



Membangun Keberlangsungan Bisnis Melalui Kesadaran dan Kesehatan Mental Masyarakat Pada Yayasan Pelita

Susi Sih Kusumawardhany^{1*}, Yunita Kurnia Shanti², Sudarmadi³

¹²³, Prodi Akuntansi, Universitas Pamulang
Jl. Surya Kencana, Pamulang, Tangerang Selatan, Indonesia

*Korespondensi: dosen01244@unpam.ac.id

Author email: dosen01244@unpam.ac.id
dosen00899@unpam.ac.id, dosen00752@unpam.ac.id

ABSTRAK : Kesadaran dan Kesehatan mental menjadi sorotan utama dalam masyarakat modern saat ini, namun masih terdapat stigma dan kurangnya pemahaman yang mengiringinya. Tujuan pengabdian ini adalah untuk upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia serta mendukung pembangunan yang berkelanjutan serta memperoleh manfaat berupa peningkatan kesadaran dan kesehatan mental, yang pada akhirnya akan mendukung terciptanya keberlangsungan bisnis perusahaan secara berkelanjutan. Metode pengabdian yang digunakan adalah Participatory Action Research (PAR) yang melibatkan partisipasi aktif dari berbagai pihak untuk mengidentifikasi masalah, merumuskan solusi dan mengimplementasikannya. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang kesadaran dan kesehatan mental, termasuk penyebab, gejala, dan cara penanganannya. Selain itu, terjadi perubahan sikap dan perilaku masyarakat terhadap kesehatan mental, dengan respons positif yang lebih besar terhadap individu dengan masalah kesehatan mental dan penurunan stigma. Dukungan kesadaran dan kesehatan mental meningkat untuk menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung bagi individu yang membutuhkan bantuan dalam kesehatan mentalnya. Kesimpulan dari pengabdian ini adalah bahwa pendekatan kesadaran dan kesehatan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang keberlangsungan bisnis. Kolaborasi antara berbagai pihak juga memberikan dampak yang signifikan dalam menciptakan lingkungan yang lebih mendukung dan toleran terhadap individu dengan masalah kesadaran dan kesehatan mental. Dengan demikian, pengabdian ini memberikan kontribusi nyata dalam upaya merawat kesadaran dan kesehatan mental untuk meningkatkan bisnis dan kesejahteraan psikologis masyarakat secara keseluruhan.

Kata Kunci : Keberlangsungan bisnis, Kesadaran, Kesehatan Mental

Abstract : Awareness and mental health have become a main focus in today's modern society, but there are still stigmas and a lack of understanding surrounding them. The goal of this community service is to improve the quality of human resources and support sustainable development, as well as to gain benefits in the form of increased awareness and mental health, which will ultimately support the sustainable continuity of the company's business. The community service method used is Participatory Action Research (PAR), which involves active participation from various parties to identify problems, formulate solutions, and implement them. The results of the community service show an increase in public knowledge and understanding of awareness and mental health, including the causes, symptoms, and ways



to address them. In addition, there has been a change in people's attitudes and behaviors towards mental health, with a greater positive response to individuals with mental health issues and a reduction in stigma. Awareness and mental health support have increased to create a more inclusive and supportive environment for individuals in need of mental health help. The conclusion of this service is that awareness and health approaches play a role in increasing public awareness about business sustainability. Collaboration between various parties also has a significant impact in creating a more supportive and tolerant environment for individuals with mental health and awareness issues. Therefore, this service contributes concretely to efforts to care for mental health and awareness to improve business and overall psychological well-being of the community.

Keywords: Business sustainability, Awareness, Mental Health



PENDAHULUAN

Dalam era globalisasi dan persaingan bisnis yang semakin ketat, perusahaan tidak hanya dituntut untuk meningkatkan kinerja ekonomi, tetapi juga memperhatikan aspek sosial dan kesejahteraan sumber daya manusia yang terlibat di dalamnya. Salah satu faktor penting yang sering kali kurang mendapatkan perhatian adalah kesehatan mental, baik bagi karyawan maupun masyarakat di sekitar lingkungan perusahaan. Kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan psikologis yang memungkinkan individu untuk mengelola stres kehidupan, bekerja secara produktif, serta berkontribusi secara positif dalam lingkungan sosialnya. Individu yang memiliki kesehatan mental yang baik cenderung mampu menghadapi tekanan pekerjaan, mengambil keputusan secara rasional, serta menjaga hubungan interpersonal yang harmonis. Namun demikian, dalam praktiknya masih banyak individu yang belum memiliki kesadaran yang memadai mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental. Tekanan pekerjaan, tuntutan produktivitas yang tinggi, perubahan lingkungan kerja, serta permasalahan sosial ekonomi sering kali menjadi pemicu munculnya stres, kecemasan, dan kelelahan mental (burnout). Dalam konteks dunia kerja, kondisi kesehatan mental yang kurang baik dapat berdampak pada menurunnya produktivitas kerja, meningkatnya tingkat absensi, rendahnya motivasi kerja, serta meningkatnya konflik dalam lingkungan kerja. Hal ini tentu akan berdampak pada keberlangsungan bisnis perusahaan dalam jangka panjang.

