

Peran Mahasiswa Psikologi dalam Penguatan Layanan Kesehatan Mental Primer di UPTD Puskesmas Cibiru, Kota Bandung

Alivia Ashri Fadila¹, Dyah Ayu Rahmawati², Abdul Azis³

^{1,2,3} Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang, Indonesia
Email: aliviaashri2011@unnes.ac.id, ayuyadit@mail.unnes.ac.id, abdulazis.cibiruphc@gmail.com

Abstrak

UPTD Puskesmas Cibiru sebagai fasilitas kesehatan primer tidak hanya berfungsi sebagai tempat pemeriksaan fisik, tetapi juga berperan dalam penyelenggaraan layanan kesehatan mental masyarakat dari berbagai kelompok usia. Namun, keterbatasan tenaga psikologi di layanan primer menjadi tantangan dalam mengoptimalkan upaya promotif dan preventif kesehatan mental. Kegiatan magang ini bertujuan untuk memberikan kontribusi nyata dalam penguatan layanan kesehatan mental di UPTD Puskesmas Cibiru melalui berbagai pendekatan. Metode yang digunakan meliputi pendampingan konseling kesehatan dan kesehatan mental dasar bersama petugas promosi kesehatan, penyuluhan kepada berbagai kelompok sasaran mencakup anak, remaja, dan peserta Prolanis (dewasa sampai lansia) yang dilaksanakan sebanyak lima sesi dengan total peserta kurang lebih 180 orang, pembuatan lima poster edukasi kesehatan mental, pendampingan kegiatan P3LP (Pertolongan Pertama pada Luka Psikologis) bagi siswa SMP, serta asistensi penginputan data kehadiran pasien pada sistem BPJS PCARE dan data kesehatan pasien pada sistem SIKDA (Sistem Informasi Kesehatan Daerah) dan Satu Sehat Indonesia. Hasil kegiatan menunjukkan adanya antusiasme masyarakat terhadap materi psikologi yang disampaikan, di mana materi kesehatan mental berhasil menjadi pelengkap bagi program penyuluhan rutin yang sebelumnya hanya berfokus pada kesehatan fisik seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit menular. Selain itu, kehadiran mahasiswa psikologi berdampak pada meningkatnya minat masyarakat untuk berkonsultasi terkait layanan kesehatan mental, yang tercermin dari meningkatnya pertanyaan melalui hotline Puskesmas Cibiru. Kegiatan magang ini secara keseluruhan menunjukkan bahwa mahasiswa psikologi dapat berkontribusi secara aktif dalam mendukung layanan kesehatan mental primer di Puskesmas melalui pendekatan konseling, psikoedukasi, pembuatan media edukasi, dan dukungan administratif.

Kata kunci: Kesehatan Mental, Layanan Kesehatan Primer, Mahasiswa Psikologi, Psikoedukasi, Puskesmas, Promotif Preventif

Abstract

UPTD Puskesmas Cibiru as a primary healthcare facility does not only functions as a place for physical health examinations, but also plays a role in providing mental health services for communities across various age groups. However, the limited availability of psychology professionals in primary care settings remains a challenge in optimizing mental health promotion and prevention efforts. This internship program aimed to make a meaningful contribution to strengthening mental health services at UPTD Puskesmas Cibiru through various approaches. Methods included assisting in basic health and mental health counseling alongside health promotion officers, conducting psychoeducation sessions for multiple target groups, including children, adolescents, and Prolanis participants (adults to elderly) across five sessions with approximately 180 participants in total, developing five mental health educational posters, assisting in the P3LP (Psychological First Aid) program for junior high school students, and supporting data entry of patient attendance through the BPJS PCARE system and patient health data through the SIKDA (Regional Health Information System) and Satu Sehat Indonesia systems. The results indicated community enthusiasm toward the psychological material delivered, with mental health content successfully serving as a complementary addition to the routine health counseling previously focused exclusively on physical health topics such as hypertension, diabetes, and infectious diseases. Furthermore, the presence of psychology students contributed to increased community interest in mental health consultation services, as reflected by a rise in inquiries through the Puskesmas Cibiru hotline. Overall, this internship demonstrated that psychology students can actively contribute to supporting primary mental health services at the Puskesmas through counseling assistance, psychoeducation, educational media development, and administrative support.

Keywords: Mental Health, Primary Healthcare, Psychology Students, Psychoeducation, Puskesmas, Promotive Preventive

1. PENDAHULUAN

Isu kesehatan mental menjadi perhatian khusus dari berbagai pihak, termasuk pemerintahan, seiring dengan meningkatnya kasus gangguan kesehatan mental di masyarakat. Menurut Kemenkes (2023), kesehatan mental mencakup kondisi kesejahteraan seseorang secara emosional, psikologis, dan sosial yang memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan berperilaku dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam menghadapi stres dan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Kesehatan mental memiliki kedudukan yang setara dengan kesehatan fisik dan tidak dapat dipandang sebelah mata. Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, hampir satu miliar individu atau sekitar 12% dari populasi dunia menghadapi masalah kesehatan jiwa (Pasaribu dkk, 2024). Besarnya dampak isu ini juga terlihat dari data National Institutes of Health (2022), yang menunjukkan bahwa seperlima remaja usia 14 hingga 17 tahun di Amerika Serikat memiliki gangguan mental atau perilaku. Di Indonesia sendiri, Survei Kesehatan Indonesia (2023) mencatat bahwa sebanyak 2% dari total populasi yang disurvei mengalami masalah kesehatan mental.

Gangguan kesehatan mental hadir dalam berbagai bentuk, di mana beberapa yang paling umum ditemui di masyarakat meliputi depresi, skizofrenia, gangguan kecemasan, gangguan bipolar, dan gangguan tidur (Kemenkes, 2024). Apabila tidak ditangani dengan tepat, gangguan mental dapat meningkatkan risiko bunuh diri, menurunkan kualitas hidup, serta memperburuk kondisi kesehatan fisik seperti penyakit jantung, diabetes, dan gangguan pencernaan. Dari sisi sosial dan ekonomi, ketidakmampuan seseorang untuk bekerja dan belajar secara optimal akibat gangguan mental dapat menimbulkan beban finansial, sekaligus berdampak negatif pada dinamika keluarga dan lingkungan masyarakat sekitarnya (Kemenkes, 2024; Anggraini dkk, 2025). Lebih jauh, menurut Riskesdas (2018), terjadi peningkatan kasus gangguan jiwa di Indonesia yang tercermin dari peningkatan prevalensi rumah tangga yang memiliki Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ), mencapai tujuh per seribu rumah tangga (Pasaribu dkk, 2024).

