



Penerapan Edukasi Scientific Booklet: Upaya Preventif dan Kuratif Depresi pada Penyakit Menahun

The Application of Scientific Booklet Education: Preventive and Curative Efforts for Depression in Chronic Diseases

Kayubi^{1*}, Indra Ruswadi², Marsono³

¹⁻³ Departemen Kesehatan, Politeknik Negeri Indramayu, Indonesia

*Penulis Korespondensi: kayubi@polindra.ac.id

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 16 Oktober 2025;

Revisi: 22 November 2025;

Diterima: 29 Desember 2025;

Terbit: 31 Desember 2025.

Keywords: Chronic Disease; Community Service; Depression; Mental Health; Scientific Booklet.

Abstract: Depression is one of the mental health problems that often arise in patients with chronic diseases, such as diabetes mellitus, hypertension, and chronic kidney failure. This condition not only impacts the patient's quality of life, but also affects the treatment process and the burden on the family. However, mental health literacy in the community is still low, so targeted preventive and curative efforts are needed. The Community Service Program (PKM) aims to improve people's mental health through educational interventions with scientific booklet media that are easy to understand and apply. The activity method is carried out in a participatory manner, including the preparation stage, socialization, educational implementation, and evaluation. Education is provided to the community with a focus on preventing depression through a healthy lifestyle, stress management skills, and early intervention efforts by seeking professional support. Evaluation is carried out through pre-post tests, observations, and group discussions. The results of the activity showed an increase in public knowledge about depression, a change in attitudes to be more open in expressing feelings, as well as practical skills in relaxation, maintaining sleep patterns, and building social support. Participants also better understand the importance of seeking professional help when depressive symptoms are getting worse. The conclusion of this PKM is that the scientific booklet has proven to be effective as a preventive and curative educational intervention medium, and can be an innovative strategy in improving the mental health of people affected by chronic diseases.

Abstrak

Depresi merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang sering muncul pada pasien dengan penyakit menahun, seperti diabetes melitus, hipertensi, maupun gagal ginjal kronis. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kualitas hidup pasien, tetapi juga memengaruhi proses pengobatan dan beban keluarga. Namun, literasi kesehatan mental di masyarakat masih rendah, sehingga diperlukan upaya preventif dan kuratif yang tepat sasaran. Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental masyarakat melalui intervensi edukasi dengan media scientific booklet yang mudah dipahami dan aplikatif. Metode kegiatan dilakukan secara partisipatif, meliputi tahap persiapan, sosialisasi, implementasi edukasi, serta evaluasi. Edukasi diberikan kepada masyarakat dengan fokus pada pencegahan depresi melalui pola hidup sehat, keterampilan mengelola stres, serta upaya penanganan dini dengan mencari dukungan profesional. Evaluasi dilakukan melalui pre-post test, observasi, dan diskusi kelompok. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang depresi, perubahan sikap menjadi lebih terbuka dalam menyampaikan perasaan, serta keterampilan praktis dalam melakukan relaksasi, menjaga pola tidur, dan membangun dukungan sosial. Peserta juga lebih memahami pentingnya mencari pertolongan profesional bila gejala depresi semakin berat. Kesimpulan dari PKM ini adalah scientific booklet terbukti efektif sebagai media intervensi edukasi yang bersifat preventif dan kuratif, serta dapat menjadi strategi inovatif dalam meningkatkan kesehatan mental masyarakat yang terdampak penyakit menahun.

Kata Kunci: Depresi; Kesehatan mental; Pengabdian Masyarakat; Penyakit Menahun; Scientific Booklet.

1. PENDAHULUAN

Depresi merupakan salah satu permasalahan kesehatan mental yang paling sering dialami oleh individu dengan penyakit menahun, seperti diabetes melitus, penyakit kardiovaskular, kanker, serta berbagai kondisi kronis lainnya yang membutuhkan perawatan jangka Panjang (“Apa Itu Depresi? | UNICEF Indonesia,” n.d.; “Depresi,” n.d.). Penyakit menahun tidak hanya menimbulkan beban fisik, tetapi juga tekanan psikologis yang berkelanjutan akibat perubahan gaya hidup, ketergantungan pada pengobatan, serta ketidakpastian terhadap prognosis penyakit (Kesehatan, n.d.). World Health Organization (WHO, 2023) melaporkan bahwa lebih dari 280 juta orang di seluruh dunia mengalami depresi, dan angka ini menunjukkan peningkatan yang signifikan pada kelompok pasien dengan penyakit kronis (“Indonesia Dalam Laporan Pemantauan Global Cakupan Kesehatan Semesta 2023,” n.d.). Kondisi tersebut menegaskan bahwa depresi merupakan masalah global yang memerlukan perhatian serius, khususnya dalam konteks pelayanan kesehatan terpadu.

Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 9,8%. Angka ini mencerminkan beban kesehatan mental yang cukup besar di masyarakat, terutama pada individu yang hidup dengan penyakit menahun (Riskesdas, 2018). Hubungan antara penyakit kronis dan gangguan mental, termasuk depresi, bersifat kompleks dan saling memengaruhi, di mana kondisi fisik yang memburuk dapat memicu gangguan psikologis, sementara masalah kesehatan mental dapat memperburuk pengelolaan penyakit fisik. Oleh karena itu, temuan ini mengindikasikan adanya urgensi untuk mengintegrasikan upaya penanganan depresi ke dalam sistem layanan kesehatan fisik secara lebih komprehensif dan berkelanjutan.

Depresi pada pasien dengan penyakit menahun tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan mental semata, tetapi juga memengaruhi kualitas hidup secara menyeluruh (Hidayat & Rinaldi, 2024). Dampak tersebut antara lain terlihat pada menurunnya kepatuhan terhadap pengobatan, berkurangnya motivasi untuk menjalani perawatan, penurunan fungsi sosial, serta terganggunya hubungan dengan keluarga dan lingkungan sekitar (Bouchoucha et al., 2013). Dalam jangka panjang, depresi yang tidak tertangani dengan baik dapat memperburuk perjalanan penyakit, meningkatkan risiko terjadinya komplikasi, memperpanjang masa rawat, hingga meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas. Namun demikian, kesadaran masyarakat terhadap keterkaitan antara penyakit menahun dan depresi masih tergolong rendah, dan intervensi psikososial sering kali belum menjadi prioritas utama dalam pelayanan kesehatan. Kondisi ini menciptakan kesenjangan antara kebutuhan nyata di lapangan dengan ketersediaan serta pemanfaatan intervensi yang sesuai.

Sehubungan dengan hal tersebut, upaya preventif dan kuratif dalam menangani depresi menjadi sangat penting untuk dikembangkan melalui pendekatan yang sederhana, sistematis, dan mudah dipahami oleh masyarakat. Salah satu inovasi yang relevan dan potensial untuk diterapkan adalah pemanfaatan scientific booklet sebagai media edukasi kesehatan. Scientific booklet merupakan media berbasis bukti ilmiah yang disusun dengan bahasa yang komunikatif dan populer, tanpa mengurangi akurasi dan validitas informasi yang disampaikan. Media ini dinilai praktis, terjangkau, serta efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental, sekaligus menjembatani komunikasi antara tenaga kesehatan dan masyarakat, khususnya dalam konteks pemahaman dan penanganan depresi pada pasien penyakit menahun.

Melalui program pengabdian kepada masyarakat ini, scientific booklet dikembangkan sebagai sarana edukasi yang diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap yang lebih positif, serta mengembangkan keterampilan masyarakat dalam mencegah dan menangani depresi yang berkaitan dengan penyakit menahun. Dengan pendekatan edukatif yang aplikatif, intervensi ini diharapkan tidak hanya berfungsi secara preventif, tetapi juga memberikan manfaat kuratif melalui peningkatan kesadaran diri, dukungan keluarga, dan pengelolaan emosi yang lebih adaptif. Pada akhirnya, upaya ini diharapkan dapat berkontribusi dalam meningkatkan kualitas kesehatan mental serta mendukung kesejahteraan pasien secara holistik dan berkelanjutan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sliyeg, Kabupaten Indramayu, dengan sasaran utama masyarakat yang memiliki anggota keluarga penderita penyakit menahun. Sasaran tersebut dipilih karena keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam proses perawatan pasien penyakit kronis, baik dari aspek fisik maupun psikologis. Pemilihan lokasi kegiatan didasarkan pada tingginya angka kasus penyakit menahun di wilayah tersebut yang tidak hanya berdampak pada kondisi kesehatan fisik pasien, tetapi juga berimplikasi terhadap kondisi psikologis pasien dan keluarga. Situasi ini menjadikan intervensi kesehatan mental, khususnya pencegahan dan penanganan depresi, sebagai kebutuhan yang relevan dan mendesak untuk dilakukan.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahapan utama yang dirancang secara sistematis dan berkelanjutan. Tahap pertama adalah identifikasi masalah kesehatan mental, yang bertujuan untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi psikologis masyarakat sasaran. Kegiatan ini mencakup pengumpulan data terkait prevalensi gejala depresi pada pasien dengan penyakit menahun, serta eksplorasi persepsi,

