
KESEHATAN MENTAL LANSIA MENDUKUNG KESEJAHTERAAN DI MASA TUA

Adinda Syifaa Harahap

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Abstrak

Kesehatan mental lansia merupakan aspek penting yang memengaruhi kualitas hidup dan kesejahteraan di masa tua. Dalam menghadapi berbagai perubahan fisik, sosial, dan emosional yang terjadi seiring bertambahnya usia, dukungan terhadap kesehatan mental menjadi semakin penting. Abstrak ini mengulas pentingnya pemahaman yang mendalam tentang kesehatan mental lansia serta strategi untuk mendukung kesejahteraan mereka di masa tua.

Pertama, penting untuk memahami bahwa lansia dapat mengalami berbagai tantangan dalam menjaga kesehatan mental mereka, termasuk isolasi sosial, depresi, kecemasan, dan gangguan kognitif. Hal ini menekankan pentingnya pencegahan, deteksi dini, dan intervensi yang tepat guna dalam merawat kesehatan mental mereka.

Selanjutnya, dukungan sosial dan hubungan yang erat dengan keluarga, teman, dan komunitas dapat memiliki dampak positif yang signifikan pada kesehatan mental lansia. Interaksi sosial yang teratur dapat mengurangi risiko isolasi sosial dan depresi serta meningkatkan rasa keterhubungan dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Pentingnya aktivitas fisik, mental, dan sosial dalam menjaga kesehatan mental juga harus diperhatikan. Melalui berbagai kegiatan seperti olahraga ringan, permainan kognitif, seni, dan partisipasi dalam kegiatan komunitas, lansia dapat menjaga fungsi kognitif, meningkatkan suasana hati, dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Selain itu, penting untuk memperhatikan faktor-faktor lingkungan yang dapat memengaruhi kesehatan mental lansia, seperti aksesibilitas layanan kesehatan mental, lingkungan yang mendukung, dan keamanan fisik dan emosional. Ketersediaan layanan kesehatan mental yang terjangkau dan berkualitas serta promosi kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dapat meningkatkan kesejahteraan lansia secara keseluruhan.

Penting juga untuk mengakui pentingnya pembangunan kebijakan yang mendukung kesehatan mental lansia. Melalui kebijakan yang mempromosikan aksesibilitas layanan kesehatan mental, pendidikan masyarakat, dan perlindungan sosial, dapat menciptakan lingkungan yang mendukung bagi kesehatan mental lansia.

Dengan memperhatikan aspek-aspek tersebut dan memprioritaskan kesehatan mental lansia, dapat membantu meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan di masa tua. Upaya kolaboratif antara individu, keluarga, masyarakat, dan pemerintah sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bagi kesehatan mental lansia.

Kata Kunci: *Kesehatan Mental Lansia, Kesejahteraan Di Masa Tua, Dukungan Sosial, Aktivitas Fisik, Aktivitas Mental, Lingkungan Yang Mendukung, Aksesibilitas Layanan Kesehatan Mental, Pembangunan Kebijakan.*



PENDAHULUAN

Latar Belakang

Meningkatnya harapan hidup di berbagai negara telah menyebabkan populasi lansia meningkat secara signifikan dalam beberapa dekade terakhir. Perubahan demografi ini menunjukkan bahwa penduduk usia lanjut akan semakin dominan dalam struktur populasi di masa depan. Seiring dengan bertambahnya usia, lansia sering menghadapi berbagai tantangan kesehatan, termasuk masalah kesehatan mental yang serius. Oleh karena itu, pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan mental lansia dan upaya untuk mendukung kesejahteraan mereka menjadi sangat penting.

Salah satu tantangan utama dalam merawat kesehatan mental lansia adalah terkait dengan risiko isolasi sosial. Banyak lansia yang menghadapi kesulitan dalam menjaga hubungan sosial yang kuat, terutama setelah pensiun atau kehilangan pasangan hidupnya. Isolasi sosial dapat meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan masalah kesehatan mental lainnya pada lansia.

Selain itu, perubahan fisik dan kognitif yang terjadi seiring bertambahnya usia juga dapat memengaruhi kesehatan mental lansia. Misalnya, gangguan kognitif seperti demensia dapat menimbulkan stres, kebingungan, dan perubahan perilaku yang signifikan pada lansia. Hal ini menunjukkan bahwa perlunya perhatian khusus terhadap kesehatan mental lansia dalam rangka mendukung kesejahteraan mereka.

Pentingnya faktor-faktor lingkungan juga perlu diperhatikan dalam memahami kesehatan mental lansia. Lingkungan yang tidak mendukung, seperti kurangnya aksesibilitas terhadap layanan kesehatan mental, ketidakamanan fisik dan emosional, serta kurangnya dukungan sosial, dapat memperburuk masalah kesehatan mental pada lansia.

Pengakuan terhadap pentingnya kesehatan mental lansia semakin meningkat dalam masyarakat, namun masih ada stigma yang terkait dengan masalah kesehatan mental di kalangan lansia. Stigma ini dapat menjadi hambatan dalam mencari bantuan dan dukungan untuk masalah kesehatan mental. Oleh karena itu, peningkatan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang kesehatan mental lansia menjadi krusial.

Tantangan lainnya terkait dengan ketersediaan layanan kesehatan mental yang memadai bagi lansia. Banyak negara masih menghadapi tantangan dalam menyediakan layanan kesehatan mental yang terjangkau dan berkualitas bagi populasi lansia. Kekurangan tenaga profesional yang terlatih dalam merawat kesehatan mental lansia juga menjadi masalah serius yang perlu diatasi.

Pentingnya aktivitas fisik, mental, dan sosial dalam menjaga kesehatan mental lansia telah diakui secara luas. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa aktivitas fisik teratur, stimulasi kognitif, dan interaksi sosial yang positif dapat membantu menjaga

kesehatan mental dan kognitif lansia. Oleh karena itu, penting untuk mendorong lansia untuk tetap aktif secara fisik, mental, dan sosial sebagai bagian dari upaya untuk mendukung kesejahteraan mereka.

