

## Dokter lima bintang untuk kesehatan mental remaja: peran dokter keluarga

Zwingly Christian Jefferson Gerard Porajow\*

Remaja adalah tahap peralihan ketika seorang anak menjadi seorang dewasa. Masa remaja membentang dari usia 10 tahun hingga 24 tahun,<sup>1</sup> rentang usia yang lebih sesuai dengan fase tumbuh kembang kehidupan remaja. Tahap ini merupakan tahap kritis yang penting yang mempengaruhi kehidupan masa dewasa.<sup>2</sup> Dokter keluarga, kontak pertama layanan kesehatan, dapat berperan penting untuk memastikan tumbuh kembang kehidupan remaja ditangani dengan baik.

Dokter keluarga memiliki keunggulan untuk mendukung kesehatan mental remaja dikarenakan pengetahuan mereka yang menyeluruh berhubungan dengan pasien dan keluarganya serta hubungannya dengan masyarakat atau komunitas.<sup>3,4</sup> Layanan kesehatan dokter keluarga dapat mencakup kesehatan remaja baik fisik, mental, termasuk sosial. Peranan dokter keluarga terhadap kesehatan mental remaja dapat diwujudkan dalam konsep dokter lima bintang.

Dokter lima bintang atau Five Star Doctor merupakan konsep ideal dokter dalam peranannya bagi pasien dan komunitas.<sup>5</sup> Dalam pelayanannya, dokter keluarga memperhatikan aspek biopsikososial remaja, baik pada upaya promosi kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan, serta pemulihan kesehatan remaja.

- Penyedia layanan kesehatan ini atau care-provider, melakukan pelayanan kedokteran dengan berbasis ilmiah dan bukti kedokteran, dengan keahlian dokter keluarga, dengan tetap memperhatikan dan mempertimbangkan kepentingan dan nilai-nilai dari pasien. Terhadap pasien remaja, dokter keluarga dapat melakukan pelayanan kesehatan menyeluruh dan berkesimbangan yang sensitif terhadap kebutuhan unik kelompok remaja tersebut,

### Summary

*Adolescence, from 10 years to 24 years, is the transitional stage when a child becomes an adult. This is a critical stage that affects the quality of life and adulthood. Family doctors, the first point of contact for healthcare services, play an important role in ensuring the growth and development of adolescents' lives. Family doctors have an advantage in supporting adolescent mental health, because of their comprehensive knowledge regarding patients and their families as well as their relationship with society or the community. The role of family doctors is discussed in the five star doctor concept.*

### Ringkasan

*Remaja, dari 10 tahun hingga 24 tahun, adalah tahap peralihan ketika seorang anak menjadi seorang dewasa. Ini adalah tahap kritis yang mempengaruhi kualitas hidup dan kehidupan masa dewasa. Dokter keluarga, kontak pertama layanan kesehatan, berperan penting untuk memastikan tumbuh kembang kehidupan remaja. Dokter keluarga memiliki keunggulan untuk mendukung kesehatan mental remaja dikarenakan pengetahuan mereka yang menyeluruh berhubungan dengan pasien dan keluarganya serta hubungannya dengan masyarakat atau komunitas. Peranan dokter keluarga didiskusikan dalam konsep dokter bintang lima.*

seperti tumbang kembang kesehatan reproduksi, dan perkembangan mental dan kualitas hidup remaja, dengan tetap mempertimbangkan kesehatan fisik, mental, dan sosial remaja.

- Dokter berperan penting dalam penentuan pengobatan dan perawatan pasien yang dilakukan secara mangkus dan sangkil. Kemampuan dokter keluarga dalam mengambil keputusan untuk kesehatan remaja menjadi salah satu penentu kehasilgunaan dan kedayagunaan layanan kesehatan remaja. Dokter keluarga dapat mengurangi hambatan, meningkatkan koordinasi layanan kesehatan remaja, dan membantu remaja dan orang tua remaja memutuskan layanan kesehatan yang

### Rekomendasi Kutipan:

Porajow ZCJG. Dokter lima bintang untuk kesehatan mental remaja: peran dokter keluarga. *J Kedokt Kom Tropik*. 2024;12(1):515-516.

