

PEDULI KESEHATAN MENTAL: MENGENAL DAN MENGATASI DEPRESI BERSAMA

Milkhatun^{1}, Siti Khoiroh Muflihatin², Dwi Astri Andriani³, Muhammad Sofhian Nur⁴, Romadhona Rusdi Ambar Sari⁵, Tiara Angela⁶, Salma Dewanty Pazla⁷, Oktaviana Ratih⁸, Deby Krisna Yuwanda⁹, Fitriatata Alvina¹⁰, Indri Amalia Hediningtyas¹¹, Qurata Ayuni¹², Nurul Huda¹³*

¹⁻¹³ Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Kalimantan Timur
e-mail*: mil668@umkt.ac.id

Abstract. *Mental health is an essential aspect of individual well-being; however, many people still lack understanding about depression as one of the most common mental health disorders. This community service activity aimed to improve public knowledge about depression through interactive education conducted in the working area of Karang Asam Public Health Center, Samarinda. The outreach program was held on June 20, 2025, using lectures, group discussions, and informational leaflets as the primary methods of delivery. Evaluation was conducted through pre-test and post-test assessments to measure participants' knowledge improvement. The activity was attended by 16 participants, the majority of whom were early adults (87.5%) and predominantly female (68.8%). Pre-test results indicated that most participants had a low level of knowledge (56.2%); however, after the session, a significant improvement was observed, with 62.5% demonstrating a good understanding. This result shows that short and interactive educational methods are effective in increasing awareness and understanding of depression, including its symptoms, causes, and prevention strategies. Social support, group discussions, and opportunities to share personal experiences also enhanced the effectiveness of the program. These findings highlight the importance of implementing sustainable and collaborative mental health education programs to foster greater public awareness and concern, particularly regarding depression..*

Keywords: *depression, health education, mental health, outreach, knowledge improvement*

Abstrak. Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam kesejahteraan individu, namun saat ini masih banyak dari masyarakat yang belum memahami tentang depresi sebagai salah satu gangguan mental yang umum terjadi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang depresi melalui edukasi interaktif yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Karang Asam, Samarinda. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 20 Juni 2025 di wilayah kerja Puskesmas Karang Asam, Samarinda. dimana pengabdian ini menggunakan metode ceramah, diskusi, serta media leaflet sebagai penyampaian materi. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta. Kegiatan diikuti oleh 16 orang, mayoritas berusia dewasa awal (87,5%) dan didominasi oleh perempuan (68,8%). Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki pengetahuan yang kurang (56,2%), namun setelah penyuluhan, terjadi peningkatan signifikan, dengan 62,5% peserta memiliki pengetahuan baik. Penyuluhan ini menunjukkan bahwa metode edukasi singkat dan interaktif efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang depresi, termasuk gejala, penyebab, dan cara penanggulangannya. Dukungan sosial, diskusi kelompok, dan ruang berbagi pengalaman juga turut memperkuat efektivitas program ini. Hasil ini menggarisbawahi pentingnya pelaksanaan program penyuluhan kesehatan mental secara berkelanjutan dan kolaboratif guna menciptakan masyarakat yang lebih peduli terhadap isu kesehatan mental, khususnya depresi.

Kata kunci: depresi, edukasi kesehatan, kesehatan mental, penyuluhan, peningkatan pengetahuan

1. Pendahuluan dan Rumusan Masalah

Kesepian, ketakutan akan infeksi, penderitaan dan kematian bagi diri sendiri dan orang-orang terkasih, kesedihan setelah kehilangan orang yang dicintai, dan kekhawatiran finansial

juga disebut sebagai pemicu stres yang menyebabkan kecemasan dan depresi. Sehat mental merupakan salah satu bagian penting dari kesehatan. Kondisi mental yang sehat dapat membuat seseorang menyadari kemampuannya, dapat mengatasi masalah dalam hidup, produktif dalam bekerja (WHO, 2022). Kesehatan mental juga berhubungan dengan tindak kekerasan. Beberapa studi penelitian menunjukkan bahwa kesehatan mental yang buruk dapat membuat penderitanya rentan terpapar paham dan ideologi (Sany, 2022).

