Djoko Priyono

Manuskrip PKM Dwin Seprian.pdf

Turnitin Check

Turnitin Check

Universitas Tanjungpura

Document Details

Submission ID
trn:oid:::1:3608407964

Submission Date
Jul 9, 2026, 8:17 AM GMT+7

Download Date
Jul 9, 2026, 8:20 AM GMT+7

File Name
Manuskrip_PKM_Dwin_Seprian.pdf

File Size
1.5 MB

9 Pages

4,031 Words

26,595 Characters

21% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text

Exclusions

- 5 Excluded Matches

Top Sources

19% Internet sources
15% Publications
3% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

19% Internet sources
15% Publications
3% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	
journal.aiska-university.ac.id		8%
2	Internet	
ejurnalmalahayati.ac.id		2%
3	Publication	
Rahel Lamtiur, Robiatun Amalia Ranti, Dwi Ratna Sari Handayani. "Hubungan Akt...		1%
4	Publication	
Sagina Herlicka, Ruslinawati Ruslinawati, Yenny Okvitasari. "Pengaruh Edukasi M...		<1%
5	Internet	
www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id		<1%
6	Publication	
Kartini Kartini, Nabilah Husna Fitriyani, Victoria Yulita Fitriani. "Penyluhan Tenta...		<1%
7	Internet	
journal.ummat.ac.id		<1%
8	Internet	
www.sciencegate.app		<1%
9	Student papers	
Universitas Negeri Jakarta		<1%
10	Publication	
Aris Widiyanto. "Edukasi Kesehatan sebagai Upaya Pencegahan Hiperurisemia ba...		<1%
11	Internet	
jpmi.journals.id		<1%

12	Publication	Sastria Handayani, Rahma Elliya, Prima Dian Furqoni. "Pengaruh pijat punggung ... <1%
13	Internet	ejournal.stikeskepanjen-pemkabmalang.ac.id <1%
14	Publication	Nur Husnul Khatimah, Nur Abri Joto, Nurul Ramadhan, Dea Zara Avila, Alkhair, ... <1%
15	Internet	eprints.cibinstitute.com <1%
16	Internet	text-id.123dok.com <1%
17	Internet	www.neliti.com <1%
18	Publication	Shinta Wulandari, Alfa Frista Arta, Selvi Megawati, Cut Syarif Thursina et al. "Upa... <1%
19	Publication	Triyana Harlia Putri, Faisal Kholid Fahdi, Yuyun Tafwidhah, Nadia Rahmawati, Tita... <1%
20	Internet	ejournal.nusamandiri.ac.id <1%
21	Internet	journal.umpr.ac.id <1%
22	Internet	repo-dosen.ulm.ac.id <1%
23	Internet	reposister.almaata.ac.id <1%
24	Internet	repository.unej.ac.id <1%
25	Publication	Damiasih Damiasih, Parama Kartika Dewa, Santi Budiman. "Pendampingan Perjal... <1%

26	Publication	Fatiah Handayani, Zamzaliza Abdul Mulud, Angga Wilandika. "Pengendalian Mas... <1%
27	Internet	bmcmededuc.biomedcentral.com <1%
28	Internet	digilib.unisayogya.ac.id <1%
29	Internet	es.scribd.com <1%
30	Internet	id.scribd.com <1%
31	Internet	www.researchgate.net <1%
32	Internet	www.scribd.com <1%
33	Internet	zorrosrestaurant.com <1%
34	Publication	Annisa Ayu Lestari, Sawi Sujarwo. "Healthy Living Behavior Counseling to Improv... <1%
35	Publication	Dwin Seprian, Ainun Najib Febrya Rahman, Haryati Septiani, Faisal Kholid Fahdi, T... <1%

Volume 4 No.2 September 2024
E-ISSN : 2808-2478
Website : https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/empowerment
E-mail : empowerment@aiska-university.ac.id
Doi : https://doi.org/10.30787/empowerment.v4i2.1458

EMPOWERMENT JOURNAL
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL LANSIA DENGAN PENYAKIT KRONIS MELALUI PENDEKATAN PSIKOEDUKASI DI UPT PUSKESMAS KOM YOS SUDARSO PONTIANAK

Dwin Seprian[1], Djoko Priyono[2], Muhammad Luthfi[3], Faisal Kholid Fahdi[4]

[1-4] Prodi Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura Pontianak
email: dwinseprian@ners.untan.ac.id

