



Edukasi Kesehatan Jiwa Remaja Melalui Pendekatan Promotif dan Preventif Berbasis Sekolah

Yeni Devita¹, Fitry Erlin², Yureya Nita³, Desti Puswati⁴, Rahmat Saputra⁵

¹⁻⁵Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Riau, Indonesia.

Penulis Korespondensi:

Yeni Devita

yenidevita@payungnegeri.ac.id

Abstrak:

Kesehatan jiwa remaja menjadi isu krusial di Indonesia, dengan data I-NAMHS menunjukkan 15,5 juta atau 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental. Prevalensi gangguan cemas mencapai 3,7%, depresi mayor 1,0%, dan gangguan perilaku 0,9% pada kelompok usia 10-17 tahun. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi kesehatan jiwa kepada remaja melalui pendekatan promotif dan preventif berbasis sekolah. Metode pelaksanaan meliputi skrining awal menggunakan instrumen Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), penyuluhan interaktif, diskusi kelompok terfokus, demonstrasi teknik manajemen stres, dan evaluasi pre-posttest. Sasaran kegiatan adalah siswa sekolah menengah pertama dengan jumlah peserta 40 orang. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan signifikan dari nilai pre-test 46,94% menjadi post-test 97,96%, serta meningkatnya kesadaran peserta tentang pentingnya menjaga kesehatan mental secara preventif. Kegiatan ini efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental remaja dan mengurangi stigma terhadap isu kesehatan jiwa. Program edukasi berkelanjutan dengan melibatkan kolaborasi sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan sangat diperlukan untuk mencegah gangguan kesehatan mental pada generasi muda

Kata Kunci: *Kesehatan Mental Remaja, Edukasi Kesehatan Jiwa, Program Preventif, Literasi Kesehatan Mental, Intervensi Berbasis Sekolah s namun dalam bahasa yang berbeda*

Pendahuluan

Kesehatan jiwa remaja telah menjadi perhatian serius dalam pembangunan kesehatan nasional Indonesia. Masa remaja merupakan periode kritis dalam perkembangan psikososial, dimana lebih dari separuh masalah kesehatan mental dimulai pada tahap ini. Kondisi kesehatan mental yang baik pada kelompok anak dan remaja sangat diperlukan untuk menunjang perkembangan keterampilan hidup serta menjadi sumber daya untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi (Devita, Okviani, and Erlin 2025; Suswati, Budiman, and YUhbaba 2023)

Prevalensi gangguan kesehatan mental remaja di Indonesia sejalan dengan data World Health Organization (WHO) yang menyatakan bahwa secara global, satu dari tujuh anak berusia 10-19 tahun mengalami gangguan mental, yang mencakup 15% dari beban penyakit global pada kelompok usia ini. Depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku merupakan penyebab utama penyakit dan disabilitas di kalangan remaja, dengan bunuh diri menjadi penyebab kematian ketiga pada kelompok usia 15-29 tahun (WHO 2021).

Data Indonesia *National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) tahun 2022 mengungkapkan temuan mengejutkan bahwa satu dari tiga remaja (34,9%) atau setara dengan 15,5 juta remaja Indonesia memiliki setidaknya satu masalah kesehatan mental. Survei ini merupakan penelitian berskala nasional pertama yang mengukur tingkat



Diterbitkan oleh :

Perkumpulan Dosen Muslim Indonesia
Sulawesi Selatan

<https://dmi-journals.org/jai/>

kesehatan mental di kalangan remaja Indonesia berusia 10-17 tahun. Gangguan mental yang paling banyak diderita remaja adalah gangguan cemas (gabungan fobia sosial dan gangguan cemas menyeluruh) sebesar 3,7%, diikuti gangguan depresi mayor 1,0%, gangguan perilaku 0,9%, serta gangguan stres pasca-trauma (PTSD) dan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD) masing-masing 0,5% (Devita 2019, 2020a; Siswanto 2023).

