

## Sosialisasi Gangguan Stress Pada Narapidana Wanita di Lapas Perempuan Kelas IIA Palembang

Mutia Mawardah<sup>1</sup>, Chintya Putri Dendra<sup>2\*</sup>

<sup>1,2\*</sup> Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma, Kota Palembang, Provinsi Sumatera Selatan, Indonesia.

*Corresponding Email:* dendrachintyaputri@gmail.com<sup>2\*</sup>

### Histori Artikel:

*Dikirim* 21 Agustus 2023; *Diterima dalam bentuk revisi* 24 September 2023; *Diterima* 28 September 2023; *Diterbitkan* 30 September 2023. Semua hak dilindungi oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STMIK Indonesia Banda Aceh.

### Abstrak

Masih banyak orang yang memberikan label buruk kepada penderita gangguan psikologis seperti stres, gila, cacat, perilaku aneh, kelainan yang tidak dapat disembuhkan. Selain itu, masyarakat memandang penderita gangguan psikologis sebagai orang yang mengerikan, memalukan, dan menakutkan. Pendahuluan adalah suatu media yang dapat diberikan kepada suatu kelompok atau masyarakat dengan tujuan memberikan informasi tentang hal-hal spiritual atau psikologis untuk menambah pengetahuan dan pemahaman. Rujukan tidak hanya dapat digunakan pada orang yang sedang mengalami permasalahan psikologis saja, namun juga dapat dijadikan sebagai gerakan sosial. Tujuannya untuk mengedukasi tentang gangguan jiwa. Metode yang digunakan adalah sosialisasi yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan gangguan stres kesehatan mental di kalangan narapidana perempuan. Hasilnya kegiatan sosialisasi berjalan lancar sesuai rencana. Peserta atau peserta menunjukkan semangatnya dalam mengikuti kegiatan, ditunjukkan melalui mendengarkan materi, menanggapi, berdiskusi, dan mengajukan pertanyaan. Penulis berharap dengan adanya kegiatan sosialisasi ini peserta dapat menambah pengetahuannya mengenai kesehatan mental dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Penulis juga berharap stigma yang melekat pada gangguan psikologis dapat dikurangi dan masyarakat yang membutuhkan pertolongan psikologis dapat berkonsultasi dengan psikolog dan/atau psikiater Tuhan tanpa rasa malu dan bersalah.

**Kata Kunci:** Wanita; Gangguan Stress; Kesehatan Mental; Lembaga Pemasarakatan; Sosialisasi.

### Abstract

There are still many people who give people with psychological disorders bad labels such as "stress", "crazy", "defect", "strange behavior", "incurable disorder". In addition, society views people with psychological disorders as horrible, shameful, and frightening. An introduction is a medium that can be provided to a group or community with the aim of providing information on spiritual or psychological matters to increase knowledge and understanding. Referrals can not only be used for people who are experiencing psychological problems but can also be used as a social movement. The goal is to educate about mental illness. The method used is socialization which aims to increase awareness of mental health stress disorders among female prisoners. As a result, the socialization activities went smoothly according to plan. Participants or participants showed their enthusiasm in participating in the activity, shown through listening to the material, responding, discussing, and asking questions. The author hopes that with this socialization activity, participants can increase their knowledge about mental health and apply it in their daily lives. The author also hopes that the stigma attached to psychological disorders can be reduced and people who need psychological help can consult a psychologist and/or psychiatrist without shame and guilt.