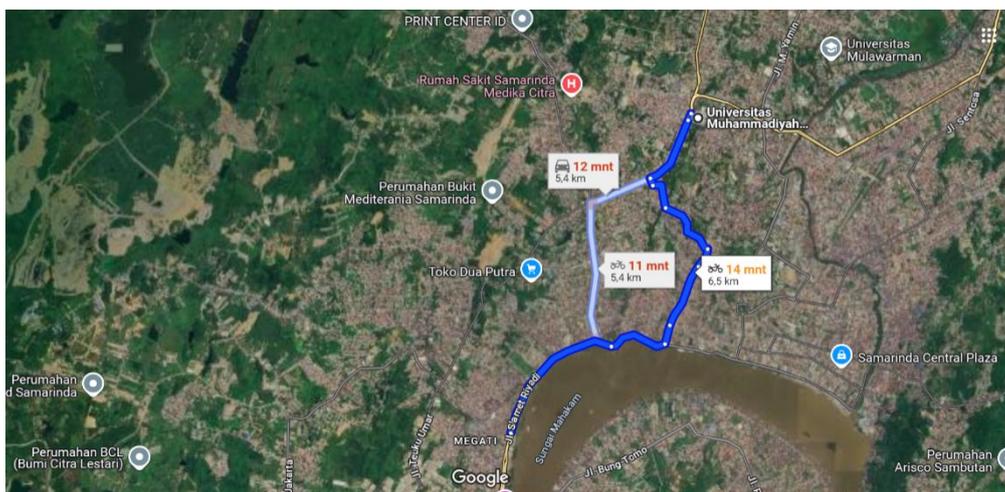
Berdasarkan data WHO (2023) prevalensi lansia depresi di dunia yaitu 14%. Pada usia lanjut, seseorang akan mengalami penurunan fungsi tubuh yang dapat berdampak pada kesehatan fisik maupun psikis karena terjadi proses penuaan yang dialami oleh usia lanjut (Nathasya et al., 2024). Terdapat beberapa faktor yang membuat lansia depresi, yaitu berduka, kehilangan, atau menurunnya fungsi tubuh yang dapat mengakibatkan ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas dan pemenuhan kebutuhan serta berbagai macam keterbatasan lainnya yang dapat dihubungkan dengan penurunan fungsi kognitif maupun afektif pada lansia (Suharta & Anggrianti, 2021). Tidak hanya itu, prevalensi dari gangguan mental emosional dengan gejala depresi dan kecemasan pada remaja usia >15 tahun di Indonesia mencapai sekitar 6,2% dari jumlah penduduk di Indonesia Di Indonesia angka kejadian depresi pada remaja usia >15 tahun adalah 6,1% (Senjaya et al., 2023). Masalah yang banyak terjadi pada usia remaja awal yang berkaitan dengan masalah kesehatan mental, salah satunya adalah depresi. Depresi merupakan salah satu penyebab utama dari penyakit maupun kecacatan yang terjadi pada usia remaja, dan tindakan bunuh diri sebagai penyebab ketiga kematian terbesar. Adanya depresi dapat mengganggu aktivitas pada anak usia remaja (Prayitno et al., 2022).

Gangguan depresif atau depresi adalah kondisi kesehatan mental yang umum dan dapat dialami oleh siapa saja. Depresi adalah gangguan emosi atau suasana hati yang buruk yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, perasaan bersalah, putus harapan, dan merasa tidak berarti (Ma'rufa et al., 2023). Kondisi ini ditandai dengan suasana hati yang rendah atau hilangnya kesenangan atau minat dalam aktivitas tertentu selama periode waktu yang lama. Depresi berbeda dari perubahan suasana hati biasa dan perasaan sehari-hari. Depresi berlangsung hampir sepanjang hari, hampir setiap hari, selama setidaknya dua minggu (Milkhatun et al., 2024). Dimana depresi ini ditandai dengan perubahan perilaku, perubahan mood, kesulitan berkonsentrasi, penurunan berat badan, menyakiti diri hingga memunculkan permasalahan kesehatan lainnya, serta perubahan suasana keadaan hati yang berubah-ubah (Amira et al., 2023).