ABSTRAK

Lansia yang mengidap penyakit kronis memiliki risiko mengalami gangguan kesehatan mental sebagai akibat menurunnya kemampuan fisik, meningkatnya ketergantungan pada orang lain, serta perubahan peran sosial. Pengabdian masyarakat ini bertujuan menambah wawasan dan membangun kepedulian lansia pengidap penyakit kronis terhadap isu kesehatan mental. Pelaksanaan kegiatan berlokasi di area binaan UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso, Kota Pontianak, dengan jumlah partisipan sebanyak 30 orang lansia. Pendekatan yang diterapkan mencakup pemberian edukasi seputar kesehatan mental, sesi diskusi berkelompok, serta pengukuran hasil melalui instrumen *pre-test* dan *post-test*. Penyampaian materi mengulas tentang pengenalan dasar kesehatan mental, teknik mengelola stres dan rasa cemas, serta cara beradaptasi dengan kondisi sakit. Pengujian data dilaksanakan menggunakan *paired sample t-test*. Temuan kegiatan memperlihatkan bahwa sebelum diberikan edukasi, mayoritas peserta berada pada kategori pengetahuan sedang (80%), sementara sesudah edukasi diberikan, sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan tinggi (86,7%). Hasil pengujian statistik memperoleh nilai p = 0,001 (<0,05), yang mengindikasikan adanya perbedaan bermakna pada tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Edukasi kesehatan mental dengan metode psikoedukasi terbukti mampu meningkatkan pemahaman lansia akan pentingnya menjaga kesehatan mental di tengah kondisi penyakit kronis yang dihadapi. Program ini dapat dijadikan program berkelanjutan yang terintegrasi dalam Posyandu Lansia ataupun Prolanis, disertai penguatan peran serta keluarga sebagai dukungan sosial lansia.

Kata Kunci: Lansia, Penyakit Kronis, Kesehatan Mental, Psikoedukasi

ABSTRACT

Elderly individuals suffering from chronic diseases are at risk of experiencing mental health problems as a result of declining physical function, increasing dependence on others, and changes in social roles. This community service activity aims to enhance knowledge and build awareness among elderly people with chronic diseases regarding mental health issues. The activity was conducted in the working area of UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso, Pontianak City, involving 30 elderly participants. The approach applied included the provision of mental health education, group discussion sessions, and outcome measurement through pre-test and post-test instruments. The material delivered covered the basic introduction to mental health, techniques for managing stress and anxiety, and ways of adapting to illness conditions. Data analysis was carried out using a paired sample t-test. The findings showed that before the education was given, the majority of participants were in the moderate knowledge category (80%), whereas after the education was given, most participants were in the high knowledge category (86.7%). The statistical test results obtained a p-value of 0.001 (<0.05), indicating a significant difference in the level of knowledge before and after the education was provided. Mental health education using the psychoeducation method has proven capable of improving elderly people's understanding of the importance of maintaining mental health amid the chronic disease conditions they face. This program can be adopted as a sustainable program integrated into the Elderly Posyandu or Prolanis, accompanied by strengthening family involvement as a form of social support for the elderly.

Keywords: *Elderly, Chronic Disease, Mental Health, Psychoeducation*

Volume 4 No.2 September 2024
ISSN : 2808-2478
Website : https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/empowerment
E-mail : empowerment@aiska-university.ac.id
Doi : https://doi.org/10.30787/empowerment.v4i2.1458

EMPOWERMENT JOURNAL
Universitas 'Aisyiyah Surakarta
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

PENDAHULUAN

Lansia merupakan kelompok usia yang berada pada tahap akhir kehidupan dan memiliki risiko tinggi mengalami berbagai masalah kesehatan. Seiring bertambahnya usia, fungsi tubuh akan menurun, muncul berbagai penyakit, meningkatnya risiko jatuh, gangguan keseimbangan, serta menurunnya sistem kekebalan tubuh (Asim *et al.*, 2021). Kondisi ini dapat menyebabkan munculnya penyakit baik akut maupun kronis pada lansia (Alharbi *et al.*, 2020). Penyakit kronis yang sering muncul pada lansia adalah diabetes melitus, hipertensi, dan osteoartritis. Penyakit-penyakit tersebut tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap kesehatan mental lansia (Karthika *et al.*, 2025). Kondisi ini menjadikan lansia sebagai kelompok yang membutuhkan perhatian khusus dalam upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan.

