

# Peningkatan kesadaran dan akses terhadap kesehatan mental di masyarakat Indonesia melalui pendidikan dan kampanye informasi

Sudiyarti<sup>1</sup>, Raudah mahmut<sup>2</sup>

<sup>1</sup>2Administrasi Publik/ Ilmu sosial dan ilmu politik, Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda,

## Article Info

### Article history

Received : Juli 12 2023;

Revised : Agus 27 2023;

Accepted : Septem 01 2023

## Abstrak

Pandemi COVID-19 telah membawa dampak serius terhadap kesehatan mental masyarakat di seluruh dunia. Krisis kesehatan mental yang semakin mendalam mengharuskan pemerintah dan organisasi kesehatan untuk mengadopsi pendekatan yang holistik dan inovatif dalam mengatasinya. Salah satu metode yang terbukti efektif adalah "Pendidikan dan Kampanye Informasi." Dengan menyusun materi pendidikan kesehatan mental yang komprehensif, mengembangkan kampanye informasi yang kreatif, melatih guru dan tenaga kesehatan, serta menyediakan dukungan online melalui hotline kesehatan mental, program ini berhasil meningkatkan akses masyarakat terhadap informasi kesehatan mental, mengurangi stigma, dan memberikan bantuan yang diperlukan kepada individu yang memerlukan. Evaluasi dan perbaikan berkelanjutan menjadi kunci kesuksesan dalam pendekatan ini, memungkinkan program untuk beradaptasi dengan kebutuhan yang terus berkembang dari masyarakat yang menghadapi krisis kesehatan mental. Pendekatan "Pendidikan dan Kampanye Informasi" adalah solusi yang kuat dalam mengatasi permasalahan kesehatan mental yang semakin mendalam akibat pandemi. Program ini bukan hanya meningkatkan pemahaman masyarakat tentang kesehatan mental, tetapi juga membantu dalam mengidentifikasi masalah kesehatan mental lebih awal dan memberikan dukungan yang diperlukan. Dengan kolaborasi yang kuat antara pemerintah, organisasi kesehatan, dan masyarakat, program ini memiliki potensi untuk memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan mental masyarakat secara keseluruhan.

## Abstract

*The COVID-19 pandemic has had a serious impact on the mental health of people around the world. The deepening mental health crisis requires governments and health organizations to adopt holistic and innovative approaches to address it. One method that has proven effective is "Information Education and Campaigns." By compiling comprehensive mental health education materials, developing creative information campaigns, training teachers and health workers, and providing online support through mental health hotlines, the program has increased public access to mental health information, reduced stigma, and provided necessary assistance to individuals in need. Continuous evaluation and improvement are key to the success of this approach, allowing the program to adapt to the evolving needs of communities facing mental health crises. The "Education and Information Campaign" approach is a powerful solution in addressing the deepening mental health problems caused by the pandemic. The program not only improves people's understanding of mental health, but also helps in identifying mental health problems early and providing the necessary support. With strong collaboration between the government, health organizations, and the community, this program has the potential to have a significant positive impact on the overall mental well-being of the community.*

## Kata Kunci:

Kampanye Informasi;  
Kesehatan Mental;  
Krisis Kesehatan;  
Pandemi COVID-19;  
Pendidikan Kesehatan.

## Corresponding Author:

Sudiyarti,  
Administrasi Publik/ Ilmu sosial dan ilmu politik,  
Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda,  
Jl. Ir. H. Juanda, No.80, Kota Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia, 5123,  
sudiyartibima@gmail.com

*This is an open access article under the CC BY-NC license.*



## PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah salah satu aspek penting dalam kesejahteraan individu dan masyarakat secara keseluruhan (Aloysius & Salvia, 2021; Ridlo, 2020; Ross et al., 2020). Namun, pandemi COVID-19 yang melanda seluruh dunia telah memberikan dampak signifikan pada kesehatan mental, memunculkan krisis kesehatan mental yang perlu ditangani secara serius (Hakim, 2023; Rachman, 2022). Krisis ini tidak hanya mengenai masalah individu, tetapi juga mengancam stabilitas sosial dan ekonomi di berbagai negara, termasuk Indonesia. Pada masa pandemi, individu dihadapkan pada berbagai tantangan seperti isolasi sosial, kekhawatiran akan kesehatan fisik, ketidakpastian ekonomi, dan perubahan dalam pola hidup sehari-hari (Fitri Yuniarti & Kes, 2021; Yarmmani et al., 2021).

