

Skrining Kesehatan Mental Menggunakan Self Reporting Questionnaire (SRQ-20) sebagai Upaya Deteksi Dini Gangguan Mental Emosional pada Masyarakat

Mental Health Screening Using the Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) as a Means of Early Detection of Emotional Mental Disorders in the Community

Dini Mariani*, Yanti Cahyati, Dita Eka Mardiani, Peni Cahyati, Yayah Sopianah, Dewi Lena, Rieza, Ferry Fadli, Vani Rosalia, Andi Rahayu, Nazarudin

Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya

*Email: dini.mariani77@gmail.com

(Diterima 05-08-2026; Disetujui 23-09-2026)

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Namun, gangguan mental emosional masih sering tidak terdeteksi karena rendahnya pengetahuan masyarakat serta adanya stigma terhadap masalah kesehatan jiwa. Kondisi ini dapat menyebabkan keterlambatan penanganan sehingga berdampak pada penurunan kualitas hidup, produktivitas, dan kesejahteraan individu maupun keluarga. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk skrining/deteksi dini Kesehatan mental, dilaksanakan di Kabupaten Tasikmalaya dalam rangka Hari Jadi Kabupaten Tasikmalaya, Metode kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan mental, pelaksanaan skrining menggunakan *Self Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20), interpretasi hasil skrining, edukasi individu maupun kelompok, serta pemberian rekomendasi kepada peserta yang memerlukan pemeriksaan lanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan.

Kata kunci: kesehatan mental, skrining, SRQ-20, deteksi dini, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

Mental health is one of the key aspects of achieving optimal health. However, emotional and mental disorders often go undetected due to a lack of public awareness and the stigma surrounding mental health issues. This situation can lead to delays in treatment, which in turn can negatively impact the quality of life, productivity, and well-being of both individuals and families. This community service activity aims to conduct mental health screening and early detection in Tasikmalaya Regency as part of the Tasikmalaya Regency Anniversary celebrations. The activities include mental health outreach, screening using the Self-Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20), interpretation of screening results, individual and group education, and providing recommendations to participants who require further examination at health care facilities.

Keywords: mental health, screening, SRQ-20, early detection, community service

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kesehatan secara menyeluruh. World Health Organization (WHO, 1994) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi sejahtera ketika individu mampu menyadari potensi dirinya, mengatasi tekanan kehidupan sehari-hari, bekerja secara produktif, serta berkontribusi kepada masyarakat. Namun, berbagai perubahan sosial, ekonomi, dan lingkungan menyebabkan masalah kesehatan mental semakin meningkat di berbagai negara, termasuk Indonesia. Gangguan mental emosional yang tidak terdeteksi sejak dini dapat menurunkan kualitas hidup, produktivitas, serta meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan yang lebih berat.

Di Indonesia, masalah kesehatan mental masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, skrining masalah kesehatan jiwa pada penduduk usia 15 tahun ke atas menggunakan Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20) menunjukkan bahwa instrumen tersebut digunakan sebagai alat skrining gangguan mental emosional di masyarakat dengan nilai batas (cut-off) ≥ 6 jawaban "ya" sebagai indikasi adanya masalah kesehatan jiwa yang memerlukan pemeriksaan lebih lanjut (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa deteksi dini merupakan langkah penting untuk menemukan masyarakat yang berisiko sehingga dapat segera memperoleh pelayanan kesehatan yang sesuai.

Deteksi dini melalui skrining kesehatan mental merupakan salah satu strategi promotif dan preventif yang efektif. Menurut WHO (1994), Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20) merupakan instrumen skrining sederhana yang terdiri atas 20 pertanyaan dengan pilihan jawaban "ya" atau "tidak" yang dirancang untuk mengidentifikasi kemungkinan gangguan mental emosional di masyarakat. Instrumen ini telah digunakan secara luas di berbagai negara dan terbukti memiliki validitas serta reliabilitas yang baik sebagai alat skrining awal, sehingga memudahkan tenaga kesehatan dalam mengidentifikasi individu yang memerlukan pemeriksaan lanjutan.