Yayasan Pelita sebagai salah satu yayasan yang beroperasi di tengah masyarakat memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat secara fisik maupun mental. Perusahaan tidak hanya berperan sebagai entitas ekonomi, tetapi juga sebagai bagian dari masyarakat yang memiliki tanggung jawab sosial untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat di sekitarnya. Melalui program pengabdian kepada masyarakat ini, tim pelaksana bermaksud memberikan edukasi dan peningkatan kesadaran mengenai pentingnya kesehatan mental dalam mendukung keberlangsungan bisnis. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat dan karyawan mengenai cara menjaga kesehatan mental, mengelola stres, serta menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat dan produktif.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana kesadaran dan kesehatan mental masyarakat dapat membantu membangun keberlangsungan organisasi melalui peningkatan kepercayaan masyarakat, partisipasi sosial, dan efektivitas program yayasan. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk memperkuat sinergi antara perguruan tinggi dan dunia industri dalam upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia serta mendukung pembangunan sosial yang berkelanjutan. Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, diharapkan Yayasan Pelita dan masyarakat sekitar dapat memperoleh manfaat berupa peningkatan kesadaran terhadap kesehatan mental, yang pada akhirnya akan mendukung terciptanya



Permasalahan Mitra

1. Bagaimana membangun keberlangsungan bisnis melalui kesadaran dan Kesehatan mental Masyarakat pada Yayasan Pelita?

METODE

Dalam kegiatan ini metode yang diterapkan diharapkan dapat memberikan kemudahan kepada karyawan dan masyarakat sekitar dengan cara memberikan karyawan agar mengetahui dan memahami membangun keberlangsungan bisnis melalui kesadaran dan kesehatan mental masyarakat. Selain itu dilakukan diskusi, sharing, tanya jawab, praktik yang dipandu oleh pemateri. Pada metode penjelasan, instruktur menyampaikan materi terkait dengan pemahaman penerapan strategi bisnis manajemen dengan kesadaran dan Kesehatan mental.

Instruktur dalam menyampaikan penjelasan juga memasukkan unsur “sharing” atau berbagi pengalaman mengenai bisnis berdasarkan pengalaman dimiliki pemateri, diharapkan dapat memberikan gambaran lebih jelas kepada peserta. Pada metode praktik, peserta membuat tugas penyelesaian kasus mengenai resiko bisnis dan diajarkan bagaimana tahapan penyelesaiannya dalam melakukan kesadaran dan kesehatan mental. Dengan demikian para karyawan mampu memahami bisnis melalui kesadaran dan kesehatan mental.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di lingkungan Yayasan Pelita, ditemukan bahwa masyarakat menunjukkan antusiasme yang cukup tinggi terhadap program kesadaran dan kesehatan mental yang dilaksanakan oleh yayasan. Program yang sebelumnya hanya berfokus pada bantuan sosial kini berkembang menjadi program yang memperhatikan kondisi psikologis masyarakat. Kegiatan edukasi kesadaran dan kesehatan mental mendapatkan respons positif dari masyarakat karena dinilai membantu mereka memahami berbagai permasalahan psikologis yang sering dialami dalam kehidupan sehari-hari, seperti:

