



Pengabdian Kepada Masyarakat

Meningkatkan Peran Kader sebagai Agen Perubahan dalam Menjaga Kesehatan Mental di Tingkat Masyarakat

Eni Hidayati^{1,2}, Alifiati Fitrikasari³, Hastaning Sakti⁴, Nur Setiawati Dewi⁵

¹ Doctoral Program in Medical and Health Sciences, Faculty of Medicine, Diponegoro University, Indonesia.

² Faculty of Nursing and Health Sciences, Muhammadiyah University Semarang, Indonesia

³ Psychiatry Study Program, Faculty of Medicine, Diponegoro University

⁴ Faculty of Psychology, Diponegoro University, Indonesia

⁵ Department of Nursing, Faculty of Medicine, Diponegoro University, Indonesia.

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 27 Mei 2025
- Diterima 29 Juni 2025
- Diterbitkan 30 Juni 2025

Kata kunci:

kader, kesehatan mental, masyarakat, pengetahuan

Abstrak

Kesehatan mental merupakan bagian penting dari kesejahteraan individu dan masyarakat. Sayangnya, kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental masih rendah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader dan warga mengenai pentingnya kesehatan mental melalui kegiatan penyuluhan dan edukasi. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, serta penyebaran leaflet dan kuesioner pre-post test. Hasil kegiatan menunjukkan tingkat kehadiran peserta sebesar 81,25%. Terdapat peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta, ditunjukkan melalui rata-rata skor pre-test sebesar 29,85 meningkat menjadi 40,15 pada post-test. Materi edukasi mencakup definisi kesehatan mental, faktor risiko dan pelindung, serta strategi pencegahan dan penanganan awal masalah kesehatan mental. Respons warga terhadap kegiatan sangat positif, terlihat dari partisipasi aktif dalam diskusi dan antusiasme dalam sesi tanya jawab. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental yang disampaikan secara sederhana dan interaktif dapat meningkatkan pemahaman masyarakat secara efektif. Rekomendasi tindak lanjut mencakup penguatan peran kader sebagai agen promosi kesehatan mental, pengintegrasian materi kesehatan mental dalam kegiatan rutin masyarakat, serta pengembangan layanan dukungan psikologis berbasis komunitas. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan untuk menciptakan lingkungan sosial yang lebih peduli dan tanggap terhadap isu kesehatan mental.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan mental yang memungkinkan orang mengatasi tekanan hidup, menyadari

kemampuan mereka, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi pada komunitas mereka. Kesehatan mental merupakan komponen integral dari kesehatan dan kesejahteraan yang

Corresponding author:

Eni Hidayati

eni.hidayati@unimus.ac.id

SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol 5 No 1, Juni 2025

DOI: <https://doi.org/10.26714/sjpkkm.v5i1.17772>

mendukung kemampuan individu dan kolektif kita untuk membuat keputusan, membangun hubungan, dan membentuk dunia tempat kita tinggal.

Kesehatan mental merupakan hak asasi manusia yang mendasar. Kesehatan mental sangat penting bagi pengembangan pribadi, komunitas, dan sosial-ekonomi. (WHO 2020)

Kesehatan mental lebih dari sekadar tidak adanya gangguan mental. Kesehatan mental ada dalam suatu kontinum yang kompleks, yang dialami secara berbeda dari satu orang ke orang lain, dengan tingkat kesulitan dan tekanan yang berbeda-beda dan kemungkinan hasil sosial dan klinis yang sangat berbeda. Kondisi kesehatan mental meliputi gangguan mental dan disabilitas psikososial serta kondisi mental lain yang terkait dengan tekanan berat, gangguan fungsi, atau risiko melukai diri sendiri. Orang dengan kondisi kesehatan mental lebih mungkin mengalami tingkat kesejahteraan mental yang lebih rendah, tetapi hal ini tidak selalu atau tentu saja terjadi.

