GAMBARAN KONDISI KESEHATAN MENTAL DAN PENGARUH EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA DI SMK KESEHATAN PELITA BANGSA YOGYAKARTA

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Farmasi (S. Farm.)

Diajukan oleh :

Arisga Yumna Aurum Salsabila

NIM : F42022255

PROGRAM STUDI SARJANA FARMASI

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NOTOKUSUMO

YOGYAKARTA

2026

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental adalah suatu keadaan kesejahteraan mental yang memungkinkan seseorang mampu menghadapi stres kehidupan, menyadari kemampuan dirinya, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi pada komunitasnya. Kesehatan mental memiliki nilai intrinsik dan instrumental, serta merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kesejahteraan kita (WHO, 2024).

Menurut WHO, secara global sekitar 1 dari 7 remaja (usia 10–19 tahun) sekitar 14% mengalami gangguan kesehatan mental. Kondisi seperti depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku termasuk di antara penyebab utama kesakitan dan disabilitas pada kelompok remaja. Selanjutnya, data dari studi global terbaru menunjukkan bahwa pada 2021, sekitar 15,2% remaja (10–19 tahun) memiliki setidaknya satu gangguan mental. Dari gangguan-gangguan ini, kecemasan (4,9%) paling umum, diikuti oleh *conduct disorder* (2,7%), ADHD (2,6%), dan depresi (2,4%). Fakta-fakta tersebut menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental bukan hanya permasalahan individu, tetapi juga masalah kesehatan masyarakat global — terutama pada kelompok remaja. Keberadaan prevalensi yang cukup tinggi menggarisbawahi kebutuhan mendesak untuk kebijakan, layanan, dan intervensi kesehatan mental yang mudah diakses sejak masa remaja (WHO, 2024).

Survei mengenai kesehatan mental pada remaja di Indonesia tahun 2022, mendapatkan hasil 5,5% remaja usia 10–17 tahun mengalami gangguan mental. Sebanyak 1% remaja mengalami depresi, 3,7% cemas, *post traumatic syndrome disorder* (PTSD) 0,9%, dan *attention-deficit hyperactivity disorder* (ADHD) sebanyak 0,5% (Kemenkes, 2023).

Masalah kesehatan mental pada remaja di Indonesia semakin mengkhawatirkan berdasarkan data nasional terbaru. Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa depresi dialami oleh 2% remaja usia 15–24 tahun (Kemenkes, 2023). Data *Indonesia–National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) tahun 2022 menunjukkan bahwa sekitar satu dari tiga

remaja Indonesia (34,9%) atau setara dengan 15,5 juta individu mengalami masalah kesehatan mental dalam kurun waktu 12 bulan terakhir. Selain itu, satu dari dua puluh remaja (5,5%) atau sekitar 2,45 juta remaja diketahui memiliki setidaknya satu gangguan mental yang terdiagnosis. (KPPPA, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, pada tahun 2024 tercatat sebanyak 3.239 kasus gangguan jiwa, dengan kelompok remaja diidentifikasi sebagai populasi yang membutuhkan intervensi khusus serta penanganan yang bersifat segera (Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2024). Salah satu contoh peristiwa yang mencerminkan keadaan ini terjadi di Daerah Istimewa Yogyakarta, di mana tiga pelajar—dua berusia 14 tahun dan satu berusia 19 tahun—ditemukan meninggal dunia dalam rentang beberapa bulan menurut laporan media bacajogja.id yang ditulis oleh Juno (2025). Peristiwa ini merupakan kematian akibat bunuh diri yang tidak hanya mengguncang masyarakat lokal, tetapi juga memunculkan pertanyaan besar mengenai kesiapan keluarga, sekolah, dan sistem kesehatan dalam mendeteksi serta menangani krisis kesehatan mental di kalangan generasi muda. Tiga nyawa muda yang hilang dengan cara serupa ini kemudian menjadi sorotan publik sebagai "alarm darurat" yang mengindikasikan krisis kesehatan mental di kalangan pelajar dan remaja Indonesia (Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2024).

Pengetahuan atau *mental health literacy* memegang peranan penting dalam kemampuan remaja untuk mengenali gejala gangguan mental sejak dini, memahami bahwa kondisi tersebut dapat ditangani, dan mengetahui ke mana harus mencari bantuan. Menurut Karstensen dkk. (2025) "*mental health literacy is crucial for the early recognition, management, and prevention of mental health issues*" yang artinya kecakapan literasi kesehatan mental sangat penting untuk pengenalan dini, penanganan, dan pencegahan masalah kesehatan mental (Karstensen et al, 2025).

