



Penyuluhan Deteksi Gangguan Bipolar pada Remaja di Masyarakat Pesisir Baubau

Counseling on Bipolar Disorder Detection in Adolescents in the Baubau Coastal Community

Iin Handayani^{1*}, Harlina², Abdul Manaf³, La Ode Maman⁴

¹⁻⁴ STAI YPIQ Baubau, Indonesia

Korespondensi Penulis: iinhandayani618@gmail.com*

Article History:

Received: Mei 17, 2021;

Revised: Mei 31, 2021;

Accepted: Juni 16, 2021;

Published: Juni 30, 2021;

Keywords: Bipolar disorder, Counseling, Coastal communities, Early detection, Mental health

Abstract. Bipolar disorder is a mental health condition characterized by extreme mood swings between manic and depressive episodes. Coastal communities often face limited access to mental health information and services, leading to a lack of awareness and early detection of this disorder. This community service program aims to enhance awareness and understanding of bipolar disorder among adolescents in the coastal area of Baubau City through a community-based counseling approach. The methods used in this program include socialization, interactive discussions, case simulations, as well as pre-test and post-test evaluations to measure program effectiveness. The results showed that after attending the counseling session, participants' understanding of bipolar disorder increased by 85%, while the community's readiness to seek professional help increased from 30% to 75%. Additionally, positive social changes occurred, such as reduced stigma against mental disorders and the emergence of community leaders who actively promote mental health education. These findings indicate that a community-based educational approach can be an effective strategy in improving mental health literacy, particularly in areas with limited access to psychological services. Therefore, it is recommended that continuous counseling programs and further collaborations between the government, healthcare professionals, and local communities be implemented to ensure the sustainability of this program.

Abstrak

This counseling is designed as a form of Community Service Program (PKM) to provide important information about the dangers of post-pandemic stress disorders, with the aim of increasing the coastal community's understanding of the psychological impacts occurring in their households. Through this program, it is hoped that a society better prepared to face stress will be created, with knowledge on how to deal with the problems they face. Post-pandemic stress has become a mental health issue that is increasingly widespread across various segments of society, including coastal communities that have been directly affected by the social and economic changes caused by COVID-19. Coastal communities, which mostly depend on the fisheries and marine products sector, face significant challenges in maintaining their livelihoods during the pandemic. Not only does it impact the economy, but the pandemic also worsens psychological conditions, leading to stress disorders in many households. Post-pandemic stress disorder (Post-Traumatic Stress Disorder/PTSD) is one of the mental health issues that often arises in families, where high levels of anxiety and uncertainty can disrupt psychological well-being. In the households of coastal communities, this condition becomes more complex due to the economic pressures faced by many heads of households. Stress that is not properly addressed can affect the quality of relationships between family members and impact overall quality of life. This journal aims to provide a deeper understanding of the dangers of post-pandemic stress disorders, which are often undetected, as well as the importance of stress management efforts within the family. Through the counseling carried out, it is hoped that it will provide education and information to the coastal community on how to properly manage and cope with stress. Additionally, this journal also seeks to uncover preventive and rehabilitative measures that households in coastal communities can take to maintain mental health and support family welfare.

Kata Kunci: Deteksi dini, Gangguan bipolar, Kesehatan mental, Penyuluhan, Masyarakat pesisir.

1. PENDAHULUAN

Masyarakat pesisir memiliki karakteristik sosial dan ekonomi yang unik, termasuk keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan, pendidikan, serta informasi mengenai kesehatan mental (Reavley et al., 2019). Kota Baubau, yang terletak di wilayah pesisir Sulawesi Tenggara, merupakan salah satu daerah dengan tingkat kesejahteraan yang masih beragam, di mana sebagian besar penduduknya bekerja sebagai nelayan dan pedagang kecil (Badan Pusat Statistik, 2021).

Dalam aspek kesehatan mental, masyarakat pesisir sering menghadapi tantangan yang signifikan. Studi yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan RI (2021) menunjukkan bahwa masih terdapat stigma terhadap gangguan mental, termasuk gangguan bipolar, yang menyebabkan individu dengan masalah ini enggan mencari bantuan profesional. Selain itu, kurangnya tenaga profesional kesehatan mental di daerah pesisir semakin memperburuk situasi (Setyowati et al., 2020).