Risiko kesehatan mental dan faktor perlindungan dapat ditemukan di masyarakat pada skala yang berbeda. Ancaman lokal meningkatkan risiko bagi individu, keluarga, dan masyarakat. Ancaman global meningkatkan risiko bagi seluruh populasi dan mencakup kemerosotan ekonomi, wabah penyakit, keadaan darurat kemanusiaan, dan pengungsian paksa, serta krisis iklim yang terus meningkat. (World Health Organization 2021). Setiap faktor risiko dan faktor perlindungan hanya memiliki kekuatan prediktif yang terbatas. Kebanyakan orang tidak mengalami kondisi

kesehatan mental meskipun terpapar faktor risiko dan banyak orang tanpa faktor risiko yang diketahui tetap mengalami kondisi kesehatan mental. Meskipun demikian, faktor penentu kesehatan mental yang saling berinteraksi berfungsi untuk meningkatkan atau melemahkan kesehatan mental. (Kemenkes 2018)

Risiko dapat muncul di semua tahap kehidupan, tetapi risiko yang terjadi selama periode perkembangan yang sensitif, terutama pada masa kanak-kanak, sangat merugikan. Misalnya, pola asuh yang kasar dan hukuman fisik diketahui dapat merusak kesehatan anak, sementara perundungan merupakan faktor risiko utama untuk kondisi kesehatan mental. (Afina 2020)

Faktor-faktor perlindungan juga terjadi sepanjang hidup kita dan berfungsi untuk memperkuat ketahanan. Faktor-faktor tersebut meliputi keterampilan dan atribut sosial dan emosional individu serta interaksi sosial yang positif, pendidikan yang berkualitas, pekerjaan yang layak, lingkungan yang aman, dan kohesi komunitas, antara lain. Faktor psikologis dan biologis individu seperti keterampilan emosional, penggunaan zat terlarang dan genetika dapat membuat orang lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental. (Osborn, Wasanga, and Ndeti 2022)

Intervensi promosi dan pencegahan bekerja dengan mengidentifikasi faktor penentu kesehatan mental individu, sosial, dan struktural, lalu melakukan intervensi untuk mengurangi risiko, membangun ketahanan, dan membangun lingkungan yang mendukung kesehatan mental. Intervensi dapat dirancang untuk individu, kelompok tertentu, atau seluruh populasi.

Pembentukan ulang faktor penentu kesehatan mental sering kali memerlukan tindakan di luar sektor kesehatan, sehingga program promosi dan pencegahan harus melibatkan sektor pendidikan, ketenagakerjaan, peradilan, transportasi, lingkungan, perumahan, dan kesejahteraan. Sektor kesehatan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dengan menanamkan upaya promosi dan pencegahan dalam layanan kesehatan; dan dengan mengadvokasi, memulai, dan, jika sesuai, memfasilitasi kolaborasi dan koordinasi multisektoral. Pencegahan bunuh diri merupakan prioritas global dan termasuk dalam Tujuan Pembangunan Berkelanjutan. Banyak kemajuan dapat dicapai dengan membatasi akses terhadap sarana, pelaporan media yang bertanggung jawab, pembelajaran sosial dan emosional bagi remaja, dan intervensi dini. (Adelman and Taylor 2020)

Mempromosikan kesehatan mental anak dan remaja merupakan prioritas lain dan dapat dicapai melalui kebijakan dan undang-undang yang mempromosikan dan melindungi kesehatan mental, mendukung pengasuh untuk memberikan perawatan yang penuh kasih sayang, menerapkan program berbasis sekolah, dan meningkatkan kualitas lingkungan komunitas dan daring. Program pembelajaran sosial dan emosional berbasis sekolah merupakan salah satu strategi promosi yang paling efektif bagi negara-negara di semua tingkat pendapatan. Dalam konteks upaya nasional untuk memperkuat kesehatan mental, sangat penting untuk tidak hanya melindungi dan meningkatkan kesejahteraan mental semua orang, tetapi juga memenuhi kebutuhan orang-orang

dengan kondisi kesehatan mental. (Sari, Ramdhani, and Subandi 2020)