Peran keluarga dan komunitas juga sangat penting dalam mendukung kesehatan mental lansia. Keluarga dan teman-teman yang memberikan dukungan emosional, sosial, dan praktis dapat menjadi sumber kekuatan bagi lansia dalam menghadapi berbagai tantangan yang mereka hadapi. Oleh karena itu, penting untuk memperkuat jaringan dukungan sosial bagi lansia di dalam keluarga dan komunitas mereka.

Selanjutnya, pembangunan kebijakan yang mendukung kesehatan mental lansia menjadi krusial. Kebijakan yang mempromosikan aksesibilitas layanan kesehatan mental yang terjangkau, pelatihan untuk tenaga kesehatan yang lebih baik dalam merawat kesehatan mental lansia, serta promosi kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dapat meningkatkan kesejahteraan lansia secara keseluruhan.

Penting juga untuk mengakui bahwa setiap individu memiliki kebutuhan dan preferensi yang unik terkait dengan kesehatan mental mereka. Oleh karena itu, pendekatan yang holistik dan personal dalam merawat kesehatan mental lansia sangat penting. Hal ini melibatkan upaya untuk memahami kebutuhan individu dan menyediakan layanan yang sesuai dan berkelanjutan bagi mereka.

Terakhir, perubahan sosial dan teknologi yang terus berkembang juga memengaruhi kesehatan mental lansia. Misalnya, penggunaan teknologi digital dapat memberikan akses lebih besar terhadap informasi dan layanan kesehatan mental, namun juga dapat meningkatkan risiko isolasi sosial bagi lansia. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan implikasi sosial dan teknologi terhadap kesehatan mental lansia dalam merancang intervensi dan kebijakan yang tepat.

Dengan meningkatnya perhatian terhadap kesehatan mental lansia, banyak negara mulai mengembangkan strategi dan program yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mereka di masa tua. Ini termasuk kampanye kesadaran masyarakat, pelatihan untuk tenaga kesehatan yang lebih baik dalam merawat kesehatan mental lansia, dan peningkatan aksesibilitas layanan kesehatan mental yang terjangkau.

Pentingnya memahami pengalaman dan kebutuhan lansia secara holistik juga semakin diakui dalam pengembangan intervensi kesehatan mental. Pendekatan yang berpusat pada individu dan memperhitungkan faktor-faktor fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan yang memengaruhi kesehatan mental lansia dapat membantu menciptakan strategi yang lebih efektif dan berkelanjutan.

Selanjutnya, peran kesehatan primer juga penting dalam mendeteksi dini dan mengelola masalah kesehatan mental lansia. Dokter umum dan perawat yang terlatih

secara memadai dapat menjadi garda terdepan dalam mengidentifikasi tanda-tanda masalah kesehatan mental pada lansia dan merujuk mereka ke layanan yang sesuai.

Penting juga untuk mengakui bahwa setiap lansia memiliki kebutuhan yang berbeda-beda tergantung pada faktor-faktor seperti kondisi kesehatan fisik, lingkungan sosial, dan riwayat hidup mereka. Oleh karena itu, layanan kesehatan mental yang responsif dan terjangkau harus dirancang untuk mencakup berbagai kebutuhan dan preferensi individu.

Dalam konteks global, kerja sama antarnegara dan pertukaran pengetahuan tentang praktik terbaik dalam merawat kesehatan mental lansia dapat membawa manfaat yang signifikan. Melalui forum internasional dan kerja sama lintas batas, negara-negara dapat belajar satu sama lain dan meningkatkan kapasitas mereka dalam merawat kesehatan mental lansia.

Dengan memperkuat pendekatan holistik, mendukung keluarga dan komunitas, serta membangun layanan kesehatan mental yang responsif, negara-negara dapat bergerak menuju tujuan yang lebih baik dalam meningkatkan kesejahteraan lansia. Melalui upaya kolaboratif dan berkelanjutan, masa tua bagi banyak orang dapat menjadi masa yang bermakna dan memuaskan secara psikologis serta sosial.

Demikianlah, upaya yang dilakukan dalam mendukung kesehatan mental lansia tidak hanya menjadi tanggung jawab individu atau keluarga, tetapi juga merupakan tanggung jawab bersama masyarakat dan pemerintah. Dengan memperhatikan latar belakang demografi yang semakin menua di banyak negara, penting bagi kita semua untuk mengakui kebutuhan khusus dan tantangan yang dihadapi oleh lansia dalam menjaga kesehatan mental mereka.

Peningkatan aksesibilitas layanan kesehatan mental yang terjangkau, peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental, serta promosi gaya hidup sehat dan aktif bagi lansia adalah langkah-langkah kritis yang harus diambil dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan mereka. Selain itu, penting untuk terus melakukan riset dan pengembangan dalam bidang kesehatan mental lansia untuk memperbaiki intervensi dan layanan yang tersedia.

Dengan demikian, kesehatan mental lansia bukan hanya tentang mengatasi masalah, tetapi juga tentang mempromosikan kualitas hidup yang optimal dan meningkatkan kesejahteraan di masa tua. Dengan upaya yang berkelanjutan dan terkoordinasi dari berbagai pihak, kita dapat menciptakan masyarakat yang inklusif dan peduli terhadap kesehatan mental lansia, sehingga mereka dapat menjalani masa tua dengan penuh arti dan martabat.

Metode Penelitian

Metode Penelitian:

Dalam menghadapi tantangan kesehatan mental pada populasi lansia, sebuah pendekatan holistik dan terstruktur diperlukan untuk memberikan dukungan yang efektif. Oleh karena itu, metode yang dirancang secara komprehensif dan terkoordinasi menjadi penting dalam upaya meningkatkan kesejahteraan mental mereka. Dengan memperhatikan kompleksitas individu dan konteks sosial mereka, langkah-langkah yang sistematis dan terarah dapat membantu memenuhi kebutuhan unik lansia dalam menjaga kesehatan mental mereka. Oleh karena itu, berikut adalah metode yang diajukan untuk mendukung kesejahteraan kesehatan mental lansia, yang mencakup langkah-langkah dari evaluasi awal hingga dukungan berkelanjutan.