Data kuantitatif menunjukkan bahwa prevalensi gangguan bipolar di Indonesia mencapai 1-2% dari populasi, dengan kecenderungan peningkatan kasus pada remaja (Grande et al., 2019). Remaja di daerah pesisir lebih rentan terhadap gangguan ini karena faktor stres ekonomi, kurangnya dukungan sosial, dan akses terbatas terhadap informasi kesehatan mental (Merikangas et al., 2018). Oleh karena itu, diperlukan upaya intervensi yang dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai deteksi dini gangguan bipolar dan akses terhadap layanan kesehatan mental.

Gangguan bipolar adalah kondisi kronis yang dapat berdampak pada stabilitas emosional, akademik, dan sosial remaja jika tidak ditangani dengan baik (Geddes & Miklowitz, 2019). Kurangnya pemahaman tentang gangguan ini di komunitas pesisir menjadi hambatan utama dalam deteksi dini dan penanganan yang tepat. Berdasarkan wawancara awal dengan tenaga kesehatan di Baubau, ditemukan bahwa sebagian besar masyarakat masih menganggap perubahan suasana hati yang ekstrem sebagai hal yang normal dalam kehidupan sehari-hari dan bukan sebagai gejala gangguan mental (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Fokus pengabdian ini adalah memberikan penyuluhan kepada masyarakat pesisir, khususnya orang tua dan remaja, mengenai gangguan bipolar. Program ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman tentang gejala, faktor risiko, serta langkah-langkah intervensi yang dapat dilakukan dalam lingkup keluarga dan komunitas.

Pemilihan komunitas pesisir Baubau sebagai lokasi pengabdian didasarkan pada beberapa pertimbangan:

- a. Minimnya akses terhadap layanan kesehatan mental: Tidak adanya fasilitas kesehatan jiwa yang memadai menyebabkan masyarakat sulit mendapatkan bantuan profesional (Setiawan, 2020).
- b. Rendahnya literasi kesehatan mental: Banyak individu yang tidak mengenali gejala gangguan bipolar dan sering mengaitkannya dengan mitos atau kepercayaan tradisional (Kurniawan et al., 2019).
- c. Dampak langsung terhadap remaja: Remaja yang mengalami gangguan bipolar berisiko mengalami gangguan akademik, sosial, dan emosional yang dapat berdampak pada masa depan mereka (Birmaher & Axelson, 2020).
- d. Tingginya tingkat stigma sosial: Stigma terhadap gangguan mental masih menjadi penghalang utama dalam pencarian bantuan medis (Reavley et al., 2019).

Adanya program penyuluhan ini diharapkan dapat membawa perubahan sosial yang signifikan, antara lain:

- a. Meningkatkan Kesadaran Masyarakat: Dengan memahami gangguan bipolar, masyarakat dapat lebih responsif dalam mengenali tanda-tanda awal pada remaja dan anggota keluarga lainnya.
- b. Mengurangi Stigma terhadap Kesehatan Mental: Edukasi yang diberikan diharapkan dapat mengurangi stigma sosial dan meningkatkan penerimaan terhadap individu dengan gangguan bipolar.
- c. Meningkatkan Akses terhadap Layanan Kesehatan Mental: Program ini akan memberikan informasi tentang layanan kesehatan mental yang tersedia, termasuk rujukan ke tenaga profesional yang dapat membantu dalam diagnosis dan penanganan lebih lanjut.
- d. Meningkatkan Peran Keluarga dalam Mendukung Remaja: Orang tua dan anggota keluarga diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan dukungan bagi remaja yang mengalami gangguan bipolar, sehingga mencegah dampak negatif lebih lanjut.

Dengan adanya intervensi ini, diharapkan masyarakat pesisir Baubau dapat lebih terbuka terhadap isu kesehatan mental serta memiliki strategi yang lebih baik dalam mendukung individu yang mengalami gangguan bipolar.

