

REHABILITASI PSIKOSOSIAL BERBASIS KOMUNITAS BAGI ODGJ DI RUMAH SINGGAH AL- HIDAYAH MELALUI PENGUATAN KETERAMPILAN HIDUP: PEMBUATAN SABUN CAIR

Siti Kotijah*,

Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, Mojokerto, Indonesia

Corresponding author*: Siti Kotijah

KATA KUNCI	ABSTRAK
<i>Rehabilitasi Psikososial, ODGJ, Life Skills, Komunitas, Sabun Cair.</i>	Rehabilitasi psikososial menjadi salah satu pendekatan penting dalam proses pemulihan Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) terutama pada fase pasca rawat inap. Rumah Singgah Al-Hidayah Mojokerto menyediakan layanan pembinaan bagi ODGJ melalui berbagai aktivitas berbasis komunitas. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan hidup (life skills) ODGJ melalui pelatihan pembuatan sabun cair sebagai aktivitas produktif dan terapeutik. Metode pelaksanaan meliputi edukasi, demonstrasi, praktik langsung, pendampingan intensif, serta evaluasi melalui observasi terstruktur. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan keterampilan teknis, kemampuan kerja sama, stabilitas emosi, serta kepercayaan diri peserta. Program ini memberikan dampak positif terhadap proses rehabilitasi psikososial dan dapat dijadikan model kegiatan dalam pengembangan layanan berbasis komunitas.

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan salah satu komponen penting dalam pembangunan kesehatan masyarakat yang berkelanjutan. Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) membutuhkan tidak hanya penanganan medis, tetapi juga dukungan psikososial jangka panjang untuk mencapai pemulihan yang optimal. Setelah menjalani rawat inap, banyak ODGJ menghadapi tantangan adaptasi, reintegrasi sosial, serta pemulihan fungsi kehidupan sehari-hari. Tanpa intervensi rehabilitasi psikososial yang memadai, risiko kekambuhan, ketergantungan institusi, pengucilan sosial, serta penurunan kualitas hidup dapat terjadi (*World Health Organization*, 2021).

Rumah Singgah Al-Hidayah Mojokerto berperan penting dalam menjembatani proses transisi dari rawat inap menuju kehidupan masyarakat. Pendekatan layanan berbasis komunitas (community-based mental health) terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemulihan, mengurangi stigma, dan memperkuat fungsi sosial ODGJ (Thornicroft et al., 2016). Model ini menekankan bahwa pemulihan bukan hanya proses klinis, tetapi juga proses sosial dan kultural yang membutuhkan lingkungan suportif, kesempatan berpartisipasi, serta pengembangan keterampilan hidup.

Dalam rehabilitasi psikososial, pelatihan keterampilan hidup dan keterampilan kerja (vocational skills training) memiliki peran strategis. Aktivitas ini memberikan kesempatan

bagi ODGJ untuk meningkatkan rasa percaya diri, membangun rutinitas, melatih kemampuan bekerja sama, serta merasakan pengalaman produktif yang bermakna (Bond, Drake, & Becker, 2020). Salah satu bentuk kegiatan yang relevan adalah pelatihan pembuatan sabun cair, karena mudah dipelajari, aman, memiliki peluang ekonomi, dan dapat dilakukan secara kelompok sehingga mendukung peningkatan interaksi sosial.

Pelatihan pembuatan sabun cair berfungsi sebagai terapi okupasi yang membantu meningkatkan kemampuan motorik, konsentrasi, serta keberanian mengambil keputusan secara bertahap. Aktivitas ini juga memungkinkan peserta menghasilkan produk yang dapat digunakan maupun dijual, sehingga membuka peluang pemberdayaan ekonomi sederhana. Terapi okupasi terbukti efektif dalam meningkatkan fungsi sehari-hari, kemampuan sosial, dan harga diri pada individu dengan gangguan jiwa (American Occupational Therapy Association, 2020).

Selain itu, pendekatan penguatan keterampilan hidup sejalan dengan paradigma *recovery-oriented approach*, yang menekankan kekuatan individu, kemampuan berdaya, keterlibatan aktif dalam proses pemulihan, serta penciptaan kehidupan yang bermakna meskipun masih memiliki gejala atau keterbatasan (Anthony, 1993). Program seperti ini membantu ODGJ mengembangkan kemandirian, mengurangi perilaku menarik diri, dan meningkatkan kesiapan untuk kembali hidup di masyarakat.