Menurut *World Health Organization* (WHO), populasi lansia secara global mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Pada tahun 2023, jumlah penduduk usia 60 tahun ke atas mencapai sekitar 1,1 miliar orang, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 1,4 miliar pada tahun 2030 (World Health Organization, 2025). Di Indonesia, menunjukkan bahwa proporsi penduduk usia 60 tahun ke atas mencapai sekitar 11,5% dari total populasi (World Health Organization, 2023). Untuk Provinsi Kalimantan Barat populasi lansia berada pada kisaran 9–10% dari total populasi, dan di tingkat daerah, data di Kota Pontianak tahun 2024 menunjukkan bahwa jumlah lansia mencapai 73.063 jiwa (Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Barat, 2025).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui SKI (2023), penyakit kronis pada lansia di Indonesia masih tergolong tinggi. Prevalensi lansia yang mengalami Diabetes Melitus tercatat sebesar 11,7%, diikuti Hipertensi mencapai 56,8%, dan Osteoartritis hampir 19% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Data ini menunjukkan bahwa penyakit kronis pada lansia merupakan masalah kesehatan yang serius dan memerlukan penanganan menyeluruh, baik secara fisik maupun psikologis.

Pengelolaan penyakit kronis pada lansia membutuhkan pendekatan yang berkelanjutan dan tidak hanya berorientasi pada penanganan medis, tetapi juga mencakup aspek psikologis dan sosial (Jiakponna et al., 2024). Lansia sering dihadapkan pada berbagai keterbatasan, seperti penurunan kemampuan fisik, meningkatnya ketergantungan terhadap orang lain, serta perubahan peran dalam kehidupan sosial yang dapat menimbulkan stres (Dhani et al., 2025). Status kesehatan yang menurun serta ketidakberdayaan lansia untuk beraktivitas bertolak belakang dengan keinginan lansia untuk sehat. Ketidakesuaian harapan lansia terhadap hidupnya serta stigma dari lingkungan akan meningkatkan resiko stres dan berdampak pada status kesehatan mental (Budiono and Rivai, 2021). Di sisi lain, masih banyak lansia yang belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai penyakit yang mereka alami, sehingga berpengaruh pada rendahnya kepatuhan dalam menjalani pengobatan dan perawatan diri.

Peran aspek psikososial sangat penting dalam menunjang keberhasilan pengelolaan penyakit kronis. Dukungan keluarga, kemampuan mengelola emosi, serta penerapan strategi koping yang adaptif dapat membantu lansia dalam menghadapi kondisi kesehatannya (Tang *et al.*, 2022). Namun, keterbatasan dalam penyediaan edukasi yang terarah serta minimnya intervensi yang berfokus pada kesehatan mental menyebabkan permasalahan ini belum tertangani secara optimal. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui pendekatan psikoedukasi, yaitu intervensi yang mengombinasikan pemberian informasi dengan penguatan keterampilan psikologis, seperti manajemen stres, regulasi emosi, dan peningkatan kemampuan adaptasi (Apriyanti *et al.*, 2023). Melalui pendekatan ini, lansia diharapkan tidak hanya memahami kondisi penyakitnya, tetapi juga mampu menyesuaikan diri secara psikologis sehingga kualitas hidupnya dapat meningkat.

Sejumlah program yang telah dilaksanakan memperlihatkan bahwa pendekatan psikoedukasi memberi dampak positif terhadap kondisi psikologis, baik pada lansia itu sendiri maupun pada pihak yang merawatnya. Intervensi yang memadukan pelatihan strategi coping, teknik relaksasi, dan

Jurnal Empowerment Volume__ No.__ Sepetember 2022 ISSN : (_____)
Website : https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/empowerment e-ISSN : 2808-2478
Doi : https://doi.org/10.30787/empowerment.v3i2

pengelolaan stres terbukti mampu memperluas wawasan sekaligus memperkuat kemampuan penyesuaian diri secara psikologis pada peserta (Prayitno *et al.*, 2024). Hal tersebut tampak pada pelaksanaan psikoedukasi bagi para lansia dengan hipertensi yang terjadi penurunan tekanan emosi dan kecemasan berlebih, sehingga pendampingan psikologis yang terarah menjadi hal yang penting untuk dipenuhi (Miru, 2026). Namun, mayoritas program psikoedukasi yang pernah dilakukan cenderung hanya menyasar satu jenis penyakit kronis serta kelompok peserta yang terbatas cakupannya. Selain itu, program sebelumnya umumnya lebih menonjolkan sisi pengetahuan medis semata, misalnya pencegahan komplikasi hipertensi dan diabetes, tanpa dibarengi upaya penguatan psikologis maupun pendampingan kesehatan mental yang berkelanjutan bagi lansia.