pengetahuan, dan sikap masyarakat terhadap depresi. Proses identifikasi dilakukan melalui diskusi awal dengan tenaga kesehatan Puskesmas, observasi lapangan, serta pengisian instrumen sederhana yang disesuaikan dengan kondisi masyarakat.

Tahap kedua adalah penyusunan dan validasi scientific booklet sebagai media edukasi utama. Scientific booklet disusun berdasarkan bukti ilmiah terkini dan pedoman kesehatan mental yang relevan, kemudian dikemas dengan bahasa yang sederhana, komunikatif, dan mudah dipahami oleh masyarakat awam. Materi yang disajikan mencakup pengenalan depresi, faktor risiko pada pasien penyakit menahun, tanda dan gejala yang perlu diwaspadai, serta strategi pencegahan dan penanganan awal yang dapat dilakukan secara mandiri maupun bersama keluarga. Validasi booklet dilakukan oleh pakar keperawatan jiwa dan praktisi kesehatan masyarakat guna memastikan kelayakan isi, keakuratan informasi, serta kesesuaian tampilan media dengan karakteristik sasaran.

Tahap ketiga adalah pelaksanaan edukasi preventif dan kuratif dengan memanfaatkan scientific booklet sebagai media utama. Edukasi dilakukan melalui kegiatan sosialisasi kelompok yang dipadukan dengan diskusi interaktif, sehingga peserta tidak hanya menerima informasi secara satu arah, tetapi juga memiliki kesempatan untuk berbagi pengalaman dan mengajukan pertanyaan. Pada tahap ini, peserta diberikan pemahaman mengenai pentingnya deteksi dini depresi, strategi pengelolaan stres, serta langkah-langkah penanganan awal depresi yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam konteks perawatan anggota keluarga dengan penyakit menahun.

Tahap keempat berupa pendampingan dan diskusi kelompok yang dilaksanakan secara terstruktur. Tahap ini bertujuan untuk memperkuat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan, menumbuhkan dukungan sosial antar keluarga pasien, serta melatih keterampilan praktis dalam menghadapi dan mengelola gejala depresi. Melalui diskusi kelompok, peserta didorong untuk saling memberikan dukungan emosional, berbagi strategi coping yang adaptif, serta meningkatkan kepercayaan diri dalam mendampingi anggota keluarga yang mengalami masalah psikologis.

Tahap terakhir adalah evaluasi hasil kegiatan, yang dilakukan untuk menilai efektivitas intervensi yang telah diberikan. Evaluasi dilakukan menggunakan metode pre–post test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi, wawancara mendalam untuk mengeksplorasi perubahan sikap dan persepsi terhadap depresi, serta observasi perilaku sebagai indikator peningkatan keterampilan peserta dalam menerapkan strategi penanganan yang telah dipelajari. Pendekatan yang digunakan dalam seluruh rangkaian kegiatan ini bersifat partisipatif, di mana masyarakat dilibatkan secara aktif dalam setiap tahap

pelaksanaan, serta kolaboratif dengan tenaga kesehatan Puskesmas sebagai mitra utama. Seluruh proses kegiatan dirancang berbasis kebutuhan nyata masyarakat, sehingga intervensi yang diberikan diharapkan lebih tepat sasaran, aplikatif, dan berkelanjutan dalam mendukung kesehatan mental masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Sliyeg. Seperti tergambar dalam Gambar 1 berikut:



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan PKM.

3. HASIL

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan edukasi kesehatan mental dengan memanfaatkan *scientific booklet* menunjukkan berbagai capaian yang signifikan dan positif bagi masyarakat sasaran. Secara umum, kegiatan ini mampu meningkatkan kapasitas masyarakat dalam memahami, menyikapi, serta menerapkan upaya pencegahan dan penanganan awal depresi, khususnya pada keluarga yang memiliki anggota dengan penyakit menahun.