Semua ini dapat menyebabkan stres, kecemasan, depresi, dan masalah kesehatan mental lainnya. Oleh karena itu, perhatian terhadap kesehatan mental menjadi sangat penting. Upaya untuk meningkatkan akses dan kesadaran akan kesehatan mental telah menjadi prioritas (Tamam et al., 2023). Pendidikan dan kampanye informasi menjadi metode yang efektif untuk mengatasi masalah ini. Melalui edukasi yang tepat dan kampanye yang terukur, masyarakat dapat memahami pentingnya kesehatan mental, mengenali gejala masalah kesehatan mental, dan mengetahui di mana mencari bantuan jika diperlukan (CHOIRUNISSA, 2022; Palupi et al., 2023; Zein & El Newi, 2019).

Metode Pendidikan dan Kampanye Informasi telah terbukti menjadi alat yang efektif dalam memerangi stigma seputar kesehatan mental, meningkatkan pemahaman masyarakat, dan mengarahkan individu yang memerlukan bantuan pada sumber daya yang tepat. Dalam konteks pandemi, metode ini menjadi semakin penting karena banyak individu yang mungkin mengalami masalah kesehatan mental untuk pertama kalinya atau yang sebelumnya telah mengalami masalah semakin diperparah oleh situasi yang tidak pasti (Indah, 2022; Laverack, 2020).

Pendidikan kesehatan mental adalah komponen kunci dari upaya ini. Dengan memberikan informasi yang akurat tentang kesehatan mental, gejala-gejala masalah kesehatan mental, dan cara mengelola stres, kita dapat membantu masyarakat untuk lebih memahami dan mengenali perasaan dan pengalaman mereka sendiri. Hal ini juga dapat membantu dalam mengurangi ketakutan dan stigma yang seringkali terkait dengan masalah kesehatan mental (Pebrianti & Armina, 2021; Siu et al., 2021).

Selain itu, kampanye informasi yang baik dapat mencakup berbagai media, termasuk media sosial, brosur, siaran radio, dan lainnya. Kampanye semacam ini dapat mencapai berbagai kelompok masyarakat dengan pesan-pesan penting tentang kesehatan mental. Ini membantu dalam memberikan dukungan emosional dan informasi praktis kepada individu yang mungkin memerlukan bantuan. Di Indonesia, dengan populasi yang beragam dan tersebar luas, pendekatan ini juga dapat disesuaikan dengan budaya dan kebutuhan lokal. Penting untuk berkolaborasi dengan berbagai pihak, termasuk pemerintah, organisasi kesehatan, sekolah, dan komunitas, untuk memastikan bahwa upaya ini efektif dan dapat mencapai masyarakat dengan baik (ALZAHRA, 2023; Diandinanti, 2021; Febrina et al., 2019; Gerung, 2021).

Dalam Pengabdian kepada masyarakat ini, kami akan menyelidiki lebih dalam bagaimana metode Pendidikan dan Kampanye Informasi dapat digunakan sebagai solusi yang efektif dalam mengatasi krisis kesehatan mental yang semakin mendalam akibat pandemi di Indonesia

## METODE

Peningkatan Akses dan Kesadaran akan Kesehatan Krisis Kesehatan Mental Akibat Pandemi" dengan metode Pendidikan dan Kampanye Informasi :Penyusunan Materi Pendidikan Kesehatan Mental Tim ahli kesehatan mental dan edukator kesehatan mental bekerja sama untuk menyusun materi pendidikan yang berfokus pada pemahaman, prekognisi, dan perawatan kesehatan mental. Ini mencakup :(a). Modul Pendidikan, Pengembangan modul pendidikan yang komprehensif yang mencakup definisi kesehatan mental, penyebab masalah kesehatan mental, gejala, dan strategi pemulihan. Modul ini disesuaikan dengan berbagai kelompok umur, termasuk anak-anak, remaja, dan orang dewasa. (b).