- 1. Evaluasi Kesehatan Mental: Tahap pertama dalam metode ini adalah melakukan evaluasi menyeluruh terhadap kesehatan mental lansia. Ini melibatkan penggunaan instrumen penilaian yang telah teruji dan valid untuk mengidentifikasi potensi masalah kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, atau gangguan kognitif.*
- 2. Identifikasi Kebutuhan Individu: Langkah berikutnya adalah mengidentifikasi kebutuhan kesehatan mental individu secara spesifik. Ini melibatkan wawancara mendalam dengan lansia dan keluarga mereka, serta pengamatan terhadap kondisi lingkungan dan sosial mereka untuk memahami konteks yang memengaruhi kesehatan mental mereka.*
- 3. Perencanaan Intervensi: Berdasarkan hasil evaluasi dan identifikasi kebutuhan, langkah selanjutnya adalah merencanakan intervensi yang sesuai. Ini dapat mencakup berbagai pendekatan, seperti konseling psikologis, terapi perilaku kognitif, dukungan sosial, atau kegiatan rehabilitasi kognitif.*
- 4. Pengembangan Rencana Perawatan: Setelah intervensi yang sesuai telah ditentukan, langkah berikutnya adalah mengembangkan rencana perawatan yang terstruktur dan terkoordinasi. Ini melibatkan pengaturan jadwal dan frekuensi sesi intervensi, serta penetapan tujuan yang jelas dan terukur untuk pemulihan kesehatan mental.*
- 5. Implementasi Intervensi: Selanjutnya, intervensi yang direncanakan diterapkan sesuai dengan rencana perawatan yang telah dikembangkan. Hal ini melibatkan kolaborasi antara berbagai penyedia layanan kesehatan mental, keluarga, dan lansia sendiri untuk memastikan bahwa intervensi dilaksanakan dengan baik.*
- 6. Pemantauan dan Evaluasi: Penting untuk terus memantau kemajuan kesehatan mental lansia selama periode intervensi. Ini melibatkan penggunaan instrumen penilaian yang sama untuk memantau perubahan dalam gejala atau kondisi kesehatan mental, serta evaluasi terhadap pencapaian tujuan perawatan.*
- 7. Penyesuaian dan Revisi: Jika diperlukan, rencana perawatan dan intervensi dapat disesuaikan atau direvisi berdasarkan hasil pemantauan dan evaluasi yang*

diperoleh. Ini dapat melibatkan perubahan dalam pendekatan atau penambahan strategi baru untuk meningkatkan efektivitas intervensi.

8. *Pemeliharaan dan Dukungan Berkelanjutan: Setelah intervensi utama selesai, penting untuk memberikan dukungan berkelanjutan kepada lansia untuk memastikan pemeliharaan kesehatan mental yang baik. Ini dapat melibatkan penyediaan sumber daya dan layanan jangka panjang, serta promosi gaya hidup sehat dan interaksi sosial yang terus-menerus.*

Dalam penutup, pendekatan yang dirancang ini menekankan pentingnya upaya kolaboratif antara individu, keluarga, pemberi layanan kesehatan, dan masyarakat dalam merawat kesehatan mental lansia. Dengan memanfaatkan instrumen penilaian yang tepat, identifikasi kebutuhan individu, dan pengembangan rencana perawatan yang terkoordinasi, kita dapat memberikan dukungan yang lebih efektif dan terarah bagi lansia. Selanjutnya, pemantauan yang berkelanjutan dan penyesuaian yang diperlukan menjamin bahwa intervensi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan yang berkembang dari waktu ke waktu. Dengan pendekatan yang holistik dan berkelanjutan seperti ini, kita dapat menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental lansia, sehingga mereka dapat menjalani masa tua dengan penuh kualitas hidup dan kesejahteraan yang optimal.

PEMBAHASAN

Dalam merangkai sebuah pengertian tentang kesehatan mental lansia, terdapat sejumlah elemen inti yang memperkuat pemahaman tentang hal tersebut. Pertama-tama, adalah pentingnya memahami bahwa kesehatan mental lansia tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis semata, melainkan juga terhubung erat dengan kondisi fisik, sosial, dan lingkungan sekitarnya. Hal ini menegaskan bahwa pendekatan yang holistik diperlukan untuk memberikan perawatan yang efektif kepada lansia.

Selanjutnya, aspek dukungan sosial dan interaksi sosial yang positif menjadi kunci dalam memperkuat kesehatan mental lansia. Hubungan yang erat dengan keluarga, teman, dan komunitas dapat memberikan dukungan emosional yang kuat, mengurangi risiko isolasi sosial, dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Dukungan sosial ini juga dapat membantu mengatasi berbagai tantangan dan stres yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, aktivitas fisik, mental, dan sosial menjadi elemen penting dalam menjaga kesehatan mental lansia. Melalui berbagai kegiatan yang merangsang pikiran dan tubuh, lansia dapat menjaga fungsi kognitif, meningkatkan suasana hati, dan memperkuat koneksi sosial mereka. Dengan demikian, penerapan gaya hidup sehat dan aktif menjadi kunci dalam mendukung kesejahteraan mereka.

Pentingnya aksesibilitas terhadap layanan kesehatan mental yang berkualitas juga tidak bisa diabaikan. Lansia memerlukan akses yang mudah dan terjangkau terhadap

layanan kesehatan mental yang memadai, termasuk pelayanan konseling, terapi, dan intervensi lainnya. Dengan adanya layanan yang dapat diandalkan, lansia dapat mendapatkan bantuan yang tepat saat menghadapi masalah kesehatan mental.

Selanjutnya, upaya untuk mengurangi stigma terhadap masalah kesehatan mental juga menjadi kunci dalam memperkuat kesehatan mental lansia. Dengan meningkatkan kesadaran masyarakat dan mengedukasi tentang kesehatan mental, stigma yang terkait dengan masalah ini dapat dikurangi, sehingga lansia merasa lebih nyaman untuk mencari bantuan dan dukungan.

Peran keluarga, komunitas, dan pemerintah juga tidak dapat dipandang remeh dalam memperkuat kesehatan mental lansia. Kolaborasi antara berbagai pihak dalam menyediakan dukungan, layanan, dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan lansia menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bagi mereka.

Terakhir, kesadaran akan pentingnya kesehatan mental lansia menjadi kunci dalam memperkuat upaya untuk memenuhi kebutuhan mereka. Semakin banyak orang yang memahami dan peduli terhadap kesehatan mental lansia, semakin mudah bagi mereka untuk mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan dan menjalani kehidupan yang bermakna dan memuaskan di masa tua.