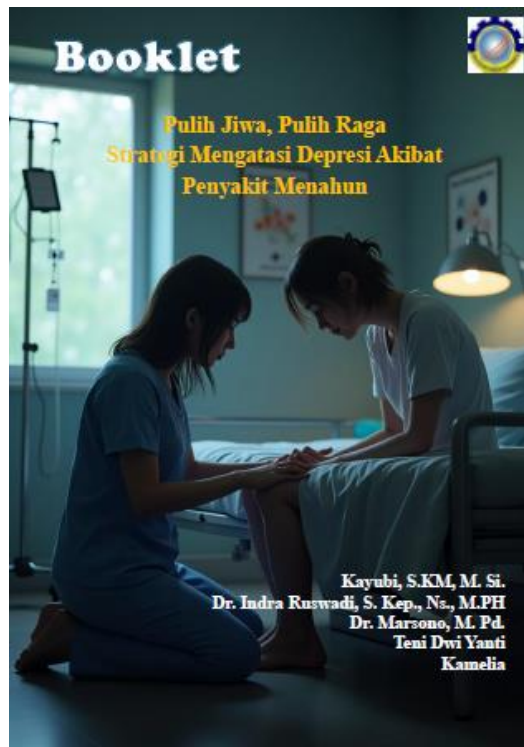
Pertama, hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat yang cukup bermakna terkait konsep depresi. Peserta kegiatan tidak hanya mengalami peningkatan pengetahuan mengenai pengertian depresi, tetapi juga memiliki pemahaman yang lebih baik tentang faktor risiko, tanda, dan gejala awal depresi pada pasien penyakit menahun. Masyarakat menjadi lebih mampu membedakan antara stres ringan yang bersifat situasional dengan depresi klinis yang memerlukan perhatian dan penanganan lebih lanjut. Selain itu, peserta juga

memahami pentingnya deteksi dini sebagai langkah awal dalam mencegah perburukan kondisi psikologis. Peningkatan pemahaman ini terlihat dari hasil *pre-post test* yang menunjukkan kenaikan skor pengetahuan, serta dari kemampuan peserta dalam menjelaskan kembali materi yang disampaikan selama sesi edukasi dan diskusi.

Kedua, kegiatan ini juga menghasilkan perubahan sikap yang positif terhadap isu kesehatan mental, khususnya terkait depresi. Peserta menunjukkan sikap yang lebih terbuka dan menerima dalam membahas permasalahan psikologis yang sebelumnya dianggap sebagai hal yang sensitif atau tabu. Keterbukaan ini tercermin dari kesediaan peserta untuk berbagi pengalaman pribadi, mengungkapkan perasaan yang selama ini terpendam, serta mendiskusikan tantangan emosional yang dihadapi dalam mendampingi anggota keluarga dengan penyakit menahun. Selain itu, peserta mulai menunjukkan sikap yang lebih positif terhadap upaya pencarian bantuan, baik kepada orang terpercaya di lingkungan keluarga maupun kepada tenaga kesehatan profesional. Perubahan sikap ini menjadi capaian yang sangat penting, mengingat stigma, rasa malu, dan ketakutan akan penilaian sosial masih menjadi hambatan utama dalam upaya penanganan masalah kesehatan mental di masyarakat.

Ketiga, hasil kegiatan menunjukkan adanya perubahan perilaku dan tindakan nyata yang diadopsi oleh peserta sebagai bentuk penerapan dari materi yang telah diberikan. Beberapa peserta mulai secara aktif menerapkan teknik relaksasi sederhana, seperti latihan pernapasan dan relaksasi otot, untuk mengelola stres dan emosi negatif. Selain itu, peserta juga mulai memperhatikan pola tidur yang lebih teratur, menjaga keseimbangan antara aktivitas dan istirahat, serta meningkatkan aktivitas fisik ringan sesuai dengan kemampuan masing-masing. Tidak hanya itu, sebagian peserta juga berpartisipasi dalam sesi konseling dan diskusi kelompok yang difasilitasi oleh tim pelaksana sebagai sarana untuk mendapatkan dukungan emosional dan berbagi strategi coping yang adaptif. Tindakan-tindakan ini menunjukkan bahwa peserta tidak hanya memperoleh pemahaman secara teoritis, tetapi juga mampu mengaplikasikan langkah-langkah preventif dan kuratif dalam kehidupan sehari-hari.