Video Pendidikan, Pembuatan video edukasi yang melibatkan kisah nyata individu yang mengatasi masalah kesehatan mental, psikolog yang memberikan saran, dan wawancara dengan tokoh terkenal yang mendukung kesadaran akan kesehatan mental. Tim komunikasi dan media sosial bekerja sama dengan ahli pemasaran untuk mengembangkan kampanye informasi yang menarik. Mereka menciptakan: (a). Konten Media Sosial, Posting harian di platform media sosial yang mencakup informasi tentang kesehatan mental, artikel berguna, infografis, dan tautan ke sumber daya online. Pengguna diajak untuk berbagi pengalaman mereka menggunakan hashtag khusus. (b). Acara Televisi dan Radio, Pembuatan seri acara televisi dan radio pendidikan yang menampilkan perbincangan dengan psikolog, individu yang berbagi pengalaman, dan spesialis kesehatan mental. (c). Materi Cetak, Produksi brosur dan poster yang mencakup informasi penting tentang kesehatan mental, daftar nomor darurat, dan sumber daya yang dapat diakses masyarakat. Materi ini didistribusikan di pusat komunitas, sekolah, rumah sakit, dan klinik kesehatan. (d). Situs Web Interaktif, Pembuatan situs web khusus yang berfungsi sebagai pusat informasi kesehatan mental. Situs ini menyediakan artikel, video, tes evaluasi kesehatan mental, dan fitur obrolan untuk pertanyaan langsung. Pelatihan intensif diberikan kepada guru di sekolah-sekolah dan tenaga kesehatan di pusat-pusat kesehatan lokal. Pelatihan melibatkan: (a). Pemahaman Kesehatan Mental, Guru dan tenaga kesehatan diberi pemahaman yang kuat tentang kesehatan mental, gejala yang perlu dikenali, dan tindakan pertolongan pertama yang sesuai. (b). Keterampilan Komunikasi, Pelatihan dalam keterampilan komunikasi empatik dan mendengarkan aktif untuk mendukung individu yang mengalami masalah kesehatan mental. Sosialisasi Materi di Sekolah dan Masyarakat. Pendidikan di Sekolah, Materi pendidikan kesehatan mental disosialisasikan di sekolah dengan mengintegrasikannya ke dalam kurikulum. Dalam satu minggu setiap bulannya, pelajaran kesehatan mental diberikan kepada siswa di semua tingkatan. Sekolah juga mengadakan forum terbuka untuk orang tua siswa untuk membahas isu-isu kesehatan mental. Kampanye Komunitas, Tim penyuluhan mengunjungi pusat-pusat komunitas, perusahaan, dan organisasi masyarakat untuk memberikan lokakarya tentang kesehatan mental, stres, dan cara mengatasi masalah kesehatan mental. Mereka juga mengadakan kampanye sensitivitas di tempat kerja untuk mempromosikan dukungan sesama. Hotline Kesehatan Mental, Hotline untuk kesehatan mental didirikan, dan tim kesehatan mental yang terlatih siap memberikan dukungan emosional dan informasi kepada individu yang mengalami krisis kesehatan mental. Telepon dan obrolan online adalah opsi untuk berbicara dengan seorang profesional. Pengumpulan Data, Data pengunjung situs web, partisipasi dalam seminar, panggilan ke hotline, dan umpan balik dari masyarakat dievaluasi secara berkala. Tim proyek melakukan analisis efektivitas untuk mengukur dampak kampanye dan program pendidikan. Hal ini melibatkan survei masyarakat dan pengamatan statistik, seperti penurunan jumlah panggilan darurat terkait kesehatan mental atau peningkatan dalam pencarian bantuan kesehatan mental. Hasil evaluasi digunakan untuk melakukan perbaikan pada kampanye informasi dan program pendidikan kesehatan mental. Konten dan pendekatan dapat disesuaikan berdasarkan temuan evaluasi. Program ini dapat membantu meningkatkan akses dan kesadaran akan kesehatan mental, mengurangi stigmatisasi, dan memberikan dukungan yang diperlukan kepada individu yang mengalami krisis kesehatan mental akibat pandemi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengabdian kepada masyarakat yang diimplementasikan dalam rangka mengatasi krisis kesehatan mental akibat pandemi dengan metode Pendidikan dan Kampanye Informasi menunjukkan dampak yang positif pada masyarakat Indonesia. Selama pelaksanaan program, terdapat peningkatan yang signifikan dalam kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental. Banyak individu yang sebelumnya mungkin tidak mengenali gejala-gejala masalah kesehatan mental.

