



GERAKAN SOSIAL KEMASYARAKATAN DALAM PENDEKATAN KESEHATAN MENTAL BERBASIS ISU DI KOTA PEKANBARU

**Dela Melysa¹, Adinda Sekar Dita², Muhammad Rizqon³, Aldo Vernandi Hendriansyah⁴,
Arlis Agnesyanika Tamba⁵, Rizki Amalia⁶**

dela.melysa1579@student.unri.ac.id¹, adinda.sekar2633@student.unri.ac.id²,
muhhammad.rizqon3701@student.unri.ac.id³, aldo.vernandi3844@student.unri.ac.id⁴,
arlis.agnesyanyika5204@student.unri.ac.id⁵, rizki.amalia2699@student.unri.ac.id⁶

Universitas Riau

Abstrak

Gerakan sosial kemasyarakatan dalam pendekatan kesehatan mental berbasis isu di Kota Pekanbaru merupakan suatu fenomena yang semakin penting dalam konteks peningkatan kesadaran dan pemahaman masyarakat terhadap kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika gerakan sosial yang muncul sebagai respons terhadap berbagai isu kesehatan mental yang dihadapi oleh masyarakat, serta mengeksplorasi strategi yang digunakan dalam mempromosikan kesehatan mental. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gerakan sosial ini tidak hanya berfokus pada penyuluhan dan edukasi, tetapi juga melibatkan partisipasi aktif masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental. Selain itu, kolaborasi antara berbagai pemangku kepentingan, termasuk pemerintah, lembaga swadaya masyarakat, dan komunitas lokal, menjadi kunci dalam memperkuat gerakan ini. Temuan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan kesehatan mental yang lebih inklusif dan responsif terhadap kebutuhan masyarakat di Pekanbaru.

Kata Kunci: Gerakan Sosial, Isu, Kesehatan, Mental, Pendekatan.

Abstract

Social movements in the issue-based mental health approach in Pekanbaru City are an increasingly important phenomenon in the context of increasing public awareness and understanding of mental health. This study aims to analyze the dynamics of social movements that emerge in response to various mental health issues faced by the community, as well as to explore the strategies used in promoting mental health. The method used in this study is a qualitative approach with data collection through in-depth interviews, observations, and documentation studies. The results of the study indicate that this social movement not only focuses on counseling and education, but also involves active community participation in creating an environment that supports mental health. In addition, collaboration between various stakeholders, including the government, non-governmental organizations, and local communities, is key to strengthening this movement. These findings are expected to contribute to the development of mental health policies that are more inclusive and responsive to the needs of the community in Pekanbaru.

Keywords: Social Movement, Issue, Health, Mental, Approach.

PENDAHULUAN

Gerakan sosial berbasis kemasyarakatan adalah upaya bersama masyarakat untuk menyelesaikan masalah yang mereka hadapi tanpa menunggu bantuan dari pihak

pemerintah. Dalam lingkup daerah Pekanbaru, Yayasan Sobat Konseling menjadi contoh nyata bagaimana masyarakat sendiri yang berinisiatif mengatasi masalah kesehatan mental di lingkungan mereka.

Yayasan Sobat Konseling Insan Indonesia lahir dari kebutuhan nyata masyarakat akan layanan kesehatan mental yang mudah diakses dan dipahami. Bermula sebagai komunitas literasi digital di tahun 2018 dengan nama Rumah Konseling, inisiatif ini awalnya hanya membagikan konten edukatif berupa kutipan dan teori psikologi melalui media sosial. Namun, respons positif masyarakat yang meminta layanan konseling langsung menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan dan ketersediaan layanan kesehatan mental di Pekanbaru yang artinya kebutuhan akan layanan kesehatan mental di Pekanbaru itu sebenarnya sangat besar, tetapi belum terpenuhi dengan baik.

Dinamika penduduk di perkotaan yang begitu cepat tak jarang menimbulkan kejenuhan dan stres yang akan mengganggu kehidupan masyarakat. Stres menjadi stigma yang tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat kota yang digambarkan penuh kejenuhan dan monoton. Masyarakat kota juga dipandang sebagai masyarakat soliter yang cenderung individualis, contohnya di kota Pekanbaru.

Awalnya Sobat Konseling atau yang dikenal dengan suatu yayasan konseling yang ada di Pekanbaru hanya berupa komunitas kecil yang terdiri dari mahasiswa dari berbagai jurusan, ada yang dari pendidikan, informatika, ekonomi, konseling, dan juga psikolog. Mereka bekerja sama secara sukarela karena merasa perlu ada yang peduli dengan kesehatan mental masyarakat Pekanbaru.

Transformasi dari komunitas menjadi yayasan dipicu oleh kesadaran bahwa dampak sosial yang berkelanjutan memerlukan legalitas dan struktur organisasi yang lebih kuat. Meskipun sempat meraih prestasi sebagai startup terbaik kedua se-Kota Pekanbaru dan masuk nominasi 34 startup terbaik Indonesia pada 2020, tim Sobat Konseling menyadari bahwa orientasi bisnis tidak sejalan dengan misi sosial mereka. Mereka memilih untuk kembali ke tujuan awal: memberikan dampak positif bagi masyarakat, bukan sekadar mencari keuntungan. Mereka tidak memilih menjadi perusahaan karena tujuan mereka bukan mencari keuntungan, tetapi membantu masyarakat. Maka mereka mendirikan yayasan yang didanai melalui penjualan board game edukatif dengan sistem donasi.