Dalam konteks yang lebih luas, pemahaman tentang pentingnya kesehatan mental lansia juga mempengaruhi pembangunan kebijakan di tingkat lokal, nasional, dan internasional. Adanya pemahaman yang lebih baik tentang tantangan dan kebutuhan kesehatan mental lansia dapat mendorong pemerintah untuk mengalokasikan sumber daya yang lebih besar untuk layanan kesehatan mental dan program-program yang menyoar populasi ini. Ini termasuk pengembangan pusat-pusat perawatan lansia yang terintegrasi, pelatihan bagi tenaga kesehatan dalam merawat lansia secara holistik, serta promosi kebijakan yang mendukung kesejahteraan lansia.

Pengembangan teknologi juga memainkan peran penting dalam meningkatkan aksesibilitas dan kualitas layanan kesehatan mental bagi lansia. Inovasi seperti telemedicine dan aplikasi kesehatan mental dapat memberikan akses yang lebih mudah dan terjangkau bagi lansia untuk mendapatkan bantuan dan dukungan, terutama bagi mereka yang tinggal di daerah terpencil atau memiliki mobilitas terbatas. Selain itu, teknologi juga dapat digunakan sebagai alat untuk meningkatkan interaksi sosial dan stimulasi kognitif bagi lansia melalui platform media sosial, game edukatif, dan alat komunikasi online.

Selain itu, peran lembaga non-pemerintah dan organisasi masyarakat sipil juga sangat penting dalam memperkuat kesehatan mental lansia. Melalui program-program sukarela, kampanye kesadaran, dan layanan komunitas, organisasi ini dapat memberikan dukungan tambahan bagi lansia dan keluarga mereka dalam menghadapi masalah kesehatan mental. Ini adalah contoh bagaimana masyarakat dapat bersatu untuk mendukung satu sama lain, memperkuat jaringan sosial, dan menciptakan lingkungan yang inklusif bagi lansia.

Dalam menghadapi tantangan ini, kerja sama antar berbagai pemangku kepentingan menjadi krusial. Kolaborasi antara pemerintah, lembaga kesehatan, organisasi masyarakat, dan individu dapat menciptakan sinergi yang kuat dalam mendukung kesehatan mental lansia. Dengan saling mendukung dan berbagi sumber daya, kita dapat mencapai kemajuan yang lebih besar dalam meningkatkan kesejahteraan lansia secara keseluruhan.

Terakhir, penting untuk diingat bahwa upaya untuk memperkuat kesehatan mental lansia adalah investasi jangka panjang yang berkelanjutan. Dengan memberikan perhatian yang tepat kepada kesehatan mental lansia, kita tidak hanya membantu mereka menjalani kehidupan yang lebih bermakna dan produktif di masa tua, tetapi juga mempersiapkan masyarakat untuk menghadapi tantangan demografi yang semakin kompleks di masa depan.

Dalam membahas pentingnya kesehatan mental lansia, perlu ditekankan bahwa populasi lansia cenderung lebih rentan terhadap berbagai masalah kesehatan mental akibat berbagai perubahan fisik, sosial, dan lingkungan yang terjadi seiring bertambahnya usia. Faktor-faktor seperti kehilangan pasangan hidup, penurunan fungsi fisik, isolasi sosial, dan ketidakmampuan dalam menangani perubahan-perubahan ini dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan kognitif.

Selanjutnya, kesehatan mental lansia sering kali tidak terdiagnosis atau tidak dikelola secara optimal, baik karena kurangnya kesadaran masyarakat maupun keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental yang memadai. Hal ini dapat menyebabkan masalah kesehatan mental lansia menjadi terabaikan atau bahkan bertambah parah seiring berjalannya waktu.

Penting juga untuk memahami bahwa kesehatan mental lansia tidak hanya menjadi tanggung jawab individu atau keluarga mereka, tetapi juga tanggung jawab bersama masyarakat dan pemerintah. Kesehatan mental lansia merupakan isu kesehatan publik yang memerlukan perhatian dan tindakan kolektif untuk mengatasinya.

Selain itu, upaya untuk meningkatkan kesehatan mental lansia juga memerlukan pendekatan yang holistik dan terkoordinasi. Hal ini melibatkan kolaborasi antara berbagai pihak, termasuk penyedia layanan kesehatan, keluarga, komunitas, lembaga pemerintah, dan organisasi non-pemerintah, dalam merancang dan melaksanakan program-program yang mendukung kesejahteraan lansia.

Pentingnya pendekatan yang holistik juga ditekankan dalam upaya mencegah masalah kesehatan mental pada lansia. Pencegahan adalah kunci untuk mengurangi beban masalah kesehatan mental di masa tua, dan hal ini melibatkan promosi gaya hidup sehat, pembangunan lingkungan yang mendukung, serta sosialisasi dan edukasi tentang kesehatan mental.

Dalam mengatasi masalah kesehatan mental lansia, perlu juga memperhitungkan kebutuhan individu dan memastikan bahwa layanan yang disediakan sesuai dengan kebutuhan dan preferensi masing-masing. Hal ini memerlukan pendekatan yang personal dan terfokus pada individu, yang memungkinkan lansia untuk mendapatkan perawatan yang tepat dan efektif.

Terakhir, dalam konteks global, penting untuk diakui bahwa populasi lansia semakin berkembang di berbagai negara, dan tantangan terkait kesehatan mental mereka menjadi semakin kompleks. Oleh karena itu, kerja sama internasional dan pertukaran pengetahuan tentang praktik terbaik dalam merawat kesehatan mental lansia sangat penting untuk menghadapi tantangan ini secara efektif.

Lebih lanjut, penting untuk menyadari bahwa stigma terhadap masalah kesehatan mental masih menjadi hambatan besar dalam upaya merawat kesehatan mental lansia. Lansia sering kali mengalami diskriminasi atau pengucilan karena masalah kesehatan mental mereka, yang dapat menghambat mereka untuk mencari bantuan atau dukungan. Oleh karena itu, peningkatan kesadaran masyarakat tentang masalah kesehatan mental dan upaya untuk mengurangi stigma menjadi sangat penting dalam mendukung kesehatan mental lansia.