Pengetahuan yang baik mendorong remaja memiliki sikap positif terhadap pencarian pertolongan. Sebaliknya, ketika pengetahuan rendah dan stigma tinggi, remaja cenderung menunda mencari bantuan. Hal ini terlihat dari temuan bahwa remaja takut bercerita karena khawatir dihakimi, menunjukkan peran

stigma sebagai hambatan pencarian pertolongan. Stigma muncul sebagai hambatan signifikan terhadap pencarian pertolongan pada remaja. Rendahnya pengetahuan juga memicu kesalahan persepsi, seperti anggapan bahwa gangguan mental merupakan kelemahan diri (Karstensen *et al*, 2025)

Hal ini berakibat pada keterlambatan penanganan dan memburuknya kondisi mental remaja. Secara keseluruhan, pengetahuan yang baik bukan hanya meningkatkan kemampuan remaja mengenali gejala dan mencari bantuan, tetapi juga berkaitan langsung dengan *better mental health outcomes* atau hasil kesehatan mental yang lebih baik pada remaja. Dengan demikian, perlu dilakukan kajian tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan mental (Karstensen *et al*, 2025)

Edukasi kesehatan mental merupakan salah satu bentuk strategi promotif yang efektif dalam meningkatkan *mental health literacy* pada remaja. Melalui kegiatan ini, remaja dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai konsep kesehatan mental, faktor risiko, tanda dan gejala gangguan mental, serta langkah yang tepat dalam mencari bantuan ketika menghadapi masalah psikologis. Peningkatan literasi kesehatan mental melalui edukasi juga berperan dalam menurunkan stigma terhadap gangguan mental serta mendorong terbentuknya perilaku pencarian bantuan (*help-seeking behavior*) yang lebih adaptif. Dengan demikian, edukasi kesehatan mental tidak hanya berkontribusi pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga berfungsi sebagai upaya preventif dalam mendukung keberlanjutan kesehatan mental remaja (Kutcher *et al*, 2015; Perry *et al*, 2014).

Masa remaja merupakan tahap transisi dari fase kanak-kanak menuju kedewasaan yang ditandai oleh berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial (Sulhan *et al*, 2024) . Pada periode ini, individu mulai membentuk identitas diri, mengembangkan kemandirian, serta berupaya menyesuaikan diri dengan norma dan tuntutan sosial yang ada. Proses perkembangan tersebut kerap disertai dengan tekanan dari lingkungan akademik, dinamika pergaulan, serta potensi munculnya konflik dalam keluarga. Kondisi-kondisi tersebut

menjadikan remaja sebagai kelompok yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental, termasuk kecemasan dan depresi (Siti, 2023).

Berbagai faktor dapat memengaruhi kesehatan mental. Semakin besar paparan generasi muda terhadap hal-hal yang berisiko, maka semakin besar pula dampaknya terhadap kondisi kesehatan mental mereka. Permasalahan kesehatan mental kerap dialami oleh sebagian remaja akibat tekanan kehidupan, rasa malu, diskriminasi atau pengucilan sosial, serta keterbatasan dukungan dan layanan yang tersedia (Mustamu *et al*, 2020).

Sekolah sebagai lembaga pendidikan tempat anak dan remaja menghabiskan sebagian besar waktunya memiliki posisi yang strategis dalam upaya promosi serta dukungan terhadap kesehatan mental siswa. Pelaksanaan pendidikan kesehatan mental di lingkungan sekolah dapat menjadi media yang efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan mental, menurunkan stigma, serta memberikan dukungan dini bagi siswa yang memerlukan bantuan (Huo & Sun, 2021).

SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta merupakan salah satu sekolah menengah kejuruan di Indonesia yang berfokus pada pendidikan di bidang kesehatan. Peserta didik di sekolah ini berada pada rentang usia remaja, yang merupakan kelompok rentan terhadap permasalahan kesehatan mental. Selain itu, berdasarkan penelusuran, penelitian mengenai kesehatan mental remaja di Indonesia masih lebih banyak berfokus pada salah satu aspek secara terpisah, baik tingkat pengetahuan kesehatan mental maupun kondisi kesehatan mental. Penelitian yang mengkaji kedua aspek tersebut secara bersamaan pada siswa SMK kesehatan masih terbatas. Padahal, siswa SMK kesehatan memiliki karakteristik khusus karena telah memperoleh paparan terkait informasi kesehatan, namun tetap menghadapi berbagai tekanan, seperti tuntutan akademik, kompetensi pembelajaran, serta proses perkembangan pada masa remaja.