Program ini telah berhasil mengurangi stigma yang seringkali terkait dengan masalah kesehatan mental. Kampanye informasi yang kreatif melalui berbagai media telah membantu mengubah persepsi negatif masyarakat terhadap masalah ini. Dengan demikian, individu yang memerlukan bantuan tidak lagi merasa malu atau enggan untuk mencari perawatan, yang pada gilirannya meningkatkan akses ke layanan kesehatan mental. Selain itu, pelatihan guru dan tenaga kesehatan telah memainkan peran penting dalam mengidentifikasi masalah kesehatan mental pada tingkat awal, memastikan bahwa individu mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan tepat pada waktunya. Selanjutnya, dukungan online dan hotline kesehatan mental telah menjadi sumber daya yang berharga bagi masyarakat

Indonesia. Ini memungkinkan individu untuk mendapatkan informasi dan dukungan kapan saja, bahkan di luar jam kerja biasa. Program ini telah membantu dalam mengurangi tekanan emosional dan memberikan solusi praktis bagi banyak individu yang mengalami stres dan kecemasan selama pandemi. Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa program ini telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesehatan mental masyarakat Indonesia, mengurangi stigma, dan meningkatkan akses ke perawatan kesehatan mental yang diperlukan.

## **Pembahasan**

### **Pendekatan Holistik**

Pendekatan holistik mempromosikan pemikiran yang lebih luas, berkelanjutan, dan komprehensif dalam menghadapi berbagai permasalahan. Ini tidak hanya berlaku dalam konteks kesehatan atau lingkungan, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari. Dengan berpegang pada pendekatan holistik, kita dapat mengambil keputusan yang lebih baik, memahami dampak dari tindakan kita, dan berkontribusi pada pembangunan yang berkelanjutan, baik bagi diri kita sendiri maupun bagi masyarakat dan planet kita. Program ini merangkul pendekatan holistik yang mencakup berbagai komponen, termasuk edukasi, kampanye informasi, pelatihan, dan dukungan aktif. Pendekatan ini merespon beragam aspek kesehatan mental yang kompleks dan memungkinkan program untuk mencapai berbagai kelompok masyarakat dengan cara yang beragam.

### **Edukasi yang Terperinci**

Materi pendidikan kesehatan mental yang terperinci dan jelas adalah kunci dalam membantu masyarakat memahami kesehatan mental. Ini membantu individu mengidentifikasi gejala-gejala masalah kesehatan mental dan menyadari pentingnya perawatan diri. Pendekatan pendidikan yang menekankan pada kemampuan untuk menyampaikan informasi atau konsep secara rinci, mendalam, dan komprehensif. Pendekatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam tentang subjek tertentu, mencakup aspek-aspek yang luas dan mendalam dari materi pelajaran. Edukasi yang terperinci membantu pengajar dan siswa untuk mengembangkan kemampuan analisis yang lebih baik. Dengan merinci informasi dan data, individu dapat menganalisis informasi dengan lebih baik, mengidentifikasi pola, dan mengambil keputusan yang lebih tepat. Edukasi yang terperinci bisa menjadi lebih menarik dan memuaskan bagi siswa yang memiliki minat mendalam dalam subjek tertentu. Ini dapat memicu kebahagiaan belajar dan motivasi yang tinggi. Namun, edukasi yang terperinci juga dapat memerlukan waktu dan usaha ekstra. Ini dapat menjadi tantangan terutama dalam lingkungan pendidikan yang mungkin lebih fokus pada kurikulum yang padat. Namun, dengan pendekatan yang tepat, edukasi yang terperinci dapat memberikan manfaat jangka panjang yang signifikan bagi perkembangan individu dan masyarakat secara keseluruhan.

### **Pelatihan untuk Pemberi Layanan**

Aspek penting dalam berbagai bidang pekerjaan, terutama yang melibatkan interaksi dengan orang lain, baik dalam konteks layanan pelanggan, kesehatan, pendidikan, atau sektor lainnya. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi, pengetahuan, dan keterampilan individu yang bekerja sebagai pemberi layanan agar mereka dapat memberikan pelayanan yang lebih baik dan memenuhi kebutuhan pelanggan atau klien dengan lebih baik. Isi pelatihan dapat beragam tergantung pada bidang pekerjaan dan tujuan organisasi.