Selain itu, perkembangan teknologi juga memberikan potensi besar dalam meningkatkan aksesibilitas dan efektivitas layanan kesehatan mental bagi lansia. Inovasi seperti telemedicine, aplikasi kesehatan mental, dan platform daring dapat membantu menyediakan layanan yang lebih mudah diakses bagi mereka yang memiliki kesulitan dalam mengunjungi fasilitas kesehatan tradisional.

Dalam konteks ini, penting juga untuk mengenali peran penting keluarga sebagai penyokong utama kesehatan mental lansia. Keluarga memiliki peran yang besar dalam memberikan dukungan emosional, fisik, dan praktis kepada lansia yang mengalami masalah kesehatan mental. Dukungan dari keluarga dapat membantu mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan kualitas hidup lansia secara keseluruhan.

Selanjutnya, perlunya pendidikan dan pelatihan bagi tenaga kesehatan dalam merawat kesehatan mental lansia juga perlu diperhatikan. Tenaga kesehatan yang terlatih secara memadai akan mampu memberikan perawatan yang lebih sensitif, efektif, dan komprehensif kepada lansia yang mengalami masalah kesehatan mental.

Terakhir, untuk mencapai tujuan pemenuhan kebutuhan kesehatan mental lansia, diperlukan juga adanya komitmen politik dan kebijakan yang mendukung dari pemerintah. Kebijakan yang berpihak kepada lansia dan memperkuat sistem layanan kesehatan mental akan membantu menciptakan lingkungan yang mendukung bagi kesehatan mental mereka.

Kesimpulan

Secara keseluruhan, penting untuk menyadari bahwa kesehatan mental lansia merupakan isu yang kompleks dan mendesak, yang membutuhkan perhatian dan tindakan kolektif dari berbagai pihak. Lansia rentan mengalami berbagai masalah kesehatan mental akibat perubahan fisik, sosial, dan lingkungan yang terjadi seiring bertambahnya usia. Dalam menghadapi tantangan ini, pendekatan holistik dan terkoordinasi diperlukan, yang melibatkan kolaborasi antara individu, keluarga, komunitas, dan pemerintah.

Upaya untuk meningkatkan kesehatan mental lansia melibatkan berbagai strategi, termasuk promosi gaya hidup sehat, pengurangan stigma, aksesibilitas layanan kesehatan mental yang memadai, serta pendidikan dan pelatihan bagi tenaga kesehatan. Perlunya pemanfaatan teknologi, dukungan keluarga, dan komitmen politik juga tidak bisa diabaikan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bagi kesehatan mental lansia.

Dengan memperkuat upaya-upaya ini secara bersama-sama, kita dapat menciptakan masyarakat yang lebih inklusif dan peduli terhadap kesehatan mental lansia, sehingga mereka dapat menjalani masa tua dengan penuh kualitas hidup dan martabat. Kesadaran dan tindakan kolektif kita hari ini akan membantu membentuk masa depan yang lebih baik untuk generasi lansia di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Tarigan, R. S. (2017). *Manual Procedure Petunjuk Penggunaan Academic Online Campus (AOC)*.
- Eky Ermal, M. (2019). *PROFIL KINERJA RETURN DAN RESIKO PADA SAHAM TIDAK BERETIKA: STUDI KASUS PERUSAHAAN ROKOK DI INDONESIA*.
- Fachrosi, E., & Supriyantini, S. *Jurnal Diversita*.
- Siregar, M. (2013). *Hubungan Antara Daya Persuasi Dengan Prestasi Menjual Wiraniaga PT. Rajawali Nusindo Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Dalimunthe, H. A., & Lubis, D. M. G. S. (2022). *Konsep Diri Remaja Laki-Laki Dari Keluarga Yang Mengalami Broken Home Untuk Memilih Tinggal Bersama Ibu*. *Konsep Diri Remaja Laki-Laki Dari Keluarga Yang Mengalami Broken Home Untuk Memilih Tinggal Bersama Ibu*.
- Novita, E. (2012). *Perbedaan Agresivitas Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua*. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 4(2), 53-60.
- Munir, A., & Dalimunthe, H. A. (2022). *Hubungan Kepuasan Kerja dengan Intensi Turnover pada Divisi Jasa Kontraktor dan Operasional CV. Buana Pilar Mandiri Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Alfita, L. (2011). *Hubungan Berfikir Positif Dengan Daya Tahan Stres*.
- Khairuddin, K. (2021). *KOMITMEN ORGANISASI DITINJAU DARI MASA KERJA*. *JURNAL SOCIAL LIBRARY*, 1(2), 33-38.
- Wahyuni, N. S. (2013). *Hubungan Self Efficacy dengan Stres Kerja pada Wartawan Harian Metro 24 Jam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Suri, F., & Nurjayanti, F. (2022). *The Correlation between Organizational Culture and Employee Engagement for the Employees in Primer Koperasi TKBM Upaya Karya at Belawan Harbour*.
- Isnainy, A. A. (2016). *Perbedaan Coping Stress Penderita Kanker Ditinjau dari Jenis Kelamin di RSUP H. Adam Malik Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Novita, E. (2022). *Hubungan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Pertanian Universitas Medan Area*. *JURNAL PENELITIAN PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN KESEHATAN (J-P3K)*, 3(2), 154-159.
- Hafni, M. (2022). *Pengantar Psikologi Kesehatan Mental*.
- TARIGAN, R. G., & Harahap, G. Y. (2022). *LAPORAN KERJA PRAKTEK PROYEK PEMBANGUNAN GEDUNG MENARA BRI JL. PUTRI HIJAU NO. 2-KOTA MEDAN*. *Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Hafni, M. (2023). *Hubungan Antara Self-Regulation Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Di Sma Panca Budi Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Dewi, S. S., & Alfita, L. (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Desa Paya Gambar (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Istiana, I. (2018). *Perbedaan Harga Diri Remaja Ditinjau Dari Status Keluarga Pada Sma Al-Ulum Medan*. *Psikologi Konseling*, 11(2).
- Alfita, L., & Munir, A. (2017). *Perbedaan Perilaku Altruistik di Tinjau Dari Tempat Tinggal Pada Remaja SMA (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Dewi, S. S. (2014). *Dampak Mahar Tinggi dengan Harga Diri Pemuda Pra-Nikah Aceh*.
- Nasution, R. A. (2017). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Orangtua Dengan Kemandirian Belajar Siswa Di Sma Dharma Pancasila Medan*.
- Hasibuan, N. W. R. (2020). *Hubungan Antara Perkembangan Moral dengan Perilaku Prosocial Pada Remaja di Perguruan Ki Hajar Dewantara Kotapinang (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Harahap, G. Y. (2004). *Decentralization and its Implications on the development of Housing in Medan*.
- Hasmayni, B., Musfirah, A., & Khuzaimah, U. (2013). *Perbedaan Kemandirian yang Mengikuti Kegiatan Pramuka dengan yang Tidak Mengikuti Kegiatan Pramuka pada Siswa MAN 1 Medan*.
- Dalimunthe, H. A. (2018). *Studi Identifikasi Faktor Kecanduan Internet di Sekolah Menengah Pertama Negeri Satu Bandar Kab. Bener Meriah (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Wahyuni, N. S., & Alfita, L. (2017). *Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kecenderungan Narsistik Pada Remaja Pengguna Jejaring Sosial di SMA Swasta Sinar Husni*.
- Hardjo, S. (2004). *Kemampuan Mengendalikan Emosi Negatif Dengan Kemampuan Memecahkan Masalah*.
- Hafni, M. (2005). *Studi Tentang Hubungan Antara Kemampuan Mengendalikan Emosi Dasar Negatif Dengan Prestasi Belajar*.
- Khuzaimah, U., & Alfita, L. (2016). *Pengambilan Keputusan Pada Dewasa yang Melakukan Konversi Agama (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.