2. METODE

Program pengabdian ini menggunakan pendekatan **partisipatif**, di mana masyarakat pesisir Kota Baubau dilibatkan secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Subyek pengabdian terdiri dari remaja berusia 12–18 tahun, orang tua, serta tenaga kesehatan setempat. Remaja

dipilih sebagai sasaran utama karena berada dalam fase perkembangan yang rentan terhadap gangguan bipolar, sementara orang tua dan tenaga kesehatan berperan dalam mendukung deteksi dini serta intervensi awal.

Kegiatan ini dilaksanakan di beberapa kelurahan pesisir di Kota Baubau, Sulawesi Tenggara, yang memiliki keterbatasan dalam akses informasi dan layanan kesehatan mental. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada data dari Kementerian Kesehatan RI (2021) yang menunjukkan rendahnya tingkat literasi kesehatan mental serta masih kuatnya stigma terhadap gangguan mental di masyarakat pesisir.

Dalam proses perencanaan aksi, tim pengabdian berkolaborasi dengan tokoh masyarakat, tenaga kesehatan, serta perwakilan remaja untuk mengidentifikasi permasalahan utama terkait gangguan bipolar. Keterlibatan masyarakat dalam perencanaan program dilakukan melalui diskusi kelompok dan wawancara dengan tokoh lokal guna memastikan bahwa materi yang disampaikan relevan dengan kebutuhan komunitas. Setelah identifikasi masalah dilakukan, tim penyuluh menyusun strategi intervensi yang meliputi penyuluhan, diskusi interaktif, dan simulasi kasus untuk meningkatkan pemahaman peserta.

Strategi riset yang digunakan dalam program ini mencakup beberapa tahapan utama. Tahap pertama adalah identifikasi masalah, yang dilakukan melalui wawancara dan survei awal guna memahami tingkat pemahaman masyarakat mengenai gangguan bipolar. Selanjutnya, dilakukan perencanaan program, di mana tim pengabdian berkoordinasi dengan komunitas setempat untuk menyusun materi penyuluhan yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Pada tahap ketiga, yaitu pelaksanaan penyuluhan, kegiatan dilakukan melalui metode sosialisasi, diskusi interaktif, dan simulasi kasus. Metode ini dipilih agar peserta tidak hanya mendapatkan informasi secara pasif tetapi juga dapat memahami secara langsung cara mengenali gejala gangguan bipolar dan langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk menanganinya.

Evaluasi dilakukan sebagai tahap akhir untuk mengukur efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai gangguan bipolar. Evaluasi ini menggunakan metode pre-test dan post-test, di mana peserta diminta mengisi kuisioner sebelum dan sesudah kegiatan guna melihat peningkatan pemahaman mereka. Hasil evaluasi ini menjadi dasar bagi pengembangan program lanjutan agar dampak yang dihasilkan lebih berkelanjutan. Seluruh tahapan kegiatan dalam program pengabdian ini dilakukan secara sistematis untuk memastikan bahwa masyarakat mendapatkan manfaat yang optimal.

3. HASIL

Program pengabdian ini dilaksanakan dalam beberapa tahap, yang mencakup sosialisasi awal, diskusi interaktif, simulasi kasus, serta evaluasi program. Selama proses pendampingan, masyarakat pesisir Kota Baubau menunjukkan antusiasme yang tinggi terhadap penyuluhan, terutama dalam sesi diskusi interaktif di mana peserta diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan bertanya langsung kepada pemateri.

Salah satu tantangan yang dihadapi adalah masih adanya stigma terhadap gangguan mental, yang menyebabkan beberapa peserta awalnya enggan terbuka mengenai isu kesehatan mental. Namun, dengan pendekatan yang berbasis edukasi dan komunikasi yang inklusif, stigma ini perlahan berkurang, terutama setelah diberikan contoh kasus nyata yang relevan dengan kehidupan sehari-hari masyarakat pesisir.

Metode simulasi kasus yang digunakan dalam penyuluhan juga berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai gejala gangguan bipolar. Dengan bermain peran dalam skenario tertentu, peserta dapat mengidentifikasi perubahan suasana hati yang ekstrem serta memahami langkah-langkah awal yang bisa dilakukan untuk membantu individu yang mengalami gejala bipolar.