Lebih lanjut, penggunaan *scientific booklet* sebagai media edukasi dinilai efektif dalam mendukung pencapaian hasil kegiatan. Peserta menyatakan bahwa booklet mudah dipahami, informatif, dan dapat digunakan kembali sebagai bahan rujukan setelah kegiatan selesai. Booklet tersebut juga memungkinkan masyarakat untuk menyebarluaskan informasi yang diperoleh kepada anggota keluarga lainnya, sehingga dampak edukasi tidak hanya dirasakan oleh peserta secara langsung, tetapi juga berpotensi menjangkau lingkungan yang lebih luas. Dengan demikian, *scientific booklet* berperan sebagai sarana edukasi yang berkelanjutan dan mendukung upaya peningkatan literasi kesehatan mental di masyarakat.



Gambar 2. Cover Booklet.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental berbasis *scientific booklet* mampu meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap yang lebih positif, serta mendorong perubahan perilaku yang konstruktif dalam pencegahan dan penanganan depresi. Capaian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program serupa secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan layanan kesehatan di tingkat Puskesmas, sehingga upaya peningkatan kesehatan mental masyarakat dapat dilakukan secara lebih optimal dan menyeluruh.



Gambar 3. Sosialisasi.

4. DISKUSI

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental berbasis *scientific booklet* merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terkait pencegahan serta penanganan depresi pada pasien dengan penyakit menahun (Nurhidayah, 2022; Sudyarti & Raudah Mahmut, 2023). Temuan ini sejalan dengan teori *health promotion* yang menekankan pentingnya pemberdayaan masyarakat melalui media edukasi yang sederhana, sistematis, dan berbasis bukti ilmiah untuk meningkatkan literasi kesehatan dan kemampuan pengambilan keputusan secara mandiri (Raodah & Handayani, 2022; Sulistyani Prabu Aji & Rahardjo, 2023). Menurut teori tersebut, media edukasi yang sesuai dengan karakteristik sasaran akan lebih mudah diterima dan berdampak pada perubahan perilaku kesehatan.

Hasil peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai depresi, khususnya dalam mengenali gejala awal dan membedakan antara stres ringan dan depresi klinis, sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa intervensi edukatif berbasis booklet mampu meningkatkan pemahaman masyarakat secara signifikan (Yusniarita et al., 2023). Hal ini sesuai dengan jurnal yang menyebutkan bahwa penggunaan booklet sebagai media edukasi kesehatan mental dapat meningkatkan tingkat pengetahuan dan kesadaran individu terhadap masalah psikologis secara lebih efektif dibandingkan penyampaian verbal semata (Kusumawati & Zulaekah, 2021; Yusniarita et al., 2023). Temuan ini juga didukung oleh jurnal lain yang melaporkan bahwa edukasi berbasis media cetak yang terstruktur membantu masyarakat memahami konsep kesehatan mental yang kompleks dengan cara yang lebih sederhana dan aplikatif (Sari et al., 2020). Selain itu, hasil kegiatan ini diperkuat oleh laporan World Health Organization (WHO, 2023) yang menegaskan bahwa literasi kesehatan mental merupakan komponen kunci dalam upaya pencegahan depresi, khususnya pada kelompok rentan seperti pasien dengan penyakit kronis dan keluarganya.

Perubahan sikap masyarakat yang ditunjukkan melalui meningkatnya keterbukaan untuk berbagi pengalaman, mengungkapkan perasaan, serta kesediaan mencari bantuan profesional juga merupakan capaian penting dari kegiatan ini. Hal ini sejalan dengan jurnal yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan mental yang dilakukan secara partisipatif dapat mengurangi stigma dan meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap isu depresi (Adventinawati, 2024; Seminar & Kemahasiswaan, 2025). Temuan ini didukung oleh penelitian lain yang menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman tentang depresi akan berdampak pada sikap yang lebih positif terhadap pencarian bantuan (*help-seeking behavior*) dan dukungan sosial (Figarnia & Ariana, 2023; Adventinawati, 2024). Dengan demikian, hasil

kegiatan ini memperkuat bukti bahwa intervensi edukasi berbasis komunitas berperan strategis dalam mengatasi stigma kesehatan mental di tingkat masyarakat.