Pemerintah Indonesia juga telah mengintegrasikan skrining kesehatan jiwa ke dalam pelayanan kesehatan primer. Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/2015/2023 tentang Petunjuk Teknis Integrasi Pelayanan Kesehatan Primer, skrining kesehatan jiwa menggunakan SRQ-20 dianjurkan dilakukan minimal satu kali setiap tahun pada kelompok sasaran usia 15 tahun ke atas. Hasil skrining menjadi dasar dalam memberikan edukasi, upaya promotif dan preventif, maupun rujukan apabila ditemukan masyarakat yang berisiko mengalami gangguan mental emosional.

Meskipun demikian, pelaksanaan skrining kesehatan mental di masyarakat masih belum optimal. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan mental, adanya stigma terhadap gangguan jiwa, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan menyebabkan banyak individu tidak menyadari kondisi psikologis yang dialaminya. Akibatnya, penanganan sering terlambat dilakukan sehingga dapat memperburuk kondisi kesehatan, hubungan sosial, dan produktivitas masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang mengombinasikan edukasi kesehatan mental dengan pelaksanaan skrining menggunakan SRQ-20 sebagai upaya deteksi dini.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai skrining kesehatan mental menggunakan Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20) perlu dilaksanakan sebagai bentuk upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental. Melalui penyuluhan dan skrining, masyarakat diharapkan mampu mengenali kondisi kesehatan mentalnya sejak dini, memperoleh informasi yang benar mengenai kesehatan jiwa, serta mendapatkan arahan untuk mengakses pelayanan kesehatan apabila hasil skrining menunjukkan adanya risiko gangguan mental emosional. Kegiatan ini juga diharapkan dapat mendukung program pemerintah dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat secara menyeluruh.

BAHAN DAN METODE

Bentuk Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan mental, skrining menggunakan Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20), serta pemberian edukasi berdasarkan hasil skrining. Sasaran kegiatan adalah masyarakat Kabupaten Tasikmalaya yang hadir pada Hari Jadi Kabupaten Tasikmalaya.

Lokasi , Waktu Pelaksanaan, Sasaran

Kegiatan dilaksanakan di halaman komplek Perkantoran Kabupaten Tasikmalaya pada tanggal 26 Juli 2026 Penentuan lokasi dilakukan berdasarkan hasil koordinasi dengan panitia hari jadi Kabupaten Tasikmalaya. Sasaran kegiatan meliputi: Masyarakat berusia ≥ 15 tahun, mampu berkomunikasi dengan baik dan mengisi kuesioner SRQ-20 secara mandiri atau melalui wawancara.

Pelaksanaan Kegiatan

A. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan selama 1–2 minggu sebelum pelaksanaan kegiatan, meliputi:

1. Koordinasi dengan pihak mitra yaitu Panitia Hari Jadi Kabupaten Tasikmalaya
2. Pengurusan izin pelaksanaan kegiatan.
3. Penyusunan materi penyuluhan kesehatan mental.
4. Persiapan instrumen skrining SRQ-20, daftar hadir, lembar persetujuan, dan media edukasi.
5. Pembagian tugas kepada tim pengabdian.

B. Tahap Pelaksanaan

Penyuluhan menggunakan, diskusi, dan tanya jawab dengan bantuan media leaflet meliputi : Pengertian kesehatan mental, Faktor risiko gangguan mental emosional, Tanda dan gejala awal,

Pentingnya deteksi dini, Cara menjaga kesehatan mental, Informasi layanan kesehatan jiwa yang tersedia.