**Keywords:** Women; Stress Disorders; Mental Health; Correctional Institutions; Socialization.

## 1. Pendahuluan

Hingga saat ini, pengetahuan mengenai kesehatan mental masih minim sehingga menimbulkan stigma terhadap penderita gangguan psikologis [1][2]. Masih banyak orang yang memberikan label buruk kepada penderita gangguan psikologis seperti “stres”, “gila”, “cacat”, “perilaku aneh”, “kelainan yang tidak dapat disembuhkan”. Selain itu, masyarakat memandang penderita gangguan psikologis sebagai orang yang mengerikan, memalukan, dan menakutkan. Pengenalan adalah suatu media yang dapat diberikan kepada suatu kelompok atau masyarakat dengan tujuan memberikan informasi tentang hal-hal spiritual atau psikologis untuk menambah pengetahuan dan pemahaman. Rujukan tidak hanya dapat digunakan pada orang yang sedang mengalami permasalahan psikologis saja, namun juga dapat dijadikan sebagai gerakan sosial. bertujuan untuk mengedukasi tentang gangguan jiwa. Penulis telah menerima dengan baik dari Lembaga Pemasyarakatan Wanita Tingkat IIA Palembang. Survei komunitas yang dilakukan oleh Ipsos MORI menunjukkan adanya kekhawatiran terhadap isolasi sosial atau pembatasan sosial terhadap kesehatan, meningkatnya kecemasan, depresi, stres dan perasaan negatif ekstrem lainnya serta dampak dari respon tersebut, termasuk kesulitan keuangan (Masruroh, 2022). Namun sayangnya, informasi mengenai peran dan pentingnya kesehatan mental masih sangat sedikit. Hal ini tidak bisa diterima dan diketahui oleh seluruh masyarakat Indonesia, apalagi yang berada di lembaga pemasyarakatan tanpa teknologi seperti penjara. Kesehatan mental yang stabil dan terjaga akan membantu narapidana menjadi lebih bahagia dan produktif selama menjalani hukuman. Hal ini didorong oleh Kepala Lapas dan jajarannya yang selalu mendukung dan bersyukur, sehingga para narapidana lebih semangat menjalani hukuman penjara dan dapat memperoleh ilmu melalui kursus-kursus. Namun, tidak semua lembaga pemasyarakatan membantu narapidana mencapai kesehatan mental yang baik. Beberapa lembaga pemasyarakatan menginginkan setiap narapidana dapat memaksimalkan waktunya di penjara dan dapat menyelesaikan pelatihan yang diberikan. Pelatihan yang diberikan sering kali terbatas waktunya, sehingga menimbulkan beban kumulatif bagi narapidana dan membuat mereka rentan terhadap kelelahan serta tekanan fisik dan mental. Stres berkepanjangan yang dialami narapidana dapat mengakibatkan kelelahan, gangguan kecemasan, bahkan depresi berat [3]. mengungkapkan stres dalam pekerjaan menimbulkan risiko kecelakaan kerja, misalnya ketidakstabilan emosi dapat menurunkan kemampuan konsentrasi saat berolahraga. Timbulnya gangguan kesehatan mental ini diawali dengan kelelahan yang berkepanjangan (Fandi, 2018) menyatakan bahwa stres adalah kondisi seseorang dengan rasa tegang dan cemas, takut dan khawatir yang disebabkan karena adanya ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan manusia yang disertai dengan ketegangan emosional dan mempunyai pengaruh terhadap kondisi fisik maupun psikis (mental) seseorang. Hal ini disebabkan oleh tekanan yang kuat sehingga berdampak pada psikologi dan emosi para narapidana. Agar dia bisa sembuh, kita harus menyadari bahwa apa yang dia lakukan cukup menyenangkan, oleh karena itu kami memilih untuk melakukan psikoedukasi kesehatan mental di Lembaga pemasyarakatan Wanita. Menurut data WHO (2017), lebih dari 3,6% populasi dunia (200 juta orang) menderita kecemasan. Sementara itu, 4,4% penduduk dunia (322 juta orang) menderita depresi dan mayoritas penderitanya berasal dari Asia Tenggara dan Pasifik Barat. Dalam hal ini, stres dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental seseorang. Kondisi fisik dan mental yang tidak sehat dapat berdampak negatif pada aspek kehidupan pribadi (sosial) dan profesional seseorang. Hubungan interpersonal dan kinerja tugas seseorang akan terganggu jika seseorang menderita gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan, stres, dan depresi. Oleh karena itu, penulis memberikan program pendidikan kesehatan jiwa kepada warga binaan di Lapas Wanita Tipe IIA Palembang untuk mengurangi stres yang dialami warga binaan agar kesehatan jiwa mereka baik dan prima.