Berbagai faktor berkontribusi terhadap meningkatnya masalah kesehatan mental remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan sekitar, khususnya sekolah dan teman sebaya, memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental remaja. Faktor risiko lainnya meliputi tekanan akademik yang berlebihan, konflik keluarga, bullying termasuk cyberbullying, perubahan hormonal saat pubertas, dan riwayat gangguan mental dalam keluarga (Devita 2020b; Devita and Dyna 2018, 2019; Supini et al. 2024).

Dampak gangguan kesehatan mental pada anak dan remaja sangat luas dan serius. Anak dan remaja dengan masalah kesehatan mental cenderung melakukan perilaku berisiko tinggi seperti penyalahgunaan narkoba, konsumsi alkohol, seks bebas, serta keterlibatan dalam tindakan kekerasan. Selain itu, gangguan mental dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, kesulitan dalam belajar, hubungan sosial yang terganggu, serta gangguan tidur dan pola makan (Devita, Gasril, and Hafis 2017; Malfasari et al. 2020).

Kesehatan mental yang buruk merupakan penyebab utama disabilitas pada anak dan remaja dan menyumbang proporsi besar dari beban penyakit global selama masa remaja. Oleh karena itu, deteksi dini dan intervensi preventif menjadi sangat penting untuk mencegah gangguan kesehatan mental berkembang menjadi lebih parah. Pemerintah Indonesia telah mengimplementasikan Program Kesehatan Jiwa Berbasis Sekolah (PKJ-BS) sejak 2017 di sekolah-sekolah menengah pertama di Jakarta. Program ini bertujuan untuk melakukan skrining kesehatan jiwa, memberikan edukasi, dan menyediakan konseling bagi siswa dengan masalah kesehatan mental (Wardani et al. 2023).

Edukasi kesehatan mental merupakan strategi efektif untuk meningkatkan literasi dan kesadaran remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan jiwa. Pendidikan kesehatan dapat membantu remaja mengenali gejala gangguan mental sejak dini, mengurangi stigma, dan mendorong pencarian bantuan profesional. Pendekatan psikoedukasi yang interaktif dan partisipatif terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman, membentuk sikap positif, serta mendorong perubahan perilaku sehat pada remaja (Fitri, Mardiana, and Sari 2023; Ibrahim et al. 2025; Mawaddah and Prastya 2023; Pobas et al. 2025).

Sekolah juga memainkan peran penting dalam upaya pencegahan dan penanganan masalah kesehatan mental siswa. Sekolah dapat menciptakan lingkungan yang aman, inklusif, dan mendukung, sehingga siswa merasa nyaman untuk berbicara tentang masalah kesehatan mental mereka dan mencari bantuan jika diperlukan. Program pencegahan dan intervensi dini di sekolah dapat membantu mengatasi faktor risiko gangguan mental pada siswa sejak awal (Fitri et al. 2023).

Berdasarkan tingginya prevalensi masalah kesehatan mental remaja dan minimnya akses terhadap layanan kesehatan mental, program pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan jiwa sangat diperlukan. Program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang pentingnya kesehatan mental, mengurangi stigma terhadap gangguan mental, serta mendorong pencegahan dini melalui penerapan perilaku hidup sehat secara psikologis.

Metode Pelaksanaan

Waktu dan Tempat Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di SMP Negeri 3 Pekanbaru. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 2 hari, yaitu pada hari pertama untuk skrining awal dan hari kedua untuk edukasi serta evaluasi. Kegiatan dimulai pada pukul 08.00 hingga 12.00 waktu setempat.

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan adalah siswa-siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP) dengan rentang usia 12-15 tahun, yang merupakan kelompok usia remaja awal. Total peserta kegiatan berjumlah 40 orang yang terdiri dari perwakilan kelas VII, VIII, dan IX. Pemilihan peserta dilakukan secara purposive dengan mempertimbangkan kesediaan siswa untuk mengikuti kegiatan dan izin dari orang tua/wali murid.