Kondisi kesenjangan tersebut menjadi dasar pentingnya menghadirkan inovasi program psikoedukasi yang tersusun secara sistematis dan berkelanjutan, yang memadukan edukasi seputar pengelolaan penyakit kronis, pelatihan pengendalian emosi, serta penguatan jejaring dukungan sosial baik dari keluarga maupun kader kesehatan setempat. Melalui kegiatan pengabdian ini, diharapkan lahir sebuah model intervensi psikoedukasi yang tidak sekadar menambah pengetahuan lansia tentang kondisi kesehatannya, melainkan juga mampu meningkatkan resiliensi serta kualitas hidup lansia dengan penyakit kronis di UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso Pontianak secara berkesinambungan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di mushola wilayah binaan UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso Kota Pontianak pada hari Jumat, 19 Juni 2026, pukul 13.30–17.00 WIB dengan melibatkan 30 lansia yang menderita penyakit kronis. Metode yang digunakan adalah edukasi kesehatan mental dengan pendekatan psikoedukasi, diskusi kelompok, serta evaluasi berbasis *pre-test* dan *post-test*. Alat dan bahan yang digunakan meliputi leaflet, laptop, proyektor, layar sebagai media pemaparan edukasi, serta speaker aktif. Materi edukasi disajikan dalam bentuk pengenalan kesehatan mental pada lansia, manajemen stres, pengelolaan emosi, dan cara beradaptasi dengan penyakit kronis. Instrumen evaluasi terdiri atas kuesioner pengerahuan kesehatan mental *pre-test* dan *post-test*, lembar observasi keterlibatan lansia, serta dokumentasi berupa foto, video, dan wawancara singkat. Sebagai bentuk apresiasi, tim PKM menyiapkan bingkisan sederhana bagi peserta yang aktif berpartisipasi.

Kegiatan dimulai dari tahap persiapan melalui koordinasi bersama mitra PKM untuk mengkaji permasalahan dan memastikan kesediaan mitra dalam pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya, tim menyusun kepanitiaan, proposal kegiatan, serta berbagai perlengkapan penunjang, seperti formulir pendaftaran, undangan, kuesioner *pre-test* dan *post-test*, serta bingkisan peserta. Tahap ini diakhiri dengan koordinasi bersama UPT Puskesmas Kom Yos Sudarso Pontianak sebagai lokasi kegiatan untuk memastikan kesiapan tempat dan jadwal pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan, kegiatan dilakukan secara tatap muka dengan penyampaian materi oleh tiga narasumber. Ns. Dwin Seprian, S.Kep., M.Kep membahas pengenalan kesehatan mental pada lansia dengan penyakit kronis serta pentingnya dukungan keluarga. Ns. Djoko Priyono, S.Kep., M.Kep memaparkan strategi pengelolaan stres dan kecemasan melalui psikoedukasi serta teknik relaksasi sederhana. Selanjutnya, Ns. Muhammad Luthfi, S.Kep., M.Kep menyampaikan penerapan perilaku hidup sehat dan pentingnya dukungan sosial dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Kegiatan berlangsung selama tiga jam. Sebelum dan sesudah sesi edukasi, peserta mengisi kuesioner *pre-test* dan *post-test* dengan soal yang sama untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan mengenai kesehatan mental. *Leaflet* juga dibagikan kepada peserta setelah pelaksanaan *pre-test* sebagai media bacaan pendukung selama kegiatan berlangsung.

Analisis data kuantitatif dilakukan dengan membandingkan skor *pre-test* dan *post-test* untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah intervensi edukasi. Uji statistik yang digunakan

Jurnal Empowerment Volume__ No.__ Sepetember 2022 ISSN : (_____)
Website : https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/empowerment e-ISSN : 2808-2478
Doi : https://doi.org/10.30787/empowerment.v3i2

adalah *paired sample t-test* karena data berasal dari kelompok peserta yang sama dan bertujuan untuk mengetahui perbedaan rata-rata skor sebelum dan sesudah intervensi. Uji ini dipilih untuk mengidentifikasi apakah peningkatan pengetahuan kesehatan mental yang terjadi bersifat signifikan secara statistik dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di wilayah binaan Puskesmas Kom Yos Sudarso Pontianak ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia dengan penyakit kronis mengenai kesehatan mental dan beradaptasi dengan kondisi sakit. Edukasi diberikan dengan pendekatan Psikoedukasi, yaitu pemberian informasi dengan penguatan keterampilan psikologis dan peningkatan kemampuan adaptasi pada lansia. Kegiatan ini diikuti oleh 30 lansia. Program ini diawali dengan pengisian kuesioner *pre-test*, selanjutnya dilakukan pemaparan materi tentang kesehatan mental lansia dengan penyakit kronis. Peserta aktif dalam kegiatan dengan memberikan tanggapan dan mengajukan pertanyaan terhadap topik yang disampaikan. Setelah sesi edukasi selesai, dilakukan *post-test* menggunakan instrumen yang sama untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta.