Farmasis memiliki peran penting dalam mendukung upaya promotif dan preventif kesehatan mental melalui peningkatan literasi kesehatan mental di masyarakat. Farmasis tidak hanya berperan sebagai tenaga kesehatan, tetapi juga

sebagai edukator yang dapat memberikan informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, mengenali tanda dan gejala gangguan mental sejak dini, serta meningkatkan kesadaran remaja terhadap kondisi psikologis yang mereka alami. Melalui komunikasi yang empatik dan edukatif, farmasis dapat membantu mengurangi stigma terhadap gangguan mental dan mendorong remaja untuk lebih terbuka terhadap isu kesehatan mental. Selain itu, farmasis juga dapat mengarahkan remaja untuk mencari bantuan profesional apabila ditemukan tanda-tanda gangguan kesehatan mental yang memerlukan penanganan lebih lanjut. Dengan demikian, farmasis berkontribusi dalam mendukung terciptanya sistem kesehatan mental yang lebih inklusif, preventif, dan responsif terhadap kebutuhan remaja (Hidayah & Lutfiyati, 2025).

Menyadari pentingnya kesehatan mental pada remaja yang dapat berdampak terhadap masa depan mereka, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi permasalahan kesehatan mental pada remaja, meliputi aspek perilaku, emosional, dan sosial. Proses identifikasi dilakukan menggunakan instrumen *Mental Health Knowledge Questionnaire* (MHKQ) untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan mental dan *Self Reporting Questionnaire*-29 (SRQ-29) untuk memperoleh cakupan serta variasi masalah kesehatan mental yang dialami oleh populasi remaja. Dilakukan juga intervensi edukasi dan promosi kesehatan sebagai penerapan peran farmasis.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini ialah :

1. Bagaimana gambaran kondisi kesehatan mental pada remaja di SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta ?
2. Bagaimana tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja sebelum diberikan edukasi kesehatan mental ?
3. Bagaimana tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja sesudah diberikan edukasi kesehatan mental ?

4. Apakah terdapat pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja di SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta ?

C. Keaslian Penelitian

Berikut merupakan tabel perbedaan antara penelitian sebelumnya terhadap penelitian yang akan diteliti.

Tabel I. Keaslian Penelitian

No.	Informasi	Penelitian
1.	Judul	Deteksi Dini Masalah Kesehatan Mental pada Remaja dengan *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-29)
	Nama Peneliti	Rika Sarfika, Hema Malini, Nursyirwan Effendi, Putri Indah Permata, Ainul Fitri, dan Febi Sagitaria
	Tahun	2023
	Metode	Penelitian ini merupakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang bertujuan melakukan skrining kesehatan mental pada remaja. Kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan skrining menggunakan instrumen SRQ-29, dan edukasi kesehatan mental. Sampel terdiri dari 176 siswa SMA Negeri 4 Padang kelas X, XI, dan XII. Data dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics 23 dengan analisis deskriptif frekuensi.
	Instrumen	*Self-Reporting Questionnaire 29* (SRQ-29) yang digunakan untuk mendeteksi gejala neurosis (kecemasan dan depresi), gejala psikotik, gangguan stres pascatrauma (PTSD), dan

No.	Informasi	Penelitian
		penggunaan zat psikoaktif. Pengisian dilakukan melalui *Google Form*.
	Hasil	Hasil skrining menunjukkan bahwa 77,3% remaja mengalami gejala PTSD, 63,6% mengalami gejala psikotik, 56,8% mengalami gejala neurosis (kecemasan dan/atau depresi), serta 0,6% terindikasi menggunakan zat psikoaktif. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki masalah kesehatan mental yang memerlukan perhatian dan tindak lanjut dari sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan
	Perbedaan	Perbedaan dalam penelitian ini meliputi waktu dan tempat penelitian, jumlah sampel, fokus penelitian, jumlah instrumen yang digunakan, dan jumlah variabel yang diteliti
2.	Judul	Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Kondisi Kesehatan Mental pada Remaja SMK Farmasi di Pekanbaru
	Nama Peneliti	Putra et al
	Tahun	2024
	Metode	Penelitian ini termasuk dalam jenis pengabdian masyarakat, menggunakan penyuluhan, *Focus Group Discussion* (FGD), dan pengisian kuesioner. Sampel yang digunakan berjumlah 52 siswa SMK Farmasi Ikasari Pekanbaru
	Instrumen	Kuesioner berisi 7 pernyataan terkait kondisi dan pengalaman kesehatan mental remaja yang