1. Stres pekerjaan,
2. Tekanan ekonomi,
3. Konflik keluarga,
4. Kecemasan sosial,
5. Tekanan akademik pada remaja.

Masyarakat mulai menyadari bahwa kesadaran dan kesehatan mental merupakan bagian penting dari kesejahteraan hidup dan tidak dapat dipisahkan dari kesehatan fisik dan sangat mempengaruhi keberlangsungan bisnis. Selain itu, observasi menunjukkan bahwa masyarakat yang mengikuti kegiatan yayasan cenderung memiliki hubungan sosial yang lebih baik dan lebih aktif dalam kegiatan komunitas dibandingkan sebelumnya. Berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus Yayasan Pelita, diperoleh informasi bahwa program kesehatan mental awalnya dibentuk karena meningkatnya jumlah masyarakat yang



mengalami tekanan psikologis setelah menghadapi berbagai masalah sosial dan ekonomi. Pengurus yayasan menyampaikan bahwa sebelumnya masyarakat masih menganggap masalah mental sebagai sesuatu yang memalukan sehingga banyak individu enggan mencari bantuan. Namun setelah dilakukan edukasi secara bertahap, masyarakat mulai terbuka untuk berdiskusi mengenai kondisi psikologis mereka. Menurut pengurus yayasan, program kesehatan mental memberikan beberapa dampak positif, antara lain:

1. Meningkatnya kedekatan antara yayasan dan masyarakat,
2. Meningkatnya kepercayaan masyarakat,
3. Meningkatnya partisipasi masyarakat dalam kegiatan sosial,
4. Meningkatnya citra positif organisasi,
5. Bertambahnya relawan dan mitra kerja sama.

Beberapa perubahan yang dirasakan masyarakat antara lain:

1. Peningkatan Pemahaman tentang Kesehatan Mental. Masyarakat mulai memahami bahwa kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik. Mereka juga mulai mengenali gejala stres, kecemasan, dan kelelahan emosional.
2. Berkurangnya Stigma Sosial. Sebelum mengikuti program yayasan, sebagian masyarakat menganggap gangguan mental sebagai tanda kelemahan pribadi. Setelah mengikuti edukasi, masyarakat menjadi lebih terbuka dan tidak lagi memberikan stigma negatif kepada individu yang mengalami masalah psikologis.
3. Meningkatnya Kemampuan Mengelola Emosi. Peserta program mengaku lebih mampu mengendalikan emosi, mengurangi konflik interpersonal, dan menghadapi tekanan hidup dengan lebih baik.
4. Meningkatnya Dukungan Sosial. Program komunitas yang dibentuk Yayasan Pelita membantu masyarakat saling mendukung dan berbagi pengalaman sehingga tercipta hubungan sosial yang lebih positif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesadaran kesehatan mental masyarakat mengalami peningkatan setelah adanya program edukasi dari Yayasan Pelita. Peningkatan kesadaran tersebut terlihat dari:

1. Meningkatnya jumlah peserta seminar,
2. Meningkatnya konsultasi masyarakat,
3. Meningkatnya partisipasi keluarga dalam edukasi,
4. Meningkatnya keterbukaan masyarakat terhadap isu psikologis.

Kesadaran kesehatan mental menjadi faktor penting dalam menciptakan masyarakat yang lebih sehat secara emosional dan sosial. Ketika masyarakat memahami pentingnya kesehatan mental, mereka cenderung lebih mampu menjaga hubungan sosial, meningkatkan produktivitas dan mengurangi konflik sosial. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental merupakan langkah preventif yang efektif dalam membangun kesejahteraan masyarakat. Penelitian menunjukkan bahwa program kesehatan mental memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis masyarakat.



KESIMPULAN

Program kesadaran dan kesehatan mental yang dilakukan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya membangun keberlangsungan bisnis, kemudian membantu memperbaiki kondisi psikologis masyarakat serta dapat berpengaruh positif terhadap keberlangsungan organisasi terutama bisnis dan meningkatkan kepercayaan masyarakat dan citra positif dalam keberlangsungan Yayasan Pelita juga didukung oleh partisipasi masyarakat dan hubungan yang baik dengan stakeholder.

DAFTAR PUSTAKA

- Claponea, R. M., & Iorga, M. (2023). The relationship between burnout and wellbeing using social support, organizational justice, and lifelong learning in healthcare specialists from Romania. *Medicina*, 59(7), 1352.
- Jalil, M. F., & Ali, A. (2023). The influence of meaningful work on the mental health of SME employees in the COVID-19 era: can coping strategies mediate the relationship?. *BMC Public Health*, 23(1), 2435.
- Martin, A., Kilpatrick, M., Scott, J., Cocker, F., Dawkins, S., Brough, P., & Sanderson, K. (2020). Protecting the mental health of small-to-medium enterprise owners: a randomized control trial evaluating a self-administered versus telephone supported intervention. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 62(7), 503-510.
- Sarkar, S., Menon, V., Padhy, S., & Kathiresan, P. (2024). Mental health and well-being at the workplace. *Indian Journal of Psychiatry*, 66(Suppl 2), S353-S364.