Tabel 1. Distrbusi Frekuensi Jenis Penyakit Kronis Peserta (n=30)

Jenis Penyakit	f	%
Tunggal	26	86,7
Multimorbiditas	4	13,3

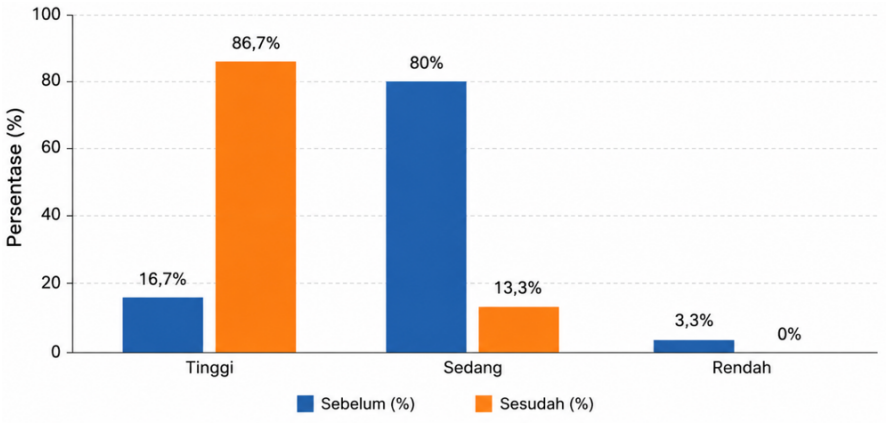
Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki multimorbiditas atau memiliki penyakit kronis lebih dari satu jenis sebanyak 86,7%.

Tabel 2. Distrbusi Frekuensi Pengetahuan Peserta Sebelum dan Setelah Edukasi Peningkatan Kesehatan Mental (n=30)

Kategori	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Tinggi	5	16,7	26	86,7
Sedang	24	80	4	13,3
Rendah	1	3,3	0	0

Berdasarkan tabel 2, tingkat pengetahuan peserta menunjukkan adanya peningkatan dari sebelum dan sesudah edukasi. Sebelum edukasi sebagian besar berada pada tingkat pengetahuan sedang dengan 80%, sedangkan setelah edukasi sebagian besar berada pada tingkat pengetahuan yang tinggi dengan 86,7%.

Jurnal Empowerment Volume__ No.__ Sepetember 2022 ISSN : (_____)
Website : https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/empowerment e-ISSN : 2808-2478
Doi : https://doi.org/10.30787/empowerment.v3i2



Gambar 1. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Tabel 3. Uji Beda Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Setelah Edukasi Peningkatan Kesehatan Mental (n=30)

Tingkat Pengetahuan	*P-value*
Pre-test *Post-test*	0,001

Berdasarkan tabel 3, hasil uji statistik menggunakan *paired sample t-test* didapatkan hasil p = 0,001 (<0,05), dengan kesimpulan terdapat perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi.



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

Berdasarkan hasil kegiatan terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan peserta sebelum dan sesudah edukasi peningkatan kesehatan mental. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi, pemahaman peserta mengenai kesehatan mental masih terbatas, khususnya bagi lansia yang hidup dengan penyakit kronis. Setelah dilaksanakannya edukasi dengan pendekatan psikoedukasi, terjadi peningkatan pengetahuan. Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa intervensi berupa edukasi kesehatan mental berbasis psikoedukasi memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman peserta tentang pentingnya menjaga kesehatan mental di tengah kondisi penyakit kronis yang peserta hadapi.

Faktor pendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak terlepas dari tingginya antusiasme dan partisipasi aktif dari para lansia peserta kegiatan. Selain itu, faktor dukungan dari pihak

Jurnal Empowerment Volume__ No.__ Sepetember 2022 ISSN : (_____)
Website : https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/empowerment e-ISSN : 2808-2478
Doi : https://doi.org/10.30787/empowerment.v3i2

kader kesehatan dan petugas puskesmas turut memperlancar pelaksanaan kegiatan. Kegiatan yang dilaksanakan secara tatap muka ini menciptakan interaksi yang aktif antar peserta, sehingga mendorong keterbukaan dan keterlibatan emosional yang lebih dalam. Ketersediaan media edukasi yang sesuai dengan kemampuan kognitif lansia, seperti *leaflet* bergambar dan diskusi interaktif, juga menjadi faktor pendukung kegiatan.