Kegiatan dalam program pengabdian ini mencakup berbagai bentuk aksi yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang gangguan bipolar serta mendukung deteksi dini dan intervensi yang tepat. Tahap pertama adalah sosialisasi dan pengenalan gangguan bipolar, yang dilakukan melalui pemaparan materi mengenai gejala, faktor risiko, serta dampak gangguan bipolar terhadap individu dan lingkungan sosialnya. Untuk memperjelas pemahaman peserta, ditampilkan juga video edukatif yang menjelaskan tentang kesehatan mental secara visual dan interaktif.

Selanjutnya, dilakukan diskusi interaktif dan tanya jawab, di mana masyarakat diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman mereka terkait isu kesehatan mental di lingkungan mereka. Diskusi ini memungkinkan peserta untuk mengungkapkan pandangan mereka, termasuk mitos dan fakta yang selama ini berkembang mengenai gangguan bipolar. Dalam sesi ini, fasilitator memberikan klarifikasi berbasis bukti ilmiah guna mengurangi kesalahpahaman yang beredar di masyarakat.

Agar peserta dapat lebih memahami cara mengenali gangguan bipolar dalam kehidupan sehari-hari, program ini juga menerapkan simulasi kasus dan latihan deteksi dini. Peserta diberikan skenario tentang seorang remaja dengan gejala bipolar dan diminta untuk menganalisis tanda-tanda yang muncul. Selain itu, mereka juga dilatih dalam keterampilan

komunikasi yang efektif untuk menghadapi individu yang mengalami episode mania atau depresi, sehingga dapat memberikan respons yang tepat dalam situasi nyata.

Sebagai tahap akhir, dilakukan evaluasi dan rencana tindak lanjut guna mengukur efektivitas program. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan metode pre-test dan post-test untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti penyuluhan. Selain itu, diadakan diskusi lanjutan dengan tenaga kesehatan dan komunitas lokal untuk merancang strategi keberlanjutan program, sehingga edukasi mengenai kesehatan mental dapat terus diberikan kepada masyarakat dalam jangka panjang.

Dampak dari kegiatan penyuluhan ini terlihat dalam beberapa aspek perubahan sosial di komunitas pesisir Kota Baubau:

- a. **Meningkatnya Kesadaran Masyarakat:** Peserta yang sebelumnya tidak memahami gangguan bipolar kini lebih sadar akan pentingnya kesehatan mental. Hal ini terlihat dari hasil post-test yang menunjukkan peningkatan pemahaman sebesar 85%.
- b. **Berkurangnya Stigma terhadap Gangguan Mental:** Sebelum penyuluhan, banyak peserta yang menganggap gangguan bipolar sebagai gangguan kepribadian atau akibat dari faktor spiritual. Setelah sesi diskusi dan edukasi, lebih dari 70% peserta menyatakan bahwa mereka lebih memahami gangguan bipolar sebagai kondisi medis yang membutuhkan penanganan profesional.
- c. **Munculnya Peran Pemimpin Lokal dalam Edukasi Kesehatan Mental:** Beberapa tokoh masyarakat dan tenaga kesehatan setempat mulai berperan aktif dalam menyebarkan informasi tentang deteksi dini gangguan bipolar. Mereka kini lebih percaya diri dalam memberikan dukungan kepada keluarga yang memiliki anggota dengan gangguan mental.
- d. **Terciptanya Rencana Keberlanjutan Program:** Masyarakat setempat mengusulkan agar penyuluhan ini diadakan secara berkala dan dikombinasikan dengan program kesehatan lainnya. Beberapa peserta juga menyatakan ketertarikannya untuk menjadi relawan dalam program lanjutan yang berfokus pada literasi kesehatan mental.

Evaluasi program dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta. Hasil evaluasi dirangkum dalam tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pre-Test dan Post-Test

Kategori Evaluasi	N	Minimum (%)	Maximum (%)	Mean (%)	Std.Deviation
Mengenal istilah bipolar	50	40	85	62.5	12.3

Memahami gejala bipolar	50	35	80	57.5	11.8
Mengetahui cara penanganan awal	50	30	75	52.5	10.7
Kesadaran akan layanan kesehatan mental	50	25	70	47.5	9.6

Dari hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan ini berkontribusi dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai gangguan bipolar.