No.	Informasi	Penelitian
		digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat
	Hasil	Ditemukan beberapa kondisi kesehatan mental yang cukup dominan, seperti sering mengalami kesulitan tidur (35%), sering kehilangan kepercayaan diri (50%), dan sebagian besar responden masih mampu menikmati aktivitas sehari – hari (73%).
	Perbedaan	Perbedaan dalam penelitian ini meliputi waktu dan tempat penelitian, jumlah sampel yang digunakan, serta instrumen yang digunakan
3.	Judul	Kesehatan Mental pada Remaja
	Nama Peneliti	Komang Wahyu Gintari, Desak Made Dwi Jayanti, I Gusti Ayu Putu Satya Laksmi, Silvia Ni Nyoman Sintari
	Tahun	2023
	Metode	Penelitian menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan rancangan survei. Penelitian dilakukan di Desa Ubung Kaja pada 24 Oktober–22 November 2022. Teknik sampling menggunakan stratified random sampling dengan jumlah sampel 265 remaja dari populasi 780 remaja. Analisis data menggunakan analisis univariat.
	Instrumen	Instrumen penelitian menggunakan kuesioner karakteristik responden dan *Self Reporting Questionnaire*-29 (SRQ-29) untuk mengidentifikasi kondisi kesehatan mental remaja

No.	Informasi	Penelitian
	Hasil	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 265 responden, sebanyak 124 remaja (46,8%) mengalami gangguan mental emosional, 13 remaja (4,9%) mengalami gejala psikotik/psikosis, dan 20 remaja (7,5%) memiliki indikasi gejala PTSD. Mayoritas responden berusia 19–24 tahun (44,2%), berjenis kelamin perempuan (52,1%), memiliki hubungan teman sebaya yang baik (92,5%), tingkat stres ringan (74%), dan tidak ditemukan penggunaan zat psikoaktif pada responden.
	Perbedaan	Perbedaan dengan penelitian yang sedang dilakukan meliputi waktu dan lokasi penelitian, fokus penelitian, jumlah sampel yang diteliti, jumlah instrumen, dan jumlah variabel
4.	Judul	Tingkat Pengetahuan Kesehatan Mental Pada Remaja Di MAN 1 Tuban
	Nama Peneliti	Ahmad Abdul Aziz
	Tahun	2023
	Metode	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan secara random sampling dengan jumlah responden 120 remaja dengan besar sampel sejumlah 92 remaja
	Instrumen	Kuesioner tertutup berbasis skala *Guttman*
	Hasil	Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden berusia 18 tahun (70,7%) dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan (62%). Sebagian besar berasal dari keluarga utuh

No.	Informasi	Penelitian
		(78,3%). Tingkat pengetahuannya mengenai kesehatan mental terbagi menjadi 3 yakni : Cukup (68,5%), Baik (21,7%), dan Kurang (9,8%)
	Perbedaan	Perbedaan dalam penelitian ini meliputi fokus penelitian, waktu dan tempat penelitian, jumlah sampel yang digunakan, variabel yang digunakan, metode analisis, serta instrumen yang digunakan
5.	Judul	Pengaruh Edukasi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental
	Nama Peneliti	Dani Ferdian, Rohman Hikmat, Arida Bitanajsha Zuqriefa, Tisa Layalia Hanifah Ma'ruf, Mikha Noviana, Saidina Malik Ibrahim Harahap, Himawan Sutanto, Meyta Roida R Hutapea
	Tahun	2024
	Metode	Penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experiment pre-test and post-test without control group*. Sampel sebanyak 40 siswa SMKN 36 Jakarta. Intervensi berupa edukasi kesehatan mental selama 60 menit. Analisis menggunakan statistik deskriptif dan uji *Wilcoxon*.
	Instrumen	Kuesioner pengetahuan kesehatan mental yang diberikan sebelum dan sesudah edukasi.
	Hasil	Rata-rata nilai pengetahuan meningkat dari 70 (*pre-test*) menjadi 92 (*post-test*). Sebanyak 80% siswa memiliki pengetahuan rendah sebelum edukasi dan 92,5% memiliki pengetahuan tinggi