\* Bagian Ilmu Kedokteran Komunitas Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, & Klinik Dokter Keluarga Universitas Sam Ratulangi ✉ zwingly@unsrat.ac.id

tepat untuk mereka.<sup>6,7</sup>

- Sebagai komunikator, dokter keluarga memainkan peranan yang krusial dalam mengomunikasikan mendiskusikan dengan remaja pada isu-isu kesehatan mental, pengurangan stigma dan mendorong perilaku mencari layanan kesehatan. Komunikasi ini terbangun dalam suasana yang positif, aktif mendengar, dan sikap tidak menuduh, untuk menciptakan ruang aman bagi remaja.
- Sebagai pemimpin masyarakat, dokter keluarga berperan aktif untuk menuntun dan mendorong masyarakat memiliki perilaku hidup sehat. Dalam konteks ini, dokter keluarga dapat menolong remaja memiliki perilaku sehat yang menjauhi perilaku kesehatan berisiko, seperti kesehatan reproduksi berisiko, penyalahgunaan zat, dan konsumsi rokok dan rokok elektrik, yang biasanya perilaku berisiko ini dimulai pada usia remaja. Dokter keluarga juga dapat mendorong mengikutsertakan remaja dalam perencanaan kesehatan masyarakat dan menyediakan layanan kesehatan yang ramah remaja.
- Kemampuan dokter keluarga mengelola kesehatan pasien atau klinik, akan memainkan peranan besar dalam meningkatkan derajat hidup dan kualitas hidup kesehatan pasien. Selain berperan sebagai klinisi, dokter keluarga juga berperan koordinator dalam perawatan kesehatan remaja, terutama berkaitan dengan layanan rujukan, dan memastikan terpenuhinya layanan kesehatan untuk remaja termasuk layanan kesehatan mental.

Dokter keluarga berperan penting dalam peningkatan dan layanan kesehatan mental dan kualitas hidup remaja. Konsep Dokter Bintang Lima ini memberikan kerangka berpikir dalam memahami peran dokter keluarga pada konteks kesehatan remaja ini. Dengan mewujudkan kelima faset ini, dokter keluarga akan mampu berkontribusi secara signifikan dalam rangka peningkatan kesehatan mental yang positif di kalangan remaja.

## Daftar Pustaka

1. Sawyer SM, Azzopardi PS, Wickremarathne D, Patton GC. The age of adolescence. *Lancet Child Adolesc Health*. 2018;2(3):223-228. doi:10.1016/S2352-4642(18)30022-1
2. WHO. Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade. World Health Organization; 2014. [https://apps.who.int/adolescent/second-decade/files/1612\\_MNCAH\\_HWA\\_Executive\\_Summary.pdf](https://apps.who.int/adolescent/second-decade/files/1612_MNCAH_HWA_Executive_Summary.pdf)
3. Porajow ZCJG, Manampiring AE, Wariki WMV, Palandeng HMF, Langi FFLG. Hubungan kualitas hidup kesehatan dengan aktivitas fisik dan status gizi remaja di era pandemi COVID-19. *J BiomedikJBM*. 2021;13(3):358. doi:10.35790/jbm.v13i3.34417
4. Starfield B, Shi L, Macinko J. Contribution of primary care to health systems and health. *Milbank Q*. 2005;83(3):457-502. doi:10.1111/j.1468-0009.2005.00409.x
5. García-Huidobro D, Puschel K, Soto G. Family functioning style and health: opportunities for health prevention in primary care. *Br J Gen Pract J R Coll Gen Pract*. 2012;62(596):e198-203. doi:10.3399/bjgp12X630098
6. Boelen C. Frontline doctors of tomorrow. *World Health*. 1994;47(5):4-5.
7. Han AX, Whitehouse SR, Tsai S, Hwang S, Thorne S. Perceptions of the family physician from adolescents and their caregivers preparing to transition to adult care. *BMC Fam Pract*. 2018;19(1):140. doi:10.1186/s12875-018-0830-6
8. Klein D, Wild TC, Cave A. Understanding why adolescents decide to visit family physicians: qualitative study. *Can Fam Physician Med Fam Can*. 2005;51(12):1660-1661.