Hal ini harus dilakukan melalui perawatan kesehatan mental berbasis komunitas, yang lebih mudah diakses dan dapat diterima daripada perawatan di lembaga, membantu mencegah pelanggaran hak asasi manusia, dan memberikan hasil pemulihan yang lebih baik bagi orang-orang dengan kondisi kesehatan mental. Perawatan kesehatan mental berbasis komunitas harus diberikan melalui jaringan layanan yang saling terkait yang meliputi : layanan kesehatan mental yang terintegrasi dalam perawatan kesehatan umum, biasanya di rumah sakit umum dan melalui pembagian tugas dengan penyedia layanan kesehatan non-spesialis dalam perawatan kesehatan primer; layanan kesehatan mental masyarakat yang mungkin melibatkan pusat dan tim kesehatan mental masyarakat, rehabilitasi psikososial, layanan dukungan sebaya, dan layanan kehidupan yang didukung dan layanan yang memberikan perawatan kesehatan mental dalam layanan sosial dan lingkungan non-kesehatan, seperti perlindungan anak, layanan kesehatan sekolah, dan penjara. (Ridlo 2020)

Kesenjangan perawatan yang besar untuk kondisi kesehatan mental umum seperti depresi dan kecemasan berarti negara-negara juga harus menemukan cara inovatif untuk mendiversifikasi dan meningkatkan perawatan untuk kondisi ini, misalnya melalui konseling psikologis non-spesialis atau swadaya digital (Pradiri, Hendriani, and Surjaningrum 2021).

METODE

Kegiatan dilaksanakan pada hari/tanggal: Sabtu, 16 November 2024, Realisasi pemecahan masalah dalam kegiatan pengabdian ini adalah dengan penyuluhan mengenai “Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental” di Kelurahan Mangunharjo, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah.

Khalayak Sasaran:

a. Spesifikasi sasaran

Khayalak sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kader dan warga di Kelurahan Mangunharjo. Khayalak sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kader dan warga yang beresiko.

b. Pemilihan sasaran

Kyalayak sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kader dan warga masyarakat. Kegiatan penyuluhan ini perlu dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang petingnya kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari baik di lingkungan keluarga maupun komunitas. Karena banyak orang kurang memahami dampak stres, kecemasan, atau depresi terhadap kesejahteraan fisik dan sosial juga mencegah masalah mental yang muncul di lingkungan sekitar. Pemilihan sasaran dilakukan dengan melihat daftar kader dan warga, kemudian disesuaikan dengan spesifikasi sasaran.

Metode yang dilakukan adalah penyuluhan, diskusi, dan Tanya jawab mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental. Alat yang digunakan

dalam kegiatan penyuluhan ini adalah materi tentang pentingnya menjaga kesehatan mental lengkap disertai cara menjaga kesehatan mental berupa PPT, leaflet dan Kuesioner prepost test, adapun alat yang digunakan LCD, laptop, layar/background, dan seperangkat alat untuk presentasi yang disediakan oleh Kelurahan Mangunharjo.

HASIL

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat didapatkan data sebagai berikut:

Table 1. Distribusi peserta pengabdian masyarakat (n: 13)

Kehadiran	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Hadir	13	81.25
Tidak Hadir	3	18.75
Total	16	100

Jumlah peserta yang mnegikuti kegiatan pengabdian masyarakat penntingna menjaga keesehatan mental dengan bagi kader Kelurahan Mangunharjo berdasarkan presentase kehadiran sebanyak 81,25% dan ketidakhadiran 18,75%.

Tabel 2. Nilai Hasil Pre-Test Dan Post-Test Pengetahuan Dari Edukasi Pentingna Menjaga Kesehatan Mental Dengau Bagi Kader Dan Masyarakat (N: 13).

Pengetahuan tentang kesehatan mental	N	Mean Pre-test	Mean Post-test	Penin gkata n %
Menjaga kesehatan mental	13	29.85	40.15	10.31



Pengetahuan tentang kesehatan mental	N	Mean Pre-test	Mean Post-test	Penin gkatan %
sama pentingnya dengan menjaga kesehatan fisik.				
Saya merasa sadar akan pentingnya mengenali tanda-tanda stres atau tekanan mental.	13	29.85	40.15	10.31
Mendiskusikan kesehatan mental secara terbuka adalah hal yang penting.	13	29.85	40.15	10.31
Beristirahat dan mengelola waktu secara baik membantu kesehatan mental saya.	13	29.85	40.15	10.31
Saya merasa bahwa dukungan sosial (keluarga/teman) penting untuk menjaga kesehatan mental.	13	29.85	40.15	10.31
Olahraga rutin memiliki dampak positif pada kesehatan mental saya.	13	29.85	40.15	10.31
Saya menyadari bahwa meminta bantuan profesional adalah langkah penting saat masalah mental.	13	29.85	40.15	10.31
Meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental bermanfaat bagi lingkungan sekitar.	13	29.85	40.15	10.31
Saya merasa pendidikan tentang kesehatan mental perlu ditingkatkan dalam masyarakat.	13	29.85	40.15	10.31
Kesehatan mental yang baik membantu saya lebih produktif dalam kehidupan sehari-hari.	13	29.85	40.15	10.31
Menjaga kesehatan mental sama pentingnya dengan menjaga kesehatan fisik.	13	29.85	40.15	10.31