C. Tahap Evaluasi

1. Jumlah peserta yang hadir 105 orang
2. Umpan balik Peserta
3. Analisis hasil untuk rekomendasi tindak lanjut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Peserta

Kegiatan diikuti oleh 105 orang, dengan rata-rata berusia 25-59 tahun, kelompok usia 25–59 tahun merupakan usia produktif yang memiliki tuntutan pekerjaan, keluarga, dan sosial yang tinggi sehingga lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi. Skrining kesehatan mental pada kelompok usia ini penting dilakukan untuk mendeteksi secara dini adanya masalah psikologis sehingga dapat diberikan intervensi yang tepat sebelum berkembang menjadi gangguan yang lebih berat (WHO, 2025).

**Tabel 1. Distribusi Frekwensi status mental menggunakan SRQ-20 (n=91)
pada kelompok usia 25 – 59 tahun**

No	Status Mental pada Usia 25-59 tahun	Frekwensi	Persentase
1	Sehat	85	93.4
2	Tidak Sehat	6	6,6
	Jumlah	91	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa dari 91 responden yang berada pada kelompok usia 25–59 tahun, sebagian besar memiliki status mental sehat, yaitu sebanyak 85 orang (93,4%). Sementara itu, responden yang memiliki status mental tidak sehat berdasarkan hasil skrining menggunakan *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20) sebanyak 6 orang (6,6%).

**Tabel 2. Distribusi Frekwensi status mental menggunakan SRQ-20 (n=12)
pada kelompok usia 60– 73 tahun**

No	Status Mental pada Usia 60-73 tahun	Frekwensi	Persentase
1	Sehat	10	83
2	Tidak Sehat	2	16,7
	Jumlah	12	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa dari 12 responden pada kelompok usia 60–73 tahun, sebagian besar memiliki status mental sehat, yaitu sebanyak 10 orang (83,3%). Sementara itu, terdapat 2 orang (16,7%) yang termasuk dalam kategori tidak sehat berdasarkan hasil skrining menggunakan *Self Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20).

**Tabel 3. Distribusi Frekwensi status mental menggunakan SRQ-20 (n=2)
pada kelompok usia 60-3 tahun**

No	Status Mental pada Usia 60-73 tahun	Frekwensi	Persentase
1	Sehat	1	50
2	Tidak Sehat	1	50
	Jumlah	2	100

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa pada kelompok usia 60–73 tahun dengan jumlah responden sebanyak 2 orang, terdapat 1 orang (50%) dengan status mental sehat dan 1 orang (50%) dengan status mental tidak sehat berdasarkan hasil skrining menggunakan *Self Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20).

Berdasarkan hasil kegiatan deteksi dini mental terhadap 105 peserta, diketahui bahwa sebagian besar peserta berada pada kelompok usia 25–59 tahun, yaitu sebanyak 91 orang (86,7%). Kelompok usia 60–74 tahun berjumlah 12 orang (11,4%), sedangkan kelompok usia 75–90 tahun hanya 2 orang (1,9%). Hasil ini menunjukkan bahwa peserta dalam kegiatan deteksi mental didominasi oleh kelompok usia dewasa produktif.

Usia dewasa produktif merupakan kelompok yang memiliki aktivitas dan tanggung jawab yang tinggi, baik dalam pekerjaan, keluarga, maupun kehidupan sosial. Berbagai tuntutan tersebut dapat menjadi sumber stres yang berpotensi memengaruhi kondisi kesehatan mental. Oleh karena itu, skrining menggunakan *Self Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20) penting dilakukan sebagai upaya deteksi dini terhadap gangguan mental emosional. SRQ-20 merupakan instrumen yang dikembangkan oleh World Health Organization (WHO) dan telah banyak digunakan dalam pelayanan kesehatan primer maupun penelitian di Indonesia untuk mengidentifikasi gejala gangguan mental emosional. (Kemenkes, 2023)

Dominannya responden pada kelompok usia produktif dalam penelitian ini sejalan dengan pendapat Santrock (2019) yang menyatakan bahwa masa dewasa merupakan periode ketika individu menghadapi berbagai tuntutan perkembangan, seperti membangun karier, mempertahankan pekerjaan, memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, dan menjalankan berbagai peran sosial. Tuntutan tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya stres psikologis apabila individu tidak memiliki mekanisme koping yang baik.