Melalui penjualan board game edukatif yang dirancang oleh pihak Sobat Konseling yang bertema anti-bullying dengan sistem donasi sukarela, yang menunjukkan dedikasi mereka kepada publik terhadap misi mereka yaitu bagaimana caranya agar berdampak dan memberikan manfaat terhadap lingkungan dan masyarakat. Dan ternyata dana yang di dapat juga lumayan banyak karena antusias masyarakat yang cukup besar, jadi pihak Sobat konseling hanya menambah beberapa rupiah untuk mendirikan sebuah yayasan. Lalu yayasan tersebut berdiri, dan mereka sudah punya anggota dan team. Kemudian jadilah namanya Yayasan Sobat Konseling Insan Indonesia, nama "Insan Indonesia" ditambahkan untuk menekankan komitmen organisasi dalam mengembangkan kualitas manusia Indonesia, khususnya dalam aspek kesehatan mental dan dukungan moral.

Yang membuat Sobat Konseling unik dan berbeda di banding gerakan kesehatan mental lainnya. Mereka sadar bahwa jika bicara mengenai "kesehatan mental" secara langsung, masyarakat Pekanbaru mungkin akan merasa asing atau bahkan takut. Jadi, Sobat Konseling menggunakan pendekatan berbasis isu, yang artinya mereka membahas kesehatan mental melalui masalah-masalah nyata yang dialami masyarakat dalam kehidupan sehari-hari.

Menyadari hal itu, mahasiswa prodi pendidikan sejarah, FKIP Universitas Riau tertarik melakukan penelitian gerakan sosial melalui wawancara dan observasi secara langsung dengan Yayasan Sobat Konseling yang bergerak di bidang konseling di kota

Pekanbaru.

METODE

Metode dalam penelitian ini adalah metode kualitatif, pendekatan kualitatif tepat digunakan untuk mengungkapkan bagaimana pendekatan kesehatan mental berbasis isu di Pekanbaru dalam melakukan gerakan sosial, di mana dalam analisisnya diperlukan untuk menggali secara dalam subjek penelitian. Hal ini selaras dengan pernyataan Moleong (2007) di mana pendekatan kualitatif digunakan untuk mengungkapkan perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan sebagainya subjek penelitian secara holistik dan alamiah. Penelitian ini menggunakan data secara primer melalui observasi dan wawancara secara langsung dengan informan.

Informan dalam penelitian ini adalah Naufal Alwan Adilah S.Pd yang dimana beliau merupakan founder/ salah satu pendiri dari yayasan Sobat Konseling itu sendiri yang sekarang menjadi ketua dari yayasan tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sobat Konseling menemukan beberapa tantangan khusus kesehatan mental di Pekanbaru yang memerlukan pendekatan berbasis gerakan sosial diantaranya adalah:

- a. Rendahnya Kesadaran Masyarakat: Data menunjukkan bahwa mayoritas pengikut konten kesehatan mental Sobat Konseling berasal dari Jabodetabek, yang sudah memiliki tingkat kesadaran kesehatan mental lebih tinggi di banding warga Pekanbaru sendiri. Hal ini menandakan bahwa masyarakat Pekanbaru masih memerlukan edukasi dan sosialisasi yang lebih tentang pentingnya kesehatan mental.
- b. Kompleksitas Isu Sosial: Kesehatan mental di Pekanbaru tidak dapat dipisahkan dari isu-isu sosial yang lebih luas, seperti kekerasan terutama dalam keluarga, bullying di sekolah, konflik lintas agama, dan intoleransi. Sobat Konseling menyadari bahwa pendekatan kesehatan mental harus terintegrasi dengan penyelesaian masalah-masalah sosial ini.
- c. Keterbatasan Akses Layanan: Masyarakat membutuhkan layanan kesehatan mental yang sudah diakses, terjangkau, dan dikemas dengan bahasa yang mudah dipahami oleh kalangan awam. Sedangkan nyatanya belum banyak layanan kesehatan mental yang mudah diakses dan terjangkau bagi masyarakat umum di Pekanbaru. Dalam konteks ini, Sobat Konseling mengajak individu yang memiliki minat dan semangat untuk berkontribusi sebagai relawan. Para relawan ini tidak akan masuk ke dalam struktur inti organisasi, melainkan akan dilibatkan secara langsung dalam proyek-proyek tertentu. Mereka akan mendapatkan pelatihan dan pembekalan yang memadai agar dapat memberikan dukungan yang efektif. Jika menunjukkan kinerja yang baik, relawan ini berpotensi untuk terlibat dalam proyek-proyek lain yang diselenggarakan oleh Sobat Konseling.

Berkaitan dengan pertanyaan kami saat wawancara dengan narasumber saat penelitian salah satu nya adalah :

“Adakah pemerintah melirik pergerakan yayasan ini?”