Pelatihan ini dapat mencakup keterampilan teknis, pengetahuan produk atau layanan, keterampilan komunikasi, manajemen konflik, empati, kerjasama tim, dan keterampilan lain yang relevan, untuk mengukur efektivitas pelatihan untuk memastikan bahwa pemberi layanan benar-benar mendapatkan manfaat darinya. Tahap selanjutnya evaluasi dapat melibatkan tes pengetahuan, penilaian keterampilan, umpan balik dari pelanggan, dan sebagainya. Pelatihan guru dan tenaga kesehatan adalah langkah penting dalam memastikan bahwa mereka memiliki pemahaman yang kuat tentang kesehatan mental. Mereka juga dapat memberikan dukungan awal yang tepat kepada individu yang memerlukan bantuan.

Kepemimpinan yang kuat dapat mendukung pelatihan pemberi layanan dengan memberikan sumber daya yang diperlukan, menginspirasi karyawan untuk berpartisipasi dalam pelatihan, dan menciptakan budaya organisasi yang mendukung pengembangan pemberi layanan. Beberapa tantangan yang mungkin dihadapi dalam pelatihan pemberi layanan meliputi anggaran terbatas, kebutuhan

pelatihan yang beragam, perubahan teknologi, dan kesulitan dalam mengukur dampak pelatihan secara langsung. Penting untuk memastikan bahwa pelatihan untuk pemberi layanan bersifat inklusif dan mengakomodasi beragam kebutuhan individu, termasuk mereka yang memiliki kebutuhan khusus atau berlatar belakang yang berbeda.

### **Integrasi dalam Kurikulum dan Komunitas**

Integrasi dalam konteks kurikulum dan komunitas merujuk pada upaya menyatukan berbagai elemen, topik, atau disiplin ilmu dalam pendidikan dan masyarakat. Ini adalah pendekatan yang penting dalam pengembangan kurikulum pendidikan dan dalam membangun hubungan yang kuat antara sekolah dan komunitas di sekitarnya. Integrasi memungkinkan pendidikan menjadi lebih relevan, holistik, dan efektif dalam memenuhi kebutuhan siswa serta masyarakat tempat mereka tinggal. Integrasi materi pendidikan kesehatan mental ke dalam kurikulum sekolah dan kampanye di tempat kerja serta komunitas menunjukkan komitmen terhadap pendekatan holistik yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran sepanjang spektrum masyarakat.

Integrasi kurikulum mencakup menghubungkan berbagai mata pelajaran dan disiplin ilmu untuk menciptakan pembelajaran yang lebih holistik. Ini dapat menghindari fragmentasi dalam pembelajaran dan membantu siswa melihat koneksi antara berbagai konsep. Salah satu cara untuk mengintegrasikan kurikulum adalah dengan mengadopsi pendekatan tematik, di mana topik atau tema tertentu digunakan sebagai dasar untuk mengajarkan berbagai mata pelajaran. Misalnya, tema lingkungan dapat mengintegrasikan pelajaran tentang ilmu pengetahuan alam, matematika, bahasa, dan seni. Integrasi kurikulum sering terjadi dalam pembelajaran berbasis proyek di mana siswa bekerja pada proyek-proyek yang menggabungkan berbagai aspek pembelajaran. Ini membantu siswa melihat bagaimana pengetahuan dapat diterapkan dalam konteks nyata.

### **Akses Mudah Melalui Dukungan Online**

Salah satu manfaat utama dari dukungan online adalah bahwa orang dapat mengakses informasi atau layanan tanpa harus datang secara fisik ke lokasi fisik atau menghubungi layanan secara langsung. Ini sangat membantu dalam menghemat waktu dan usaha. Dukungan online memungkinkan akses global ke informasi dan layanan. Ini sangat penting dalam konteks bisnis internasional dan kolaborasi global. Melalui dukungan online, informasi dapat dengan cepat dan mudah dibagikan kepada banyak orang. Ini bermanfaat dalam penyebaran informasi yang penting, seperti berita terbaru, informasi kesehatan, atau informasi darurat.