Sementara itu, kelompok usia 60–74 tahun dan 75–90 tahun memiliki proporsi yang lebih sedikit. Meskipun demikian, kelompok lansia tetap perlu mendapatkan perhatian karena proses penuaan sering disertai penurunan fungsi fisik, munculnya penyakit kronis, berkurangnya aktivitas sosial, kehilangan pasangan atau anggota keluarga, serta meningkatnya ketergantungan terhadap orang lain. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan meningkatkan kerentanan terhadap gangguan mental emosional. Menurut World Health Organization (2023), kesehatan mental pada lansia dipengaruhi oleh kondisi kesehatan fisik, dukungan sosial, kemandirian, dan kemampuan beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi selama proses penuaan.

Tingginya proporsi peserta yang terindikasi mengalami gangguan mental emosional dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tekanan ekonomi, beban pekerjaan, masalah keluarga, penyakit kronis, maupun stres akibat perubahan sosial. WHO (1994) menyatakan bahwa gejala seperti sulit tidur, mudah lelah, cemas, sedih berkepanjangan, sulit berkonsentrasi, dan kehilangan minat merupakan indikator yang sering ditemukan pada individu dengan gangguan mental emosional dan menjadi komponen dalam SRQ-20.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Prasetio, Triwahyuni, dan Prathama (2022) yang menyatakan bahwa SRQ-20 merupakan instrumen yang memiliki validitas dan reliabilitas yang baik dalam mengidentifikasi gejala gangguan mental emosional pada masyarakat Indonesia. Penelitian tersebut menegaskan bahwa penggunaan SRQ-20 sangat bermanfaat sebagai deteksi dini di komunitas sehingga individu yang memiliki hasil skrining positif dapat segera memperoleh pemeriksaan lanjutan dan intervensi yang sesuai.

Selain itu, Mahmudah dkk. (2025) dalam telaah literturnya menjelaskan bahwa SRQ-20 merupakan instrumen skrining yang sederhana, mudah digunakan, memiliki konsistensi internal yang baik, dan efektif diterapkan dalam pelayanan kesehatan primer maupun kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Namun, hasil skrining positif tetap harus diikuti dengan asesmen klinis dan sistem rujukan yang jelas agar peserta memperoleh penanganan yang tepat

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil skrining kesehatan mental menggunakan *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20), diketahui bahwa mayoritas responden (93,4%) berada pada kelompok usia 25–59 tahun atau usia produktif. Dominasi kelompok usia produktif menunjukkan bahwa sebagian besar peserta skrining merupakan individu yang memiliki berbagai tuntutan dalam pekerjaan, keluarga, dan kehidupan sosial sehingga penting untuk mendapatkan perhatian terhadap kondisi kesehatan mentalnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/2015/2023 tentang Petunjuk Teknis Integrasi Pelayanan Kesehatan Primer. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mahmudah, N., Rahayu, A., Lena, D., Sopianah, Y., Cahyati, P., Mardiani, D. E., Cahyati, Y., Mariani, D., Rieza, Fadli, F., Vani, & Nazarudin. (2025). Pemanfaatan Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20) sebagai instrumen skrining gangguan mental emosional: Tinjauan literatur. *Jurnal Kesehatan*.

- Prasetio, C. E., Triwahyuni, A., & Prathama, A. G. (2022). Psychometric properties of the Indonesian version of the Self-Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20). *Jurnal Psikologi*, 49(2), 120–133.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- World Health Organization. (1994). *A user's guide to the Self Reporting Questionnaire (SRQ)*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). *Mental health of older adults*. World Health Organization..