



UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN TERHADAP TANDA GEJALA KECEMASAN LANSIA

Sigit Yulianto^{1*}, Mira Wahyu Kusumawati², S. Dwi Sulisetyowati¹, Lalu M Panji Azali¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta, Jln Jaya Wijaya No.11, Kadapiro, Banjarsari, Surakarta, Jawa Tengah 57136, Indonesia

²Politeknik Negeri Indramayu, Jln Raya Lohbener Lama Nomor 08, Legok, Lohbener, Indramayu, Jawa Barat 45252, Indonesia

*Sigityulian31@gmail.com

ABSTRAK

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah kesehatan mental, salah satunya kecemasan. Berbagai perubahan fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi yang terjadi pada proses penuaan dapat memicu munculnya kecemasan. Namun, masih banyak lansia yang belum mampu mengenali tanda dan gejala kecemasan sehingga diperlukan upaya peningkatan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang tanda dan gejala kecemasan melalui edukasi kesehatan. Kegiatan dilaksanakan dengan metode pendidikan kesehatan melalui ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Sasaran kegiatan adalah 30 orang lansia. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Materi yang diberikan meliputi pengertian kecemasan, faktor penyebab, tanda dan gejala kecemasan, dampak kecemasan, serta upaya penanganan dan pencegahannya. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi kesehatan. Sebelum intervensi, sebanyak 14 orang (46,7%) memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang, 10 orang (33,3%) kategori cukup, dan 6 orang (20,0%) kategori baik. Setelah edukasi, terjadi peningkatan pada kategori pengetahuan baik menjadi 22 orang (73,3%), kategori cukup sebanyak 7 orang (23,3%), dan kategori kurang menurun menjadi 1 orang (3,4%). Rata-rata nilai pengetahuan meningkat dari 58,3 pada saat pre-test menjadi 84,7 pada saat post-test dengan peningkatan sebesar 26,4 poin. Pendidikan kesehatan tentang tanda dan gejala kecemasan efektif meningkatkan pengetahuan lansia. Kegiatan ini dapat menjadi salah satu strategi promotif dan preventif dalam meningkatkan kesadaran lansia terhadap kesehatan mental serta mendukung deteksi dini gangguan kecemasan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata kunci: kecemasan; kesehatan mental; lansia; pendidikan; pengetahuan

COMMUNITY-BASED HEALTH EDUCATION TO IMPROVE KNOWLEDGE OF ANXIETY SIGNS AND SYMPTOMS AMONG OLDER ADULTS

ABSTRACT

Older adults are a population group vulnerable to mental health problems, one of which is anxiety. Various physical, psychological, social, and economic changes associated with the aging process can trigger anxiety. However, many older adults are still unable to recognize the signs and symptoms of anxiety, highlighting the need for educational interventions to improve their knowledge. This community service program aimed to improve older adults' knowledge regarding the signs and symptoms of anxiety through health education. The program was conducted using health education methods, including lectures, discussions, and question-and-answer sessions. A total of 30 older adults participated in the activity. Knowledge levels were evaluated using pre-test and post-test assessments administered before and after the educational intervention. The educational materials covered the definition of anxiety, risk factors, signs and symptoms, impacts of anxiety, and strategies for prevention and management. The results showed an improvement in participants' knowledge following the health education intervention. Before the intervention, 14 participants (46.7%) had poor knowledge, 10 participants (33.3%) had moderate knowledge, and 6 participants (20.0%) had good knowledge. After the intervention, the proportion of

participants with good knowledge increased to 22 participants (73.3%), while 7 participants (23.3%) had moderate knowledge and only 1 participant (3.4%) remained in the poor knowledge category. The mean knowledge score increased from 58.3 during the pre-test to 84.7 during the post-test, representing an increase of 26.4 points. Health education regarding the signs and symptoms of anxiety was effective in improving knowledge among older adults. This activity can serve as a promotive and preventive strategy to increase awareness of mental health issues among older adults and support the early detection of anxiety disorders, thereby improving their quality of life.