Efektivitas *scientific booklet* dalam kegiatan ini tidak terlepas dari karakteristik media yang digunakan. Booklet disusun dengan bahasa yang sederhana, visual yang menarik, serta alur materi yang sistematis sesuai dengan kebutuhan masyarakat sasaran. Hal ini sesuai dengan jurnal yang menyatakan bahwa media edukasi yang mudah dipahami dan relevan dengan konteks kehidupan sehari-hari akan meningkatkan retensi pengetahuan dan mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan (Suhermi et al., 2025). Selain itu, sifat booklet yang portabel memungkinkan peserta untuk membaca ulang materi di rumah dan membagikannya kepada anggota keluarga lain, sehingga memperluas jangkauan edukasi. Temuan ini diperkuat oleh jurnal yang menyebutkan bahwa media edukasi cetak memiliki keunggulan sebagai sumber belajar mandiri yang dapat digunakan berulang kali tanpa bergantung pada kehadiran tenaga kesehatan (“Media Pembelajaran Cetak: Pengertian, Manfaat, Dan Contoh,” n.d.).

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan ini juga menghadapi beberapa tantangan. Keterbatasan waktu menjadi kendala dalam penyampaian materi secara mendalam kepada seluruh peserta, terutama bagi kelompok masyarakat yang membutuhkan pendampingan lebih intensif. Selain itu, stigma terhadap depresi masih cukup kuat, sehingga pada tahap awal sebagian peserta menunjukkan sikap pasif dan enggan terlibat aktif dalam diskusi. Kondisi ini sejalan dengan temuan jurnal yang menyebutkan bahwa stigma dan kurangnya pemahaman masih menjadi hambatan utama dalam pelaksanaan program kesehatan mental berbasis komunitas (“Media Pembelajaran Cetak: Pentingnya Dan Manfaatnya Dalam Dunia Pendidikan - Skripsi Malang,” n.d.; “Melawan Stigma Demi Kesehatan Mental,” n.d.). Tantangan lainnya adalah keterbatasan akses layanan kesehatan jiwa di tingkat pelayanan primer, yang menyulitkan proses rujukan dan tindak lanjut bagi peserta yang membutuhkan intervensi profesional lebih lanjut.

Sebagai upaya mengatasi tantangan tersebut, kegiatan ini mendorong penguatan peran keluarga sebagai sistem pendukung utama bagi pasien dengan penyakit menahun, serta optimalisasi peran kader kesehatan di tingkat desa sebagai fasilitator keberlanjutan edukasi. Pendekatan ini sejalan dengan jurnal yang menekankan bahwa keterlibatan keluarga dan kader kesehatan sangat efektif dalam meningkatkan keberlanjutan program kesehatan mental berbasis masyarakat (Janati, 2019; Hidayati et al., 2025). Dengan adanya pendampingan keluarga dan kader, diharapkan informasi yang terdapat dalam *scientific booklet* dapat terus dipraktikkan, stigma terhadap depresi dapat berangsur berkurang, serta akses terhadap dukungan psikososial menjadi lebih dekat dan mudah dijangkau oleh masyarakat.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa scientific booklet terbukti efektif sebagai media edukasi dalam upaya pencegahan dan penanganan depresi pada pasien dengan penyakit menahun. Media ini mampu meningkatkan pemahaman, sikap, dan keterampilan masyarakat, sehingga berkontribusi nyata terhadap peningkatan kesehatan mental. Sebagai tindak lanjut, diperlukan replikasi program serupa di wilayah yang lebih luas dengan melibatkan dukungan lintas sektor, termasuk tenaga kesehatan, keluarga, dan masyarakat, agar upaya preventif dan kuratif terhadap depresi dapat lebih optimal, berkelanjutan, dan berdampak signifikan bagi kesejahteraan masyarakat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih dan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada Direktur Politeknik Negeri Indramayu atas dukungan kebijakan dan komitmen dalam pengembangan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ketua Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (P3M) Politeknik Negeri Indramayu yang telah memberikan fasilitasi, arahan, serta pendampingan selama proses perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan.

Apresiasi yang sama disampaikan kepada Ketua Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Indramayu dan Ketua Program Studi D3 Keperawatan Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Indramayu atas dukungan akademik, koordinasi, serta motivasi yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana secara optimal. Seluruh dukungan tersebut menjadi kontribusi penting dalam kelancaran pelaksanaan kegiatan dan pencapaian tujuan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- Apa itu depresi? | UNICEF Indonesia. (n.d.). *UNICEF Indonesia*. Retrieved December 16, 2025, from <https://www.unicef.org/indonesia/id/kesehatan-mental/artikel/depresi>
- Bouchoucha, M., Hejnar, M., Devroede, G., Babba, T., Bon, C., & Benamouzig, R. (2013). Anxiety and depression as markers of multiplicity of sites of functional gastrointestinal disorders: A gender issue? *Clinics and Research in Hepatology and Gastroenterology*, 37(4), 422–430. <https://doi.org/10.1016/j.clinre.2012.10.011>
- Depresi. (n.d.). *Ayo Sehat Kementerian Kesehatan RI*. Retrieved December 16, 2025, from <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/kelainan-mental/depresi>