No.	Informasi	Penelitian
		setelah edukasi. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan terdapat pengaruh signifikan edukasi kesehatan terhadap pengetahuan kesehatan mental siswa (p = 0,001).
	Perbedaan	Perbedaan penelitian ini meliputi jumlah variabel yang diteliti, instrumen yang digunakan, serta waktu dan lokasi penelitian.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengetahui gambaran kondisi kesehatan mental dan menganalisis pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja di SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus
   a. Menggambarkan kondisi kesehatan mental pada remaja di SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta.
   b. Mengukur tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja sebelum diberikan edukasi kesehatan mental.
   c. Mengukur tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja sesudah diberikan edukasi kesehatan mental.
   d. Menganalisis pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental remaja di SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmiah mengenai kondisi kesehatan mental remaja serta pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap tingkat pengetahuan remaja.

2. Manfaat Metodologis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam penggunaan metode edukasi kesehatan mental serta instrumen pengukuran pengetahuan dan kondisi kesehatan mental pada remaja.

3. Manfaat Praktis

a) Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai kesehatan mental serta pentingnya menjaga kesehatan mental sejak dini.

b) Bagi Institusi SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi mengenai kondisi kesehatan mental dan tingkat pengetahuan kesehatan mental siswa sebagai dasar dalam penyusunan program edukasi kesehatan mental di sekolah.

c) Bagi Institusi STIKES Notokusumo Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan menambah referensi ilmiah dan mendukung pengembangan penelitian di bidang kesehatan, khususnya terkait kesehatan mental remaja.

d) Bagi Peneliti lain

Penelitian ini dapat menjadi referensi dan bahan pertimbangan untuk penelitian lebih lanjut mengenai kesehatan mental dan edukasi kesehatan mental pada remaja.

e) Bagi Masyarakat

Penelitian ini memberikan informasi mengenai pentingnya kesehatan mental dan peran edukasi dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mental remaja.

BAB V
SARAN DAN KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran kondisi kesehatan mental dan pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja di SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa:

1. Gambaran kondisi kesehatan mental remaja di SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta menunjukkan bahwa sebagian besar responden terindikasi mengalami gangguan kesehatan mental berdasarkan hasil skrining menggunakan *Self-Reporting Questionnaire*-29 (SRQ-29). Jenis gangguan yang paling banyak ditemukan adalah gangguan stres pascatrauma (*Post-Traumatic Stress Disorder*/PTSD), diikuti oleh gangguan mental emosional dan gangguan psikotik, sedangkan tidak ditemukan responden yang terindikasi mengalami gangguan penggunaan zat psikoaktif.
2. Tingkat pengetahuan kesehatan mental remaja sebelum diberikan edukasi didominasi oleh kategori kurang, yaitu sebanyak 22 responden (66,7%), diikuti kategori cukup sebanyak 10 responden (30,3%), dan kategori baik sebanyak 1 responden (3,0%).
3. Tingkat pengetahuan kesehatan mental remaja sesudah diberikan edukasi mengalami peningkatan. Responden dengan kategori pengetahuan kurang menurun menjadi 13 responden (39,4%), sedangkan kategori cukup meningkat menjadi 15 responden (45,5%) dan kategori baik meningkat menjadi 5 responden (15,2%).
4. Edukasi kesehatan mental berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental remaja di SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai *Asymp. Sig.* (2-tailed) sebesar 0,012 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan tingkat pengetahuan

sebelum dan sesudah pemberian edukasi, sehingga edukasi kesehatan mental terbukti mampu meningkatkan tingkat pengetahuan responden.

B. Saran

1. Bagi Siswa

   Siswa diharapkan siswa meningkatkan kesadaran dalam menjaga kesehatan mental, menerapkan strategi koping yang adaptif, serta mencari bantuan apabila mengalami permasalahan psikologis.

2. Bagi Institusi SMK Kesehatan Pelita Bangsa Yogyakarta

   Pihak sekolah diharapkan sekolah menyelenggarakan edukasi dan skrining kesehatan mental secara berkala serta memperkuat pendampingan bagi siswa.