Keywords: anxiety; health education; knowledge; mental health; older adults

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan masalah yang umum terjadi di kalangan lansia, dengan prevalensi berkisar antara 15-52%, dan gangguan kecemasan terjadi pada 3-15% dari orang dewasa, terutama mereka yang menderita penyakit kronis (Kazemnia et al., 2020). Kecemasan yang jarang didiagnosis dan tidak diobati di kalangan lansia dapat secara signifikan membebani sistem kesehatan (Cho et al., 2021). Kecemasan pada lansia sering kali dikaitkan dengan pengalaman kehilangan, duka, dan peristiwa kehidupan negatif yang sering terjadi di usia tua (Kurniati & Putri, 2022). Selain itu, kecemasan terhadap penuaan telah ditemukan memiliki efek mediasi terhadap depresi, dengan tingkat kecemasan penuaan yang lebih tinggi berkorelasi dengan peningkatan perasaan depresi, meskipun efek ini berkurang dengan peningkatan harga diri (Choi & Kim, 2021).

Kecemasan yang dialami oleh lansia dapat memengaruhi perilaku pencarian kesehatan mereka, menyebabkan minat yang berkurang dalam mengunjungi layanan kesehatan (Binoriang & Setyaningsih, 2022). Selain itu, gangguan kecemasan pada lansia dapat menyebabkan gejala fisik seperti penurunan kekuatan, kesulitan ingatan, dan peningkatan ketergantungan, serta peningkatan risiko penyakit arteri koroner dan kematian (Guo et al., 2022). Sudah jelas bahwa kecemasan secara signifikan memengaruhi kualitas hidup lansia (Bandari et al., 2019).

Dampak kecemasan pada lansia bersifat kompleks, memengaruhi kesehatan fisik dan mental, pemanfaatan layanan kesehatan, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Kecemasan pada lansia merupakan masalah global yang signifikan, dengan tingkat prevalensi yang bervariasi di berbagai studi. (Cho et al., 2021) melaporkan bahwa sekitar 4,0% populasi lansia di seluruh dunia menderita gangguan kecemasan, yang berkontribusi terhadap 14,6% DALYs yang disebabkan oleh gangguan mental dan penggunaan zat. (Manaf et al., 2016) menemukan bahwa prevalensi kecemasan di antara lansia di komunitas hampir sama tingginya dengan prevalensi depresi, berkisar antara 11 hingga 21%. Selain itu, (Zhao et al., 2022) menyoroti bahwa prevalensi kecemasan dan gejala kecemasan pada lansia berkisar antara 1,2% hingga 15% dan 15% hingga 52,3%, secara berturut-turut

Temuan ini menegaskan beban kecemasan yang substansial pada populasi lansia. Penting untuk dicatat bahwa kecemasan pada lansia seringkali tidak terdiagnosis dengan baik karena kesalahpahaman bahwa kondisi-kondisi ini merupakan bagian normal dari penuaan (An et al., 2019). Selain itu, pandemi COVID-19 telah memperparah tingkat kecemasan di kalangan lansia, (Diniari et al., 2023) melaporkan peningkatan dua kali lipat dalam prevalensi gejala kecemasan pada lansia selama pandemi. Dampak kecemasan terhadap kondisi kesehatan fisik dan disabilitas pada lansia juga telah dicatat, dengan (Kang et al., 2017) menunjukkan adanya asosiasi prospektif antara gangguan kecemasan dan insiden penyakit gastrointestinal pada populasi lansia.