Pengetahuan tentang kesehatan mental	N	Mean Pre-test	Mean Post-test	Penin gkatan %
Saya merasa sadar akan pentingnya mengenali tanda-tanda stres atau tekanan mental.	13	29.85	40.15	10.31
Mendiskusikan kesehatan mental secara terbuka adalah hal yang penting.	13	29.85	40.15	10.31
Beristirahat dan mengelola waktu secara baik membantu kesehatan mental saya.	13	29.85	40.15	10.31
Saya merasa bahwa dukungan sosial (keluarga/teman) penting untuk menjaga kesehatan mental.	13	29.85	40.15	10.31
Olahraga rutin memiliki dampak positif pada kesehatan mental saya.	13	29.85	40.15	10.31
Saya menyadari bahwa meminta bantuan profesional adalah langkah penting saat masalah mental.	13	29.85	40.15	10.31
Meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental bermanfaat bagi lingkungan sekitar.	13	29.85	40.15	10.31
Kegiatan 3 M plus dirumah hanya boleh dilakukan orang tertentu saja.	40	0.89	0.96	7
Memelihara ikan di bak mandi termasuk kegiatan PSN.	40	0.87	0.92	5
Membiarkan sampah kaleng berserakan termasuk kegiatan PSN.	40	0.86	0.98	12

PEMBAHASAN

1. Urgensi Kesehatan Mental dalam Komunitas

Kesehatan mental adalah aspek penting dalam kehidupan individu dan masyarakat. WHO mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan sejahtera di mana individu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup sehari-hari, bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya (Tedros 2022).

Pemahaman yang keliru bahwa kesehatan mental hanya berkaitan dengan gangguan jiwa berat menyebabkan rendahnya perhatian masyarakat terhadap upaya preventif dan promotif dalam menjaga kesehatan mental. Padahal, kesehatan mental yang baik sangat berpengaruh terhadap produktivitas, kualitas hidup, dan keharmonisan hubungan sosial dalam masyarakat.

Di tingkat komunitas, individu dengan kesehatan mental yang baik cenderung lebih mampu membina hubungan sosial, berpartisipasi aktif dalam kegiatan warga, serta menghadapi tantangan hidup dengan cara yang sehat dan konstruktif (Tedros 2022).

2. Faktor Risiko dan Proteksi Kesehatan Mental

Kesehatan mental dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko dan faktor proteksi. Faktor risiko seperti tekanan ekonomi, kekerasan rumah tangga, perundungan, serta kurangnya akses terhadap layanan kesehatan dapat meningkatkan kerentanan seseorang terhadap gangguan mental

(Hidayati, Khoiriyah, and Mubin 2015). Sebaliknya, adanya dukungan sosial, keluarga yang harmonis, lingkungan yang inklusif, serta pola asuh yang positif dapat menjadi faktor protektif yang mendukung perkembangan mental yang sehat, terutama pada anak dan remaja (Hidayati et al. 2021). Penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis sekolah dan komunitas dapat memperkuat ketahanan psikologis pada anak dan remaja, serta menurunkan tingkat depresi dan kecemasan (Asrullah et al. 2022).