Beberapa penelitian dan pengabdian telah dilakukan terkait gangguan stress. Nasriati (2017) menyelidiki stigma dan dukungan keluarga dalam merawat orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) [4]. Nurtjahjani, Fadli, Nurul'Aini, Novitasari, Maskan, dan Batubulan (2021) melakukan sosialisasi coping stress di era pandemi COVID-19 kepada ibu-ibu PKK RW 21 Kelurahan Purwantoro Malang [5]. Selain itu, Fajria (2023) mengkaji sosialisasi pentingnya kesadaran kesehatan mental pada masyarakat Desa Lemahkarya [6]. Oktavia, Fitroh, Wulandari, dan Feliana (2019) menyelidiki

faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik dalam mahasiswa [7]. Fauziyyah, Awinda, dan Besral (2021) menganalisis dampak pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres dan kecemasan mahasiswa selama pandemi COVID-19 [8]. Yusvita, Millah, dan Muda (tanpa tahun) mengkaji pengelolaan risiko gangguan mental pada pekerja PT. X di masa pandemi COVID-19 tahun 2021 [9]. Rosanty (2014) melakukan penelitian tentang pengaruh musik Mozart dalam mengurangi stres pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi [10]. Pitayanti dan Hartono (2020) melakukan sosialisasi penyakit skizofrenia dengan tujuan mengurangi stigma negatif warga di Desa Tambakmas Kebonsari-Madiun [11]. Setianingsih, Purnamasari, dan Ardiyanto (2021) melakukan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisasi pendampingan orangtua terhadap kesehatan mental anak pada masa pandemi di SDN 1 Kalicari Semarang [12]. Selanjutnya, Ningtyas, Ramadhani, dan Angraini (2022) mengkaji sosialisasi kesehatan mental pada remaja Desa Bumimas Kecamatan Batanghari selama masa pandemi COVID-19 [10][11][12][13]. Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu dalam mereduksi stigmatisasi terhadap narapidana wanita yang mungkin mengalami masalah kesehatan mental, dengan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang tantangan yang dihadapi oleh mereka. Sosialisasi yang efektif dapat merangsang diskusi masyarakat dan pemangku kepentingan tentang perlunya perubahan dalam sistem peradilan pidana dan pemasyarakatan untuk lebih memperhatikan aspek kesehatan mental dalam perawatan narapidana. Dengan demikian, sosialisasi tentang gangguan stres pada narapidana wanita di Lapas Perempuan Kelas IIA Palembang tidak hanya berdampak positif pada narapidana itu sendiri, tetapi juga pada sistem peradilan pidana secara keseluruhan dan masyarakat yang lebih luas.

### 1.1. Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah:

- 1) Tujuan kegiatan untuk melihat Bagaimana peran sosialisasi kesehatan mental terhadap narapidana melalui penyuluhan?
- 2) Apakah para narapidana menerima sosialisasi kesehatan mental melalui penyuluhan?.

### 1.2. Manfaat Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para dosen sebagai pelaksana dan para UKM sebagai target pengabdian sebagai berikut:

- 1) Sebagai bukti bahwa mahasiswa telah menjalankan program kerja yang telah disusun dan direncanakan selama proses magang berlangsung.
- 2) Sebagai bukti perkembangan pengetahuan dan keterampilan yang telah diajarkan selama masa kuliah.
- 3) Meningkatkan profesionalitas dan kredibilitas mahasiswa yang berproses dan memiliki pengalaman dalam dunia kerja.
- 4) Meningkatkan kesempatan dan nilai mahasiswa untuk dapat bersaing dalam dunia kerja.
- 5) Bagi pihak Universitas Bina Darma dan pihak penyelenggara program MBKM Magang/Praktik kerja Lapangan, laporan akhir ini dapat menjadi acuan evaluasi dalam mengembangkan program ini secara lebih baik lagi secara berkelanjutan.