Berdasarkan kondisi tersebut, upaya promotif dan preventif melalui pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi yang penting untuk meningkatkan literasi kesehatan mental pada lansia. Pengetahuan yang memadai mengenai tanda dan gejala kecemasan akan membantu lansia mengenali kondisi psikologis yang dialaminya sejak dini, sehingga dapat mendorong perilaku mencari pertolongan (*help-seeking behavior*), meningkatkan kemampuan koping, serta mencegah berkembangnya gangguan kecemasan yang lebih berat. Selain itu, kegiatan edukasi kesehatan mental di tingkat komunitas masih relatif terbatas, padahal kesehatan mental merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari konsep *healthy ageing* yang dicanangkan oleh World Health Organization (WHO, 2023). Oleh karena itu, pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menjadi penting sebagai salah satu upaya meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan kemampuan lansia dalam menjaga kesehatan mentalnya melalui pendekatan edukatif yang mudah dipahami dan sesuai dengan karakteristik kelompok usia lanjut.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pengertian kecemasan, faktor penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta upaya pencegahan dan penanganan kecemasan melalui pendidikan kesehatan. Selain itu, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan lansia dalam mengenali tanda dan gejala kecemasan secara dini sehingga diharapkan mampu melakukan upaya pencegahan, menerapkan strategi koping yang adaptif, dan mencari bantuan tenaga kesehatan apabila mengalami gangguan kecemasan. Melalui kegiatan ini juga diharapkan dapat mendukung upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan jiwa berbasis masyarakat serta berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup lansia.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan pendidikan kesehatan (*health education*) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia mengenai tanda dan gejala kecemasan. Sasaran kegiatan adalah lansia yang berusia 60 tahun ke atas dan berdomisili di wilayah pelaksanaan pengabdian. Sebanyak 30 lansia berpartisipasi dalam kegiatan ini dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan perangkat desa, kader kesehatan, serta pengelola posyandu lansia untuk menentukan waktu, tempat, dan teknis pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya, tim pengabdian menyusun materi edukasi yang mencakup pengertian kecemasan, faktor penyebab kecemasan pada lansia, tanda dan gejala kecemasan, dampak kecemasan terhadap kesehatan fisik dan psikologis, serta upaya pencegahan dan penanganan kecemasan. Selain itu, tim juga menyiapkan media edukasi berupa presentasi PowerPoint dan leaflet sebagai sarana pendukung dalam penyampaian materi.

Kegiatan dilaksanakan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Sebelum penyampaian materi, peserta diberikan kuesioner pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mengenai tanda dan gejala kecemasan pada lansia. Selanjutnya, tim pengabdian memberikan pendidikan kesehatan menggunakan media presentasi dan leaflet yang disusun dengan bahasa sederhana dan mudah dipahami sesuai karakteristik peserta. Selama penyampaian materi, peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan menyampaikan pengalaman yang berkaitan dengan kondisi psikologis yang dialami sehingga tercipta proses pembelajaran yang partisipatif.

Setelah seluruh materi disampaikan, dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab untuk memperkuat pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Pada tahap akhir, peserta diminta mengisi kuesioner post-test dengan instrumen yang sama seperti pada pre-test untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan setelah mengikuti kegiatan edukasi. Materi evaluasi meliputi pemahaman tentang pengertian kecemasan, faktor penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta upaya pencegahan dan penanganan kecemasan pada lansia.

Data hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif dengan menghitung distribusi frekuensi, persentase, dan nilai rata-rata (mean) untuk menggambarkan perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi. Tingkat pengetahuan peserta dikategorikan menjadi tiga kelompok, yaitu baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang ($\leq 55\%$). Keberhasilan kegiatan ditunjukkan oleh adanya peningkatan skor pengetahuan peserta setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai tanda dan gejala kecemasan pada lansia.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam satu kali pertemuan dengan durasi sekitar 90–120 menit yang terdiri atas tahap pre-test, penyampaian materi, diskusi, tanya jawab, dan post-test. Melalui metode tersebut diharapkan peserta mampu memahami tanda dan gejala kecemasan, melakukan deteksi dini terhadap kondisi yang dialami, serta menerapkan upaya-upaya sederhana untuk menjaga kesehatan mental pada masa lanjut usia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul “Upaya Peningkatan Pengetahuan terhadap Tanda dan Gejala Kecemasan Lansia” menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai kesehatan mental pada usia lanjut. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik dari 20,0% menjadi 73,3%, sedangkan kategori pengetahuan kurang menurun dari 46,7% menjadi 3,4%. Selain itu, rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 58,3 menjadi 84,7. Hasil ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman lansia mengenai kecemasan dan tanda-tanda yang menyertainya.