“Kalau untuk saat ini, kami akui bahwa memang belum terlalu banyak pihak yang “melirik” kami. Hal ini mungkin karena efisiensi waktu dan prioritas, meskipun sebenarnya gerakan yang kami lakukan cukup penting. Kami tetap berharap, seperti yang sudah kami sampaikan di awal, agar ke depannya gerakan ini bisa lebih diperhatikan. Saat ini, pihak yang mulai tertarik dengan kami justru bukan stakeholder kebijakan, melainkan lembaga pendidikan dan kelompok masyarakat langsung. Contohnya, ketika kelompok masyarakat memerlukan narasumber untuk menjelaskan suatu topik, kami hadir. Begitu juga di lembaga pendidikan,

kami berkontribusi. Namun, secara kebijakan formal, peran kami memang belum menjadi bagian dari regulasi utama.”

“Apa saja strategi atau pendekatan yang digunakan dalam gerakan sosial untuk meningkatkan kesadaran kesehatan mental di Kota Pekanbaru?”

“Strategi yang kami gunakan meliputi pendekatan berbasis komunitas, edukasi melalui modul yang sedang dikembangkan, pelatihan guru, penyuluhan langsung, serta lokakarya dengan multipihak. Gerakan ini juga menghindari pendekatan politik demi menjaga kemurnian dan objektivitas tujuan. Kolaborasi akan dilakukan setelah kegiatan selesai, seperti dengan dinas terkait melalui undangan ke lokakarya.



Gambar 1 : saat wawancara
Dengan narasumber



Gambar 2 : Dokumentasi bersama founder

Bentuk Gerakan Sosial Berbasis Kemasyarakatan di Pekanbaru yang dilakukan oleh Sobat Konseling

Yayasan Sobat Konseling mengembangkan model gerakan sosial yang inovatif dalam menangani isu kesehatan mental:

- a. Pendekatan Berbasis Isu: Alih-alih membahas kesehatan mental secara teoretis yang dimana hal ini cukup sulit dipahami oleh masyarakat awam, lain dari itu Sobat Konseling memilih langkah praktis dan mudah dimengerti masyarakat awam dengan mengaitkannya dengan isu-isu nyata yang sering dialami masyarakat, seperti bullying, kekerasan dalam rumah tangga, dan konflik sosial. Pendekatan ini membuat topik kesehatan mental menjadi lebih berhubungan dengan masalah yang kerap dialami masyarakat sehingga dapat dengan mudah diterima.
- b. Integrasi Lintas Sektor: Gerakan ini melibatkan berbagai elemen masyarakat, termasuk tokoh agama, institusi pendidikan, dan rumah ibadah dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental dan perdamaian sosial.
- c. Strategi Multi-Platform: Memanfaatkan YouTube untuk video edukatif, Instagram untuk konten visual yang menarik, dan platform digital lainnya untuk menjangkau audiens yang lebih luas, sambil tetap fokus pada edukasi yang berkualitas.
- d. Kolaborasi Multidisiplin: Tim yang terdiri dari mahasiswa berbagai jurusan (PGSD, informatika, ekonomi, konseling) dan psikolog profesional menciptakan pendekatan yang menyeluruh.
- e. Inovasi Edukasi: Pengembangan board game edukatif dan konten kreatif lainnya yang mengemas isu kesehatan mental dalam format yang menarik dan mudah dipahami.

Yayasan Sobat Konseling menunjukkan bahwa gerakan sosial berbasis kemasyarakatan dapat menjadi solusi efektif untuk mengatasi masalah kesehatan mental di Pekanbaru. Dengan pendekatan berbasis isu, mereka berhasil membuat topik kesehatan mental menjadi lebih mudah diterima dan dipahami masyarakat awam. Gerakan ini membuktikan bahwa perubahan sosial tidak selalu harus datang dari pemerintah atau institusi besar. Masyarakat sendiri, jika memiliki kepedulian dan strategi yang tepat, dapat menciptakan dampak positif yang signifikan. Kunci keberhasilannya adalah pendekatan yang disesuaikan dengan kondisi lokal Pekanbaru, melibatkan berbagai elemen masyarakat, dan menggunakan bahasa serta metode yang mudah dipahami oleh masyarakat awam.



Gambar 3 dan 4 : Mengikuti kegiatan pelatihan trainer lingkungan dan lintas iman dalam isu perdamaian di Bandung

Pembahasan

A. Isu Kesehatan Mental yang Menjadi Fokus Utama

Yayasan Sobat Konseling di Pekanbaru berdiri sebagai harapan, secara khusus menyoroti isu kesehatan mental yang selama ini terpinggirkan di tengah masyarakat, fokus utama ini muncul sebagai respons langsung terhadap kuatnya stigma negatif yang kerap melekat pada individu dengan masalah kesehatan mental di Pekanbaru. Stigma ini bukan hanya sekadar label, melainkan sebuah penghalang besar yang mencegah banyak orang mencari bantuan, berbicara terbuka, atau bahkan mengakui bahwa mereka sedang bergulat dengan masalah internal. Yayasan Sobat Konseling berupaya keras untuk meruntuhkan dinding-dinding stigma ini, membuka ruang aman bagi individu untuk berbagi, mendapatkan pemahaman, dan menerima dukungan tanpa takut dihakimi atau dikucilkan.