Program pembuatan sabun cair di Rumah Singgah Al-Hidayah juga mendorong keterlibatan keluarga dan komunitas, yang sangat penting dalam proses pemulihan jangka panjang. Studi menunjukkan bahwa dukungan keluarga dan partisipasi komunitas dapat mengurangi stigma, meningkatkan kepatuhan terapi, dan mempercepat reintegrasi sosial ODGJ (Chien & Norman, 2019). Kegiatan ini menjadi salah satu model praktik baik dalam pengembangan layanan pasca rawat inap yang holistik, berbasis keterampilan, dan berorientasi pemberdayaan.

Dengan demikian, rehabilitasi psikososial berbasis komunitas melalui penguatan keterampilan hidup seperti pembuatan sabun cair merupakan intervensi yang relevan, aplikatif, dan berkelanjutan dalam mendukung pemulihan ODGJ pasca rawat inap. Program ini diharapkan memberikan dampak positif terhadap peningkatan fungsi sosial, kemandirian, dan kualitas hidup, serta menjadi model pengabdian masyarakat yang dapat direplikasi di berbagai institusi serupa.

METODE

1. Lokasi dan Waktu

Pengabdian dilaksanakan di Rumah Singgah Al-Hidayah Mojokerto selama satu hari, mencakup sesi edukasi, praktik, pendampingan, dan evaluasi. Kegiatan dilakukan pada hari Sabtu, 15 November 2025.

2. Peserta

Sebanyak 15 ODGJ yang berada dalam kondisi stabil dan mampu mengikuti instruksi sederhana terlibat dalam kegiatan ini.

3. Pendekatan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pembuatan sabun cair di Rumah Singgah Al-Hidayah Mojokerto menggunakan pendekatan edukasi sebagai metode utama dalam proses pengabdian masyarakat. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan kebutuhan peserta, yaitu Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) yang sedang menjalani rehabilitasi psikososial dan

memerlukan metode pembelajaran yang terstruktur, sederhana, dan mudah diikuti. Proses edukasi memungkinkan peserta memperoleh pengetahuan dasar sekaligus pengalaman praktik secara langsung, sehingga dapat meningkatkan kemampuan kognitif, motorik, serta interaksi sosial mereka.

Tahapan edukasi diawali dengan penyampaian materi dasar mengenai manfaat menjaga kebersihan, pengenalan alat dan bahan pembuatan sabun cair, serta prosedur keselamatan kerja. Materi diberikan menggunakan bahasa sederhana, visual yang menarik, dan contoh langsung agar mudah dipahami oleh peserta yang memiliki keterbatasan konsentrasi atau kemampuan memproses informasi. Pemberian edukasi awal ini bertujuan membangun pemahaman dasar serta meningkatkan kesiapan mental peserta sebelum memasuki tahap praktik.

Selanjutnya, dilakukan demonstrasi langkah-langkah pembuatan sabun cair oleh tim pendamping. Demonstrasi menjadi bagian penting dalam pendekatan edukatif karena memberikan model perilaku yang dapat ditiru oleh peserta. Tim memperagakan setiap tahapan secara perlahan, mulai dari pengukuran bahan, pencampuran larutan, pengadukan, hingga pengemasan. Pendekatan visual seperti ini sangat efektif bagi ODGJ yang cenderung lebih mudah memahami proses melalui pengamatan langsung dibandingkan hanya mendengar instruksi verbal.

Setelah demonstrasi, kegiatan dilanjutkan dengan praktik langsung (*hands-on activity*) yang dilakukan secara terbimbing. Peserta dilibatkan secara aktif untuk meniru langkah-langkah yang telah diperagakan sebelumnya. Pada tahap ini, pendamping memberikan instruksi sederhana secara bertahap sambil memastikan keselamatan dan kenyamanan peserta. Pendampingan dilakukan dengan pendekatan empatik dan penggunaan penguatan positif seperti pujian atau apresiasi sederhana untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta. Kegiatan praktik ini merupakan bagian inti dari metode edukasi karena memberikan pengalaman nyata yang membantu peserta menginternalisasi keterampilan.

Selain fokus pada keterampilan teknis, pendekatan edukasi juga menekankan pengembangan aspek psikososial, seperti kemampuan bekerja sama, komunikasi, dan peningkatan rasa tanggung jawab. Peserta diajak bekerja dalam kelompok kecil sehingga mereka belajar berbagi tugas, saling membantu, dan menghormati peran masing-masing. Interaksi sosial yang terjadi selama proses edukasi sangat bermanfaat untuk menstimulasi kemampuan bersosialisasi dan memperkuat ikatan antar peserta di rumah singgah. Setelah kegiatan praktik selesai, dilakukan sesi refleksi sederhana untuk mengevaluasi pemahaman dan memberikan ruang bagi peserta mengungkapkan pengalaman mereka. Pendamping menanyakan bagian mana yang paling mudah, paling menantang, serta memberikan penjelasan ulang pada poin-poin yang belum dipahami. Tahap refleksi ini membantu peserta mengingat proses pembuatan sabun cair sekaligus mendorong mereka menyadari kemajuan diri yang telah dicapai.