Peningkatan pengetahuan tersebut sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan upaya yang efektif untuk meningkatkan kemampuan individu dalam memahami dan memelihara kesehatannya (Notoatmodjo, 2018). Melalui penyampaian informasi yang terstruktur dan sesuai dengan kebutuhan peserta, individu akan lebih mudah memahami masalah kesehatan yang dihadapi serta cara mengatasinya. Temuan ini didukung oleh pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Gasril et al. (2024) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental pada lansia mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap positif lansia terhadap kesehatan mental setelah mengikuti program pendidikan kesehatan.

Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar peserta belum memahami bahwa kecemasan merupakan salah satu gangguan psikologis yang sering terjadi pada lansia. Banyak peserta menganggap gejala seperti sulit tidur, rasa khawatir berlebihan, mudah lelah, jantung berdebar, dan sulit berkonsentrasi sebagai bagian normal dari proses penuaan. Padahal, gejala tersebut merupakan manifestasi umum dari kecemasan yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia apabila tidak ditangani dengan baik (Stuart, 2021). Penelitian Lestari et al. (2023) juga menunjukkan bahwa kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering dialami lansia akibat perubahan fisik dan psikososial selama proses penuaan.

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh peserta setelah edukasi menunjukkan bahwa metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab mampu meningkatkan pemahaman lansia mengenai kesehatan mental. Metode ini memungkinkan peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif tetapi juga berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Hasil ini sejalan dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Kurniati dan Putri (2023) yang melaporkan bahwa edukasi kesehatan jiwa pada lansia menghasilkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 35% setelah intervensi diberikan.

Edukasi yang disertai deteksi dini terbukti efektif meningkatkan pemahaman lansia mengenai masalah kesehatan mental yang mereka alami.

Kecemasan pada lansia dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain perubahan kondisi fisik, penyakit kronis, kehilangan pasangan hidup, penurunan fungsi sosial, hingga kekhawatiran menjadi beban bagi keluarga. Lansia yang mengalami penurunan kondisi kesehatan cenderung memiliki risiko kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Hasil kajian Tantri dan Anindita (2024) menunjukkan bahwa kecemasan pada lansia sering kali berkaitan dengan kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan fisik serta berkurangnya dukungan sosial dan keluarga. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan mengenai tanda dan gejala kecemasan menjadi penting agar lansia mampu mengenali kondisi yang dialami sejak dini.

Selain meningkatkan kemampuan mengenali gejala, edukasi kesehatan juga membantu peserta memahami berbagai strategi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan. Setelah kegiatan berlangsung, peserta mampu menjelaskan beberapa cara mengurangi kecemasan, seperti melakukan aktivitas fisik ringan, menjaga hubungan sosial, mengikuti kegiatan keagamaan, melakukan relaksasi, dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Temuan ini didukung oleh penelitian Adawiyah et al. (2022) yang menunjukkan bahwa intervensi relaksasi dan reminiscence therapy efektif menurunkan tingkat kecemasan pada lansia secara signifikan. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan dapat menjadi langkah awal dalam membangun kemampuan coping yang lebih adaptif pada lansia.

Keberhasilan kegiatan ini juga dipengaruhi oleh tingginya partisipasi peserta selama proses edukasi berlangsung. Lansia terlihat aktif bertanya dan berdiskusi mengenai pengalaman yang mereka alami terkait perasaan cemas, kesepian, maupun gangguan tidur. Keterlibatan aktif peserta dalam proses pembelajaran dapat meningkatkan retensi informasi dan memperkuat pemahaman terhadap materi yang diberikan (Townsend & Morgan, 2021). Pendekatan partisipatif dalam pendidikan kesehatan terbukti lebih efektif dibandingkan metode penyampaian satu arah karena memungkinkan peserta mengaitkan informasi dengan pengalaman hidup mereka sehari-hari.