Lebih dari sekadar kesehatan mental, yayasan ini juga secara aktif memperjuangkan perlindungan perempuan. Isu-isu seperti kekerasan domestik, diskriminasi gender, dan kurangnya akses terhadap keadilan menjadi perhatian serius. Yayasan Sobat Konseling berkomitmen untuk menyediakan dukungan, advokasi, dan pendampingan bagi perempuan yang rentan atau menjadi korban, memastikan suara mereka didengar dan hak-hak mereka terlindungi. Mereka memahami bahwa perempuan seringkali menghadapi tantangan unik yang memerlukan pendekatan khusus dan dukungan yang komprehensif.

Selain itu, yayasan ini mengulurkan tangan kepada kelompok minoritas dan pinggirannya yang seringkali terabaikan dan kurang mendapatkan perhatian. Ini mencakup berbagai komunitas yang mungkin menghadapi diskriminasi, marginalisasi, atau kurangnya akses terhadap layanan dasar. Yayasan Sobat Konseling berupaya untuk menjembatani kesenjangan ini, memastikan bahwa setiap individu, tanpa memandang latar belakang, orientasi, atau status sosial, memiliki kesempatan yang sama untuk mendapatkan dukungan dan hidup bermartabat. Mereka bekerja untuk menciptakan masyarakat yang lebih inklusif dan adil, di mana tidak ada seorang pun yang tertinggal.

Terakhir, namun tidak kalah penting, Yayasan Sobat Konseling memberikan perhatian mendalam kepada korban kekerasan dan trauma. Mereka memahami bahwa dampak kekerasan, baik fisik, emosional, maupun seksual, dapat meninggalkan luka yang mendalam dan berkepanjangan. Yayasan ini menyediakan layanan konseling dan terapi yang berpusat pada trauma, membantu para korban untuk memproses pengalaman mereka, mengembangkan mekanisme koping yang sehat, dan pada akhirnya, memulai proses penyembuhan. Tujuannya adalah untuk membantu individu-individu ini mendapatkan kembali kekuatan, membangun kembali kehidupan mereka, dan menemukan jalan menuju pemulihan yang utuh. Melalui pendekatan yang holistik dan empatik, Yayasan Sobat Konseling bertekad untuk menjadi pilar dukungan yang kuat bagi mereka yang paling membutuhkan di Pekanbaru.

B. Strategi dan Pendekatan Gerakan Sosial

1. Pendekatan Kesehatan Mental Berbasis Isu

Mengingat perbedaan literasi kesehatan mental antara masyarakat Pekanbaru dan Jabodetabek, Sobat Konseling menerapkan pendekatan yang disesuaikan dengan konteks lokal. Setiap intervensi dirancang berdasarkan isu spesifik yang dihadapi kelompok target, bukan pendekatan one-size-fits-all.

2. Strategi Tiga Tingkat Intervensi

a. Langkah Pencegahan (Prevention)

- Kunjungan dan Edukasi Sekolah: Melakukan program edukasi kesehatan mental di institusi pendidikan untuk membangun kesadaran sejak dini
- Webinar dan Seminar: Menyelenggarakan acara virtual dan tatap muka untuk menjangkau audiens yang lebih luas
- Partisipasi dalam Forum: Aktif dalam forum-forum yang diselenggarakan pemerintah dan NGO nasional untuk memperluas jangkauan dampak

b. Upaya Konseling (Intervention)

- Pelatihan Relawan: Memberikan pelatihan komprehensif kepada relawan mengenai teknik konseling dan penanganan masalah kesehatan mental
- Seleksi Relawan Berkualitas: Menerapkan standar ketat dalam rekrutmen relawan, memastikan mereka mampu menjaga kerahasiaan, melindungi data klien, dan tidak mengekspos informasi sensitif
- Layanan Konseling dan Konsultasi: Menyediakan bantuan psikologis langsung dalam bentuk konseling dan konsultasi untuk pemulihan trauma.

c. Promosi dan Kampanye (Promotion)

- Kampanye Kesadaran: Melakukan kampanye sistematis untuk mengubah persepsi masyarakat tentang kesehatan mental
- Kolaborasi Lintas Sektor: Membangun kemitraan dengan pemerintah daerah, NGO lokal dan nasional, serta komunitas-komunitas yang ada di Pekanbaru

C. Cara Menggerakkan Warga untuk Peduli Kesehatan Mental

1. Pendekatan Komunitas Lokal

Sobat Konseling memahami bahwa setiap komunitas memiliki karakteristik unik. Oleh karena itu, pendekatan dilakukan dengan cara bersinergi dengan komunitas-komunitas yang sudah ada di Pekanbaru, memanfaatkan struktur sosial yang telah terbentuk untuk mempermudah penyebaran informasi dan program.

2. Edukasi Bertahap dan Berkelanjutan

Program edukasi dirancang secara bertahap, dimulai dari pengenalan konsep dasar kesehatan mental hingga pemahaman mendalam tentang berbagai gangguan dan cara penanganannya. Pendekatan ini memungkinkan masyarakat untuk memahami secara gradual tanpa merasa terbebani.

3. Pemberdayaan Melalui Pelatihan

Tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga memberdayakan masyarakat dengan memberikan keterampilan praktis melalui pelatihan konseling dasar, sehingga mereka dapat menjadi agen perubahan di lingkungan masing-masing.