4. Prosedur Pembuatan Sabun Cair

Prosedur pembuatan sabun cair di Rumah Singgah Al-Hidayah dilakukan secara sistematis dengan mengikuti langkah-langkah yang aman dan mudah dipahami oleh peserta. Proses ini diawali dengan persiapan alat dan bahan, dilanjutkan dengan tahap pencampuran, pengenceran, pemberian aroma, hingga pengemasan. Seluruh tahapan dilakukan dengan pendampingan sehingga peserta dapat memahami proses secara utuh sekaligus mampu mempraktikkannya secara mandiri.

Kegiatan dimulai dengan menyiapkan bahan utama, yaitu Texapon sebagai bahan pembentuk busa, garam untuk penstabil kekentalan, pewangi dan pewarna makanan untuk memberikan aroma serta tampilan yang menarik, serta air bersih sebagai pelarut. Semua bahan ditimbang sesuai takaran agar hasil sabun tetap konsisten. Peserta juga diperkenalkan mengenai fungsi masing-masing bahan sehingga mereka memahami alasan penggunaan setiap komponen.

Tahap berikutnya adalah proses pencampuran bahan dasar. Texapon terlebih dahulu dicampur dengan air hangat sambil diaduk perlahan hingga tercampur merata. Kegiatan ini memerlukan kesabaran karena proses pengenceran Texapon membutuhkan waktu untuk menghasilkan tekstur yang halus. Setelah larutan Texapon merata, campuran didiamkan beberapa menit agar busa berkurang sehingga memudahkan proses pencampuran berikutnya.

Tahap selanjutnya adalah penyesuaian kekentalan. Garam yang telah dilarutkan dalam air dimasukkan sedikit demi sedikit sambil terus diaduk. Peserta diajarkan untuk melakukan pengamatan langsung terhadap perubahan tekstur, sehingga mereka dapat menentukan tingkat kekentalan sesuai standar. Pendekatan ini memberi kesempatan bagi peserta untuk belajar melalui pengalaman langsung.

Setelah mendapatkan kekentalan yang sesuai, peserta melanjutkan ke tahap penambahan pewangi dan pewarna. Pewangi diteteskan secukupnya untuk memberikan aroma yang lembut dan segar, sedangkan pewarna ditambahkan dalam jumlah sangat kecil untuk mencapai warna yang diinginkan. Peserta didorong untuk memilih aroma serta warna yang disukai sehingga proses menjadi lebih menarik dan kreatif.

Tahap terakhir adalah proses pengemasan. Sabun cair yang telah jadi dituangkan ke dalam botol bersih menggunakan corong untuk mencegah tumpahan. Setiap botol kemudian ditutup rapat dan diberi label sesuai standar sederhana, seperti tanggal pembuatan dan jenis aroma. Peserta diberikan penjelasan mengenai pentingnya pengemasan yang baik agar produk lebih higienis dan memiliki nilai jual.

Secara keseluruhan, prosedur pembuatan sabun cair ini tidak hanya memberikan keterampilan praktis, tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri peserta dalam menciptakan produk bermanfaat. Pendampingan yang interaktif membuat peserta mampu memahami proses dari awal hingga akhir dengan baik, sehingga kegiatan ini dapat menjadi bekal dalam mendukung kemandirian mereka di masa depan. Berikut ini Adalah daftar alat dan bahan yang digunakan dalam proses pembuatan sabun cair.