- Dalimunthe, H. A. (2021). *Palang Merah Indonesia (PMI) Serdang Bedagai Menyalurkan Bantuan di Masa Pandemi Covid 19*. *Gotong Royong: Jurnal Pengabdian, Pemberdayaan Dan Penyuluhan Kepada Masyarakat*, 1(1), 7-8.
- Tarigan, R. S. (2016). *Manual Procedure Petunjuk Penggunaan Elearning*. *uma. ac. id*.
- Siregar, M., Ratzy, A. F., & Munir, A. (2014). *Hubungan Antara Peran Ayah Dengan Motivasi Berprestasi Siswa di SMA Perguruan Taman Siswa Medan*.
- Alfita, L. (2019). *Perbedaan Coping Stress Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Penderita Kanker (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Wahyuni, N. S., & Budiman, Z. (2013). *Hubungan Interaksi Sosial Dengan Motivasi Belajar Siswa di Pesantren Ar-Raudhatul hasanah Paya Bundung Medan*.
- Aziz, A. (2020). *Hubungan Antara Kepuasan Kerja Terhadap Organizational Citizenship Behavior (OCB) Pada Karyawan Perum LPPNPI Cabang Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Tampubolon, E. (2022). *Hubungan Antara Work Life Balance dengan kepuasan kerja pada Karyawan di PT. Latexindo Toba Perkasa Binjai*.
- Fauziah, I. (2009). *Multiplikasi Tanaman Krisan (Chrysanthemum sp.) dengan Menggunakan Media MS (Murashige-Skoog) Padat*.
- Wahyuni, N. S. (2016). *Sistem Administrasi Pelayanan Kesehatan Dalam Hal Penerimaan Pasien Opname Asuransi Kesehatan di Rumah Sakit Umum HA Malik Medan*.
- Wahyuni, N. S. (2012). *Hubungan Motivasi Berprestasi dengan Komitmen Karyawan Pada PT. Bank BRI Persero TBK Cabang Sisingamangaraja*.
- Tarigan, R. S., & Dwiatma, G. *ANALISA STEGANOGRAFI DENGAN METODE BPCS (Bit-Plane Complexity Segmentation) DAN LSB (Least Significant Bit) PADA PENGOLAHAN CITRA*.
- Tarigan, R. S., Wasmawi, I., & Wibowo, H. T. (2020). *Manual Procedure Petunjuk Penggunaan Sistem Tanda Tangan Gaji Online (SITAGO)*.
- SAJIWO, A., & Harahap, G. Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN SPBU SHELL ADAM MALIK. Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Suri, F. (2020). *Pengaruh Persepsi Dukungan Organisasi Terhadap Kesiapan Untuk Berubah Karyawan*. *JURNAL ISLAMIKA GRANADA*, 1(1), 37-43.
- Tarigan, R. S. (2022). *KEBERMANFAATAN TEKNOLOGI SISTEM INFORMASI PADA DUNIA PENDIDIKAN DI INDONESIA*.
- Novita, E. (2017). *Perbedaan penerimaan diri ibu yang memiliki anak tunagrahita ditinjau dari tingkat pendidikan di SLB-E PTP Medan*. *Jurnal Diversita*, 3(1), 55-62.
- Hardjo, S. (2000). *Tingkat Perbedaan Intensi Agresivitas Antara Siswa Pria di Sekolah Menengah Kejuruan dan Sekolah Menengah Umum di Medan*.
- Alfita, L. (2010). *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku Prososial*.
- Panggabean, N. H. (2022). *Pengaruh Psychological Well-Being dan Kepuasan Kerjaterhadap Stres Kerja Anggota Himpunan Penerjemah Indonesia (HPI) (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Ummu, K. (2016). *Model Penanganan Dampak Psikologis Kekerasan Seksual Terhadap Anak*.
- Dewi, S. S., & Dalimunthe, H. A. (2022). *Efikasi Guru dalam Mengembangkan Religiusitas Siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri Kelas Awal*. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 3488-3502.
- Hardjo, S. (2021). *Studi Identifikasi Faktor Penyebab Stres Akademik Pada Siswa SMA Swasta Budisatrya Medan*.
- Wahyuni, N. S. (2013). *The Relationship Between Self-Efficacy and Stress at Work Experienced by Journalists of Harian Metro 24 Jam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Siregar, M. (2017). *Analisa Pembakaran Pada Ruang Bakar Boiler Untuk Kebutuhan 30 Ton/Jam Tekanan 20 Bar Dengan Bahan Bakar Cangkang dan Fiber*.
- Wahyudi, A., & Tarigan, R. S. (2022). *SISTEM INFORMASI SEKOLAH BERBASIS WEB PADA SMP NUSA PENIDA. Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Khuzaimah, U. (2009). *Pengalaman Pindah Agama*.
- Dewi, S. S. (2012). *Konsep Diri Menurut Psikologi Kognitif*.
- Munir, A., & Aziz, A. (2014). *Perbedaan Kompetensi Pedagogik, Kompetensi Kepribadian, Kompetensi Sosial dan Kompetensi Profesional Guru yang Sertifikasi dan Non Sertifikasi pada SD Negeri di Kecamatan Bahorok Kabupaten Langkat*.
- Harahap, G. Y. (2001). *Taman Bermain Anak-Anak di Medan Tema Arsitektur Perilaku (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Purba, A. W. D., & Alfita, L. (2018). *Perbedaan Motivasi Kerja antara Karyawan Kontrak dengan Karyawan Tetap di JNE Express Across Nation Cabang Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.