Tahapan Pelaksanaan

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak sekolah dan Puskesmas setempat untuk mendapatkan izin pelaksanaan kegiatan. Tim pengabdian melakukan assessment awal kondisi kesehatan mental remaja di sekolah tersebut melalui wawancara dengan guru bimbingan konseling dan kepala sekolah. Selanjutnya, tim menyiapkan materi edukasi, instrumen skrining, media presentasi (PowerPoint) dan leaflet.

2. Tahap Skrining Awal

Skrining awal kesehatan mental dilakukan menggunakan instrumen *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) yang telah tervalidasi untuk mendeteksi masalah perilaku dan emosi pada anak dan remaja berusia 4-18 tahun. Kuesioner SDQ terdiri dari 25 pertanyaan yang menilai lima domain: masalah emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas/inatensi, masalah hubungan dengan teman sebaya, dan perilaku prososial. Hasil skrining dikategorikan menjadi normal, borderline, dan abnormal, yang kemudian digunakan untuk menentukan tindak lanjut yang sesuai.

3. Tahap Edukasi Kesehatan Mental

Tahap edukasi dilaksanakan melalui metode penyuluhan interaktif yang terdiri dari beberapa sesi:

Sesi 1: Pengenalan Kesehatan Mental Remaja (60 menit)

Materi meliputi definisi kesehatan mental, pentingnya kesehatan mental bagi remaja, perkembangan psikososial masa remaja, dan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental. Penyampaian materi menggunakan media PowerPoint dengan bahasa yang mudah dipahami dan diselingi dengan video pendek tentang kesehatan mental remaja.

Sesi 2: Mengenal Gangguan Kesehatan Mental (60 menit)

Materi meliputi jenis-jenis gangguan mental yang umum terjadi pada remaja (depresi, kecemasan, gangguan perilaku, ADHD), tanda dan gejala gangguan mental, faktor risiko (bullying, tekanan akademik, konflik keluarga, media sosial), dan dampak gangguan mental terhadap kehidupan remaja.

Sesi 3: Strategi Menjaga Kesehatan Mental (60 menit)

Materi meliputi cara-cara menjaga kesehatan mental secara preventif, pentingnya komunikasi terbuka dengan orang tua dan teman, manajemen stres yang sehat, pentingnya aktivitas fisik dan tidur yang cukup, serta cara mencari bantuan profesional ketika diperlukan.

Sesi 4: Demonstrasi dan Praktik Teknik Relaksasi (60 menit)

Sesi ini meliputi demonstrasi dan praktik langsung teknik-teknik manajemen stres seperti relaksasi pernapasan dalam (deep breathing), teknik grounding (5-4-3-2-1), dan hypnosis lima jari. Peserta dipandu untuk mempraktikkan setiap teknik secara langsung agar dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

4. Tahap Diskusi Kelompok dan Tanya Jawab

Setelah penyampaian materi, dilakukan diskusi kelompok terfokus (Focus Group Discussion) dimana peserta dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil untuk mendiskusikan kasus-kasus nyata terkait kesehatan mental remaja. Setiap kelompok kemudian mempresentasikan hasil diskusi mereka. Sesi tanya jawab juga disediakan untuk memberikan kesempatan kepada peserta mengajukan pertanyaan atau berbagi pengalaman terkait kesehatan mental.

5. Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui metode pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta tentang kesehatan mental. Pre-test diberikan sebelum dimulainya sesi edukasi, sedangkan post-test diberikan setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai. Kuesioner berisi 10 pertanyaan pilihan ganda tentang kesehatan mental remaja, gangguan mental, faktor risiko, dan cara pencegahan. Data hasil pre-test dan post-test kemudian dianalisis secara kuantitatif menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi.

Selain evaluasi kuantitatif, juga dilakukan evaluasi kualitatif melalui lembar umpan balik peserta yang berisi pertanyaan tentang kebermanfaatan materi, metode penyampaian, dan saran untuk perbaikan program di masa mendatang.