Kelompok anak-anak dan remaja menjadi salah satu kelompok yang paling rentan terhadap gangguan kesehatan mental. Berdasarkan Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), sekitar 34,9% remaja Indonesia mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir (Erskine et al., 2024). Angka tersebut menunjukkan bahwa sekitar satu dari tiga remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental, sehingga upaya promotif dan preventif menjadi penting dilakukan sejak usia remaja. Di Indonesia sendiri, bukti terbaru menunjukkan bahwa hampir 50 persen siswa sekolah menengah mengalami gejala depresi, dan prevalensi ideasi bunuh diri dalam 12 bulan terakhir mencapai 6,8 persen (Brooks dkk, 2023). Data I-NAMHS yang dikutip oleh Yuliasari dan Pusvitasari (2023) menunjukkan bahwa ketika menghadapi masalah, remaja Indonesia paling banyak memilih bercerita kepada teman (98,7%), menghindari masalah yang dihadapi (94,1%), dan mencari informasi mengenai cara mengatasi masalah melalui internet (89,8%). Dalam data tersebut juga dilaporkan adanya respons berupa menyakiti diri sendiri (51,4%) serta perasaan putus asa yang disertai keinginan untuk mengakhiri hidup (57,8%). Temuan ini menunjukkan bahwa cara remaja merespons masalah sangat beragam dan sebagian di antaranya melibatkan respons yang berisiko terhadap kesehatan mental. Rendahnya literasi kesehatan mental pada remaja menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kondisi ini, di mana banyak remaja yang tidak mengenali gejala gangguan mental pada diri sendiri maupun orang lain, serta enggan mencari bantuan profesional (Yuliasari & Pusvitasari, 2023).

Di Bandung sendiri, permasalahan kesehatan mental juga menunjukkan angka yang mengkhawatirkan. Dinas Kesehatan Kota Bandung mencatat bahwa sekitar 50.000 warga mengalami masalah kesehatan mental hingga Mei 2026, dengan lebih dari separuhnya berada pada usia produktif. Selain itu, sebanyak 71.433 siswa dari jenjang SD hingga SMA di Kota Bandung terindikasi mengalami masalah kesehatan mental berdasarkan pemeriksaan yang dilakukan pada periode Agustus hingga Oktober 2025, setara dengan 48,19 persen dari 148.239 pelajar yang mengikuti pemeriksaan jiwa. Kondisi ini semakin diperparah dengan tercatatnya setidaknya enam kasus dugaan bunuh diri yang melibatkan anak dan remaja di Bandung antara September 2025 hingga Februari 2026 (Kompas.id, 2026). Data-data tersebut menunjukkan

bahwa permasalahan kesehatan mental di wilayah Bandung bukan sekadar isu individual, melainkan telah menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang membutuhkan penanganan sistematis dan berkelanjutan.

Salah satu tantangan dalam penanganan masalah kesehatan mental adalah masih terbatasnya akses masyarakat terhadap layanan kesehatan jiwa, baik di layanan spesialis maupun layanan kesehatan umum. Di Indonesia, ketimpangan antara jumlah tenaga profesional kesehatan mental dengan besarnya jumlah penduduk menjadi salah satu hambatan utama dalam pemenuhan layanan kesehatan mental yang merata. Kondisi ini tercermin dari tingkat cakupan layanan kesehatan jiwa di Indonesia yang dilaporkan sebesar 58,9 persen secara nasional, masih di bawah target standar pelayanan minimal sebesar 100 persen (Pasaribu dkk., 2024). Provinsi Jawa Barat sendiri mencatat tingkat cakupan yang lebih rendah, yakni sebesar 37,6 persen (Pasaribu dkk., 2024). Keterbatasan ini diperparah oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya jumlah sumber daya manusia yang memadai di bidang kesehatan jiwa, tumpang tindih tugas di antara tenaga kesehatan, serta fasilitas dan infrastruktur yang belum sepenuhnya mendukung penyelenggaraan layanan kesehatan jiwa yang optimal (Astrabel dkk., 2024). Selain itu, stigma yang masih kental di tengah masyarakat menyebabkan penderita dan keluarganya merasa malu dan takut untuk mencari perawatan yang sesuai, sehingga penanganan seringkali terlambat dilakukan (Astrabel dkk., 2024).

Kondisi ini menegaskan pentingnya menghadirkan layanan psikologi di layanan primer seperti Puskesmas. Puskesmas sebagai fasilitas kesehatan primer yang paling dekat dengan masyarakat memiliki potensi besar untuk menjadi garis terdepan dalam upaya promotif dan preventif kesehatan mental. Penelitian menunjukkan bahwa faktor pengetahuan tenaga kesehatan secara signifikan memengaruhi kualitas pelayanan kesehatan jiwa promotif di Puskesmas (Pasaribu dkk., 2024). Oleh karena itu, peningkatan kapasitas tenaga kesehatan di Puskesmas dalam bidang kesehatan jiwa, termasuk melalui kolaborasi dengan tenaga psikologi, menjadi kebutuhan yang mendesak. Program implementasi kesehatan jiwa di Puskesmas yang baik memerlukan komunikasi yang kuat antar petugas, koordinasi lintas sektor yang efektif, serta kegiatan edukasi dan promosi kesehatan jiwa yang berkelanjutan kepada masyarakat (Astrabel dkk., 2024).

UPTD Puskesmas Cibiru merupakan salah satu fasilitas kesehatan primer di Kota Bandung yang terus berkembang dalam memperluas jangkauan layanannya kepada masyarakat. Puskesmas ini tidak hanya menyelenggarakan pemeriksaan kesehatan di dalam gedung, tetapi juga aktif melaksanakan berbagai kegiatan kesehatan berbasis komunitas seperti Puskesmas keliling, Cek kesehatan gratis pada masyarakat dan posyandu secara rutin. Meskipun demikian, UPTD Puskesmas Cibiru belum memiliki tenaga psikolog tetap hingga saat ini. Layanan kesehatan mental di Puskesmas ini sebelumnya lebih banyak berfokus pada penyuluhan kesehatan fisik, sedangkan edukasi yang secara khusus membahas kesehatan mental masih sangat terbatas. Sejak tahun 2025, UPTD Puskesmas Cibiru mulai membuka program magang bagi mahasiswa psikologi, baik jenjang S1 maupun profesi, sebagai upaya untuk memperkuat layanan kesehatan mental di tingkat primer. Kehadiran mahasiswa psikologi profesi pertama yang magang satu tahun sebelumnya menjadi titik awal penguatan psikoedukasi dan konseling kesehatan mental di Puskesmas ini, termasuk pelaksanaan konseling kesehatan fisik dan mental bagi remaja yang dipimpin oleh petugas promosi kesehatan. Selain itu, Puskesmas Cibiru juga telah mengembangkan program P3LP (Pertolongan Pertama pada Luka Psikologis) yang disampaikan oleh dokter Puskesmas kepada siswa di sekolah-sekolah, khususnya jenjang SMP dan SMA. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun layanan kesehatan mental di UPTD Puskesmas Cibiru terus berkembang, kebutuhan akan tenaga psikologi dan program psikoedukasi yang berkelanjutan masih sangat besar, sehingga keterlibatan mahasiswa psikologi melalui program magang menjadi langkah strategis dalam menjawab kebutuhan tersebut.