Tabel 1. Daftar Alat Pembuatan Sabun Cair

No	Alat	Fungsi
1	Ember/Baskom besar	Wadah pencampuran
2	Pengaduk (stirrer manual)	Mengaduk bahan
3	Timbangan digital	Mengukur takaran bahan
4	Gelas ukur	Mengukur volume air atau larutan
5	Corong plastik	Membantu proses pengemasan
6	Botol kemasan	Wadah sabun cair
7	Sendok takar	Mengambil bahan tambahan

Tabel 2. Daftar Bahan Pembuatan Sabun Cair

No	Bahan	Takaran (per 5 liter sabun)	Fungsi
1	Texapon	500–600 g	Pembentuk busa utama
2	Garam (NaCl)	50–70 g (larutkan dalam 200 ml air)	Pengental
3	Air bersih	4–4,5 liter	Pelarut
4	Pewarna makanan	5–10 tetes	Memberi warna
5	Pewangi	10–20 ml	Memberi aroma
6	Pengawet (opsional)	2–3 g	Menambah umur simpan

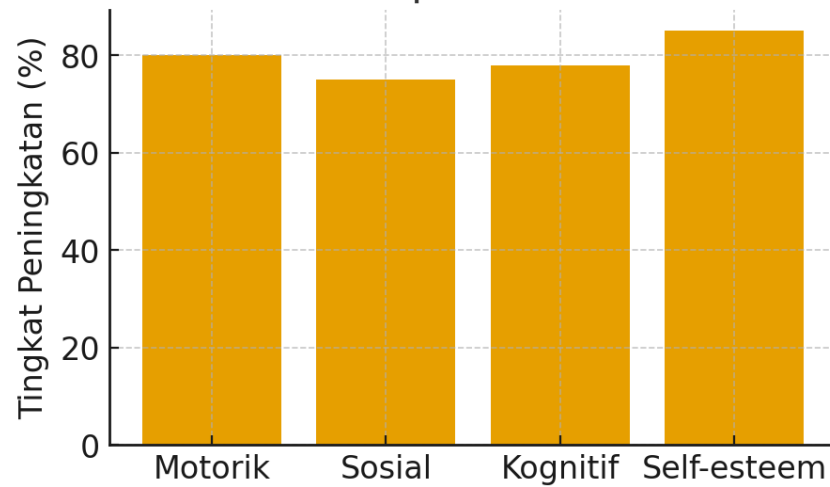
HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan pelatihan pembuatan sabun cair di Rumah Singgah Al-Hidayah Mojokerto berlangsung dengan melibatkan 15 orang ODGJ yang sedang menjalani rehabilitasi psikososial. Proses edukasi dilakukan melalui metode demonstrasi, praktik langsung, dan pendampingan intensif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mampu mengikuti seluruh tahapan pembuatan sabun cair mulai dari penimbangan bahan, pencampuran larutan Texapon, pengaturan kekentalan menggunakan larutan garam, hingga proses pengemasan. Secara umum, peserta menunjukkan peningkatan kemampuan motorik halus dan kasar selama proses pengadukan, pengisian botol, dan pelabelan produk. Peserta juga terlihat antusias dan terlibat aktif saat memilih pewarna serta aroma sabun. Produk akhir berupa sabun cair berwarna jernih, memiliki viskositas stabil, dan menghasilkan busa yang cukup, menandakan bahwa formulasi berhasil dibuat dengan baik.

Selain produk sabun cair yang dapat digunakan untuk kebutuhan rumah singgah sehari-hari, kegiatan ini juga menghasilkan peningkatan aspek psikososial peserta. Selama pelatihan, peserta menunjukkan perbaikan dalam aspek komunikasi, kerja sama kelompok, serta rasa percaya diri. Beberapa peserta mengaku merasa berguna dan senang bisa membuat produk sendiri, yang menunjukkan adanya peningkatan motivasi internal. Berikut ini gambar 1 merupakan grafik hasil evaluasi kegiatan pembuatan sabun cair dan table capaian peserta pengabdian masyarakat.

Hasil Evaluasi Dampak Pelatihan Sabun Cair



Gambar 1 Hasil Evaluasi Dampak Pelatihan Sabun Cair

Tabel 3. Capaian Peserta pengabdian masyarakat

ASPEK	INDIKATOR	PENINGKATAN
Motorik	Koordinasi, ketepatan gerak	80%
Sosial	Komunikasi, kerja sama	75%
Kognitif	Fokus, mengikuti instruksi	78%
Self-esteem	Percaya diri, motivasi	85%





Gambar 2. Kegiatan Pembuatan Sabun Cair di Rumah Singgah Al Hidayah

PEMBAHASAN

Pelatihan pembuatan sabun cair memberikan kontribusi signifikan terhadap proses rehabilitasi psikososial berbasis komunitas bagi ODGJ. Aktivitas ini tidak hanya bertujuan menghasilkan produk, tetapi juga dirancang sebagai sarana untuk melatih *life skills* yang relevan bagi kemandirian peserta. Menurut literatur rehabilitasi komunitas, aktivitas produktif berbasis keterampilan dapat membantu meningkatkan fungsi sosial, kemampuan kognitif, dan rasa percaya diri penyintas gangguan jiwa (WHO, 2021; Stuart, 2017). Hasil kegiatan ini sejalan dengan teori tersebut.