Akses mudah melalui dukungan online memfasilitasi komunikasi antara individu dan organisasi. Ini mencakup berbagai alat komunikasi, seperti email, pesan instan, panggilan video, dan platform media sosial. Dukungan online memungkinkan pendidikan dan pelatihan jarak jauh, yang memungkinkan orang untuk belajar kapan saja dan di mana saja. Ini berdampak positif pada akses pendidikan. Dalam situasi krisis seperti pandemi, dukungan online menjadi sangat penting karena memungkinkan kontinuitas operasional dan akses ke informasi yang akurat dan mutakhir. Dukungan online dan hotline kesehatan mental 24/7 memberikan akses yang mudah bagi individu yang memerlukan bantuan, tanpa terkendala oleh batasan waktu.

Hal ini sangat penting untuk mengatasi masalah kesehatan mental yang mungkin muncul kapan saja. Akses mudah melalui dukungan online memiliki dampak besar pada berbagai aspek kehidupan, termasuk bisnis, pendidikan, komunikasi, dan akses informasi. Penting untuk memastikan bahwa infrastruktur online aman dan dapat diakses oleh sebanyak mungkin orang untuk memaksimalkan manfaatnya.

### **Evaluasi dan Koreksi Berkala**

Evaluasi berkala adalah komponen kunci untuk mengukur dampak program dan membuat perbaikan yang diperlukan seiring waktu. Hal ini memastikan bahwa program tetap relevan dan efektif dalam mengatasi tantangan kesehatan mental yang terus berubah. Dalam keseluruhan, pendekatan Pendidikan dan Kampanye Informasi yang digunakan dalam program ini menunjukkan potensi yang signifikan dalam mengurangi dampak krisis kesehatan mental dan meningkatkan akses serta pemahaman masyarakat terhadap kesehatan mental. Program ini juga menyoroti pentingnya upaya berkelanjutan dalam mengatasi tantangan kesehatan mental yang terus berkembang seiring waktu.

Evaluasi dan koreksi berkala dalam upaya peningkatan kesadaran dan akses terhadap kesehatan mental di masyarakat Indonesia melalui pendidikan dan kampanye informasi adalah langkah kunci

untuk memastikan keberhasilan program ini. Dengan terus memonitor, mengevaluasi, dan mengoreksi berdasarkan temuan, Indonesia dapat terus meningkatkan pemahaman masyarakat tentang kesehatan mental dan meningkatkan akses terhadap layanan yang sesuai. Hal ini akan berkontribusi pada kesejahteraan mental dan fisik masyarakat secara keseluruhan.

## KESIMPULAN

Program Kesehatan Masyarakat dengan fokus pada peningkatan akses dan kesadaran akan kesehatan, khususnya dalam menghadapi krisis kesehatan mental akibat pandemi, dapat diatasi dengan metode "Pendidikan dan Kampanye Informasi." Pendekatan ini mencakup penyusunan materi pendidikan kesehatan mental, pengembangan kampanye informasi yang luas, pelatihan tenaga pendidik dan kesehatan, sosialisasi materi di sekolah dan masyarakat, serta menyediakan dukungan online melalui hotline kesehatan mental. Langkah-langkah tersebut memberikan keuntungan signifikan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang kesehatan mental, mengenali gejala masalah kesehatan mental, dan mengarahkan individu yang memerlukan bantuan ke sumber daya yang tepat. Ini adalah pendekatan holistik yang mengakui pentingnya edukasi, komunikasi, dan dukungan dalam mengatasi krisis kesehatan mental yang semakin mendalam. Evaluasi terus-menerus diperlukan untuk mengukur dampak program dan membuat perbaikan yang diperlukan seiring waktu. Dengan demikian, metode "Pendidikan dan Kampanye Informasi" dapat menjadi alat yang efektif dalam membantu masyarakat menghadapi tantangan kesehatan mental yang kompleks yang diakibatkan oleh pandemi. Dengan kerjasama yang kuat antara pemerintah, organisasi kesehatan, dan masyarakat, program ini dapat menjadi solusi yang berkelanjutan untuk meningkatkan kesejahteraan kesehatan mental dan kesadaran akan pentingnya perawatan mental dalam masyarakat.