6. Tahap Tindak Lanjut

Berdasarkan hasil skrining SDQ, peserta dikategorikan dan diberikan tindak lanjut yang sesuai: (a) peserta dengan hasil normal mendapatkan reinforcement positif dan edukasi berkelanjutan; (b) peserta dengan hasil borderline mendapatkan intervensi lanjutan dari guru bimbingan konseling atau wali kelas; (c) peserta dengan hasil abnormal dirujuk ke Puskesmas atau fasilitas kesehatan mental untuk pemeriksaan dan penanganan lebih lanjut.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 40 siswa SMP yang terdiri dari 22 siswa perempuan (55%) dan 18 siswa laki-laki (45%). Distribusi kelas meliputi 12 siswa kelas VII (30%), 15 siswa kelas VIII (37,5%), dan 13 siswa kelas IX (32,5%). Rentang usia peserta adalah 12-15 tahun dengan rerata usia 13,5 tahun. Semua peserta mengikuti keseluruhan rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir.

Berdasarkan hasil skrining menggunakan instrumen SDQ, ditemukan bahwa dari 40 peserta, sebanyak 15 siswa (37,5%) berada dalam kategori normal, 18 siswa (45%) dalam kategori borderline atau berisiko, dan 7 siswa (17,5%) dalam kategori abnormal atau memiliki indikasi gangguan kesehatan mental yang memerlukan penanganan lebih lanjut. Domain masalah yang paling banyak ditemukan adalah masalah emosional (40% peserta) dan masalah hubungan dengan teman sebaya (35% peserta). Hasil ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah peserta (62,5%) memiliki masalah atau berisiko mengalami gangguan kesehatan mental, sejalan dengan temuan I-NAMHS bahwa 63% siswa mengalami gangguan mental emosional (Mawaddah and Prasty 2023).

Evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan. Rata-rata nilai pre-test adalah 46,94% (kategori kurang), sedangkan rata-rata nilai post-test meningkat menjadi 97,96% (kategori sangat baik). Evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan. Rata-rata nilai pre-test adalah 46,94% (kategori kurang), sedangkan rata-rata

nilai post-test meningkat menjadi 97,96% (kategori sangat baik). Peningkatan pengetahuan mencapai 51,02%, menunjukkan efektivitas program edukasi dalam meningkatkan literasi kesehatan mental remaja (Ibrahim et al. 2025). Menurut Arianti, et al tahun 2024, program edukasi kesehatan mental efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan jiwa (Ariantini et al. 2024).

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental melalui pendekatan psikoedukasi interaktif sangat efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental remaja. Peningkatan pengetahuan sebesar 51,02% sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang melaporkan peningkatan pengetahuan antara 20-50% setelah intervensi edukasi kesehatan mental (Fitri et al. 2023).

Keberhasilan program ini dapat dijelaskan dari beberapa aspek. Pertama, penggunaan metode psikoedukasi interaktif yang melibatkan ceramah, diskusi, role-play, dan praktik langsung terbukti lebih efektif dibandingkan metode ceramah satu arah. Pendekatan ini memungkinkan peserta untuk aktif berpartisipasi, berbagi pengalaman, dan langsung mempraktikkan keterampilan yang diajarkan. Penelitian oleh Joyce & Weil (2015) menyatakan bahwa metode experiential learning seperti role-play dan diskusi aktif dapat meningkatkan pemahaman, retensi pengetahuan, dan keterlibatan emosional peserta (Pobas et al. 2025; Pratiwi et al. 2025). Kedua, materi edukasi disajikan dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh remaja, serta disesuaikan dengan konteks kehidupan sehari-hari mereka. Penggunaan media visual seperti PowerPoint, video pendek, dan leaflet membantu memperkuat pemahaman peserta. Ketiga, pemberian contoh kasus nyata dan kesempatan bagi peserta untuk berbagi pengalaman pribadi membuat materi menjadi lebih relevan dan bermakna bagi mereka (Kamila et al. 2025). Program edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan kognitif, tetapi juga mengubah sikap dan kesadaran peserta terhadap pentingnya kesehatan mental. Keberhasilan program ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang aplikatif dan berbasis pengalaman efektif dalam mendukung ketahanan psikologis dan pembentukan karakter positif remaja. Metode psikoedukasi interaktif yang melibatkan ceramah, diskusi, role-play, dan praktik langsung memfasilitasi pembelajaran yang bermakna dan mendorong perubahan perilaku.

