P. D., Thompson, A., Wood, S. J., & Nelson, B. (2024). Non-psychotic outcomes in young people at ultra-high risk of developing a psychotic disorder: A long-term follow-up study. *Schizophrenia Bulletin*. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbae005>.
- World Health Organization. (2023). *Depressive disorder* [Fact sheet]. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>.
- Yusrani, K. G., Aini, N., Maghfiroh, S. A., & Istanti, N. D. (2023). Tinjauan kebijakan kesehatan mental di Indonesia: Menuju pencapaian Sustainable Development Goals dan Universal Health Coverage. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(2), 89–107. <https://doi.org/10.33084/medika.v1i2.281>
- Zunaidi, A. (2024). *Metodologi pengabdian kepada masyarakat* (U. S. Hidayatun, Ed.; 1st ed.). Bukittinggi: Yayasan Putra Adi Dharma.