Salah satu pendekatan yang saat ini banyak digunakan untuk meningkatkan literasi kesehatan mental masyarakat adalah intervensi berbasis edukasi. Literasi kesehatan mental didefinisikan sebagai pengetahuan dan keyakinan tentang gangguan mental yang membantu individu mengenali, mengelola, dan mencegah gangguan tersebut (Yuliasari & Pusvitasari, 2023). Rendahnya literasi kesehatan mental di Indonesia, terutama pada kelompok remaja, menjadi

tantangan tersendiri yang perlu segera diatasi. Penelitian Brooks dkk. (2021) mengembangkan intervensi literasi kesehatan mental yang disesuaikan dengan konteks budaya dan dikembangkan secara partisipatif bersama anak dan remaja, orang tua, serta tenaga kesehatan dan pendidikan di Pulau Jawa, Indonesia. Pendekatan tersebut menekankan pentingnya mempertimbangkan kebutuhan dan konteks pengguna dalam pengembangan intervensi literasi kesehatan mental (Brooks et al., 2021). Pengembangan intervensi yang mempertimbangkan konteks budaya lokal merupakan faktor kunci keberhasilan program literasi kesehatan mental di Indonesia (Brooks dkk, 2021). Lebih lanjut, evaluasi Brooks dkk. (2023) terhadap intervensi literasi kesehatan mental berbasis digital pada anak dan remaja usia 11-15 tahun di Jawa menunjukkan tingkat usability dan acceptability yang tinggi serta mendukung kelayakan penerapan dan evaluasi intervensi. Namun, perubahan hasil sebelum dan sesudah intervensi masih minimal, sehingga peneliti merekomendasikan penyempurnaan intervensi sebelum dilakukan evaluasi lebih lanjut (Brooks et al., 2023).

Upaya pencegahan gangguan kesehatan mental dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, salah satunya adalah edukasi. Pemberian edukasi tentang kesehatan mental merupakan langkah strategis dalam membangun kesejahteraan psikologis masyarakat, tidak hanya pada usia remaja, tetapi juga pada seluruh kelompok usia, mulai dari anak-anak hingga lansia. Salah satu bentuk edukasi yang saat ini banyak diterapkan adalah psikoedukasi, yakni pendekatan intervensi yang memadukan unsur psikoterapi dan edukasi untuk membantu individu meningkatkan pemahaman, kemampuan coping, dan pemberdayaan diri dalam menghadapi masalah kesehatan mental (Lukens & McFarlane, 2004). Bukti ilmiah terkini menunjukkan bahwa psikoedukasi terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan mental di berbagai kelompok sasaran dan setting, dengan meta-analisis terhadap 186 studi dari lebih dari 30 negara melaporkan pooled effect yang signifikan ($g = 0.66$) (Gkintoni & Vantarakis, 2026). Di Indonesia sendiri, berbagai studi dalam beberapa tahun terakhir juga mengonfirmasi bahwa psikoedukasi mampu meningkatkan literasi kesehatan mental secara signifikan, termasuk melalui pendekatan interaktif dan partisipatif yang terbukti efektif meningkatkan kemampuan peserta dalam mengenali gejala gangguan psikologis (Anggraini dkk, 2025).

Berdasarkan uraian di atas, kegiatan magang ini dilaksanakan di UPTD Puskesmas Cibiru selama tiga bulan oleh mahasiswa psikologi sebagai upaya nyata dalam mendukung layanan promotif dan preventif kesehatan mental di tingkat layanan primer. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap isu-isu kesehatan mental, baik bagi diri mereka sendiri maupun orang-orang di sekitarnya, sehingga kesehatan mental tidak lagi dipandang sebagai hal yang sepele. Selama kegiatan magang berlangsung, mahasiswa psikologi terlibat dalam berbagai kegiatan yang mendukung layanan kesehatan di Puskesmas, termasuk membantu proses skrining kesehatan mental, memberikan edukasi kesehatan mental kepada masyarakat, serta mengembangkan media edukasi berupa poster. Kegiatan penyuluhan diberikan kepada beberapa kelompok sasaran, yaitu peserta Prolanis, siswa sekolah dasar, serta siswa sekolah menengah pertama. Keterlibatan tersebut menjadi bentuk dukungan mahasiswa psikologi terhadap pelaksanaan upaya promotif dan preventif kesehatan mental di layanan primer.

2. METODE

Artikel pengabdian ini disusun berdasarkan kegiatan magang yang dilaksanakan di UPTD Puskesmas Cibiru selama tiga bulan, yaitu dari awal Maret hingga akhir Mei 2026. Metode pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi tiga tahap utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Pada tahap persiapan, mahasiswa melakukan koordinasi awal dengan supervisor dan petugas promosi kesehatan (Promkes) di UPTD Puskesmas Cibiru untuk menentukan kebutuhan layanan kesehatan mental yang belum terpenuhi. Berdasarkan hasil koordinasi tersebut, disepakati beberapa bentuk kegiatan yang akan dilaksanakan, meliputi asistensi administrasi kesehatan, pendampingan konseling, penyuluhan kesehatan mental, pembuatan media edukasi, dan pendampingan kegiatan P3LP. Mahasiswa juga menyiapkan

materi penyuluhan, desain poster edukasi, serta panduan wawancara untuk menggali perspektif petugas Promkes terhadap keefektifan kegiatan.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan dilakukan secara bertahap selama tiga bulan dengan mencakup beberapa aktivitas utama. Pertama, mahasiswa membantu kegiatan administrasi kesehatan dalam pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis (CKG), baik di dalam gedung Puskesmas maupun saat kunjungan lapangan ke posyandu, sekolah, dan kantor, termasuk penginputan data melalui aplikasi BPJS PCARE, SIKDA, dan Satu Sehat Indonesia. Kedua, mahasiswa melakukan pendampingan konseling kesehatan fisik dan mental dasar bersama petugas Promkes setiap hari Sabtu, dengan sasaran pasien anak dan remaja berusia 10 hingga 18 tahun menggunakan pendekatan HEEADSSS sebagai metode asesmen psikososial komprehensif yang mencakup aspek rumah, pendidikan, makan, aktivitas, obat-obatan, seksualitas, bunuh diri/depresi, dan keselamatan (Waller dkk., 2023). Ketiga, mahasiswa memberikan penyuluhan kesehatan mental kepada berbagai kelompok sasaran, meliputi peserta Prolanis (dewasa hingga lansia) sebanyak dua sesi dengan total peserta sekitar 30-40 orang per sesi, siswa kelas 6 SDN 050 Cibiru sebanyak dua sesi dengan total peserta sekitar 40 orang per kelas, serta siswa kelas 7 dan 8 SMP Muslimin dengan total peserta sekitar 30 orang dalam kegiatan P3LP (Pertolongan Pertama pada Luka Psikologis) yang dipimpin oleh dokter sekaligus Kepala UPTD Puskesmas Cibiru dan mengacu pada panduan resmi Kementerian Kesehatan (Kemenkes, 2024). Keempat, mahasiswa membuat lima poster edukasi kesehatan mental bertema psikologi lintas budaya, psikologi cyber, psikologi forensik, psikologi kebencanaan, dan P3LP, yang ditempatkan di berbagai area Puskesmas. Kelima, mahasiswa melakukan wawancara mendalam dengan petugas Promkes untuk menggali perspektif tenaga kesehatan terhadap respons masyarakat, hambatan yang dihadapi, serta dampak kegiatan psikoedukasi terhadap layanan kesehatan mental di Puskesmas. Proses penginputan data kesehatan pasien juga mencakup skrining kesehatan mental menggunakan PHQ-4 (Patient Health Questionnaire-4), yaitu instrumen skrining ultra-singkat yang telah terbukti valid dan reliabel untuk mendeteksi gejala depresi dan kecemasan (Adzrago dkk., 2024), serta SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire) yang telah divalidasi untuk mendeteksi masalah emosi dan perilaku pada remaja Indonesia (Luzanil & Turnip, 2021). Skrining PHQ-4 diterapkan kepada pasien usia 18 tahun ke atas hingga lansia, sementara SDQ digunakan untuk pasien usia 2 hingga 18 tahun.