Perlunya penanganan masalah depresi dimulai dari mekanisme coping individu. Saat seseorang berada dalam situasi terancam, maka respon coping harus segera dibentuk dimana terdapat berbagai cara yang dilakukan pasien dalam menghadapi masalah tersebut baik secara adaptif seperti bicara dengan orang lain, mampu menyelesaikan masalah, teknik relaksasi dan olahraga, atau menggunakan cara yang maladaptif seperti minum alkohol, reaksi lambat atau berlebihan, menghindari, mencederai atau lain sebagainya (Yulianto et al., 2019).

2. Metode

Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat ini membahas tentang pencegahan depresi yang masih sering terjadi di masyarakat. Dimana kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jumat 20 Juni 2025 dari pukul 07.30 - 08.00 WITA. Di wilayah Puskesmas Karang Asam Samarinda, yang beralamatkan di Jalan Slamet Riyadi No. 87, Karang Asam Ilir, Kec. Sungai Kunjang, Kota Samarinda, Kalimantan Timur 75126.



Gambar 1. Peta Puskesmas Karang Asam

Adapun beberapa tahapan dalam proses pengabdian masyarakat ini ialah diawali dengan proses persiapan pengabdian masyarakat yaitu dengan menyiapkan pembuatan satuan acara penyuluhan (SAP), leaflet terkait depresi dan kuesioner pre dan post test terkait depresi. Selanjutnya adalah tahapan pelaksanaan dimana kegiatan ini diawali dengan pembukaan oleh moderator. Selanjutnya melakukan penyebaran soal pre test dan absensi peserta untuk mengukur seberapa besar pengetahuan peserta pengabdian sebelum diberikan informasi terkait depresi. Kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi yang dilakukan dengan metode ceramah. Dimana dalam penyampaian ini pemateri menyampaikan terkait pengertian depresi, penyebab depresi, ciri-ciri depresi, dan cara mencegah depresi. Yang dilanjutkan dengan tanya

jawab oleh peserta saat penyuluhan berlangsung. Setelah beberapa pertanyaan yang diajukan oleh peserta kegiatan dilanjutkan dengan penyebaran soal post test untuk mengukur seberapa jauh peserta telah memahami apa yang sebelumnya sudah disampaikan oleh pemateri. Dimana pertanyaan yang ada di kuesioner ini terdiri dari 10 pertanyaan dan kegiatan ini ditutup dengan proses foto bersama. Dan pada tahap akhir, penulis melakukan proses evaluasi dengan menganalisis hasil pre dan post test yang telah diberikan kepada peserta terhadap peningkatan pengetahuan terkait materi depresi yang telah disampaikan.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan ini sendiri menggunakan metode simulasi dimana klien diberikan pertanyaan sebelum diberikan materi, dilanjutkan dengan pemberian materi dan diakhiri dengan pemberian pertanyaan setelah dilakukan penyebaran materi. Kegiatan ini sendiri di hadiri oleh 16 orang masyarakat yang ada di puskesmas karang asam samarinda. Penyuluhan ini berjalan dengan baik dan lancar. Dimana pemberian materi pada pasien tentang peduli kesehatan mental: mengenal dan mengatasi depresi melalui media leaflet, Hasil penyuluhan diperoleh data.

Tabel 1 Karakteristik Demografi Responden

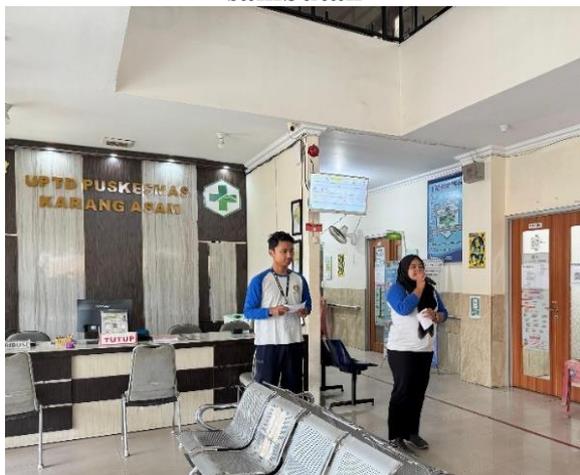
Karakteristik Usia Responden	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Usia responden		
Dewasa awal (18-40 tahun)	14	87.5 %
Dewasa Tengah (41-60 tahun)	2	12.5 %
Jenis Kelamin		
Laki-laki	5	31.2 %
Perempuan	11	68.8 %
Total	16	100 %



