

JakCare, Curahan Hati Warga Jakarta untuk Kesehatan Mental

Updates. - [JAKARTA.WARTAWAN.ORG](https://jakarta.wartawan.org)

Oct 11, 2025 - 08:31

Image not found or type unknown



JAKARTA - Bagi warga Jakarta yang kerap dilanda kecemasan atau menghadapi berbagai persoalan psikologis, kini hadir solusi yang dapat diakses dengan mudah. Layanan konseling bernama **Jakarta Counseling and Assistance for Resilience and Empowerment (JakCare)** membuka pintu bagi siapa saja yang membutuhkan ruang untuk mencurahkan isi hati.

"Bisa akses JakCare sementara untuk melegakan saja. Curhat dulu," ujar Pelaksana Tugas (Plt) Kepala Bidang Kesehatan Masyarakat, Dinas Kesehatan DKI Jakarta, Sri Puji Wahyuni, saat dihubungi di Jakarta, Sabtu.

Kemudahan akses menjadi salah satu keunggulan JakCare. Layanan ini dapat dijangkau melalui aplikasi JAKI (Jakarta Kini) atau dengan menghubungi nomor 0800-1500-119, tanpa dikenakan biaya konsultasi sepeser pun. Sejak Mei 2025 hingga 7 Oktober 2025, tercatat 1.279 penelepon telah memanfaatkan layanan ini, menunjukkan tingginya kebutuhan akan dukungan kesehatan mental di kalangan masyarakat.

Tenaga profesional yang terlatih siap sedia menangani panggilan di setiap harinya, bekerja dalam tiga shift bergantian. JakCare hadir sebagai alternatif bagi mereka yang mungkin belum sempat mengunjungi Puskesmas atau Posyandu yang telah menyediakan layanan kesehatan jiwa. Padahal, per Maret 2025, sebanyak 28 dari 44 Puskesmas Kecamatan di Jakarta sudah memiliki layanan konsultasi dengan psikolog.

Layanan JakCare merupakan bagian integral dari upaya promotif dan preventif pemerintah. Tujuannya adalah mendeteksi dini, mengenali, dan jika diperlukan, menindaklanjuti ke fasilitas kesehatan yang memadai. "Semua keluhan dengan mental itu kami skrining nanti ketemu gangguan mental emosional. Baru dari situ kami dalam lagi, nanti dirujuk ke fasilitas kesehatan, didalami lagi jenisnya (gangguan kesehatan mental) apa," jelas Puji.

Lebih lanjut, JakCare dirancang untuk merespons kasus-kasus darurat, termasuk indikasi bunuh diri. Hingga Mei 2025, tercatat dua nyawa berhasil diselamatkan berkat intervensi cepat dari layanan ini. Keluhan yang paling sering dilaporkan meliputi gangguan cemas, gangguan panik, dan depresi.

Setelah pengguna menghubungi layanan, sebuah asesmen awal dilakukan menggunakan instrumen **JakCare Skrining (JCS)**. Hasil skrining ini akan menentukan tindak lanjut berdasarkan empat kriteria warna. Kategori 'hijau' menandakan kondisi 'Sehat Mental' yang dapat ditangani dengan psikoedukasi. Sementara itu, kategori 'kuning' mengindikasikan 'Risiko Sedang' yang memerlukan konsultasi lebih lanjut dengan psikolog klinis melalui telepon selama maksimal 60 menit. Untuk kategori 'oranye', yang berarti 'Risiko Tinggi Tidak Darurat', juga memerlukan konsultasi serupa. Yang paling krusial, kategori 'merah' menunjukkan kondisi kegawatdaruratan psikiatri, di mana pengguna akan langsung terhubung dengan layanan krisis melalui mekanisme yang telah ditetapkan.

Layanan ini akan mengarahkan pengguna ke fasilitas pelayanan kesehatan dan instansi terkait yang paling sesuai dengan kebutuhan mereka, memastikan penanganan yang tepat dan berkelanjutan. ([PERS](#))