## Referensi

- Aloysius, S., & Salvia, N. (2021). Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi X Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Citizenship Virtues*, 1(2), 83–97.
- ALZAHRA, S. I. (2023). *Kampanye Komunikasi GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) Oleh Dinas Kesehatan Provinsi Lampung*.
- CHOIRUNISSA, R. D. (2022). *Analisis Program Pemberdayaan Rsj Dr. Soeharto Heerdjan Dalam Meningkatkan Proteksi Diri Masyarakat Terhadap Gangguan Mental Di Era Pandemi Covid-19*.
- Diandinanti, A. (2021). *Peran Satgas Covid-19 Pinrang dalam Kampanye Pencegahan Covid-19 melalui Media Online di Kabupaten Pinrang*. IAIN Parepare.
- Febrina, F., Harsanto, P. W., & Basuki, R. M. N. (2019). Perancangan Kampanye Sosial Pentingnya Seni dalam Pendidikan Anak. *Jurnal DKV Adiwarna*, 1(14), 9.
- Fitri Yuniarti, S. S. T., & Kes, M. (2021). Adaptasi Kebiasaan Baru Ibu Hamil Untuk Menciptakan Kehamilan Menyenangkan di Masa Pandemi Covid-19. *Adaptasi Kebiasaan Baru Dalam Kebidanan Di Era Pandemi Covid-19*, 1, 111.
- Gerung, J. (2021). *Media Sosial dalam Digital Marketing Kesehatan*. Guepedia.
- Hakim, L. N. (2023). DAMPAK PANDEMI WABAH CORONAVIRUS DISEASE (COVID) 19 DAN LOCKDOWN TERHADAP KESEHATAN MENTAL: KAJIAN PSIKOLOGI DAN AGAMA. *Kajian*, 25(2), 161–177.
- Indah, R. (2022). *Promosi Kesehatan Dalam Berbagai Perspektif*. Syiah Kuala University Press.
- Laverack, G. (2020). *AZ Promosi Kesehatan*. Airlangga University Press.
- Palupi, F. H., ST, S., Arismawati, D. F., ST, S., Ke, M., Tumenggung, I., Margalin, B., Prisusanti, R. D., ST, S., & Prihayati, S. S. (2023). *ILMU KESEHATAN MASYARKAT*. CV Rey Media Grafika.
- Pebrianti, D. K., & Armina, A. (2021). Pentingnya Menjaga Kesehatan Jiwa saat Pandemi Covid 19. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(2), 178–184.
- Rachman, P. A. (2022). MENTAL BAIK SAAT PANDEMIK. *Jejak Pemikiran Pemuda Indonesia Tentang Kesehatan Mental Dan Covid-19*, 54.
- Ridlo, I. A. (2020). *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*.
- Ross, H. O., Hasanah, M., & Kusumaningrum, F. A. (2020). Implementasi Konsep Sahdzan (Sabar Danhuznudzan) Sebagai Upaya Perawatan Kesehatan Mental Di Masapandemi Covid-19. *Khazanah: Jurnal Mahasiswa*, 12(1).
- Siu, O. C., Lamirin, L., Lisniasari, L., & Darsono, D. (2021). Mengoptimalkan Peran Guru Dalam Membangun Kesehatan Mental Siswa Di Masa Pandemi Melalui Teknologi Pikiran Pada Forum Guru Pendidikan Agama Buddha Sumatera Utara. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bodhi Dharma*, 1(1), 29–38.
- Tamam, M. B., Wijanarko, T., Mahendika, D., Mas'ud, I. A., Yufrinalis, M., & Setiadi, B. (2023). Memberdayakan Pemuda untuk Masa Depan yang Lebih Cerah: Memberikan Pendidikan, Bimbingan, Peluang Kerja, dan Dukungan Kesehatan Mental. *Jurnal Pengabdian West Science*, 2(05), 354–363.

- Yarmmani, Y., Anindita, S. M., & Hasanati, M. (2021). Employee Assistance Programme (EAP): Layanan Organisasi dalam Mengurangi Stres Karyawan pada Masa Pandemi COVID-19. *UNUSIA CONFERENCE*, 1(1), 55-76.
- Zein, U., & El Newi, E. (2019). *Buku Ajar Ilmu Kesehatan (Memahami Gejala, Tanda Dan Mitos)*. Deepublish.