Gambar 2 Pembukaan dan kata sambutan



Gambar 3 Pengisian Kuesioner Pre-Test



Gambar 4 Penyampaian Materi oleh penyuluh



Gambar 5 sesi tanya jawab

Berdasarkan tabel 1, total dari 16 responden berdasarkan usia mayoritas responden berusia pada rentang 18-40 tahun dengan frekuensi sebanyak 14 orang (87.5%), dan pada usia 41-60 tahun berjumlah 2 orang (12.5 %). Selanjutnya berdasarkan jenis kelamin dengan total 16 orang dengan responden terbanyak laki-laki berjumlah 5 (31.2%) orang sedangkan perempuan sebanyak 11 orang (68.8%). Dimana pada penelitian sebelumnya yang dilakukan (Wijaya et al., 2023) didapatkan bahwa pasien dengan rentang usia 25-35 tahun merupakan pasien yang rentan untuk mengalami depresi dibandingkan dengan seseorang yang berusia lebih tua. Dimana temuan rasio prevalensi ini menyatakan bahwa pada rentang usia 18-29 tahun memiliki risiko mengalami depresi 3 kali dibandingkan dengan individu yang berusia 60 tahun. Seseorang yang lebih muda ternyata lebih mudah mengalami kecemasan dan depresi daripada seseorang yang lebih tua. Hal ini dikarenakan banyaknya perubahan yang dialami pada tahap remaja, menuntut remaja untuk dapat beradaptasi dengan segala perubahan tersebut (Endriyani et al., 2022)

Penelitian yang dilakukan oleh (Assyifa et al., 2023) menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara jenis kelamin baik pada perempuan dan laki-laki. Dimana didapatkan nilai P value < 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan jenis kelamin dengan kejadian depresi. Tetapi berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh (Qulbiyah, 2024) menyatakan bahwa ada perbedaan antara jenis kelamin perempuan dan laki-laki dimana didapatkan lebih banyak perempuan dengan p value 0,003 memperlihatkan bahwa terdapat perbedaan antara perempuan dan laki-laki.

Tabel 2 Hasil Pre-test dan Post-test

Pengetahuan Tentang Depresi	Pre-Test		Post Test	
	Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Baik	9	56.2 %	4	25 %
Cukup	3	18.8 %	2	12.5 %
Baik	4	25 %	10	62.5 % %
Total	16	100 %	16	100 %
Rata-rata	33,3%		33,3%	

Berdasarkan tabel 2 tersebut didapatkan dari 16 responden yang bersedia untuk mengisi kuesioner pre test dan post test terdapat perbedaan terkait pengetahuan depresi yang dirasakan oleh setiap responden. Dimana pada saat pengisian pre test didapatkan pengetahuan kurang tentang depresi sebanyak 9 orang (56.2%), cukup sebanyak 3 orang (18.8%) dan baik sebanyak 4 orang (25%). Setelah di berikan edukasi melalui penyampaian materi yang dilakukan. Selanjutnya, didapatkan hasil dari post test yang diisi oleh respoenden didapatkan hasil pengetahuan depresi meningkat sebanyak 10 orang (62.5%), cukup sebanyak 2 orang (12.5%) dan kurang sebanyak 4 orang (25%).

Depresi yang tidak terdiagnosis dan tidak diobati dapat memperburuk hasil kesehatan secara keseluruhan dan menurunkan efektivitas pengobatan. Tantangan dalam mendiagnosis depresi pada pasien dengan gangguan medis serius adalah bahwa gejala-gejala depresi sering kali tumpang tindih dengan gejala fisik dari penyakit yang mendasarinya, sehingga sulit untuk membedakan antara keduanya (Holis & Fujianti, 2024)

Didukung dengan penelitian (Singh et al., 2025) Depresi adalah gangguan suasana hati yang menyebabkan perasaan sedih dan kehilangan minat yang terus-menerus. Yang mengganggu suasana hati, yang ditandai dengan kesedihan, kekosongan, atau suasana hati yang mudah tersinggung, disertai dengan perubahan somatik dan kognitif yang secara signifikan

mempengaruhi kapasitas individu untuk berfungsi (Ormel et al., 2019). Pentingnya kesehatan mental dalam masyarakat tidak dapat diabaikan, terutama dalam konteks depresi yang semakin meningkat akibat berbagai faktor, termasuk pandemi COVID-19. Penelitian menunjukkan bahwa intervensi yang tepat dan edukasi yang menyeluruh dapat membantu mengurangi stigma seputar kesehatan mental dan kesadaran akan meningkatkan pentingnya mencari bantuan (Sany, 2022).