Berikut dokumentasi kegiatan pegabdian masyarakat :



Gambar 1. Pembukaan



Gambar 2. Penjelasan Kuesioner



Gambar 3. Pemberian Materi



Gambar 4. Foto Bersama

Simpulan

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ditulis singkat dengan mengemukakan apa yang baru dari kegiatan yang telah dilaksanakan, manfaat bagi masyarakat, dan kontribusi teoritik. Selain itu, saran atau rekomendasi untuk kegiatan pengabdian berikutnya juga perlu disertakan.

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ditulis singkat dengan mengemukakan apa yang baru dari kegiatan yang telah dilaksanakan, manfaat bagi masyarakat, dan kontribusi teoritik. Selain itu, saran atau rekomendasi untuk kegiatan pengabdian berikutnya juga perlu disertakan.

Ucapan Terimakasih

Program pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan jiwa remaja melalui pendekatan psikoedukasi interaktif terbukti sangat efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental remaja. Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Kepala SMP Negeri 3 Pekanbaru dan seluruh guru yang telah memberikan izin dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan. Terima kasih juga disampaikan kepada Institut Kesehatan Payung Negeri yang telah mendukung program ini. Ucapan terima kasih khusus kepada seluruh siswa yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Referensi

- Ariantini, Nyoman Sri, Eka Lutfiatus Solehah, I. Kadek Dwi, And Arta Saputra. 2024. "Penyuluhan Kesehatan Mental Di Kalangan Remaja Di Smp Negeri 1 Banjar Buleleng." *Jompa Abdi : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3(2):22–28.
- Devita, Yeni. 2019. "Prevalensi Masalah Mental Emosional Remaja Di Kota Pekanbaru." *Jurnal Keperawatan Priority* 2(1):33–43.
- Devita, Yeni. 2020a. "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja." *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 20(2):503. Doi: 10.33087/Jiubj.V20i2.967.
- Devita, Yeni. 2020b. "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja." *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 20(2):503–13. Doi: 10.33087/Jiubj.V20i2.967.
- Devita, Yeni, And Fitri Dyna. 2018. "Analisis Hubungan Karakteristik Anak Dan Lingkungan Keluarga Dengan Perilaku Bullying." *Healthcare: Jurnal Kesehatan* 7(2):15–21.
- Devita, Yeni, And Fitri Dyna. 2019. "Bullying On Elementary School Students." *Kne Life Sciences* 2019(1):87–93. Doi: 10.18502/Kls.V4i10.3832.