Pada tahap evaluasi, keberhasilan kegiatan dinilai melalui dua cara. Pertama, melalui observasi langsung terhadap respons dan antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung, seperti keaktifan dalam sesi tanya jawab dan keterbukaan pasien dalam sesi konseling. Kedua, melalui hasil wawancara dengan petugas Promkes yang digunakan untuk menilai dampak kegiatan terhadap layanan kesehatan mental di Puskesmas, termasuk perubahan minat masyarakat terhadap layanan konseling dan penilaian petugas terhadap efektivitas psikoedukasi yang diberikan. Hasil wawancara tersebut selanjutnya dianalisis secara deskriptif dan disajikan sebagai data pendukung dalam bagian Hasil dan Pembahasan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan magang selama tiga bulan di UPTD Puskesmas Cibiru yang berlangsung dari 1 Maret hingga 31 Mei 2026 memberikan kontribusi nyata dalam mendukung proses pelayanan kesehatan di Puskesmas. Saat ini seluruh kegiatan pencatatan dan pelaporan di Puskesmas telah berbasis aplikasi digital, sehingga mahasiswa psikologi turut dilibatkan dalam penginputan data melalui aplikasi BPJS PCARE, SIKDA, dan Satu Sehat Indonesia.

3.1. Pencatatan dan Pelaporan Digital

Kegiatan penginputan data kehadiran pasien melalui aplikasi BPJS PCARE dilaksanakan setiap hari di dalam gedung Puskesmas, di mana dalam satu hari mahasiswa mampu menginput sebanyak 89 hingga 120 data kunjungan pasien. Kontribusi ini membantu Puskesmas dalam memenuhi target kunjungan minimal 3.000 pasien per bulan yang diwajibkan oleh sistem BPJS. Selain itu, mahasiswa turut berkontribusi dalam kegiatan Cek Kesehatan Gratis (CKG) yang

dilaksanakan setiap hari Senin hingga Kamis di berbagai lokasi, meliputi posyandu, sekolah mulai dari jenjang KB hingga SMA, serta kantor seperti dapur SPPG. Keterlibatan mahasiswa dalam CKG cukup signifikan mengingat Puskesmas kerap menghadapi keterbatasan tenaga kesehatan saat pelaksanaan di luar gedung.



Gambar 1. Mahasiswa membantu dalam penginputan BPJS PCARE.

Dalam kegiatan CKG, mahasiswa membantu penginputan data kesehatan fisik dan mental pasien menggunakan dua instrumen skrining yang terintegrasi dalam aplikasi SIKDA dan Satu Sehat Indonesia, yaitu PHQ-4 (Patient Health Questionnaire-4) untuk pasien usia 18 tahun ke atas dan SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire) untuk pasien usia 2 hingga 18 tahun. Mahasiswa juga berperan aktif dalam mengajukan pertanyaan skrining secara langsung kepada pasien yang belum familiar dengan penggunaan gawai, seperti anak-anak dan lansia. Pendekatan personal ini terbukti efektif dalam memfasilitasi keterbukaan pasien, sebagaimana terlihat dari antusiasme beberapa lansia yang secara terbuka menceritakan kondisi kesehatan mental mereka saat ditanya dengan pertanyaan PHQ-4.



Gambar 2. Mahasiswa membantu pengisian skrining kesehatan mental dan fisik pada aplikasi SIKDA dan Satu Sehat Indonesia, pada guru SDN 102 Cikudayasa Bandung

Hasil penginputan data menunjukkan bahwa secara umum sebagian besar pasien memiliki kondisi fisik yang baik. Namun, ditemukan beberapa pasien usia produktif menjelang lanjut usia yang mengalami diabetes melitus, kelebihan berat badan, dan tekanan darah tinggi akibat pola hidup yang kurang sehat. Dari sisi kesehatan mental, hasil skrining PHQ-4 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien berada dalam kondisi mental yang baik, meskipun beberapa melaporkan perasaan cemas dan kurang bersemangat yang berlangsung kurang dari satu minggu. Temuan yang perlu mendapat perhatian lebih diperoleh saat CKG di SD Krida Nusantara, di mana hasil skrining SDQ mengidentifikasi seorang murid yang diketahui memiliki riwayat panic attack dan sedang menjalani terapi dengan psikolog. Temuan ini menunjukkan pentingnya skrining kesehatan mental sejak dini sebagai bagian dari layanan kesehatan primer yang komprehensif (Pasaribu dkk., 2024). Berdasarkan kesepakatan antara dosen pembimbing lapangan dan supervisor, serangkaian kegiatan penginputan data ini dikategorikan ke dalam mata kuliah Psikologi Cyber karena melibatkan mahasiswa psikologi dalam kegiatan administrasi berbasis teknologi informasi.

3.1.1. Kegiatan Pendampingan Konseling Remaja dan Penyuluhan P3LP

Mahasiswa turut mendampingi petugas promosi kesehatan dalam pelaksanaan konseling pasien anak dan remaja setiap hari Sabtu pukul 08.00 hingga 11.00 WIB, dengan sasaran pasien

berusia 10 hingga 18 tahun yang sebelumnya telah menyelesaikan pemeriksaan di klaster 2. Konseling dilakukan menggunakan pendekatan HEEADSSS (Home, Education/Employment, Eating, Activities, Drugs, Sexuality, Suicide/Depression, Safety) sebagai kerangka asesmen komprehensif untuk menggali kondisi kesehatan remaja dari berbagai aspek kehidupan. Mahasiswa berperan sebagai pendamping sekaligus pencatat notulensi selama sesi berlangsung, dan setiap sesi diakhiri dengan diskusi reflektif antara petugas promkes dan mahasiswa.



Gambar 3. Kegiatan mendampingi petugas promkes konseling remaja

Berdasarkan observasi langsung, sebagian besar pasien masih tampak canggung dan kurang terbuka, meskipun sebagian lainnya sudah cukup nyaman dalam menyampaikan kondisi mereka. Dari pasien yang terbuka, ditemukan gambaran yang cukup beragam. Seorang pasien perempuan berusia 12 tahun yang merupakan santri di pondok pesantren mengaku kerap merasa cemas saat hendak menyetorkan hafalan dan menyampaikan bahwa keputusan masuk pondok bukan berasal dari keinginannya sendiri. Seorang anak laki-laki berusia 13 tahun mengaku mulai sering mengalami kepanikan sejak ayahnya meninggal dan sempat melakukan self-diagnosis. Sementara itu, seorang anak laki-laki berusia 11 tahun mengaku menjadi lebih sering menyendiri sejak orang tuanya berpisah. Selain ketiga kasus tersebut, kecemasan akademis menjadi keluhan yang paling banyak ditemukan, seperti kekhawatiran soal biaya sekolah, kecemasan menghadapi ujian, dan ketakutan tidak diterima di sekolah yang diinginkan. Temuan ini sejalan dengan data I-NAMHS yang menunjukkan bahwa remaja Indonesia rentan mengalami masalah kesehatan mental, namun sering kali tidak mendapatkan penanganan yang tepat (Erskine dkk., 2024). Sebagai tindak lanjut, petugas promkes memberikan arahan mengenai pola hidup sehat dan merujuk pasien dengan keluhan kesehatan mental untuk mengikuti konseling lanjutan di UPTD Puskesmas Cibiru.