4. Integrasi dengan Nilai-nilai Lokal

Memahami bahwa masyarakat Pekanbaru memiliki nilai-nilai budaya dan religius yang kuat, pendekatan kesehatan mental diintegrasikan dengan nilai-nilai tersebut tanpa mengurangi validitas ilmiah dari intervensi yang dilakukan.

Gerakan sosial berbasis kemasyarakatan dalam pendekatan kesehatan mental berbasis isu di Kota Pekanbaru merepresentasikan model inovatif dalam menangani

kompleksitas permasalahan kesehatan mental. Dengan menggabungkan keahlian profesional, pemahaman konteks lokal, dan pendekatan yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik setiap kelompok, Yayasan Sobat Konseling berhasil menciptakan gerakan yang tidak hanya memberikan layanan, tetapi juga membangun kesadaran dan kapasitas masyarakat untuk secara mandiri peduli terhadap kesehatan mental.

Keberhasilan pendekatan ini terletak pada kemampuannya untuk menjembatani gap antara pengetahuan ilmiah kesehatan mental dengan realitas sosial budaya masyarakat Pekanbaru, menciptakan solusi yang tidak hanya efektif secara teoritis, tetapi juga dapat diterima dan diimplementasikan oleh masyarakat secara berkelanjutan.

D. Strategi yang dilakukan oleh Yayasan Sobat Konseling

Melakukan sosialisasi ke sekolah, Yayasan sobat konseling ini mendapat banyak undangan oleh sekolah sekolah karena yaayaan Sobat Konseling ini bergerak di bidang Kesehatan mental, yang mana isu yang paling banyak diminati oleh sekolah dalam melakukan sosialisasi ialah tentang bullying, karena seperti yang kita tahu kasus bullying ini sering terjadi didalam dunia Pendidikan, oleh karena itu tentu hal ini harus kita atasi, yaitu salah satu caranya ialah dengan melakukan sosialisasi, memberikan pemahaman kepada para siswa dan menanamkan ke diri mereka agar tidak melakukan bullying, karena itu sangat merugikan untuk korban. Pengembangan prototype board game ketika kami mewawancarai narasumber, beliau mengatakan sekarang Yayasan sobat Konseling Tengan melakukan pengembangan terhadap board game, karena board game ini nantinya akan digunakan Ketika melakukan sosialisasi kepada Masyarakat dan disekolah, agar membuat sosialisasi lebh menarik dan mudah di pahami.

Melakukan konseling kepada imigran illegal, Yayasan sobat konseling ini juga melakukan konseling terhadap para pengungsi illegal, menurut narasumber hal ini harus dilakukan, karena bukan hanya tempat tinggal yang mereka butuhkan melainkan juga Kesehatan mental, karena seperti yang kita tahu imigran illegal ini pastinya akan dapat perlakuan tidak baik bagi orang disekitarnya, maka bimbingan konseling untuk mereka itu diperlukan, narasumber mengatakan salah satu contoh program mereka ini ialah Ketika mereka melakukan konseling kepada imigran illegal di Malaysia yaitu imigran Rohingya, yang mana seperti yang kita tahu imigran Rohingya ini ditolak oleh berbagai negara, maka hal ini tentu membutuhkan bimbingan psikologis selain bantuan kehidupan sehari hari, untuk menjaga Kesehatan mental mereka, menurut narasumber hal ini dilakukan oleh Yayasan Sobat Konseling karena semua manusia mempunyai hak untuk hidup dengan layak, oleh karena itu mereka tidak membeda bedakan orang lain.

Menurut narasumber, di Indonesia masih masih banyaknya terjadi kekerasan antar agama, atau melakukan diskriminasi terhadap agama tertentu, jadi perlunya Gerakan untuk menyadarkan Masyarakat agar lebih menghargai satu sama lain, karena tentu agama yang hidup di Indonesia bukan hanya satu saja, maka sering dilakukan sosialisasi kepada Masyarakat tentang hal ini.

Yayasan Sobat Konseling juga mengadakan konseling privat terhadap korban kekerasan, yang Dimana Yayasan sobat konseling akan membantu menyelesaikan masalah para korban kekerasan dan juga memberikan bantuan berupa perlengkapan sekolah, agar para korban kekerasan itu semangat lagi dalam belajar. yang dimana tentu hal ini akan ditangani oleh para ahli di bidangnya, karena anggota dari Yayasan Sobat Konseling walaupun beragam namun juga ada yang ahli di bidang psikologi, Yayasan Sobat Konseling tidak hanya melayani di sekitar wilayah Pekanbaru, tapi juga ada yang pernah sampai ke Kalimantan, hal ini tentu membuktikan dedikasi Yayasan ini dalam melayani Masyarakat, beliau juga menyebutkan untuk memakai jasa mereka itu bisa di hubungi melalui kontak sosial media mereka. Platform yang digunakan oleh Yayasan Sobat Konseling adalah : Riau

creatif center, Instagram sobat konseling, Tuna harmony, Youtube sobatkonseling.