3. Dampak Pandemi COVID-19 terhadap Kesehatan Mental

Pandemi COVID-19 memberikan tekanan besar terhadap kesehatan mental masyarakat. Anak-anak dan remaja, khususnya, mengalami disrupsi dalam pendidikan dan rutinitas harian yang berdampak pada meningkatnya stres, kecemasan, dan perasaan terisolasi. Data menunjukkan bahwa selama masa lockdown, prevalensi gangguan mental pada anak-anak meningkat signifikan karena minimnya interaksi sosial dan aktivitas fisik yang sehat. Selain itu, anak-anak dengan penyakit kronis seperti kanker menjadi kelompok rentan terhadap penurunan kesehatan mental, karena selain tekanan medis, mereka juga menghadapi ketakutan tertular COVID-19 dan isolasi berkepanjangan. Dalam konteks ini, dukungan dari keluarga dan komunitas menjadi sangat penting untuk menjaga kesehatan mental anak, termasuk melalui pendekatan edukatif dan layanan konseling yang mudah diakses.

4. Peran Kader Masyarakat dalam Promosi Kesehatan Mental

Kader masyarakat adalah elemen penting dalam sistem kesehatan berbasis komunitas. Mereka berperan sebagai penghubung antara masyarakat dan layanan kesehatan, termasuk dalam hal promosi kesehatan mental. Melalui pelatihan dan pemberdayaan, kader dapat meningkatkan kapasitasnya dalam mendeteksi tanda-tanda gangguan mental ringan, memberikan dukungan psikologis awal, serta melakukan rujukan ke tenaga profesional bila diperlukan. Kader juga dapat mengedukasi warga mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, menghilangkan stigma terhadap penderita gangguan jiwa, dan membangun lingkungan sosial yang suportif (Hidayati et al. 2022). Pemberdayaan kader menjadi bagian dari pendekatan promotif dan preventif yang sangat efektif, karena mereka berasal dari komunitas itu sendiri sehingga lebih mudah diterima dan dipercaya oleh warga.

5. Evaluasi Program Pengabdian Masyarakat

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Kelurahan Mangunharjo, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang merupakan salah satu bentuk intervensi promotif yang berfokus pada peningkatan pengetahuan kader tentang kesehatan mental.

Kegiatan ini melibatkan penyuluhan, diskusi interaktif, serta pembagian leaflet sebagai media edukatif. Sebelum dan sesudah kegiatan dilakukan pengukuran pemahaman peserta melalui pre-test dan post-test.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan

kader, yaitu dari skor rata-rata pre-test 29,85 menjadi 40,15 pada post-test, meningkat sebesar 10,31 poin. Hal ini menunjukkan efektivitas kegiatan dalam meningkatkan literasi kesehatan mental kader. Tingkat kehadiran peserta yang mencapai 81,25% juga menunjukkan antusiasme warga terhadap topik kesehatan mental, yang selama ini sering dianggap tabu atau kurang penting untuk dibicarakan secara terbuka.

6. Rekomendasi dan Tindak Lanjut

Berdasarkan hasil evaluasi, beberapa langkah strategis yang direkomendasikan untuk keberlanjutan program antara lain:

1. Melakukan pelatihan lanjutan bagi kader agar mampu memberikan edukasi yang lebih mendalam kepada masyarakat mengenai isu-isu kesehatan mental.
2. Mengintegrasikan topik kesehatan mental dalam kegiatan rutin seperti posyandu, pertemuan PKK, dan forum warga lainnya.
3. Menjalinkan kerja sama dengan tenaga profesional, seperti psikolog klinis, untuk memberikan sesi konseling berkala di tingkat RW atau kelurahan.
4. Mendorong pembuatan pusat informasi kesehatan mental di setiap RW sebagai upaya memperluas akses terhadap edukasi dan layanan dasar psikososial.

Dengan pelaksanaan tindak lanjut ini, diharapkan kader dapat berfungsi secara maksimal dalam menjaga keseimbangan kesehatan mental masyarakat secara preventif.



Gambar 1. Pengkajian responden sehat mental pada lansia



Gambar 2. Pengkajian responden sehat mental pada ibu dengan anak balita



Gambar 3. Penyuluhan kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan mental



Gambar 4. Pembagian kuisioner

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental di RW 05 Kelurahan Mangunharjo menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran kader serta warga tentang kesehatan mental. Melalui metode penyuluhan, diskusi interaktif, dan pemberian materi edukatif, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai konsep kesehatan mental, faktor risiko dan protektif, serta pentingnya deteksi dini dan dukungan sosial.