Gambar 4. Mahasiswa membantu dan mendampingi penyuluhan P3LP

Mahasiswa juga turut mendampingi kegiatan P3LP (Pertolongan Pertama pada Luka Psikologis), program penyuluhan kesehatan mental yang diwajibkan oleh Kementerian Kesehatan, yang disampaikan oleh dokter sekaligus Kepala UPTD Puskesmas Cibiru kepada murid kelas 7 dan 8 SMP Muslimin dengan total peserta sekitar 30 orang. Mahasiswa berperan dalam menyiapkan materi presentasi PowerPoint yang merujuk pada Buku Saku P3LP (Kemenkes, 2024). Kegiatan mendapat respons yang sangat positif pada sesi tanya jawab, para murid dengan

antusias menyampaikan berbagai permasalahan yang mereka hadapi, mulai dari kesulitan menyaring informasi di media sosial, permasalahan hubungan keluarga, hingga kebingungan terkait ketertarikan romantis di usia remaja. Interaksi semakin hidup ketika Kepala Puskesmas meminta mahasiswa untuk berbagi pengalaman pribadi tentang masa SMP dan kesehatan mental, yang membuat audiens lebih mudah mengaitkan materi dengan pengalaman mereka sendiri. Keterbukaan peserta dalam sesi ini menunjukkan bahwa pendekatan sebaya (peer-sharing) efektif dalam menciptakan suasana yang lebih nyaman bagi remaja untuk membicarakan kesehatan mental. Keseluruhan kegiatan konseling dan P3LP ini diakui sebagai bagian dari mata kuliah Praktik Kerja Lapangan (PKL) berdasarkan kesepakatan Dosen Pembimbing Lapangan dan supervisor Puskesmas.

3.2. Kegiatan Penyuluhan Mahasiswa pada Masyarakat

Mahasiswa turut aktif dalam program penyuluhan di UPTD Puskesmas Cibiru. Penyuluhan di Puskesmas ini sebenarnya sudah rutin dilakukan, namun selama ini umumnya berfokus pada kesehatan fisik seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit menular, sementara penyuluhan yang secara khusus membahas kesehatan mental masih jarang dilaksanakan. Kehadiran mahasiswa psikologi semester 6 Universitas Negeri Semarang kali ini menghidupkan kembali kegiatan psikoedukasi kesehatan mental yang sebelumnya sempat berjalan saat ada mahasiswa psikologi profesi yang magang setahun sebelumnya.

Penyuluhan pertama mengangkat dua tema dalam rekognisi mata kuliah Psikologi Lintas Budaya, yaitu "Pentingnya Dukungan Sekitar" dan "Cara Mengelola Stres Sesuai Budaya Kita", yang disampaikan kepada peserta Prolanis selama dua hari berturut-turut dengan total peserta sekitar 30-40 orang per sesi. Materi disesuaikan dengan konteks budaya Sunda yang kental di Bandung, dengan fokus pada bagaimana nilai-nilai kebersamaan dalam budaya Sunda dapat menjadi sumber dukungan psikologis bagi kesehatan mental. Pendekatan berbasis budaya lokal ini penting karena intervensi yang mempertimbangkan konteks budaya terbukti lebih efektif diterima oleh masyarakat sasaran (Brooks dkk., 2021). Hasilnya, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama penyuluhan berlangsung dan beberapa aktif mengajukan pertanyaan di sesi diskusi. Respons positif ini sejalan dengan prinsip psikoedukasi yang menekankan penguatan dukungan sosial dan kemampuan coping individu sebagai bagian dari pendekatan promotif kesehatan mental (Lukens & McFarlane, 2004; Gkintoni & Vantarakis, 2026).



Gambar 5. Mahasiswa memberikan penyuluhan yang berjudul "Pentingnya Dukungan Sekitar" di acara Prolanis hari pertama



Gambar 6. Mahasiswa memberikan penyuluhan yang berjudul "Cara Mengelola Stres Sesuai Budaya Kita" di acara Prolanis hari kedua

Materi penyuluhan berikutnya bertema psikologi forensik dalam rekognisi mata kuliah Psikologi Forensik, berjudul "Stop Bullying", yang dilaksanakan di SDN 050 Cibiru saat kegiatan CKG kepada murid kelas 6A hingga 6C dengan total peserta sekitar 40 orang per kelas. Mahasiswa menyampaikan bentuk-bentuk bullying, dampaknya, serta cara sederhana untuk menghadapi dan melindungi teman dari bullying. Bullying merupakan permasalahan serius di lingkungan sekolah yang tidak hanya berdampak pada kondisi emosional sesaat, tetapi juga dapat memengaruhi perkembangan psikologis jangka panjang anak, termasuk meningkatkan risiko kecemasan, depresi, rendah diri, dan perilaku menyakiti diri sendiri (Wahani dkk., 2024). Hasil penyuluhan menunjukkan bahwa sebagian murid menyimak dengan baik, sementara sebagian lainnya tampak kurang fokus karena perhatian mereka terbagi dengan kegiatan CKG. Namun, penyuluhan tetap berlangsung interaktif ketika mahasiswa mengajukan pertanyaan pemantik seperti "Siapa di sini yang pernah melihat teman diganggu sampai menangis?" Beberapa murid pun bereaksi dan mengaku pernah menyaksikan temannya menangis karena dijahili. Respons ini menunjukkan bahwa isu bullying dekat dengan keseharian peserta dan relevan untuk diangkat sejak usia sekolah dasar.



Gambar 7. Mahasiswa memberikan Penyuluhan kepada murid-murid kelas 6A-6C yang berjudul "Stop Bullying" pada acara kunjungan CKG hari pertama di SDN050

Materi penyuluhan berikutnya bertema psikologi cyber dalam rekognisi mata kuliah Psikologi Cyber, berjudul "Bijak Memakai HP", yang dilaksanakan di SDN 050 Cibiru pada hari kedua CKG kepada murid kelas 6D hingga 6E dengan total peserta sekitar 40 orang. Mahasiswa menyampaikan dampak penggunaan HP secara berlebihan terhadap kesehatan fisik dan mental, serta memberikan tips sederhana agar penggunaan HP lebih bijak. Penggunaan screen time yang berlebihan terbukti dapat memengaruhi kesehatan fisik, aktivitas, dan perkembangan anak secara negatif (Rocka dkk., 2022). Secara umum, situasi penyuluhan pada hari pertama masih kurang kondusif, namun pada hari kedua murid terlihat lebih aktif merespons pertanyaan pemantik yang diajukan dan sebagian besar menyimak materi dengan cukup tekun. Perbedaan respons antara penyuluhan hari pertama (bullying) dan hari kedua (bijak pakai HP) menunjukkan bahwa tema yang berkaitan langsung dengan keseharian peserta cenderung mendapat respons yang lebih aktif, sejalan dengan temuan bahwa psikoedukasi yang relevan dengan konteks kehidupan peserta terbukti lebih efektif meningkatkan keterlibatan audiens (Anggraini dkk., 2025).