Salah satu strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat adalah melalui kegiatan penyuluhan kesehatan yang menggunakan pendekatan psikoedukasi. Pendekatan ini melalui proses pemberian informasi yang mengintegrasikan aspek psikologis dengan tujuan meningkatkan pemahaman, kesadaran, serta kemampuan individu dalam mengenali dan mengelola kondisi kesehatannya secara mandiri (Pratama *et al.*, 2025). Psikoedukasi tidak hanya menambah pengetahuan peserta, tetapi juga memengaruhi sikap, emosi, dan perubahan perilaku yang mendukung penerapan gaya hidup sehat. Sebuah studi melaporkan bahwa pelaksanaan psikoedukasi secara sistematis memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan mental serta kesadaran diri keluarga (Ramadanti, Achdiani and Nastia, 2024). Temuan serupa juga dipaparkan oleh Mahendra et al., (2024) bahwa penyuluhan kesehatan mental sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif mampu meningkatkan tingkat pengetahuan peserta secara signifikan. Hal ini dibuktikan melalui skor *post-test* yang lebih tinggi dibandingkan skor *pre-test* setelah peserta memperoleh intervensi edukatif.

Tingkat pengetahuan menjadi salah satu faktor penentu dalam memengaruhi kondisi kesehatan mental seseorang. Pemahaman yang memadai mengenai kesehatan mental memungkinkan seseorang untuk dapat mendeteksi gejala-gejala gangguan psikologis, mengetahui langkah penanganannya, serta mencari pertolongan yang sesuai bila diperlukan (Putri, Anggraeni and Putri, 2024). Selain itu, wawasan yang baik terkait kesehatan mental juga berkontribusi dalam menekan stigma negatif yang selama ini sering menjadi penghalang bagi lansia untuk terbuka mengenai kondisi psikologis yang dialaminya. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa terdapat keterkaitan yang searah antara pemahaman seseorang mengenai kesehatan mental dengan kemampuannya bersikap adaptif dalam menghadapi berbagai persoalan sehari-hari (Faridah *et al.*, 2025).

Tingkat pengetahuan dan kondisi kesehatan mental lansia dengan penyakit kronis dipengaruhi oleh beberapa aspek. Aspek tersebut di antaranya adalah cara pandang seseorang terhadap keadaan dirinya sendiri, dukungan dari lingkungan sosial terdekat, karakteristik demografis, keterikatan spiritual, tingkat aktivitas sehari-hari, kualitas hidup, status kesehatan fisik, lingkungan tempat tinggal, dan situasi sosial ekonomi (Inglis *et al.*, 2023). Ditinjau dari aspek demografi, kelompok lansia yang berada pada rentang usia 60–69 tahun cenderung masih memiliki fungsi fisik dan kognitif yang cukup baik, sehingga proses penerimaan informasi berlangsung lebih optimal dibandingkan kelompok lansia pada usia yang lebih tua (Budiono and Rivai, 2021). Selain itu, kondisi lingkungan sosial, adanya riwayat penyakit kronis, serta terbatasnya akses terhadap fasilitas kesehatan turut menjadi pemicu munculnya masalah kesehatan mental pada kelompok lansia (Aini Nadilla *et al.*, 2026). Selanjutnya, tingkat literasi pemahaman serta keyakinan yang memadai mengenai kesehatan mental berhubungan erat dengan kemampuan seseorang dalam mengidentifikasi, mengendalikan, sekaligus mencegah terjadinya gangguan mental (Carvalho *et al.*, 2022). Melalui pemahaman yang menyeluruh terhadap berbagai aspek tersebut, penyusunan program psikoedukasi dapat dilakukan secara lebih terarah agar sesuai dengan kebutuhan serta karakteristik masing-masing peserta.

Menurut asumsi peneliti, perbedaan hasil yang tampak antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi dalam kegiatan pengabdian ini menjadi indikator kuat bahwa metode psikoedukasi cukup efektif dalam menambah wawasan lansia mengenai kesehatan mental. Peneliti menduga bahwa mayoritas peserta yang berada pada kategori pengetahuan sedang sebelum intervensi bukan karena mereka tidak mengetahui informasi tersebut, melainkan lebih disebabkan oleh terbatasnya paparan terhadap informasi yang tersusun secara sistematis dan berlandaskan bukti ilmiah terkait kesehatan mental, khususnya

Jurnal Empowerment Volume__ No.__ Sepetember 2022 ISSN : (_____)
Website : https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/empowerment e-ISSN : 2808-2478
Doi : https://doi.org/10.30787/empowerment.v3i2

dalam kaitannya dengan penyakit kronis. Sebagian besar lansia sebenarnya telah menjalani pengalaman hidup bersama penyakit yang dideritanya, tetapi belum sepenuhnya menyadari hubungan antara kondisi fisik dengan kondisi mental yang dialaminya. Setelah mengikuti program psikoedukasi, terjadinya peningkatan pengetahuan yang mengindikasikan bahwa metode yang diterapkan berhasil menutup kesenjangan pengetahuan tersebut dengan cukup baik. Peneliti juga berpendapat bahwa pendekatan edukasi yang melibatkan partisipasi aktif serta sikap empati dengan memberikan kesempatan bagi peserta untuk menyampaikan pengalaman dan mengajukan pertanyaan turut berperan besar dalam membantu peserta memahami materi secara lebih mendalam.