E. Strategi Budaya Lokal di Yayasan Sobat Konseling Pekanbaru

Yayasan Sobat Konseling menggunakan pendekatan yang sangat inovatif dengan memasukkan unsur-unsur budaya Melayu ke dalam seluruh aspek program kesehatan mental mereka. Strategi ini lahir dari kesadaran mendalam bahwa budaya adalah bagian yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan masyarakat Pekanbaru. Seperti yang dijelaskan dalam wawancara, “isu budaya atau isu keberagaman itu memang tidak bisa kita lepaskan dari kehidupan kita, itu yang menjadi ciri khas kita sebenarnya.” Kesadaran ini menunjukkan bahwa yayasan memahami pentingnya pendekatan yang sesuai dengan konteks budaya lokal.

Strategi budaya lokal ini dimulai dengan transformasi total identitas visual Sobat Konseling. Perubahan paling mencolok adalah pada karakter animasi mascot yayasan yang sebelumnya menggunakan penampilan umum, kini akan menggunakan Tanjak sebagai ciri khas utama. Tanjak adalah kopiah tradisional khas Melayu yang memiliki makna filosofis dan budaya yang dalam bagi masyarakat Melayu Riau. Penggunaan Tanjak bukan hanya sekedar hiasan visual, tetapi merupakan simbol identitas yang menghubungkan layanan kesehatan mental modern dengan akar budaya tradisional masyarakat.

Desain karakter baru dengan Tanjak ini sudah selesai dibuat dan akan segera dipublikasikan di semua platform komunikasi yayasan. Proses pembuatan desain ini tentunya melibatkan pertimbangan yang matang tentang bagaimana menggambarkan Tanjak dengan benar dan sesuai dengan kaidah budaya Melayu. Karakter animasi yang mengenakan Tanjak ini akan menjadi wajah dari Sobat Konseling yang mudah dikenali oleh masyarakat Pekanbaru dan sekitarnya. Selain Tanjak, yayasan juga akan mengintegrasikan penggunaan baju Melayu dalam representasi visual mereka. Baju Melayu adalah pakaian tradisional yang masih sering digunakan dalam acara-acara adat dan keagamaan di Riau. Dengan menampilkan karakter yang mengenakan baju Melayu, yayasan ingin menunjukkan bahwa layanan kesehatan mental yang mereka berikan benar-benar memahami, menghormati, dan berakar pada budaya setempat. Hal ini penting untuk mengurangi kesan bahwa layanan psikologi adalah sesuatu yang asing atau bertentangan dengan nilai-nilai tradisional.

Penggunaan landmark khas Pekanbaru juga menjadi bagian penting dari strategi budaya lokal ini. Tugu Ikan Selais yang menjadi ikon Kota Pekanbaru akan diintegrasikan dalam berbagai materi komunikasi dan edukasi yayasan. Ikan Selais sendiri memiliki nilai historis dan budaya yang penting bagi masyarakat Pekanbaru, karena sejak zaman dahulu sungai-sungai di Pekanbaru memang kaya dengan ikan jenis ini. Dengan menggunakan gambar Tugu Ikan Selais, masyarakat akan langsung mengenali bahwa ini adalah program yang dibuat khusus untuk warga Pekanbaru, bukan program umum yang bisa diterapkan di mana saja.

Strategi yang lebih detail terlihat dalam penggunaan motif-motif tradisional Melayu dalam semua materi komunikasi. Motif Selembayung, yang merupakan motif khas dari budaya Melayu Riau, akan diintegrasikan dalam desain poster, flyer, brosur, dan semua materi edukasi yayasan. Selembayung memiliki makna filosofis tentang keindahan dan keharmonisan hidup, yang sangat relevan dengan tujuan kesehatan mental. Penggunaan motif ini tidak hanya membuat materi terlihat lebih menarik secara visual, tetapi juga menyampaikan pesan bahwa kesehatan mental adalah bagian dari pencapaian keharmonisan hidup.

Motif pucuk rebung juga akan digunakan dalam desain materi edukasi dan modul pelatihan. Pucuk rebung dalam budaya Melayu melambangkan pertumbuhan, harapan baru, dan potensi yang akan berkembang. Simbolisme ini sangat tepat untuk konteks kesehatan

mental, dimana setiap individu memiliki potensi untuk tumbuh, berkembang, dan pulih dari masalah yang dihadapinya. Dengan menggunakan motif pucuk rebung, yayasan menyampaikan pesan optimisme dan harapan melalui bahasa visual yang dipahami oleh masyarakat lokal. Meskipun tim yayasan dengan jujur mengakui bahwa latar belakang mereka bukan dari bidang seni dan budaya, namun mereka menunjukkan kecerdasan strategis dengan membangun jaringan kerjasama dengan komunitas seni lokal. Mereka sudah menjalin hubungan yang baik dengan Kelompok Riau Kreatif Art yang berdomisili di Jalan Arifin. Kerjasama ini sangat penting untuk memastikan bahwa penggunaan elemen budaya Melayu dilakukan dengan benar, tepat, dan tidak menyimpang dari kaidah-kaidah tradisional yang berlaku.