Gambar 8. Mahasiswa memberikan Penyuluhan kepada murid-murid kelas 6D dan 6E yang berjudul "Bijak Memakai HP" pada acara kunjungan CKG hari kedua di SDN050

3.2.1 Respons Masyarakat terhadap Psikoedukasi Kesehatan Mental

Berdasarkan hasil wawancara dengan petugas promosi kesehatan UPTD Puskesmas Cibiru, kegiatan psikoedukasi yang dilakukan mahasiswa mendapat respons yang cukup positif dari masyarakat. Psikoedukasi yang efektif tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga memperkuat dukungan sosial dan kemampuan coping individu (Lukens & McFarlane, 2004; Gkintoni & Vantarakis, 2026). Petugas promkes menyampaikan bahwa masyarakat "lumayan antusias...karena kebanyakan ternyata pengennya ada konseling langsung" (Wawancara Petugas Promkes, 2026). Hal ini mengindikasikan bahwa kebutuhan masyarakat terhadap layanan kesehatan mental di tingkat primer sesungguhnya cukup besar, namun selama ini belum sepenuhnya terfasilitasi. Petugas promkes juga menegaskan bahwa kehadiran tenaga psikologi, meskipun dalam kapasitas mahasiswa magang, memberikan nilai tambah tersendiri karena masyarakat cenderung lebih percaya dan lebih terbuka ketika berhadapan dengan seseorang yang berlatar belakang psikologi. Kondisi ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa cakupan layanan kesehatan jiwa di Indonesia masih jauh dari target, dengan Jawa Barat mencatat angka cakupan hanya 37,6 persen (Pasaribu dkk., 2024).

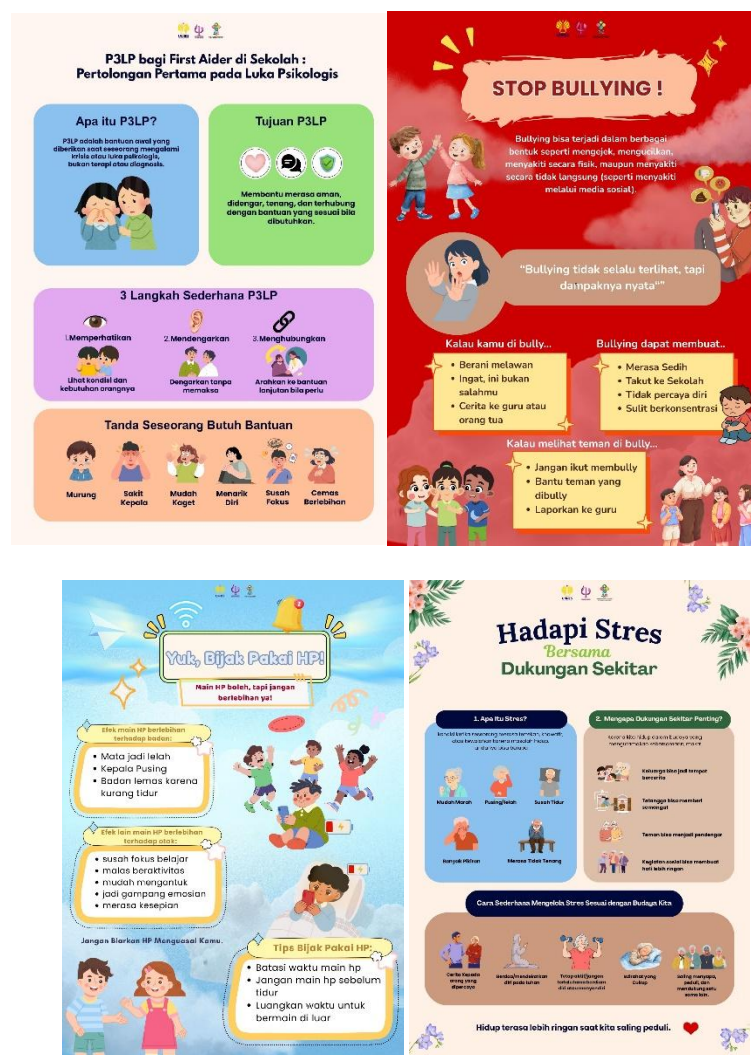
Terkait perbedaan respons masyarakat terhadap materi kesehatan mental dibandingkan dengan materi kesehatan fisik, petugas promkes mengamati bahwa mereka yang sedang mengalami atau dalam proses pengobatan masalah kesehatan mental cenderung lebih antusias dan tertarik untuk bertanya lebih lanjut. Setelah mengetahui bahwa Puskesmas Cibiru memiliki layanan konseling, beberapa di antaranya bahkan secara aktif menghubungi hotline Puskesmas untuk mendapatkan informasi lebih lanjut. Menariknya, dampak dari kehadiran mahasiswa psikologi profesi yang magang setahun sebelumnya bahkan sampai menghasilkan testimoni dan threads di media sosial yang menyebutkan bahwa Puskesmas Cibiru menyediakan layanan konseling gratis, sehingga semakin banyak masyarakat yang mengetahui dan memanfaatkan layanan tersebut. Hal ini dapat dipahami karena stigma terhadap masalah kesehatan mental diketahui dapat menurunkan kecenderungan seseorang untuk mencari pertolongan profesional (Rahayu & Nugraha, 2024), sehingga ketika ada ruang yang terasa aman dan terpercaya, masyarakat lebih berani untuk mengaksesnya.

Petugas promkes juga menyampaikan bahwa perubahan yang paling terlihat setelah adanya psikoedukasi adalah meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap kebutuhan kesehatan mental mereka sendiri, ditandai dengan bertambahnya pertanyaan melalui hotline Puskesmas, meningkatnya partisipasi dalam skrining kesehatan mental, serta adanya beberapa pasien yang kemudian mengakses layanan kesehatan mental lanjutan seperti berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater. Namun demikian, petugas promkes juga menekankan bahwa psikoedukasi tidak cukup dilakukan hanya sekali atau dua kali perubahan yang signifikan membutuhkan intervensi yang terus-menerus dan berkelanjutan. Petugas promkes menambahkan bahwa pendekatan yang digunakan perlu disesuaikan dengan kelompok usia, mengingat setiap kelompok memiliki karakteristik yang berbeda dalam menerima informasi kesehatan mental. Kelompok usia menengah dan lansia misalnya, cenderung bersikap pasrah terhadap kondisi yang mereka alami meskipun hasil skrining PHQ-4 menunjukkan adanya kecemasan hal ini mencerminkan rendahnya *perceived susceptibility* dan *perceived seriousness* terhadap masalah kesehatan mental (Rosenstock, 1974; Meliana & Jatmika, 2021). Sementara kelompok remaja lebih mudah terbawa emosi dan membutuhkan ruang konseling yang lebih personal, sebagaimana tercermin dari temuan konseling bahwa banyak remaja yang baru mau terbuka setelah digali lebih dalam (Erskine dkk., 2024). Oleh karena itu, petugas promkes menekankan pentingnya keberlanjutan program psikoedukasi dan keterlibatan tenaga psikologi secara berkesinambungan di Puskesmas agar dampaknya dapat dirasakan secara lebih luas dan merata di seluruh lapisan masyarakat.