Saat ini keluarga masih menjadi aspek yang sangat berperan dalam menunjang kesehatan mental lansia yang menjalani hidup dengan penyakit kronis. Sebagai sumber dukungan sosial yang paling utama dan alami, keluarga mampu memberikan berbagai bentuk bantuan bagi lansia, baik dari segi fisik, emosional, maupun ekonomi (Juita and Shofiyyah, 2022). Sebuah penelitian menunjukkan bahwa lansia yang memperoleh perhatian serta kasih sayang dari keluarganya cenderung memiliki semangat hidup yang lebih tinggi, rasa percaya diri yang lebih baik, serta kondisi fisik dan mental yang lebih sehat (Amajida et al., 2024). Bentuk dukungan keluarga dapat berupa mendampingi aktivitas sehari-hari, mengingatkan jadwal minum obat, serta memastikan lansia menjalani pemeriksaan kesehatan secara berkala (Daola, 2026). Selain itu, komunikasi yang terjalin baik antaranggota keluarga terbukti berkaitan erat dengan rendahnya perasaan kesepian yang dialami lansia (Santoso, 2019). Oleh sebab itu, keterlibatan pihak keluarga dalam kegiatan psikoedukasi baik sebagai pihak yang mendampingi maupun turut menjadi peserta sangat dianjurkan agar manfaat dari edukasi tersebut dapat terus berlanjut dan semakin diperkuat di lingkungan keluarga. Dengan begitu, lansia tidak hanya memperoleh pengetahuan selama kegiatan berlangsung, tetapi juga tetap mendapatkan dukungan yang berkesinambungan dari orang-orang di sekitarnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Peningkatan pengetahuan tentang kesehatan mental lansia pada kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi berupa edukasi kesehatan mental berbasis psikoedukasi memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman peserta tentang pentingnya menjaga kesehatan mental di tengah kondisi penyakit kronis yang peserta hadapi. Sebagai rekomendasi dari kegiatan ini, hendaknya dijadikan program rutin yang terintegrasi dalam kegiatan posyandu lansia atau Prolanis di puskesmas setempat, mengingat efektivitasnya yang telah terbukti dalam penelitian ini maupun studi-studi lainnya. Kemudian, keterlibatan keluarga dalam program edukasi perlu ditingkatkan, karena dukungan keluarga merupakan pilar penting dalam keberlangsungan perilaku sehat lansia pascaintervensi.

DAFTAR PUSTAKA

Aini Nadilla *et al.* (2026) “Hambatan dan Kebutuhan Layanan Kesehatan bagi Lansia di Masa Kini,” *Jurnal Siti Rufaidah*, 4(1), pp. 26–38. Available at: https://doi.org/10.57214/jasira.v4i1.284.

Alharbi, B. *et al.* (2020) “Association of elderly age and chronic illnesses: Role of gender as a risk factor,” *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(3), p. 1684. Available at: https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1060_19.

Apriyanti, Y. *et al.* (2023) “Psikoedukasi Pasangan Lansia dengan Hipertensi dan Ansietas,” *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), pp. 430–439. Available at: https://doi.org/10.31539/joting.v5i1.5786.

Asim, M. *et al.* (2021) “Identifying factors causing decline in physical functionality of geriatric population,” *European Journal of Inflammation*, 19. Available at: https://doi.org/10.1177/20587392211026109.

Jurnal Empowerment Volume__ No.__ Sepetember 2022 ISSN : (_____)
Website : https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/empowerment e-ISSN : 2808-2478
Doi : https://doi.org/10.30787/empowerment.v3i2

Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Barat (2025) *Statistik Penduduk Lanjut Usia Provinsi Kalimantan Barat 2024*, *Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Barat*. Available at: https://kalbar.bps.go.id/ (Accessed: April 8, 2026).

Budiono, N.D.P. and Rivai, A. (2021) "Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), pp. 371–379. Available at: https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.621.

Carvalho, D. *et al.* (2022) "Positive Mental Health Literacy: A Concept Analysis," *Frontiers in Psychology*, 13. Available at: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.877611.