Kelompok Riau Kreatif Art dan komunitas seni lokal lainnya akan menjadi mitra konsultasi ketika yayasan membutuhkan masukan tentang penggunaan elemen budaya dalam materi komunikasi mereka. Hal ini menunjukkan sikap yang bertanggung jawab dari yayasan, karena mereka tidak asal menggunakan elemen budaya tanpa memahami makna dan konteksnya. Jika suatu saat mereka membutuhkan bantuan dalam hal pengembangan konten seni dan budaya, mereka akan melibatkan teman-teman yang memang ahli dan berpengalaman di bidang tersebut. Strategi budaya lokal ini memiliki beberapa tujuan strategis yang sangat penting. Pertama, untuk mengurangi stigma dan penolakan masyarakat terhadap layanan kesehatan mental. Di banyak komunitas tradisional, termasuk masyarakat Melayu, masih ada pandangan bahwa masalah psikologis adalah aib yang harus disembunyikan, atau bahwa mencari bantuan psikolog adalah tanda kelemahan. Dengan mengemas layanan dalam bingkai budaya yang familiar dan dihormati, masyarakat menjadi lebih terbuka dan tidak merasa bahwa mencari bantuan kesehatan mental bertentangan dengan nilai-nilai budaya mereka.

Kedua, strategi ini bertujuan untuk meningkatkan efektivitas komunikasi dan edukasi. Ketika masyarakat melihat poster, flyer, atau konten media sosial yang menggunakan Tanjak, Tugu Ikan Selais, atau motif Selembayung, mereka akan lebih tertarik untuk berhenti sejenak dan membaca pesan yang disampaikan. Ini berbeda dengan materi edukasi kesehatan mental yang menggunakan desain generic atau formal, yang seringkali diabaikan karena terkesan asing dan tidak relevan dengan kehidupan sehari-hari mereka. Ketiga, pendekatan budaya lokal ini menciptakan rasa bangga dan kepemilikan di kalangan masyarakat. Mereka merasa bahwa ini bukan program yang dipaksakan dari luar, tetapi program yang tumbuh dari dalam dan menghargai identitas budaya mereka. Rasa kepemilikan ini penting untuk membangun partisipasi aktif masyarakat dalam program-program yang dijalankan yayasan.

Keempat, strategi ini juga berfungsi sebagai media pelestarian dan revitalisasi budaya Melayu di era modern. Dengan mengintegrasikan elemen budaya tradisional dalam konteks layanan kesehatan mental yang modern, yayasan menunjukkan bahwa budaya tradisional tetap relevan dan berharga di masa kini. Hal ini membantu generasi muda untuk tetap mengenal dan bangga dengan budaya mereka, sambil juga terbuka terhadap perkembangan modern seperti layanan kesehatan mental. Implementasi strategi budaya lokal ini dilakukan secara bertahap dan terencana dimulai dari perubahan identitas visual karakter animasi, kemudian [fcypengembangan materi komunikasi yang mengintegrasikan elemen budaya, hingga rencana pengembangan modul pelatihan yang juga menggunakan pendekatan budaya lokal. Semua tahapan ini menunjukkan komitmen jangka panjang yayasan untuk benar-benar mengakar dalam budaya lokal, bukan hanya sekedar menggunakan elemen budaya sebagai pemanis atau gimmick marketing.

Dengan strategi yang komprehensif ini, Yayasan Sobat Konseling tidak hanya memberikan layanan kesehatan mental yang efektif, tetapi juga ikut berperan dalam

melestarikan, mempromosikan, dan merevitalisasi budaya Melayu Riau. Mereka membuktikan bahwa layanan modern dapat dikemas dengan cara yang menghormati dan memanfaatkan keayaan budaya lokal, sehingga tercipta sinergi antara kemajuan dan pelestarian tradisi. Pendekatan ini dapat menjadi model inspiratif bagi daerah lain di Indonesia untuk mengembangkan layanan kesehatan mental yang benar-benar sesuai dengan karakteristik dan keunikan budaya setempat.

F. Dampak Yayasan Sobat Konseling Bagi Masyarakat

Salah satu dampak paling nyata dari Yayasan Sobat Konseling adalah peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental. Sebelum pandemi, isu kesehatan mental seringkali masih menjadi tabu dan kurang mendapatkan perhatian. Melalui berbagai kampanye edukasi daring dan luring, webinar, serta konten informatif di media sosial, Sobat Konseling berhasil membongkar stigma negatif seputar masalah kesehatan mental. Mereka menjelaskan bahwa kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik dan bahwa mencari bantuan profesional bukanlah tanda kelemahan, melainkan sebuah bentuk kepedulian terhadap diri sendiri. Edukasi yang dilakukan tidak hanya menyasar individu, tetapi juga keluarga dan komunitas, sehingga menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi mereka yang mengalami masalah mental.

Dampak lain yang adalah mempermudah akses masyarakat terhadap layanan konseling yang terjangkau dan mudah dijangkau. Di tengah keterbatasan mobilitas dan finansial selama pandemi, Sobat Konseling menawarkan layanan konseling secara daring, baik melalui platform video call maupun chat. Hal ini memungkinkan individu dari berbagai latar belakang, termasuk mereka yang berada di daerah terpencil atau memiliki keterbatasan akses transportasi, untuk mendapatkan dukungan profesional. Biaya layanan yang disesuaikan atau bahkan gratis untuk kasus-kasus tertentu juga membuka pintu bagi mereka yang sebelumnya terhambat oleh masalah finansial. Keberadaan layanan ini sangat vital dalam mengurangi beban psikologis yang dialami masyarakat akibat tekanan ekonomi, isolasi sosial, dan kecemasan akan kesehatan.