3.3. Pembuatan Poster Psikoedukasi

Selain penyuluhan secara langsung, mahasiswa juga menyusun media poster sebagai penguat pesan psikoedukasi yang dapat diakses masyarakat secara mandiri. Poster yang dibuat mencakup empat tema utama yaitu "Bijak Memakai HP" (Psikologi Cyber), "Hadapi Stres Bersama Dukungan Sekitar" (Psikologi Lintas Budaya), "Stop Bullying" (Psikologi Forensik), dan "P3LP

bagi First Aider di Sekolah" (PKL). Isi poster disusun dengan bahasa yang sederhana dan visual yang menarik, mencakup dampak penggunaan HP berlebihan terhadap tubuh dan fokus belajar, cara sederhana mengelola stres melalui dukungan sosial, bentuk-bentuk bullying beserta dampaknya, serta langkah dasar P3LP berupa memperhatikan, mendengarkan, dan menghubungkan. Poster-poster ini ditempatkan secara strategis di berbagai area Puskesmas, meliputi ruang konseling, area aula, dan ruang tunggu pasien di lantai 1, sehingga dapat dilihat oleh pengunjung Puskesmas dari berbagai kelompok usia yang datang dengan berbagai keperluan. Penggunaan media visual seperti poster merupakan salah satu pendekatan efektif dalam penyebaran informasi kesehatan mental karena memungkinkan pesan tetap tersampaikan bahkan setelah sesi penyuluhan selesai (Anggraini dkk., 2025). Meskipun tidak dilakukan pengukuran formal terhadap perubahan pengetahuan, kehadiran poster ini berfungsi sebagai pengingat berkelanjutan (reinforcement) yang memperkuat pesan yang telah disampaikan melalui penyuluhan langsung, sejalan dengan prinsip psikoedukasi bahwa informasi perlu disampaikan secara berulang dan melalui berbagai media agar dapat diserap secara optimal (Lukens & McFarlane, 2004).



Gambar 9. Poster Psikoedukasi

(1) Poster di kiri atas merupakan poster setelah pemberian materi penyuluhan P3LP yang diberikan di SMP Muslimin

(2) Poster di kanan atas merupakan poster setelah pemberian materi penyuluhan berjudul "Stop Bullying" yang diberikan di SDN050 Cibiru

(3) Poster di kiri bawah merupakan poster setelah pemberian materi penyuluhan

berjudul “Bijak Memakai HP” yang diberikan di SDN050 Cibiru

(4) Poster di kanan bawah merupakan poster setelah pemberian materi penyuluhan berjudul “Pentingnya Dukungan Sekitar” dan “Cara Mengelola Stres Sesuai Budaya Kita”, dua judul tersebut dijadikan dalam satu poster psikoedukasi



Gambar 10. Poster dalam rekognisi mata kuliah Psikologi Kebencanaan

Selain poster penyuluhan, mahasiswa juga menyusun media edukasi berbentuk poster dalam rekognisi mata kuliah Psikologi Kebencanaan, bertema "Tetap Tenang, Tetap Siaga". Poster ini memuat lima langkah sederhana dalam menghadapi keadaan darurat, yaitu mengenali tanda panik, menarik napas perlahan, mendengarkan arahan petugas, fokus pada langkah aman, serta menenangkan diri dan membantu orang lain. Desain poster dibuat dengan tampilan visual yang komunikatif dan mudah dipahami oleh pengunjung Puskesmas dari berbagai latar belakang. Pendekatan ini mendukung upaya promotif dalam psikologi kebencanaan, yaitu membangun kesiapan psikologis masyarakat sebelum keadaan darurat benar-benar terjadi, dengan menekankan bahwa respons yang efektif terhadap situasi darurat tidak selalu membutuhkan tindakan yang rumit melainkan dimulai dari kemampuan mengenali dan mengelola respons panik diri sendiri (Gkintoni & Vantarakis, 2026).

3.4. Ikut Serta Dalam Kunjungan Ke Rumah Lansia

Sebagai bagian dari rekognisi mata kuliah Psikologi Lintas Budaya, mahasiswa turut serta dalam kegiatan kunjungan rumah kepada seorang lansia yang tinggal seorang diri dan menderita hipertensi. Dalam kunjungan tersebut, petugas kesehatan dan penanggung jawab program lansia memberikan edukasi mengenai pentingnya kontrol rutin ke puskesmas atau posyandu, kepatuhan dalam mengonsumsi obat, serta menjaga pola hidup sehat. Mahasiswa turut berperan dalam memberikan dukungan psikososial dengan mendorong lansia tersebut untuk tetap bersemangat menjalani kehidupan sehari-hari, meskipun anak-anaknya sudah tidak tinggal serumah.

Kondisi lansia yang tinggal seorang diri merupakan faktor risiko psikologis yang perlu mendapat perhatian serius, karena kesepian dan kurangnya dukungan sosial pada kelompok lansia dapat memperburuk kondisi kesehatan fisik maupun mental mereka (Erskine dkk., 2024). Dalam konteks budaya Sunda yang menjunjung tinggi nilai kebersamaan dan kekeluargaan, kondisi tinggal sendiri dapat menjadi beban psikologis tersendiri bagi lansia. Kegiatan kunjungan rumah seperti ini mencerminkan pendekatan komunitas yang holistik dalam layanan kesehatan primer, di mana perhatian tidak hanya diberikan terhadap kondisi fisik pasien tetapi juga terhadap aspek psikologis dan sosialnya (Astrabel dkk., 2025). Keterlibatan mahasiswa psikologi dalam kunjungan ini juga memberikan perspektif tambahan bagi petugas kesehatan dalam memahami kebutuhan psikologis lansia, sekaligus menjadi pengalaman berharga bagi mahasiswa dalam mengaplikasikan ilmu psikologi lintas budaya di konteks nyata layanan kesehatan masyarakat.

4. KESIMPULAN

Kegiatan magang selama tiga bulan di UPTD Puskesmas Cibiru membuktikan bahwa mahasiswa psikologi dapat memberikan kontribusi yang nyata dalam mendukung upaya promotif dan preventif kesehatan mental di layanan primer. Kontribusi yang diberikan mencakup asistensi administrasi digital berbasis PHQ-4 dan SDQ, pendampingan konseling anak dan remaja menggunakan pendekatan HEEADSSS, penyuluhan kesehatan mental kepada lebih dari 150 peserta dari berbagai kelompok usia, kunjungan rumah kepada lansia sebagai bentuk dukungan psikososial langsung, pendampingan kegiatan P3LP, serta pembuatan lima poster edukasi kesehatan mental.

Capaian utama kegiatan ini tercermin dari beberapa indikator positif, yaitu antusiasme peserta dalam setiap sesi penyuluhan, keterbukaan pasien remaja dalam sesi konseling, meningkatnya pertanyaan masyarakat melalui hotline Puskesmas terkait layanan konseling, serta adanya beberapa pasien yang kemudian mengakses layanan kesehatan mental lanjutan secara profesional. Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi yang disampaikan secara interaktif, kontekstual, dan berkelanjutan terbukti efektif sebagai strategi promotif-preventif dalam meningkatkan literasi dan kesadaran kesehatan mental masyarakat di layanan primer (Gkintoni & Vantarakis, 2026; Anggraini dkk., 2025).

Pembelajaran penting dari kegiatan ini adalah bahwa pendekatan psikoedukasi perlu disesuaikan dengan karakteristik kelompok usia, kelompok lansia membutuhkan pendekatan yang lebih personal dan berulang, sementara kelompok remaja membutuhkan ruang yang aman untuk bercerita. Selain itu, kegiatan ini menegaskan bahwa keterlibatan mahasiswa psikologi di Puskesmas bukan sekadar pelengkap, melainkan kebutuhan nyata mengingat tidak semua Puskesmas di Kota Bandung memiliki tenaga psikologi tetap.