- Hasanuddin, H. (2021). *Gambaran Dominasi Kecerdasan Jamak dan Pengaruhnya Terhadap Gaya Belajar Mahasiswa*. *Jurnal Diversita*, 7(1), 97-105.
- Wahyuni, N. S. (2015). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Memaafkan Pada Mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Siregar, M. (2021). *Hubungan Antara Kepercayaan Pelanggan Dengan Loyalitas Pelanggan Terhadap Online Shop*. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 2(1), 83-88.
- Faadhil, F. (2020). *METODE TOKEN ECONOMY UNTUK MEMODIFIKASI PERILAKU ANAK OPPOSITIONAL DEFIANT DISORDERS*. *JURNAL ISLAMIKA GRANADA*, 1(1), 34-42.
- Siregar, K. S. A. (2018). *Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi kerja pada pegawai negeri sipil dinas perumahan kawasan permukiman dan penataan ruang*.
- Khairuddin, K. (2020). *PENGARUH KEPEMIMPINAN TRANSFORMASIONAL TERHADAP ORGANIZATIONAL CITIZENSHIP BEHAVIOUR*. *JURNAL ISLAMIKA GRANADA*, 1(1), 27-33.
- Harahap, G. Y. (2013). *Community Enhancement Through Participatory Planning: A Case of Tsunami-disaster Recovery of Banda Aceh City, Indonesia (Doctoral dissertation, Universiti Sains Malaysia)*.
- Tarigan, S. O. P. (2017). *Pengaruh Kesadaran Wajib Pajak, Pelayanan Fiskus, dan Sanksi Pajak Terhadap Kepatuhan Wajib Pajak Orang Pribadi yang Melakukan Kegiatan Usaha dan Pekerjaan Bebas pada KPP Pratama Medan Kota (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Wahyuni, N. S. (2014). *Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Yang Demokratis Dengan Kecerdasan Emosional Pada Siswa/I SMP YP TD Pardede Foundation (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Hardjo, S., & Lubis, A. W. (2011). *Hubungan Antara Persepsi Pola Asuh Permisif Orangtua dengan Perilaku Bullying Remaja di MTsS Al-Ulum Medan*.
- Ramadhani, M. R., & Syarif, Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN SALURAN PENGHUBUNG PADA BENDUNG DI SERDANG*. *Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Azhar, S. (2013). *Studi Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresifitas Remaja Pemain Point Blank (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Siregar, E. S., Budiman, Z., & Novita, E. (2013). *Buku Pedoman Kegiatan Praktikum di Laboratorium Psikologi*.
- Wahyuni, N. S. (2016). *Asesment Psikologi Interview*.
- Syarif, Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN PERLUASAN GUDANG BOILER PT. INDOFOOD CBP SUKSES MAKMUR TBK DELI SERDANG*. *Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Minauli, I., & Alfita, L. (2015). *Self-efficacy Siswa Sekolah Dasar yang Mengikuti Metode Matematika Otak Kanan*.
- Purba, A. W. D., & Dewi, S. S. (2017). *Hubungan antara Word of Mouth Communication dengan Keputusan Membeli Melalui Media Internet pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*.
- Aziz, A. (2022). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMP Satu Atap UPT XV Buluh Carak Kota Subulussalam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Hardjo, S., & Rajagukguk, R. M. (2003). *Perbedaan Motif Berafiliasi Antara Perawat Berpendidikan Akademi Perawat Dengan Perawat Berpendidikan Sekolah Perawat Kesehatan di Rumah Sakit Dr. Pirngadi Medan*.
- Chandra, A., & Dalimunthe, H. A. (2019). *Study Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Peran Orang Tua pada Akhlak dalam Mendidik Anak Usia Dini (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Lubis, S. A., & Aziz, A. (2014). *Hubungan antara Konsep Diri dan Pusat Kendali (Locus of Control) dengan Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri 2 Tanah Jambo Aye Aceh Utara*.
- Fauziah, I. L. (2022). *PENGARUH KEPEMIMPINAN KEPALA SEKOLAH, KOMUNIKASI INTERPERSONAL DAN MOTIVASI KERJA TERHADAP KINERJA GURU RAUDHATUL ATHFAL (RA) DI KABUPATEN KULON PROGO (Doctoral dissertation, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang)*.
- Dewi, S. S. (2021). *Efikasi Guru Dalam Mengembangkan Pendidikan Karakter Siswa Sekolah Dasar Islam Terpadu di Sumatera Utara (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta)*.
- Lubis, R., & Dewi, S. S. (2017). *Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Bullying pada Remaja SMK Namira Tech Nusantara Medan*.
- Hardjo, S. (2004). *Konformitas Remaja Putri Terhadap Perilaku Konsumen*.
- Hardjo, S., & Siregar, M. (2005). *Hubungan Antara Rasa Cemburu kepada Saudara Sekandung dengan Konflik Internal pada Siswa-Siswi SLTP Yayasan Perguruan Gajah Mada (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Ningsih, S. H. (2014). *Hubungan Antara Kebiasaan Belajar dan Dukungan Orang Tua Dengan Prestasi Belajar (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Aziz, A. (2019). *Khilafah Dan Negara-Bangsa: Pertarungan Legitimasi Yang Belum Usai*. *SIASAT*, 4(4), 24-36.