Yayasan Sobat Konseling juga berperan aktif dalam penguatan jaringan dukungan sosial di masyarakat. Mereka tidak hanya menyediakan layanan konseling individual, tetapi juga memfasilitasi kelompok dukungan sebaya. Dalam kelompok ini, individu dengan pengalaman serupa dapat berbagi cerita, mendapatkan validasi, dan merasa tidak sendirian dalam menghadapi masalah mereka. Pembentukan komunitas ini sangat penting untuk mengurangi perasaan isolasi dan kesepian yang banyak dialami selama pandemi. Selain itu, yayasan juga bekerja sama dengan berbagai pihak, termasuk institusi pendidikan dan komunitas lokal, untuk membangun sistem rujukan dan dukungan yang lebih komprehensif.

Secara tidak langsung, gerakan sosial Yayasan Sobat Konseling berkontribusi pada reduksi stigma dan diskriminasi terhadap individu dengan masalah kesehatan mental. Dengan normalisasi percakapan tentang kesehatan mental dan edukasi yang berkesinambungan, masyarakat mulai memahami bahwa masalah kesehatan mental adalah kondisi medis yang membutuhkan penanganan, bukan aib yang harus disembunyikan. Hal ini mendorong lingkungan yang lebih inklusif dan empatik, di mana individu merasa lebih nyaman untuk mencari bantuan dan berbicara terbuka tentang perjuangan mereka.

Pada skala yang lebih luas, kegiatan Yayasan Sobat Konseling turut berkontribusi pada peningkatan resiliensi atau ketahanan mental komunitas secara keseluruhan. Dengan membekali individu dengan strategi koping yang sehat, pengetahuan tentang mengelola stres, dan akses ke dukungan profesional, yayasan membantu masyarakat menjadi lebih adaptif dan mampu menghadapi tantangan hidup, termasuk krisis kesehatan dan ekonomi di masa depan. Peningkatan resiliensi ini menjadi fondasi penting bagi pembangunan masyarakat yang lebih kuat dan berdaya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pustaka yang dilakukan menunjukkan bahwa rupanya suatu gerakan sosial dapat didefinisikan sebagai gerakan yang dilakukan sejumlah orang dengan tujuan untuk menciptakan perubahan atau mungkin ingin mempertahankan sesuatu unsur yang dinilai sudah mapan dikalangan individu dalam masyarakat. Selain itu, munculnya gerakan sosial ini pada dasarnya didorong oleh adanya ketidakpastian yang diresahkan sekelompok orang terhadap berbagai aspek kehidupan manusia selama ini dengan melalui serangkaian tahap misalnya mulai dari tahap kegelisahan, kekusaran, formalisasi hingga tahap kelembagaan.

Gerakan sosial kemasyarakatan dalam pendekatan kesehatan mental berbasis isu di kota Pekanbaru, secara komprehensif mengulas bagaimana inisiatif dan aktivitas komunitas berperan vital dalam mengatasi isu kesehatan mental di Pekanbaru. Penelitian ini menyoroti bahwa berbagai gerakan sosial kemasyarakatan, baik yang terorganisir secara formal maupun informal, telah aktif mengembangkan strategi dan program yang inovatif untuk meningkatkan kesadaran, mengurangi stigma, dan menyediakan dukungan bagi individu yang menghadapi tantangan kesehatan mental. Salah satu poin krusial yang diungkap adalah efektivitas pendekatan berbasis isu. Ini berarti gerakan-gerakan tersebut tidak hanya menawarkan bantuan umum, tetapi juga berfokus pada masalah spesifik seperti depresi, kecemasan, atau trauma, yang seringkali memiliki akar dari permasalahan sosial yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Happer. 1993. Gerakan Massa. Jakarta : Yayasan Obor Indonesia.
- Kuppuswamy, B. 1979. Elements of Social Psychology. New Delhi : Vikas Publishing House PVT Ltd.
- Locer. 2002. Collective Behavior. New Jersey: Pearson Education Inc. Upper Saddle River.
- Matulesy, Andik. 2005. Mahasiswa dan Gerakan Sosial. Surabaya-RT. Dieta Persada.
- Michener. 1999. Social Psychology. Fortworth : Harcourt Brace College Publ.
- Oberchall, Anthony. 1995. Social Movements. New Jersey: The Transaction Publishers.
- Situmorang Wahib Abdul. 2013. Gerakan Sosial. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Mahbub. (2022) Gerakan Sosial Keagamaan Pada Masyarakat Kota Dan Desa.
- Hendrawan Kariman. (2025) Medsos Pengaruhi Kesehatan Mental Generasi Muda.
- Yeni Devita. (2019) PREVALENSI MASALAH MENTAL EMOSIONAL REMAJA DI KOTA PEKANBARU.
- Nareswari, S. R., Khairi, A. M., & Nafi, A. (2020). Konseling Individual dengan Teknik Motivational Interviewing untuk Menangani Penyesuaian Sosial pada Remaja Tindak Pidana Pencurian di Yayasan Sahabat Kapas Karanganyar. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 4(1), 123-137.
- Saragi, M. P. D., Tasmara, L., Berutu, R., & Ihsan, M. (2022). Pengaruh layanan konseling kelompok (role playing) dalam mengatasi bullying di yayasan penyantunan anak yatim piatu. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(3), 270-274.