3. Bagi Institusi STIKES Notokusumo Yogyakarta

   Institusi STIKES diharapkan mendukung kegiatan edukasi dan promosi kesehatan mental melalui pengabdian kepada masyarakat dan kegiatan kemahasiswaan. Selain itu, institusi diharapkan dapat memfasilitasi mahasiswa untuk mengembangkan keterampilan komunikasi, edukasi kesehatan, dan pemberdayaan masyarakat sehingga mampu berkontribusi dalam upaya peningkatan literasi kesehatan mental di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

4. Bagi Peneliti Lain

   Peneliti selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih besar dan mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental serta efektivitas berbagai metode edukasi.

5. Bagi Masyarakat

   Masyarakat, terutama orang tua dan keluarga, diharapkan memberikan dukungan yang optimal kepada remaja, meningkatkan literasi kesehatan mental, dan mengurangi stigma terhadap gangguan mental.

DAFTAR PUSTAKA

Abdallah, C.G., Averill, L.A., Akiki, T.J., Raza, M., Averill, C.L., Gomaa, H., Adikey, A., Krystal, J.H., 2019. *The Neurobiology and Pharmacotherapy of Posttraumatic Stress Disorder. Annu. Rev. Pharmacol. Toxicol.* 59, 171–189. https://doi.org/10.1146/annurev-pharmtox-010818-021701

Adventinawati, 2024. Pencegahan Kesehatan Mental dalam Upaya Mengurangi Stigma Kesehatan Mental di Masyarakat. Humif 2, 110–116. https://doi.org/10.62383/humif.v2i1.1010

Amalia, W., Abdilah, H., Tarwati, K., 2023. Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. Mal Health Stu J. 3, 3326–3337. https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i10.11298

American Psychiatric Association (2025). W*arning signs of mental illness*. Available at: [https://www.psychiatry.org/patients-families/warning-signs-of-mental- illness](https://www.psychiatry.org/patients-families/warning-signs-of-mental-illness) (Accessed: 18 December 2025).

Asrullah, M., L'Hoir, M., Paulo, M.J., Feskens, E.J.M., & Melse-Boonstra, A. (2022). *Determinants of Common Mental Disorders (CMD) among adolescent girls aged 15–19 years in Indonesia: Analysis of the 2018 National Basic Health Survey Data. PLOS Global Public Health*, 2(3), e0000232.

Azizah, E.Z., n.d. Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan Institut Teknologi, Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.

Bawental, N.R., Korompis, G.E.C., Maramis, F.R.R., 2019. HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU KESEHATAN REPRODUKSI PADA PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 3 MANADO 8.

Blegur, J., Rupidara, A.D.N. & Tlonaen, Z.A. 2025, 'Pelatihan konstruksi instrumen penelitian menggunakan pendekatan MEASURE', Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, vol. 5, no. 2, hlm. 201–226.

Bonell, C., Dodd, M., Allen, E., Bevilacqua, L., McGowan, J., Opondo, C., Sturgess, J., Elbourne, D., Warren, E., Viner, R.M., 2020. *Broader impacts*

of an intervention to transform school environments on student behaviour and school functioning: post hoc analyses from the INCLUSIVE cluster randomised controlled trial. BMJ Open 10, e031589. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-031589

Branje, S., de Moor, E.L., Spitzer, J. and Becht, A.I. (2021) 'Dynamics of identity development in adolescence: A decade in review', Journal of Research on Adolescence, 31(4), pp. 908–927.

Bryant, R.A., 2019. *Post-traumatic stress disorder: a state-of-the-art review of evidence and challenges. World Psychiatry* 18, 259–269. https://doi.org/10.1002/wps.20656

Debby Irola, Anna Dina Kalifia, 2024. Aspek Perkembangan Kognitif Pada Masa Remaja. Dewantara 3, 128–132. https://doi.org/10.30640/dewantara.v3i1.2111

Degenhardt, L., Charlson, F., Ferrari, A., Santomauro, D., Erskine, H., Mantilla-Herrara, A., Whiteford, H., Leung, J., Naghavi, M., Griswold, M., Rehm, J., Hall, W., Sartorius, B., Scott, J., Vollset, S.E., Knudsen, A.K., Haro, J.M., Patton, G., Kopec, J., Carvalho Malta, D., Topor-Madry, R., McGrath, J., Haagsma, J., Allebeck, P., Phillips, M., Salomon, J., Hay, S., Foreman, K., Lim, S., Mokdad, A., Smith, M., Gakidou, E., Murray, C., Vos, T., 2018. *The global burden of disease attributable to alcohol and drug use in 195 countries and territories, 1990–2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. The Lancet Psychiatry* 5, 987–1012. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30337-7