Pertama, aspek motorik dan kognitif terlihat mengalami peningkatan. Proses teknis dalam menakar bahan, mencampur larutan, dan membuat keputusan terkait warna dan aroma sabun melibatkan kemampuan atensi, konsentrasi, dan koordinasi. Aktivitas berulang dan terstruktur seperti ini terbukti dapat membantu stabilisasi fungsi kognitif pada individu dengan gangguan jiwa, karena memberikan pola kegiatan yang tetap dan mudah diikuti.

Kedua, dari sisi fungsi sosial, kegiatan ini mendorong interaksi antar peserta dan antara peserta dengan pendamping. Komunikasi sederhana seperti bertanya, meminta bantuan, atau bekerja sama dalam mengaduk larutan merupakan indikator meningkatnya kemampuan sosial. Aktivitas kelompok juga memunculkan perasaan memiliki peran, yang merupakan pilar penting dalam rehabilitasi komunitas.

Ketiga, peningkatan self-esteem menjadi salah satu dampak positif yang paling terlihat. Peserta menunjukkan kebanggaan ketika berhasil menghasilkan produk yang dapat langsung digunakan. Prinsip *meaningful activity*—aktivitas yang bermakna dan berorientasi hasil—merupakan salah satu pendekatan utama dalam psikoedukasi berbasis rehabilitasi. Oleh karena itu, keberhasilan peserta memproduksi sabun cair berkontribusi pada peningkatan motivasi dan harga diri mereka.

Keempat, kegiatan ini juga mendukung kemandirian ekonomi sederhana. Meskipun tujuan utama bukan komersialisasi, pelatihan ini membuka peluang bagi rumah singgah untuk mengembangkan usaha produktif mandiri yang dapat melibatkan ODGJ secara berkelanjutan. Model seperti ini telah banyak diterapkan dalam program *community-based rehabilitation* (CBR) di berbagai negara untuk meningkatkan keberfungsian dan integrasi sosial penyintas di masyarakat.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa penggunaan pendekatan edukasi melalui pelatihan pembuatan sabun cair efektif sebagai media penguatan keterampilan hidup ODGJ. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kemampuan kognitif, sosial, dan emosional peserta, sekaligus menghasilkan produk yang bermanfaat untuk kebutuhan rumah singgah. Oleh karena itu, pelatihan serupa sangat direkomendasikan untuk dilanjutkan secara berkala sebagai bagian dari program rehabilitasi di Rumah Singgah Al-Hidayah.

SIMPULAN

Program rehabilitasi psikososial berbasis komunitas di Rumah Singgah Al-Hidayah melalui intervensi penguatan keterampilan hidup, khususnya pembuatan sabun cair, terbukti memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan kemampuan fungsional dan sosial ODGJ. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa pendekatan edukatif-praktis mampu meningkatkan pemahaman peserta terhadap proses kerja, konsistensi perilaku, kolaborasi kelompok, serta rasa percaya diri dalam menjalankan aktivitas terstruktur.

Selain menghasilkan produk yang bermanfaat dan berpotensi menjadi kegiatan ekonomi produktif, program ini memperkuat *evidence* bahwa model rehabilitasi berbasis komunitas dapat menjadi strategi efektif dalam proses pemulihan dan reintegrasi sosial ODGJ. Keberhasilan program ini menegaskan pentingnya dukungan lingkungan, pendampingan berkelanjutan, serta aktivitas pemberdayaan yang relevan dengan kebutuhan peserta. Oleh karena itu, intervensi serupa direkomendasikan untuk diadopsi secara luas sebagai bagian dari upaya meningkatkan kualitas layanan rehabilitasi komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

1. Direktorat Kesehatan Jiwa Masyarakat. (2020). Pedoman Rehabilitasi Psikososial Berbasis Komunitas. Jakarta: Kemenkes RI.
2. WHO. (2021). Guidelines on Community-Based Mental Health Care. World Health Organization.
3. Stuart, G. W. (2016). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Elsevier.
4. Maramis, W. F. (2019). *Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Unair Press.
5. Suryani, E. (2020). "Terapi Aktivitas Kelompok dalam Rehabilitasi Psikososial." *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(2), 112–120.
6. Hasanah, N. (2022). "Pemberdayaan ODGJ melalui Program Produktif Berbasis Komunitas." *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 45–52.