- Figarnia, F. K., & Ariana, D. A. (2023). Pengaruh literasi kesehatan mental terhadap intensi mencari bantuan psikologis pada dewasa. *Jurnal Fusion*, 3, 5.
- Hidayat, T., & Rinaldi, M. R. (2024). Mindfulness dan depresi pada tenaga kesehatan. *Wacana*, 16(2), 122. <https://doi.org/10.20961/wacana.v16i2.86127>
- Hidayati, E., Fitrikasari, A., Sakti, H., & Dewi, N. S. (2025). Meningkatkan peran kader sebagai agen perubahan dalam menjaga kesehatan mental di tingkat masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1).
- Indonesia dalam laporan pemantauan global cakupan kesehatan semesta 2023. (n.d.). *World Health Organization*. Retrieved December 16, 2025, from <https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/16-11-2023-indonesia-in-the-2023-universal-health-coverage-global-monitoring-report>
- Janati, A. (2019). Pena Medika. *Jurnal Kesehatan Pena Medika*, 9(2), 48–54.
- Kesehatan, T. (n.d.). *Analysis of mental health issues among healthcare workers in Indonesia*.
- Kusumawati, Y., & Zulaekah, S. (2021). Booklet sebagai media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mental ibu hamil. *Proceeding of the URECOL*, 13, 50–58.
- Maria Krisinta Adventinawati. (2024). Pencegahan kesehatan mental dalam upaya mengurangi stigma kesehatan mental di masyarakat. *Hukum Inovatif: Jurnal Ilmu Hukum Sosial dan Humaniora*, 2(1), 110–116. <https://doi.org/10.62383/humif.v2i1.1010>
- Media pembelajaran cetak: Pengertian, manfaat, dan contoh. (n.d.). *Universitas Negeri Surabaya*. Retrieved December 16, 2025, from <https://pe.feb.unesa.ac.id/post/media-pembelajaran-cetak-pengertian-manfaat-dan-contoh>
- Media pembelajaran cetak: Pentingnya dan manfaatnya dalam dunia pendidikan. (n.d.). *Skripsi Malang*. Retrieved December 16, 2025, from <https://skripsimalang.com/uncategorized/media-pembelajaran-cetak-pentingnya-dan-manfaatnya-dalam-dunia-pendidikan/>
- Melawan stigma demi kesehatan mental. (n.d.). *Media Indonesia*. Retrieved December 16, 2025, from <https://mediaindonesia.com/humaniora/840025/melawan-stigma-demi-kesehatan-mental>
- Nurhidayah. (2022). Edukasi media booklet dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mental pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Samata. *JKP (Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah)*, 11(2), 130–142.
- Raodah, & Handayani, L. (2022). Media sebagai edukasi intervensi promosi kesehatan masyarakat di Indonesia. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(2), 123–133. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i2.2039>

- Riskesdas. (2018). *Laporan nasional Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Seminar, P., & Kemahasiswaan, N. (2025). Edukasi kesehatan mental sebagai upaya peningkatan kesejahteraan mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional*, 2, 269–275.
- Sudiyarti, & Mahmut, R. (2023). Edukasi kesehatan mental berbasis masyarakat. *Lebah*, 17(1), 8–14. <https://plus62.isha.or.id/index.php/abdimas/article/view/162>
- Suhermi, L., Barokah, N., & Kamal, R. (2025). Pembelajaran kontekstual sebagai inovasi kreatif dalam pendidikan. *JISPENDIORA: Jurnal Ilmu Sosial, Pendidikan, dan Humaniora*, 4, 94–103.
- Sulistiyani Prabu Aji, & Rahardjo, F. S. N. B. (2023). Promosi kesehatan. Dalam *Promosi dan pendidikan kesehatan*.
- Yusniarita, Y., Munawaroh, A. K., & Susana, S. A. (2023). Edukasi kesehatan berbasis booklet meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pengobatan pada klien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 5(2), 109–120. <https://doi.org/10.33088/jkr.v5i2.805>