Diananda, A., 2019. PSIKOLOGI REMAJA DAN PERMASALAHANNYA. Istighna 1, 116–133. https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20

Donaldson, C., Moore, G. and Hawkins, J. (2023) '*A systematic review of school transition interventions to improve mental health and wellbeing outcomes in children and young people', School Mental Health*, 15, pp. 19–35.

Effendy, I., 2016. PENGARUH PEMBERIAN PRE-TEST DAN POST-TEST TERHADAP HASIL BELAJAR MATA DIKLAT HDW.DEV.100.2.A PADA SISWA SMK NEGERI 2 LUBUK BASUNG.

Fakhriyani, D.V. (2019). Kesehatan mental (sejarah kesehatan mental). Available at: https://www.researchgate.net (Accessed: 29 November 2025).

Fekih-Romdhane, F., Houissa, L., Loch, A.A., Cheour, M., Hallit, S., 2024. *Psychotic experiences and psychological distress in adolescents: an examination of longitudinal bidirectional effects across sex. Child Adolesc Psychiatry Ment Health* 18, 124. https://doi.org/10.1186/s13034-024-00825-w

Ferdian, D., Hikmat, R., Zuqriefa, A.B., Ma'ruf, T.L.H., Noviana, M., Harahap, S.M.I., Sutanto, H., Hutapea, M.R.R., 2024. Pengaruh Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Mental. Mal Health Stu J. 4, 2058–2067. https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i5.14585

Ferdian, D, Hikmat, R, Anshor, A, Irwan, I & Triyanto, T 2024, 'Gambaran Deteksi Dini Masalah Kesehatan Mental pada Siswi', Jurnal Keperawatan Jiwa, vol. 12, no. 2, p. 315.

Firdaus, W., Marsudi, M.S., 2021. Konseling Remaja yang Kecanduan Gadget Melalui Terapi Kognitif Behavior 6.

Gintari, K.W., Desak Made Ari Dwi Jayanti, Laksmi, I.G.A.P.S., Sintari, S.N.N., 2023. Kesehatan Mental Pada Remaja: *The Overview of Mental Health in Adolescents. Journal* NURSEPEDIA 2, 167–183. https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i3.49

Hidayah, E.R.N., Lutfiyati, H., 2025. Eksplorasi Peran Apoteker sebagai Konselor Kesehatan Mental Melalui Pendekatan Farmakoterapi dan Psikososial 04.

Huo, L., Sun, F., 2021. *Application of Artificial Intelligence in Mental Health Education in Primary and Middle Schools:, in: Proceedings of the 2nd Conference on Artificial Intelligence and Healthcare. Presented at the Conference on Artificial Intelligence and Healthcare, SCITEPRESS - Science and Technology Publications, Fuzhou, China*, pp. 306–312. https://doi.org/10.5220/0011368000003444

International Pharmaceutical Federation (FIP). (2025) FIP *Statement of Policy on the Role of Pharmacists in Non-Communicable Diseases*. Available at:

https://ncd.fip.org/publications/fip-statement-of-policy-on-the-role-of-pharmacists-in-non-communicable-diseases/

Irie, T., Yokomitsu, K., Sakano, Y., 2019. *Relationship between cognitive behavioral variables and mental health status among university students: A meta-analysis.* PLoS ONE 14, e0223310. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0223310

Isnaini, M., Afgani, M.W., Haqqi, A., Azhari, I., 2025. Teknik Analisis Data Uji Normalitas.

Izah, N., Aini, D.K., Bukhori, B., 2023. STRES DAN STRATEGI COPING PADA MAHASISWA YANG BERTEMPAT TINGGAL DI PONDOK PESANTREN. S e 3.