## 2. Realisasi Kegiatan

### 2.1. Bentuk Kegiatan & Jadwal, Serta Tempat Kegiatan

#### a. Metode Pelaksanaan Kegiatan

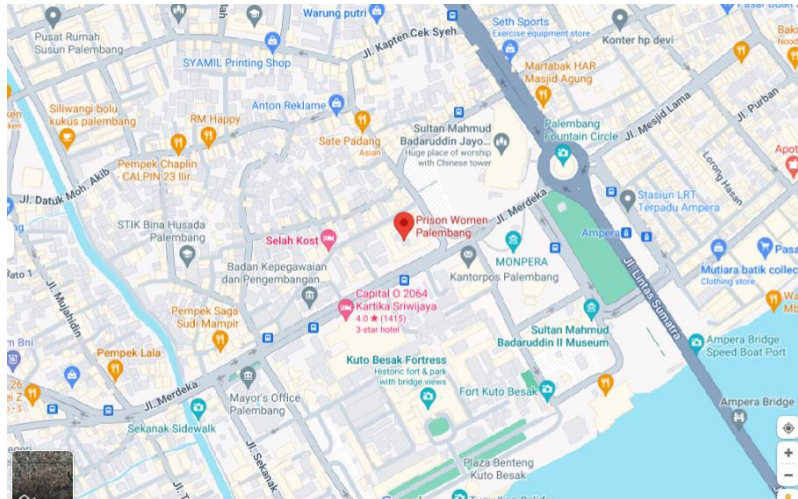
Metode yang digunakan khususnya metode sosialisasi adalah dengan menyebarkan informasi tentang gangguan stres terkait kesehatan mental yang tidak diketahui oleh narapidana wanita di Lapas Tipe II A, dan dengan munculnya informasi tersebut maka terciptalah hubungan antara pengirim pesan dan penerima pesan. dengan tujuan memberikan pengetahuan tentang dampak gangguan kesehatan mental.

**b. Waktu Efektif Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan pada 20 maret sampai 20 juni 2023 di Lembaga Pemasarakatan Wanita Kelas IIA Palembang.

**c. Tempat Kegiatan**

Lokasi pengabdian Masyarakat ini berada di Jalan Merdeka No.12, 19 Ilir, Kecamatan Bukit Kecil, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30113.



Gambar 1. Lembaga Pemasarakatan Wanita Kelas IIA Palembang.

**2.2. Hasil Pelaksanaan Pengabdian**

Sosialisasi ini dilakukan secara offline/tatap muka melalui penyuluhan Kesehatan Mental dari tanggal 6 Juni 2023 sampai dengan 17 Juni 2023. Judul Sosialisasi ini adalah “Ayo Mulai Dari Diri Sendiri”. Peserta atau Partisipan dalam kegiatan ini berjumlah 34orang dengan rentan usia -30 tahun.

Tabel 1. Jumlah Partisipan yang ikut sosialisasi

No	Partisipan	Umur	Jenis Kelamin
1	YIU	28 Tahun	Perempuan
2	S	26 Tahun	Perempuan
3	PH	27 Tahun	Perempuan
4	NA	25 Tahun	Perempuan
5	I	25 Tahun	Perempuan
6	DS	25 Tahun	Perempuan
7	NHN	24 Tahun	Perempuan
8	MS	25 Tahun	Perempuan
9	BP	28 Tahun	Perempuan
10	M	25 Tahun	Perempuan
11	MIS	21 Tahun	Perempuan
12	LA	21 Tahun	Perempuan
13	NS	24 Tahun	Perempuan
14	A	25 Tahun	Perempuan
15	IR	29 Tahun	Perempuan
16	S	25 Tahun	Perempuan
17	M	24 Tahun	Perempuan
18	D	27 Tahun	Perempuan

19	IS	23 Tahun	Perempuan
20	RA	22 Tahun	Perempuan
21	DYS	28 Tahun	Perempuan
22	J	22 Tahun	Perempuan
23	A	26 Tahun	Perempuan
24	L	26 Tahun	Perempuan
25	PRM	26 Tahun	Perempuan
26	B	29 Tahun	Perempuan
27	AM	29 Tahun	Perempuan
28	KA	28 Tahun	Perempuan
29	L	28 Tahun	Perempuan
30	S	25 Tahun	Perempuan
31	AB	28 Tahun	Perempuan
32	IS	22 Tahun	Perempuan
33	HN	20 Tahun	Perempuan
34	ANS	19 Tahun	Perempuan



Gambar 2. Pelaksanaan Sosialisasi

Dalam sosialisasi ini kami mengambil 2 contoh gangguan, yaitu Gangguan Kecemasan dan Gangguan Stress. Kami turut mengajak 2 orang Narasumber/Pembicara dari alumni Universitas Bina Darma, masing-masing gangguan dijelaskan oleh 1 narasumber. Sosialisasi yang diadakan ini dilakukan 4 kali pertemuan. Maka dari itu laporan akhir saya ini berjudul “Sosialisasi Gangguan Stress Dalam Kesehatan Mental di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Palembang”.