- Devita, Yeni, Pratiwi Gasril, And Tengku Muhammad Hafis. 2017. "Hubungan Perkembangan Emosional Terhadap Perilaku Menyimpang Pada Usia Remaja Sekolah Menengah Pertama Bukit Raya Pekanbaru Tahun 2015." 7(2):89–92.
- Devita, Yeni, Nadia Okviani, And Fitry Erlin. 2025. "The Relationship Between Family Support And Emotional Mental Disorders In Adolescents." 8(1):11–24.
- Fitri, Nurwijaya, Nova Mardiana, And Indah Permata Sari. 2023. "Pentingnya Kesehatan Mental Dan Abstrak Community Service Through Providing Health Education The Importance Of Mental And Emotional Health For High School Teenagers Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Citra Delima Volume 1 , Nomor 1 Tahun 2023 Pendahuluan." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Citra Delima* 1(1):36–42. Doi: 10.33862/Jp.V1i1.369.
- Ibrahim, Ilyas, Mutmaina Pelu, Sunik Cahyawati, Hans Salakory, And Febby Matulesy. 2025. "Edukasi Kesehatan Mental Pada Remaja Tingkat Sekolah Di Wilayah Kerja Puskesmas Belakang Soya." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (Jpkmn)* 6(1):1302–10. Doi: [Http://Doi.Org/10.55338/Jpkmn.V6i1.5447](http://doi.org/10.55338/jpkmn.V6i1.5447).
- Kamila, Lia, Diani Aliansy, Enjeh Latipah Nuraeni, Sri Rahayu, Nur Azizah, Maulida Al Avissina, Nazma Raine Hamzah, Putri Rahayu Nurpadilah, And Riva Nazia. 2025. "Penyuluhan Kesehatan Terkait Kesehatan Mental Pada Remaja Di Smk Kesehatan Surya Global Cimahi , Jawa Barat." *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (Jamsi)* 5(1):287–94. Doi: [Https://Doi.Org/10.54082/Jamsi.1703](https://doi.org/10.54082/jamsi.1703).
- Malfasari, Eka, Rina Herniyanti, Yeni Devita, Gita Adelia, And Ifon Driposwana Putra. 2020. "Pendidikan Kesehatan Jiwa Pada Tahap Perkembangan Usia Sekolah." 4(6):7–12. Doi: 10.31764/Jmm.V4i6.2720.
- Mawaddah, Nurul, And Anndy Prastya. 2023. "Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Remaja Melalui Stimulasi Perkembangan Psikososial Pada Remaja." *Dedikasi Saintek: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2(2):115–25. Doi: [Https://Doi.Org/10.58545/Djpm.V2i2.180](https://doi.org/10.58545/djpm.V2i2.180).
- Pobas, Delice Vebrida, Reashly Mokola, Christina Nayoan, And Noorce Beek. 2025. "Peningkatan Literasi Kesehatan Mental Remaja Melalui Penyuluhan Interaktif Di Stikes Maranatha Kupang." *Compromise Journal: Community Proffesional Service Journal* 3(3):01–10. Doi: [Https://Doi.Org/10.57213/Compromisejournal.V3i3.806](https://doi.org/10.57213/Compromisejournal.V3i3.806).
- Pratiwi, Novi Yanti, Divia Febrianti Syam, Nur Ismi, Winda Sari, Delvy Afriani, And Putri Jingga. 2025. "Psikoedukasi : " Write Your Mind : Memahami Dan Merawat Kesehatan Mental Di Usia Remaja " Di Sman 23 Makassar." *Gudang Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3(2022):198–204.
- Siswanto, A. W. 2023. "Hasil Survei I-Namhs: Satu Dari Tiga Remaja Indonesia Mengalami Masalah Kesehatan Mental." *Universitas Gadjah Mada*.
- Supini, Pipin, Anne Ryoga, Putri Gandakusumah, Naswiatul Asyifa, And Zahwatun Nadzifah. 2024. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Remaja." *Jerumi: Journal Of Education Religion Humanities And Multidiciplinary* 2(1):166–72.
- Suswati, Wahyi Sholihah Erdah, Arif Budiman, And Zidni Nuris Yuhbaba. 2023. "Kesehatan Mental Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember." *Jurnal Keperawatan Jiwa (Jkj): Persatuan Perawat Nasional Indonesia* 11(3):537–44.
- Wardani, Riastuti Kusuma, Seung Chun Paek, Sauwakon Ratanawijitrasin, And Darunee Phukhao. 2023. "Exploring The Implementation Of The School-Based Mental Health Program For Adolescents In Indonesia : A Mixed-Methods Study." 9(4):164–76.
- Who. 2021. "Mental Health Of Adolescents." (November).