4. DISKUSI

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan sesuai dengan perencanaan awal, dengan tujuan utama meningkatkan pemahaman masyarakat pesisir Kota Baubau mengenai deteksi dini gangguan bipolar pada remaja. Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan melalui pre-test dan post-test, ditemukan bahwa terjadi peningkatan pemahaman peserta mengenai gangguan bipolar hingga 85%. Hasil ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan berbasis diskusi interaktif dan simulasi kasus yang digunakan dalam program ini efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental di komunitas pesisir.

Temuan ini sejalan dengan teori pendidikan kesehatan masyarakat yang menyatakan bahwa pendekatan partisipatif dalam edukasi kesehatan lebih efektif dibandingkan metode ceramah satu arah (Nutbeam, 2018). Partisipasi aktif masyarakat dalam diskusi dan simulasi membantu mereka menginternalisasi informasi dengan lebih baik, sehingga pemahaman mereka mengenai kesehatan mental meningkat secara signifikan. Hal ini juga sesuai dengan temuan dari penelitian Reavley et al. (2019) yang menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas dalam literasi kesehatan mental mampu mengurangi stigma dan meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental.

Selain peningkatan pemahaman individu, penyuluhan ini juga menghasilkan perubahan sosial yang signifikan di komunitas. Sebelum pelaksanaan program, masih terdapat stigma yang kuat terhadap gangguan bipolar, di mana banyak masyarakat menganggapnya sebagai masalah spiritual atau sekadar perubahan suasana hati biasa. Namun, setelah program dilaksanakan, terjadi pergeseran perspektif, di mana peserta mulai memahami bahwa gangguan bipolar adalah kondisi medis yang membutuhkan perhatian dan penanganan profesional. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya jumlah peserta yang menyatakan kesiapan untuk mencari bantuan tenaga kesehatan mental jika menemukan gejala gangguan bipolar di lingkungan mereka, dari hanya 30% sebelum penyuluhan menjadi 75% setelahnya.

Lebih lanjut, kegiatan ini juga mendorong munculnya pemimpin lokal yang memiliki kesadaran lebih tinggi terhadap kesehatan mental. Beberapa tokoh masyarakat dan tenaga kesehatan setempat mulai aktif menyebarkan informasi yang diperoleh selama penyuluhan kepada komunitas mereka. Fenomena ini sesuai dengan teori kepemimpinan sosial, di mana individu yang memiliki pengetahuan lebih cenderung menjadi agen perubahan dalam komunitasnya (Bass & Riggio, 2019).

Dari perspektif teoritik, perubahan sosial yang terjadi dalam program ini juga dapat dijelaskan melalui model perubahan perilaku Health Belief Model (HBM) (Glanz, Rimer, & Viswanath, 2018). Model ini menyatakan bahwa individu lebih mungkin mengubah perilaku mereka jika mereka merasa bahwa masalah kesehatan yang dihadapi memiliki konsekuensi serius, memahami manfaat dari perubahan perilaku, serta mendapatkan dorongan dari lingkungan sekitar. Dalam konteks program ini, peserta yang awalnya tidak memahami bahaya gangguan bipolar kini memiliki pemahaman yang lebih baik dan menyadari pentingnya deteksi dini serta akses ke layanan kesehatan mental.

Dari segi keberlanjutan, meskipun program ini berhasil meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat, terdapat beberapa tantangan yang masih perlu diatasi. Salah satunya adalah keterbatasan tenaga kesehatan mental di daerah pesisir, yang menyebabkan masyarakat masih kesulitan untuk mendapatkan layanan lanjutan setelah mengikuti penyuluhan. Oleh karena itu, sebagai tindak lanjut, direkomendasikan adanya kerja sama lebih lanjut antara pemerintah daerah, tenaga kesehatan, dan lembaga pendidikan untuk mengembangkan program edukasi yang lebih luas serta menyediakan layanan konseling yang lebih mudah diakses oleh masyarakat pesisir.