- Dalimunthe, H. A. (2021). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MINAT BELAJAR MATEMATIKA PADA ANAK USIA DINI (6-10 TAHUN) MASYARAKAT KAMPUNG AUR. *JURNAL SOCIAL LIBRARY*, 1(2), 16-21.
- Siregar, M., & Dalimunthe, H. A. (2014). Studi Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja Awal.
- Munir, A., & Alfita, L. (2017). Perbedaan Kecemasan Menjelang Menopause (Klimakterium) di Tinjau dari Wanita Bekerja Dengan Wanita tidak bekerja (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hasanuddin, H. (2021). Profile Students' Thinking Style From Perspective Gender In Learning Activity. *Jurnal Diversita*, 7(2), 267-273.
- Siregar, M. (2023). Analisis Kinerja Pelayanan Publik pada Sentra Selayanan Kepolisian Terpadu dalam Menangani Pengaduan Masyarakat pada Polres Tapanuli Tengah (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wibowo, H. T., Tarigan, R. S., & Mukmin, A. A. (2022). APLIKASI MARKETPLACE PENDAMPING WISATA DENGAN API MAPS BERBASIS MOBILE DAN WEB. Retrieved from osf.io/3jpd/.
- Wahyuni, N. S. (2015). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL ORANGTUA DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA/I STIE PELITA BANGSA BINJAI. *Jurnal Paedagogi*, 7, 13.
- Purba, A. W. D., & Wahyuni, N. S. (2021). Hubungan Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Pengguna Make Up Pada Siswi SMK Negeri 8 Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Fachrosi, E. (2012). Perbedaan Stres Akademik Antara Kelompok Siswa Minoritas Dengan Mayoritas Di SMP Wr. Supratman 2 Medan. *Alat Ukur Stres Akademik*.
- Khuzaimah, U. (2009). Konsep Belajar Sepanjang Hayat.
- Siregar, M. (2011). Perbedaan Kecemasan Berbicara di Depan Kelas Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Siswa SMA Swasta Ira Medan.
- Hardjo, S., & Siregar, N. I. (2011). Hubungan Antara Religiusitas dengan Penalaran Moral pada Remaja Siswa SMA Panca Budi.
- Syarif, Y. (2018). Rancangan Power Amplifier Untuk Alat Pengukur Transmission Loss Material Akustik Dengan Metode Impedance Tube. *JOURNAL OF ELECTRICAL AND SYSTEM CONTROL ENGINEERING*, 1(2).
- PRATAMA, R., & Harahap, G. Y. (2022). PROYEK PEMBANGUNAN LIVING PLAZA MEDAN. *Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Siregar, M., & Azis, A. (2011). Hubungan Minat Menonton Dialog Politis dan Kemampuan Matematis Logis dengan Kemampuan Berpikir Kritis pada Mahasiswa Fakultas Psikologis Universitas Medan Area.
- Alfita, L. (2023). Hubungan Antara Kecanduan Game Online Dengan Perilaku Agresif Remaja Di Warnet 26 Net Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Khuzaimah, U. (2009). Teknik Pengamatan Perkembangan Anak.
- Lubis, R., & Khuzaimah, U. (2013). Pengembangan Model Pelatihan Strategi Coping Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga.
- Dalimunthe, H. A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar matematika pada anak usia dini (6-10 tahun) Komunitas Kampung Aur. *JURNAL SOCIAL LIBRARY*, 1(2), 49-53.
- Darmayanti, N., & Hardjo, S. (2004). Hubungan Antara Kesadaran Beragama dengan Kecenderungan Delinquency pada Siswa-Siswa SMU Swasta Harapan Medan.
- Novita, E. (2015). Test Inventory PAULI dan EPPS.
- Syafrizaldi, S., Harahap, D. P., & Dalimunthe, H. A. (2023). Gambaran Resiliensi Pada Remaja Penyintas Erupsi Gunung Sinabung Kabupaten Karo. *JURNAL PENELITIAN PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN KESEHATAN (J-P3K)*, 4(1), 31-37.
- Nugraha, M. (2020, June). Self-Control Kleptomania Sufferers. In *Proceedings of the First Nommensen International Conference on Creativity & Technology, NICCT, 20-21 September 2019, Medan, North Sumatera, Indonesia*.
- Lubis, L., & Aziz, A. (2016). Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual dengan Perilaku Agresif pada Siswa Sekolah Menengah.
- Nuraeni, A., Nurhidayah, I., Hidayati, N., Sari, C. W. M., & Mirwanti, R. (2015). Kebutuhan spiritual pada pasien kanker. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 3(2).
- Santoso, M. H. (2021). Laporan Kerja Praktek Sistem Informasi Penerimaan Mahasiswa Baru Berbasis Web pada SMA Swasta Persatuan Amal Bakti (PAB) 8 Saentis.
- Siregar, M. (2009). Kontrak Psikologis pada Tingkat Middle Manager.
- Wahyuni, N. (2018). Sistem Punggawa-Sawi Dalam Komunitas Nelayan (Studi Kasus Di Desa Tarupa Kecamatan Taka Bonerate Kabupaten Kepulauan Selayar). *Jurnal Commercium: Kajian Masyarakat Kontemporer*, 1(2).

- Harahap, G. Y. (2020). *Instilling Participatory Planning in Disaster Resilience Measures: Recovery of Tsunami-affected Communities in Banda Aceh, Indonesia*. *Budapest International Research in Exact Sciences (BirEx) Journal*, 2(3), 394-404.
- Santoso, M. H. (2021). *Application of Association Rule Method Using Apriori Algorithm to Find Sales Patterns Case Study of Indomaret Tanjung Anom*. *Brilliance: Research of Artificial Intelligence*, 1(2), 54-66.
- Siregar, M. (2010). *Analisis Usahatani Jambu Biji (Studi Kasus: Petani Jambu di Tanjung Anom, Kecamatan Phancur Batu, Kabupaten Deli Serdang)* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hardjo, S. (2019). *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Berita Kriminal di Televisi dengan Kecemasan Ibu Rumah Tangga Akan Tindak kejahatan* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Alfita, L. (2011). *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Seksual*.
- Chandra, A., Nasution, S. M., Minuali, I., & Khuzaimah, U. (2012). *Pengembangan Model Pelatihan Resiliensi Bagi Perempuan Korban KDRT*.