Selain itu, pentingnya dukungan sosial juga tidak bisa diabaikan. Menurut Dr. Julianne Holt-Lunstad, penelitian menunjukkan bahwa hubungan sosial yang kuat dapat meningkatkan kesehatan mental dan mengurangi risiko depresi (Holt-Lunstad & Perissinotto, 2023). Kegiatan penyuluhan yang memungkinkan peserta untuk berbagi pengalaman dan saling mendukung dapat memperkuat jaringan sosial, yang merupakan faktor perlindungan penting terhadap depresi.

Dalam konteks kegiatan penyuluhan ini, penggunaan metode interaktif seperti tanya jawab dan diskusi kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang depresi. Metode ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga menciptakan ruang bagi peserta untuk berbagi pengalaman dan strategi coping yang mereka gunakan. Hal ini sejalan dengan penelitian (Hidayati & Purwandari, 2023) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dan berbagi pengalaman dapat membantu individu dalam mengatasi masalah kesehatan mental.

Selain itu, evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai depresi. Penurunan jumlah peserta yang memiliki pengetahuan kurang setelah penyuluhan dari 56,2% menjadi 25% menunjukkan efektivitas program ini. Peningkatan ini tidak hanya menunjukkan pemahaman teoritis, tetapi juga secara praktis dalam cara peserta dapat mengenali gejala depresi dan mencari bantuan yang diperlukan.

Oleh karena itu, penting untuk terus melaksanakan program penyuluhan seperti ini secara berkala untuk memastikan masyarakat tetap teredukasi tentang kesehatan mental dan dapat mengakses sumber daya yang ada. Selain itu, kolaborasi dengan lembaga kesehatan, sekolah, dan organisasi masyarakat dapat memperluas jangkauan program ini dan menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi individu yang mengalami masalah kesehatan mental.

Pada akhirnya, penting untuk memasukkan pendekatan berbasis komunitas dalam menangani kesehatan mental. Dengan melibatkan masyarakat dalam setiap tahapan, mulai dari perencanaan hingga evaluasi, kita dapat menciptakan solusi yang lebih relevan dan berkelanjutan dalam mengatasi masalah depresi di masyarakat.

4. Kesimpulan dan saran

Berdasarkan hasil penelitian pengabdian masyarakat di Puskesmas Karang Asam Samarinda, dapat disimpulkan bahwa intervensi edukasi singkat (30 menit) tentang depresi secara signifikan meningkatkan pengetahuan peserta. Sebelum penyuluhan, hanya 25% peserta yang memiliki pemahaman baik tentang depresi, tetapi setelah diberikan materi melalui ceramah interaktif, leaflet, dan sesi tanya jawab, proporsi ini meningkat menjadi 62.5%. Peserta dengan pengetahuan kurang turun dari 56.2% menjadi 25%.

Kegiatan penyuluhan sebaiknya terus dilaksanakan secara berkala agar masyarakat semakin memahami pentingnya kesehatan mental, khususnya terkait depresi. Penggunaan metode penyuluhan yang lebih variatif dan interaktif, seperti diskusi atau tanya jawab, diharapkan dapat meningkatkan partisipasi dan pemahaman peserta. Selain itu, perlu adanya kerja sama dengan berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan dan institusi pendidikan, untuk memperluas jangkauan kegiatan. Evaluasi lanjutan juga penting dilakukan guna menilai keberhasilan program dan merancang intervensi lanjutan yang lebih tepat sasaran.