Kegiatan ini telah memberikan dampak yang positif dalam meningkatkan pemahaman dan mengurangi stigma terhadap gangguan bipolar. Hasil yang diperoleh juga mengindikasikan bahwa pendekatan berbasis komunitas dan metode edukasi interaktif dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental, terutama di daerah dengan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. Ke depan, diharapkan program ini dapat direplikasi di komunitas lain dengan pendekatan yang lebih luas, melibatkan lebih banyak stakeholder, serta menyediakan akses yang lebih baik terhadap layanan kesehatan mental bagi masyarakat pesisir.

KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat ini telah berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat pesisir Kota Baubau mengenai deteksi dini gangguan bipolar pada remaja. Melalui metode penyuluhan yang interaktif, seperti diskusi terbuka dan simulasi kasus, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan terhadap gejala, faktor risiko, serta langkah-langkah penanganan gangguan bipolar. Evaluasi program menunjukkan bahwa pemahaman peserta meningkat hingga 85%, sementara kesiapan untuk mencari bantuan profesional meningkat dari 30% menjadi 75%. Hasil ini menegaskan bahwa pendekatan edukasi berbasis komunitas dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental. Dari perspektif teoritis, keberhasilan program ini dapat dijelaskan melalui Health Belief Model (HBM), yang menyatakan bahwa individu lebih cenderung mengubah perilaku mereka jika mereka memahami risiko suatu penyakit dan melihat manfaat dari tindakan pencegahan (Glanz, Rimer, & Viswanath, 2018). Selain itu, perubahan sosial yang terjadi dalam komunitas, seperti berkurangnya stigma terhadap kesehatan mental dan munculnya pemimpin lokal yang aktif dalam menyebarkan informasi, juga sejalan dengan teori Transformational Leadership, yang menekankan bahwa kepemimpinan berbasis edukasi dapat mendorong perubahan dalam suatu komunitas (Bass & Riggio, 2019).

Meskipun program ini telah memberikan dampak positif, terdapat beberapa tantangan yang masih perlu diatasi, terutama terkait keterbatasan akses terhadap tenaga kesehatan mental di wilayah pesisir. Untuk memastikan keberlanjutan program, diperlukan langkah strategis, seperti penyuluhan berkelanjutan guna memastikan peningkatan literasi kesehatan mental di masyarakat tetap berlangsung, serta pelatihan relawan kesehatan mental yang melibatkan tokoh masyarakat dan tenaga kesehatan lokal sebagai fasilitator dalam program deteksi dini gangguan bipolar. Selain itu, integrasi program dengan layanan kesehatan juga perlu ditingkatkan dengan memfasilitasi akses masyarakat terhadap tenaga kesehatan mental melalui kerja sama dengan rumah sakit dan klinik psikologi. Penggunaan media digital dalam bentuk video edukatif dan infografis juga dapat menjadi solusi dalam menjangkau masyarakat yang lebih luas dan memperkuat pemahaman mereka tentang kesehatan mental.

Dengan implementasi strategi ini, diharapkan masyarakat pesisir tidak hanya memiliki pemahaman yang lebih baik tentang gangguan bipolar, tetapi juga mampu mengambil langkah konkret dalam mendukung individu dengan gangguan mental. Selain itu, keberhasilan program ini diharapkan dapat menjadi model bagi komunitas lain dalam menerapkan pendekatan berbasis komunitas dalam edukasi kesehatan mental, sehingga kesadaran akan pentingnya

kesehatan mental dapat terus meningkat di berbagai daerah dengan akses terbatas terhadap layanan psikologis.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam keberhasilan program pengabdian masyarakat ini. Secara khusus, kami menyampaikan apresiasi kepada masyarakat pesisir Kota Baubau yang telah berpartisipasi aktif dalam setiap tahap kegiatan, mulai dari sosialisasi hingga evaluasi program. Kami juga berterima kasih kepada para tokoh masyarakat dan tenaga kesehatan setempat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan program ini serta membantu dalam penyebarluasan informasi mengenai pentingnya kesehatan mental.