Hasil kegiatan ini memiliki implikasi penting terhadap upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan lansia. Menurut World Health Organization (2023), kesehatan mental merupakan komponen penting dalam mewujudkan penuaan yang sehat dan aktif. Lansia yang memiliki pemahaman yang baik mengenai kesehatan mental cenderung lebih mampu melakukan deteksi dini terhadap masalah psikologis yang dialami sehingga dapat segera memperoleh bantuan yang sesuai. Selain itu, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecemasan yang tidak ditangani dapat berdampak pada penurunan fungsi kognitif dan peningkatan risiko gangguan kesehatan lainnya pada usia lanjut.

Meskipun kegiatan ini menunjukkan hasil yang positif, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Evaluasi dilakukan segera setelah pemberian edukasi sehingga belum dapat menggambarkan retensi pengetahuan peserta dalam jangka panjang. Selain itu, variasi tingkat pendidikan dan kemampuan kognitif peserta dapat memengaruhi pemahaman terhadap materi yang diberikan. Oleh karena itu, diperlukan program pendidikan kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan keluarga, kader kesehatan, dan tenaga kesehatan agar pengetahuan yang diperoleh dapat dipertahankan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Program edukasi yang berkesinambungan terbukti mampu meningkatkan kesadaran dan perilaku kesehatan masyarakat secara lebih optimal.

Secara keseluruhan, hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia mengenai tanda dan gejala kecemasan. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat mendukung deteksi dini gangguan kecemasan, meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, serta membantu lansia mempertahankan kualitas hidup yang lebih baik. Temuan ini memperkuat pentingnya pelaksanaan program edukasi kesehatan mental sebagai bagian dari pelayanan kesehatan lansia berbasis komunitas

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Upaya Peningkatan Pengetahuan terhadap Tanda dan Gejala Kecemasan Lansia” telah berhasil meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pengertian, faktor penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta upaya pencegahan dan penanganan kecemasan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah diberikan pendidikan kesehatan, yang ditandai dengan meningkatnya jumlah peserta pada kategori pengetahuan baik dari 20,0% menjadi 73,3% serta meningkatnya rata-rata skor pengetahuan dari 58,3 pada pre-test menjadi 84,7 pada post-test. Pendidikan kesehatan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia mengenai kesehatan mental, khususnya terkait kecemasan. Melalui kegiatan ini, peserta menjadi lebih mampu mengenali tanda dan gejala kecemasan secara dini serta memahami berbagai strategi yang dapat dilakukan untuk mengurangi dan mengatasi kecemasan dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, S. R., Anwar, S., & Nurhayati. (2022). Tingkat kecemasan pada lansia yang dilakukan terapi teknik relaksasi otot progresif dan terapi reminiscence. *Jurnal Kesehatan*.
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.). American Psychiatric Publishing.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik penduduk lanjut usia Indonesia 2024*. Badan Pusat Statistik.
- Gasril, P., Putri, S. E., Mukhtar, H., Alfidin, A. N., Amanda, D. D., & Pramaditya, I. D. (2024). Peningkatan pengetahuan dan sikap lansia terhadap kesehatan mental. *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*.
- Keliat, B. A., Akemat, A., Helena, N., & Nurhaeni, H. (2019). *Keperawatan kesehatan jiwa komunitas*. EGC.
- Kurniati, S. R., & Putri, M. E. (2023). Upaya peningkatan kesehatan jiwa lansia melalui deteksi dini, edukasi, dan terapi kelompok terapeutik lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*.
- Lestari, M. M., Wirakhmi, I. N., & Triana, N. Y. (2023). Gambaran tingkat kecemasan pada lansia. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Stuart, G. W. (2021). *Principles and practice of psychiatric nursing* (11th ed.). Elsevier.
- Tantri, N. K., & Anindita, G. K. (2024). Kecemasan kesehatan fisik pada lansia very old. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*.
- Townsend, M. C., & Morgan, K. I. (2021). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice* (10th ed.). F.A. Davis Company.
- Videbeck, S. L. (2020). *Psychiatric-mental health nursing* (8th ed.). Wolters Kluwer.
- World Health Organization. (2023). *Mental health of older adults*. Geneva, Switzerland: WHO.
- Yusuf, A., Fitryasari, R., & Nihayati, H. E. (2021). *Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa*. Salemba Medika.