Daftar Pustaka

- Amira, I., Hendrawati, H., Maulana, I., & Senjaya, S. (2023). Penyuluhan Tentang Kesehatan Jiwa Remaja Di Pondok Pesantren Miftahul Hidayah Kelurahan Lebakjaya Kecamatan Karangpawitan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 6(4), 1693–1704. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.9479>
- Assyifa, F., Fadilah, S., Wasilah, S., Fitria, Y., & Muthmainah, N. (2023). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Pskps Fk Ulm Tingkat Akhir Dalam Pengerjaan Tugas Akhir. *Homeostasis*, 6(2), 333. <https://doi.org/10.20527/ht.v6i2.9980>
- Endriyani, S., Lestari, R. D., Lestari, E., & Napitu, I. C. (2022). Gangguan Mental Emosional Dan Depresi Pada Remaja. *Healthcare Nursing Journal*, 2(4), 4787–4794. <https://www.bajangjournal.com/index.php/j-abdi/article/view/3641/2684>
- Hidayati, D. L., & Purwandari, E. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesehatan Mental Di Indonesia: Kajian Meta-Analisis. *Guidena: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(1), 270. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i1.6536>
- Holis, W., & Fujianti, M. E. Y. (2024). Efektivitas Relaksasi Otot Progresif (Progressive Muscle Relaxation) Terhadap Kecemasan: Systematic Review. *Indonesian Health Science Journal*, 4(2), 50–57. <https://doi.org/10.52298/ihsj.v4i2.62>
- Holt-Lunstad, J., & Perissinotto, C. (2023). Social Isolation And Loneliness As Medical Issues. *New England Journal Of Medicine*, 388(3), 193–195. <https://doi.org/10.1056/nejmp2208029>
- Ma'rufa, N. H., Rumaisha, A. N., & Nashori, F. (2023). Pengaruh Terapi Zikir Istigfar Terhadap Depresi Pada Mahasiswa. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 7(1), 52–61. <https://doi.org/10.36341/psi.v7i1.3319>

- Milkhatun, Andriani, D. A., Meritama, N. A., Sari, F. K., Andriani, F. M., & Fadillah, W. (2024). Pendidikan Kesehatan Jiwa Tentang Depresi Pada Masyarakat Wilayah Puskesmas Karang Asam Samarinda. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 3(2), 9–16.
- Nathasya, H., Nuraini, P., Thohiroh, S. Z. A., Salma, T., & Rozzaqyah, F. (2024). Analisis Tingkat Dan Faktor Penyebab Depresi Se Asia Tenggara. *Jurnal Edu Research*, 5(1), 37–48.
- Ormel, J., Kessler, R. C., & Schoevers, R. (2019). Depression: More Treatment But No Drop In Prevalence: How Effective Is Treatment? And Can We Do Better? *Current Opinion In Psychiatry*, 32(4), 348–354. <https://doi.org/10.1097/Yco.0000000000000505>
- Prayitno, E., Tarigan, N., Sukmawaty, W., & Maudzoh, U. (2022). 2 3 4 1. *Kebangkitan Umkm Pascapandemi Covid-19*, 2(4), 4787–4794.
- Qulbiyah, L. (2024). *Perbedaan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi: Studi Terhadap Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kedokteran Fakultas Kedokteran Umum Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2019*. Universitas Islam Sultan Agung.
- Sany, U. P. (2022). Gangguan Kecemasan Dan Depresi Menurut Perspektif Al Qur'an. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(1), 1262–1278. <https://doi.org/10.36418/Syntax-Literate.V7i1.6055>
- Senjaya, A. A., Hadi, V. I., Fajrin, H. R., Latifah, W. N., Kencana, C. P., Adiningtyas, A., Tiara Diah Sosialita, & Nawangsari, N. A. F. (2023). Increasing Awareness Of Depression In Adolescents And Children Through Online Campaign Activities. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal Of Public Services)*, 7(3), 326–331. <https://doi.org/10.20473/Jlm.V7i3.2023.326-331>
- Singh, R., Volner, K., & Marlowe, D. (2025). *Provider Burnout*.
- Suharta, & Anggrianti, D. M. (2021). Medical Journal Of Al-Qodiri. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 6(1), 17–25.
- Who. (2022). *Pandemi Covid-19 Memicu Peningkatan Prevalensi Kecemasan Dan Depresi Sebesar 25% Di Seluruh Dunia*. World Health Organization (Who). <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- Wijaya, A. E., Asmin, E., & Saptanno, L. B. E. (2023). Tingkat Depresi Dan Ansietas Pada Usia Produktif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 150–156.
- Yulianto, A., Wahyudi, Y., & Marlinda. (2019). Mekanisme Koping Dengan Tingkat Depresi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Pre Hemodialisa. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 4(2), 436–444.