Berdasarkan hal tersebut, direkomendasikan agar UPTD Puskesmas Cibiru dan Universitas Negeri Semarang menjadikan program magang psikologi ini sebagai kolaborasi yang terstruktur dan berkelanjutan, misalnya melalui program magang rutin setiap semester, pengembangan modul psikoedukasi berbasis budaya lokal yang dapat digunakan secara mandiri oleh petugas Puskesmas, serta penambahan tenaga psikolog tetap di Puskesmas sebagai langkah jangka panjang dalam memperkuat layanan kesehatan mental berbasis komunitas di tingkat primer.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada UPTD Puskesmas Cibiru atas kesempatan yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan magang. Apresiasi juga disampaikan kepada seluruh petugas kesehatan, khususnya petugas promosi kesehatan, yang telah memberikan dukungan dan kerja sama selama kegiatan berlangsung, kepada *supervisor*, Bapak dr. Abdul Azis, yang telah membimbing penulis selama menjalani magang, serta kepada ibu kepala puskesmas atas bantuan dan bimbingan yang diberikan selama ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Universitas Negeri Semarang, khususnya Dosen Pembimbing Lapangan Ibu Dyah Ayu Rahmawati, atas arahan dan bimbingan dalam pelaksanaan magang dan penulisan artikel ini. Tidak lupa, penulis menyampaikan apresiasi kepada sahabat-sahabat di Bandung yang telah memberikan dukungan dan semangat selama kegiatan magang berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Adzrago, D., Walker, T. J., & Williams, F. (2024). Reliability and validity of the Patient Health Questionnaire-4 scale and its subscales of depression and anxiety among US adults based on nativity. *BMC Psychiatry*, 24, 213. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05665-8>
- Anggraini, R. P., Husnina, L., Sutedja, A. A., & Mawarti, H. (2025). Psikoedukasi untuk peningkatan literasi kesehatan mental siswa kelas IX MTs Mambaul Murukan Jombang. *SEPAKAT: Sesi Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 159–164.

<https://doi.org/10.56371/sepakat.v5i2.495>

- Astrabel, E., Rahajeng, E., Dewi, O., Mitra, Alamsyah, A., & Rafli, R. A. (2025). Implementasi program kesehatan jiwa di pusat kesehatan masyarakat (Puskesmas) wilayah kerja Kota Pekanbaru tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 12(1), 186–196. <https://www.jurnalmadanimedika.ac.id/JMM/article/download/414/239>
- Brooks, H., Syarif, A. K., Pedley, R., Irmansyah, I., Prawira, B., Lovell, K., Opitasari, C., Ardisasmita, A., Tanjung, I. S., Renwick, L., Salim, S., & Bee, P. (2021). Improving mental health literacy among young people aged 11–15 years in Java, Indonesia: The co-development of a culturally-appropriate, user-centred resource (The IMPeTUs Intervention). *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 15(56). <https://doi.org/10.1186/s13034-021-00410-5>
- Brooks, H., Irmansyah, I., Syarif, A. K., Pedley, R., Renwick, L., Rahayu, A. P., Manik, C., Prawira, B., Hann, M., Brierley, H., Lovell, K., & Bee, P. (2023). Evaluating a prototype digital mental health literacy intervention for children and young people aged 11–15 in Java, Indonesia: A mixed methods, multi-site case study evaluation. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 17(79). <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00608-9>
- Erskine, H. E., Maravilla, J. C., Wado, Y. D., Wahdi, A. E., Loi, V. M., Fine, S. L., Li, M., Ramaiya, A., Wekesah, F. M., Odunga, S. A., Njeri, A., Setyawan, A., Astrini, Y. P., Rachmawati, R., Hoa, D. T. K., Wallis, K., McGrath, C., Shadid, J., Enright, M. E., ... Scott, J. G. (2024). Prevalence of adolescent mental disorders in Kenya, Indonesia, and Viet Nam measured by the National Adolescent Mental Health Surveys (NAMHS): A multi-national cross-sectional study. *The Lancet*. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)02641-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)02641-7)
- Gkintoni, E., & Vantarakis, A. (2026). Toward personalized psychoeducational interventions for psychophysical health: A systematic review and meta-analysis for tailored intervention selection. *Journal of Personalized Medicine*, 16(4), 215. <https://doi.org/10.3390/jpm16040215>
- <https://www.kompas.id/artikel/50000-warga-bandung-alami-masalah-mental-puskesmas-masuk-puskesmas>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Buku saku pertolongan pertama pada luka psikologis bagi first aider di sekolah jenjang SMP & SMA. Kementerian Kesehatan RI.
- Lukens, E.P., & McFarlane, W.R. (2004). Psychoeducation as Evidence-Based Practice: Considerations for Practice, Research, and Policy. *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 4(3), 205–225. <https://doi.org/10.1093/brief-treatment/mhh019>
- Luzanil, S. T., & Turnip, S. S. (2021). The strengths and difficulties questionnaire self-report: sensitivity and specificity testing to identify conduct problems in Indonesian adolescents. *Asian Journal of Psychiatry*, 63, 102800. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102800>
- Meliana, A., & Jatmika, D. (2021). Health Belief Model dan budaya individualis-kolektif terhadap kepatuhan protokol kesehatan. *Jurnal Rekayasa Sistem & Industri (JRSI)*. <https://doi.org/10.25124/JRSI.V8I1.469>
- Pasaribu, R. O., Shaluhiah, Z., & Sutningsih, D. (2024). Pengaruh faktor pengetahuan dan sarana prasarana terhadap pelayanan kesehatan jiwa promotif di Puskesmas Kabupaten X. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(1), 154–160. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i1.4332>
- Rahayu, H., & Nugraha, E. (2024). Stigma masyarakat terhadap pasien orang dengan gangguan jiwa di wilayah kerja UPT Puskesmas Pasawahan Kota Bandung: Implikasi konseling psikososial. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 14(1), 19–32. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt>
- Rocka, A., Jasielska, F., Madras, D., Krawiec, P., & Pac-Kozuchowska, E. (2022). The impact of digital screen time on dietary habits and physical activity in children and adolescents. *Nutrients*, 14(14), 2985. <https://doi.org/10.3390/nu14142985>

- Rosenstock, I. M. (1974). Historical origins of the Health Belief Model. *Health Education Monographs*, 2(4), 328–335. <https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Wahani, A. M. I., Kuhu, M. M., & Suoth, L. F. (2024). Pencegahan dan penanganan bullying di lingkungan sekolah. *Journal of Empowerment*, 5(2), 229–240. <https://jurnal.unsur.ac.id/index.php/je/article/view/4528>
- Waller, G., Bailey, C., Zolfaghari, A., Ho, J., Feuerlicht, M., Ross, J., & Steinbeck, K. (2023). Psychosocial assessment of adolescents and young adults in paediatric hospital settings: patient and staff perspectives on implementation of the e-HEEADSSS. *BMC Health Services Research*, 23, 683. <https://doi.org/10.1186/s12913-023-09621-2>
- Yuliasari, H., & Pusvitasari, P. (2023). Mental health literacy ditinjau dari big five personality traits pada remaja di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Sains & Profesi*, 7(1), 1–12. <https://jurnal.unpad.ac.id/jpsp/>

Halaman ini dikosongkan