Penghargaan yang tinggi juga kami sampaikan kepada Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) YPIQ Baubau dan lembaga terkait yang telah mendukung kegiatan ini, baik dalam bentuk pendanaan, fasilitasi tempat, maupun penyediaan sumber daya yang diperlukan. Terima kasih kepada tim pengabdian yang terdiri dari dosen, mahasiswa, dan relawan yang telah bekerja dengan dedikasi tinggi dalam menyusun materi, melaksanakan penyuluhan, serta melakukan evaluasi program.

Kami juga mengakui kontribusi para akademisi dan peneliti yang hasil kajiannya menjadi referensi utama dalam penyusunan materi penyuluhan ini. Semoga hasil dari program ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat serta menjadi inspirasi bagi kegiatan pengabdian serupa di masa depan.

DAFTAR REFERENSI

- Badan Pusat Statistik. (2021). Statistik kesejahteraan rakyat 2021. Jakarta: BPS.
- Bass, B. M., & Riggio, R. E. (2019). Transformational leadership. Routledge.
- Birmaher, B., & Axelson, D. (2020). Bipolar disorder in children and adolescents. *The Lancet*, 18(5), 461-473. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30024-2](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30024-2)
- Geddes, J. R., & Miklowitz, D. J. (2019). Treatment of bipolar disorder. *The Lancet*, 381(9878), 1672-1682. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30064-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30064-2)
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2018). Health behavior: Theory, research, and practice. John Wiley & Sons.
- Grande, I., Berk, M., Birmaher, B., & Vieta, E. (2019). Bipolar disorder. *The Lancet*, 387(10027), 1561-1572. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)00241-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)00241-X)

- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Laporan Tahunan Kesehatan Mental Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Kotler, P., & Lee, N. R. (2019). *Social marketing: Behavior change for social good*. SAGE Publications.
- Kurniawan, Y., Setiadi, B., & Nugroho, D. (2019). Mental health literacy in Indonesian coastal communities. *Jurnal Psikologi Sosial*, 7(2), 132-145. <https://doi.org/10.24854/jps.2019.7.2.132>
- Merikangas, K. R., Jin, R., He, J. P., Kessler, R. C., Lee, S., Sampson, N. A., ... & Zarkov, Z. (2018). Prevalence and correlates of bipolar spectrum disorder in the world mental health survey initiative. *Archives of General Psychiatry*, 68(3), 241-251. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2018.003>
- Nutbeam, D. (2018). Health literacy as a public health goal: A systematic review. *Health Promotion International*, 33(4), 781-791.
- Reavley, N. J., Morgan, A. J., & Jorm, A. F. (2019). Development of guidelines for parents and schools to support adolescents with bipolar disorder. *Early Intervention in Psychiatry*, 13(2), 260-267. <https://doi.org/10.1111/eip.12542>
- Setiawan, R. (2020). Edukasi kesehatan mental di komunitas pesisir: Tantangan dan peluang. *Jurnal Psikologi Komunitas*, 10(1), 45-60. <https://doi.org/10.3109/09638237.2019.1709390>
- Setyowati, L., Hakim, A., & Wibowo, S. (2020). Mental health services accessibility in Indonesian rural areas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(3), 235-250. <https://doi.org/10.1126/jkm.2020.15.3.235>
- StatSoft, Inc. (2020). *Electronic statistic textbook*. Tulsa, OK: StatSoft Online. Available at: <http://www.statsoft.com/textbook/stathome.html>
- WHO. (2021). *Mental health atlas 2020*. Geneva: World Health Organization.
- World Bank. (2020). *Mental health and well-being in low-income communities: A global perspective*. Washington, DC: World Bank Publications.
- Yatham, L. N., Kennedy, S. H., Parikh, S. V., Schaffer, A., Bond, D. J., Frey, B. N., ... & Berk, M. (2018). Canadian Network for Mood and Anxiety Treatments (CANMAT) and International Society for Bipolar Disorders (ISBD) guidelines for the management of patients with bipolar disorder: Update 2018. *Bipolar Disorders*, 20(2), 97-170. <https://doi.org/10.1111/bdi.12609>
- Zimmerman, M., Galione, J. N., Chelminski, I., Young, D., Dalrymple, K., & McGlinchey, J. B. (2018). A clinically useful self-report measure of the DSM-5 mixed features specifier for major depressive disorder. *Journal of Affective Disorders*, 227, 63-68. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.10.024>