Tabel 2. Jadwal Kegiatan Sosialisasi

Kegiatan/Materi	Narasumber/ Pembicara	Hari/Tanggal	Tempat
Pertemuan 1 (Pengenalan)	-	Jum'at, 09 Juni 2023	Aula Bawah Lembaga Pemasarakatan
Pertemuan 2 (Gangguan Kecemasan)	Sintya Merinda,S.Psi	Rabu, 14 Juni 2023	Perempuan Kelas IIA
Pertemuan 3 (Ice breaking/Games)	-	Jum'at, 16 Juni 2023	Palembang
Pertemuan 4 (Gangguan Stress)	Nurfadli Mellinia Putri,S.Psi	Sabtu, 17 Juni 2023	



Gambar 3. Materi Sosialisasi

Luaran kegiatan sosialisasi ini bertema : ”sosialisasi gangguan stres terhadap Kesehatan mental. ini diharapkan narapidana Wanita memiliki wawasan yang luas dalam mencegah gangguan stress. Sehingga setelah mengikuti penyuluhan ini mereka dapat memiliki rasa pentingnya pemahaman dan penerapan dalam mencegah terjadinya stress. Adapun materi yang diberikan kepada narapidana di lapas Wanita ini yaitu mengenalkan apa itu gangguan terkait stress, definisi stress, jenis- jenis gangguan stress dan cara pencegahan dalam gangguan stress. Setelah melakukan kegiatan sosialisasi, dilakukan sesi tanya jawab untuk membahas kembali penjelasan-penjelasan tentang kesehatan mental agar dapat mengetahui apakah narapidana tersebut sudah memahami atau mengerti tentang apa sudah dijelaskan selama 4 kali pertemuan. Narapidana Wanita diajak untuk bermain kuis tersebut tidak jauh-jauh tentang materi yang sudah dijelaskan. Jadi, para narapidana hanya perlu menjawab sesuai yang sudah dipaparkan dengan jelaskan.

Pada hari pertama sosialisasi, penulis melakukan perkenalan dan menyuruh para narapidana mengisi biodata diri mereka dengan lengkap beserta pengalaman apa saja yang pernah dialami oleh para narapidana Wanita yang ada di lapas Wanita kelas II A Palembang. Penulis juga melakukan perkenalan terlebih dahulu kepada mereka untuk membangun hubungan saling percaya agar nantinya Ketika pelaksanaan tidak kaku. Pada hari pertama, para narapidana Wanita yang berada di lapas masih banyak bertanya-tanya tentang kegiatan apa yang akan dilaksanakan. Kemudian penulis menjelaskan kepada para narapidana bahwasannya penulis beserta rekan akan melakukan sosialisasi tentang gangguan stress memberikan informasi dan pemahaman kepada narapidana supaya memiliki pemahaman tentang gangguan stress dan cara mencegah gangguan stress yang dapat berguna dimasa yang akan datang. Penulis beserta rekan juga melakukan ice breaking untuk mencairkan suasana dalam sosialisasi agar menjadi lebih dekat dan akrab, penulis dan rekan pun memberikan games agar semakin lebih meriah dan mereka terus semangat mengikuti kegiatan berakhir.

Pada pertemuan kedua, penulis mengundang narasumber/pembicara yaitu, Sintya Merinda, S.Psi. narasumber memberikan materi tentang Gangguan Kecemasan dan cara pencegahan dalam gangguan kecemasan bilamana narapidana terjadi gangguan kecemasan, berdasarkan observasi yang dilakukan pada saat pelaksanaan Banyak dari narapidana Wanita yang memberikan respon positif, antusias, dan menyimak dengan baik.

Pada pertemuan ketiga, kami melakukan ice breaking agar mereka tidak bosan dan merasa lelah saat mendengarkan/menyimak materi yang disampaikan sebelumnya maupun sesudah. Penulis dan rekan memberikan hadiah yang tentunya untuk menunjang keperluan narapidana Wanita yang ada di lapas Perempuan kelas II A Palembang. Para narapidana Wanita terlihat sangat senang saat berlomba-lomba memenangkan permainan agar mendapatkan hadiah.

Pada pertemuan keempat/terakhir, kami mengundang Nurfadli Mellinia Putri, S.Psi. Adapun materi yang diberikan dalam sosialisasi ini yaitu Gangguan Stress. Materi yang diberikan berupa definisi stress, jenis-jenis stress cara pencegahan stress pemaparan materipun berjalan selama 45 menit. Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan yaitu Respon narapidana tetap sama, menyimak dengan baik sampai akhir. Penulis beserta rekan juga memberikan sesi tanya jawab kepada narapidana agar para narapidana dapat menanyakan materi mana yang belum dipahami dan dimengerti.