Peningkatan skor pre-test dan post-test menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam memperluas wawasan masyarakat, sekaligus membantu mengurangi stigma terhadap isu kesehatan mental. Partisipasi aktif warga selama kegiatan juga menandakan tingginya antusiasme dan kebutuhan terhadap informasi yang berkaitan dengan kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk keberlanjutan program, diperlukan upaya kolaboratif lintas sektor dalam menyediakan layanan kesehatan mental berbasis komunitas, pelatihan kader, dan integrasi edukasi kesehatan mental ke dalam kegiatan sosial masyarakat. Hal ini penting agar upaya peningkatan kualitas hidup masyarakat dapat tercapai, baik secara fisik maupun mental. Dengan dukungan semua pihak, komunitas yang sehat secara mental bukanlah hal yang mustahil untuk diwujudkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Kelurahan Mangunharjo, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang, atas dukungan

dan partisipasinya dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kerja sama dari kader, warga, dan perangkat desa sangat berperan dalam kelancaran serta keberhasilan program edukasi kesehatan mental ini.

REFERENSI

- Adelman, Howard, and Linda Taylor. 2020. "Embedding Mental Health as Schools Change." *Embedding Mental Health as Schools Change*.
- Afina, Shabira. 2020. "Kesehatan Mental Di Lingkungan Kerja." *Direktorat Hukum Dan Hubungan Masyarakat*, no. 2, 1.
- Asrullah, Muhammad, Monique L'Hoir, Maria João Paulo, Edith J.M. Feskens, and Alida Melse-Boonstra. 2022. "Determinants of Common Mental Disorders (CMD) among Adolescent Girls Aged 15-19 Years in Indonesia: Analysis of the 2018 National Basic Health Survey Data." *PLOS Global Public Health* 2 (3). <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0000232>.
- Hidayati, Eni, Desi Aryana Rahayu, Muhammad Fatkul Mubin, and Bibi Florina Abdullah. 2021. "The Impact of Bullying on Teenagers Depression Level." *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*. Vol. 17.
- Hidayati, Eni, Khoiriyah, and Muhammad Fatkul Mubin. 2015. "Pelatihan Siaga Sehat Jiwa Terhadap Pengetahuan Kader Di Rw 06 Dan Rw 07 Desa Rowosari Kecamatan Tembalang Kota Semarang." *Jurnal Keperawatan Komunitas*. 3 (No 1): 17-22. eni.hidayati@unimus.co.id0Akhoiriyah@unimus.co.id.
- Hidayati, Eni, Enwar Usti Sumadi, Desi Ariyana Rahayu, Tri Nurhidayati, and Zaidah Ismail. 2022. "Health Education in Reducing Community Stigma among Persons with Mental Disorders" 18:26-30.
- Kemenkes. 2018. "Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)." Kemenkes RI.
- Osborn, Tom L., Christine M. Wasanga, and David M. Ndeti. 2022. *Transforming Mental Health for All. The BMJ*. <https://doi.org/10.1136/bmj.o1593>.
- Pradiri, Adismara Putri, Wiwin Hendriani, and Endang Retno Surjaningrum. 2021. "Studi Kualitatif Dalam Kajian Stres Akademik." *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental* 6 (2): 79. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v6i22021.79-89>.
- Ridlo, Ilham Akhsanu. 2020. "Pandemi COVID-19 Dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental Di Indonesia." *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental* 5 (2): 162. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v5i22020.162-171>.
- Sari, Osi Kusuma, Neila Ramdhani, and Subandi Subandi. 2020. "Kesehatan Mental Di Era Digital: Peluang Pengembangan Layanan Profesional Psikolog." *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan* 30 (4): 337-48. <https://doi.org/10.22435/mpk.v30i4.3311>.
- WHO. 2020. "Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice: Report of the World Health Organization, Department of Mental Health 194 Clinical Physical Therapy and Substance Abuse in Collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation and The." *The Handbook of Community Mental Health Nursing*, 310.
- Tedros, Adhanom; Ghebreyesus. 2022. "World Health Organization." May 2022. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
- World Health Organization. 2021. *Comprehensive Mental Health Action Plan 2013-2030. Sustainability (Switzerland)*. Vol. 11. WHO.