Daola, N. (2026) "The Relationship of Family Support to the Motivation of Elderly Patients with Hypertension in Undergoing Treatment at Telaga Biru Health Center," *International Journal of Health, Economics, and Social Sciences (IJHESS)*, 8(3).

Enyinnaya Calistus Jiakponna *et al.* (2024) "Psychosocial factors in chronic disease management: Implications for health psychology," *International Journal of Science and Research Archive*, 12(2), pp. 117–128. Available at: https://doi.org/10.30574/ijsra.2024.12.2.1219.

Faridah, F. *et al.* (2025) "RESILIENSI: Menjaga Ketahanan Mental Dalam Menghadapi Tantangan Hidup," *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, 11(01), pp. 13–33. Available at: https://doi.org/10.47435/mimbar.v11i01.3636.

Inglis, G. *et al.* (2023) "Poverty stigma, mental health, and well-being: A rapid review and synthesis of quantitative and qualitative research," *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 33(4), pp. 783–806. Available at: https://doi.org/10.1002/casp.2677.

Juita, D.R. and Shofiyyah, N.A. (2022) "Peran keluarga dalam merawat lansia," *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 5(2), pp. 206–219.

Karthika, M. *et al.* (2025) "Emerging Trends of Chronic Diseases and Their Care Among Older Persons Globally," *Handbook of Aging, Health and Public Policy*. Singapore: Springer Nature Singapore, pp. 641–664. Available at: https://doi.org/10.1007/978-981-99-7842-7_198.

Kementerian Kesehatan RI (2023) *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*, *Kementerian Kesehatan RI*.

Kiasati Nur Amajida, Sheilla Maurie Arthamevia and Dini Nur Alpiah (2024) "Hubungan Peran Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Lansia: Literature Review," *JURNAL ILMIAH RESEARCH AND DEVELOPMENT STUDENT*, 2(2), pp. 137–146. Available at: https://doi.org/10.59024/jis.v2i2.767.

Mahendra, P. *et al.* (2024) "Penyuluhan Kesehatan Mental sebagai Upaya Promotiv Preventif Kesehatan," *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), pp. 63–72. Available at: https://doi.org/10.47575/apma.v4i2.578.

Miru, C.N. (2026) "Psikoedukasi Pengelolaan Kecemasan Melalui Teknik Relaksasi Napas dalam Pada Lansia dengan Penyakit Kronis," *Devotion: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), pp. 75–84. Available at: https://doi.org/10.62282/devotion.v3i1.75-84.

Pratama, M.F.J. *et al.* (2025) "Psikoedukasi Menuju Senja yang Cerah: Kesehatan Mental dan Kualitas Hidup Lansia," *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat*, 8(3), pp. 348–353. Available at: https://doi.org/10.29303/jppm.v8i3.9533.

Prayitno, S.R. *et al.* (2024) "Psikoedukasi Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Anggota Divisi Media Informasi dan Komunikasi," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(10), pp. 4799–4803. Available at: https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i10.1852.

Putri, N.F., Anggraeni, D. and Putri, P. (2024) "Teknik Forward Chaining Dalam Sistem Pakar Mendeteksi Penyakit Gangguan Kesehatan Mental," *Decode: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi*, 4(2), pp. 700–712. Available at: https://doi.org/10.51454/decode.v4i2.493.

Jurnal Empowerment Volume__ No.__ Sepetember 2022 ISSN : (_____)
Website : https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/empowerment e-ISSN : 2808-2478
Doi : https://doi.org/10.30787/empowerment.v3i2

Ramadanti, S.A., Achdiani, Y. and Nastia, G.I.P. (2024) "Rancangan Intervensi Psikoedukasi Pekerja Sosial: Membangun Kesadaran Orang Tua Pentingnya Mental Health dalam Keluarga," *Global: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4), pp. 179–194.

Santoso, M.D.Y. (2019) "Dukungan Sosial Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia," *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 5(1).

Sheena Ramadhia Asmara Dhani, E.S.S.M.Y.H.A.D.S.P. (2025) "Tingkat Stres Fisik dan Psikologis Pada Lansia Desa Pucangan Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah," *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 16(1). Available at: https://doi.org/10.33846/sf16101.

Tang, S. *et al.* (2022) "How Do Intergenerational Economic Support, Emotional Support and Multimorbidity Affect the Catastrophic Health Expenditures of Middle-Aged and Elderly Families?–Evidence From CHARLS2018," *Frontiers in Public Health*, 10. Available at: https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.872974.

World Health Organization (2023) *Indonesia: Demographics and Healthy Ageing Profile*, *World Health Organization*.

World Health Organization (2025) *Ageing: Global population*, *World Health Organization*. Available at: https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/population-ageing (Accessed: April 8, 2026).