### 2.3. Masyarakat Sasaran

Sasaran dalam kegiatan sosialisasi ini yaitu Narapidana Wanita yang berada di Lembaga pemasyarakatan Wanita kelas II A Palembang.

## 3. Tinjauan Hasil yang dicapai

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan melalui sosialisasi, dapat disimpulkan bahwa kegiatan sosialisasi berjalan dengan lancar sesuai rencana. Peserta atau partisipan antusias dalam mengikuti kegiatan yang dibuktikan oleh keaktifan peserta dalam menyimak materi dengan memberikan reaksi, berdiskusi, dan tanya jawab. Penulis harap dengan adanya sosialisasi ini, peserta dapat meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan mental dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Penulis juga berharap stigma mengenai gangguan psikologis bisa berkurang dan masyarakat yang membutuhkan bantuan psikologis dapat pergi Psikolog dan/atau Psikiater tanpa adanya rasa malu pun rasa bersalah.

## 4. Daftar Pustaka

- [1] Ikmar, N. (2022). Literasi kesehatan mental dan dampaknya pada kesehatan jiwa masyarakat. Kementerian Kesehatan: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan.
- [2] Farisandy, E. D., Asihputri, A., & Pontoh, J. S. (2023). PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESADARAN MASYARAKAT MENGENAI KESEHATAN MENTAL. *Diseminasi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(1), 81-90. DOI: <https://doi.org/10.33830/diseminasiabdimas.v5i1.5037>.
- [3] Ratnasari, S. L. (2019). Pengaruh Konflik Kerja, Stres Kerja, Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pt. Mutiara Utama Sukses. *BENING*, 6(1), 180-189. DOI: <https://doi.org/10.33373/bening.v6i1.1540>.
- [4] Nasriati, R. (2017). Stigma Dan Dukungan Keluarga Dalam Merawat Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). *MEDISAINS: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 15 (1), 56–65.
- [5] Nurtjahjani, F., Fadloli, F., Nurul'Aini, Y., Novitasari, A. F., Maskan, M., & Batubulan, K. S. (2021). SOSIALISASI COPING STRESS DI ERA PANDEMI COVID-19 IBU-IBU PKK RW 21 KELURAHAN PURWANTORO MALANG. *RESWARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 346-352. DOI: <https://doi.org/10.46576/rjpkkm.v2i2.1189>.
- [6] Fajria, C. A. (2023). SOSIALISASI PENTING NYA KESADARAN KESEHATAN MENTAL PADA MASYARAKAT DESA LEMAHKARYA. *Abdima Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, 2(1), 1339-1348.



- [7] Oktavia, W. K., Fitroh, R., Wulandari, H., & Feliana, F. (2019, November). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (pp. 142-149).
- [8] Fauziyyah, R., Awinda, R. C., & Besral, B. (2021). Dampak pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres dan kecemasan mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan (BIKFOKES)*, 1(2), 113-123. DOI: <http://dx.doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656>.
- [9] Yusvita, F., Millah, I., & Muda, C. A. K. PENGELOLAAN RISIKO GANGGUAN MENTAL PADA PEKERJA PT. X DI MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN 2021.
- [10] Rosanty, R. (2014). *Pengaruh musik mozart dalam mengurangi stres pada mahasiswa yang sedang skripsi*. Universitas Ahmad Dahlan.
- [11] Pitayanti, A., & Hartono, A. (2020). Sosialisasi Penyakit Skizofrenia Dalam Rangka Mengurangi Stigma Negatif Warga di Desa Tambakmas Kebonsari-Madiun. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 300-303.
- [12] Setianingsih, E. S., Purnamasari, V., & Ardiyanto, A. (2021, December). PKM SOSIALISASI PENDAMPINGAN ORANGTUA TERHADAP KESEHATAN MENTAL ANAK PADA MASA PANDEMI DI SDN 1 KALICARI SEMARANG. In *Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 2, pp. 350-358).
- [13] Ningtyas, D. T., Ramadhani, S. A., & Anggraini, F. (2022). Sosialisasi Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Remaja Desa Bumimas Kecamatan Batanghari. *SINAR SANG SURYA: Jurnal Pusat Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 425-431.