Jessop, D.C., Reid, M., Solomon, L., 2020. *Financial concern predicts deteriorations in mental and physical health among university students. Psychology & Health* 35, 196–209. https://doi.org/10.1080/08870446.2019.1626393

Juno. Tiga Pelajar di Bantul Meninggal dengan Seutas Tali: Alarm Darurat Krisis Mental Remaja?. (2025). BacaJogja. https://bacajogja.id/2025/10/06/tiga-pelajar-di-bantul-meninggal-dengan-seutas-tali-alarm-darurat-krisis-mental-remaja/

Kadir, N.U., Wijaya, F., Sanusi, M., n.d. Jenis Gangguan Psikotik Berdasarkan PPDGJ III.

Kaeser, J.M., Lerch, S., Sele, S., Reichl, C., Koenig, J., Mürner-Lavanchy, I., Berger, T., Kaess, M., Cavelti, M., 2024. *Positive psychotic symptoms as a marker of clinical severity in a transdiagnostic sample of help-seeking adolescents. Eur Child Adolesc Psychiatry* 33, 3637–3647. https://doi.org/10.1007/s00787-024-02417-7

Karstensen, V., Hooshmand, R., Bastholm, M., 2025. *Mental Health Literacy in Adolescents: A Qualitative Study of Knowledge, Attitudes, and Beliefs.* JRH 15, 15–26. https://doi.org/10.32598/JRH.15.1.2473.1

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RIMaPSaihu. (2023). Depresi Pada Anak Muda di Indonesia.

https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5532/1/03%20factsheet%20Keswa_bahasa.pdf

KPPA. (2024). Kolaborasi KemenPPPA dan UNICEF: Sinergikan Dukungan Kesehatan Mental dan Psikososial di Kementerian dan Lembaga [Homepage on the Internet].

Kutcher, S., Wei, Y., Morgan, C., 2015. *Successful Application of a Canadian Mental Health Curriculum Resource by Usual Classroom Teachers in Significantly and Sustainably Improving Student Mental Health Literacy. Can J Psychiatry* 60, 580–586. https://doi.org/10.1177/070674371506001209

Kwon, O.-Y., Park, S.-P., 2014. *Depression and Anxiety in People with Epilepsy. J Clin Neurol* 10, 175. https://doi.org/10.3988/jcn.2014.10.3.175

Lestari, A.P., Sriati, A., Yulianita, H., 2024. *Screening for psychosocial distress of post-Covid-19 among survivors using the self-reporting questionnaire 29 (SRQ-29). Internat.Jrnl.* 7, 13–20. https://doi.org/10.33024/minh.v7i1.201

Lieberman, J.A., First, M.B., 2018. *Psychotic Disorders. N Engl J Med* 379, 270–280. https://doi.org/10.1056/NEJMra1801490

Ma, K.K.Y., Burn, A., Anderson, J.K., 2023. *Review: School-based mental health literacy interventions to promote help-seeking – a systematic review. Child Adoles Ment Health* 28, 408–424. https://doi.org/10.1111/camh.12609

Maryam, S., 2017. Strategi Coping: Teori Dan Sumber dayanya. j.kam 101–107. https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12

Miao, X.-R., Chen, Q.-B., Wei, K., Tao, K.-M., Lu, Z.-J., 2018. *Posttraumatic stress disorder: from diagnosis to prevention. Military Med Res* 5, 32. https://doi.org/10.1186/s40779-018-0179-0

Mohammadi, A.S., Panahi, S., Sayarifard, A., Ashouri, A., 2020. *Identifying the prerequisites, facilitators, and barriers in improving adolescents' mental health literacy interventions: A systematic review. Journal of Education and Health Promotion* 9. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_623_20

Mulyadi. (2017). Islam dan Kesehatan Mental. In Islam dan Kesehatan mental. (pp. 1–118).

Mustamu, A.C., Hasim, N.H., Khasanah, F., 2020. Pola Asuh Orangtua, Motivasi & Kedisiplinan dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja Papua. JKMu 8, 17–25. https://doi.org/10.36085/jkmu.v8i1.640

Nawi, A.M., Ismail, R., Ibrahim, F., Hassan, M.R., Abdul Manaf, M.R., Amit, N., Ibrahim, N. and Shafurdin, N.S. (2021) *'Risk and protective factors of drug abuse among adolescents: A systematic review', BMC Public Health*, 21(1), p. 2088.

Ni, T., Zhang, Y., Xue, S., Xu, W., Tang, W., 2022. *PTSD and depressive symptoms in Chinese adolescents exposed to multiple stressors from natural disasters, stressful life events, and maltreatment: A dose-response effect. Front. Psychol.* 13, 1050260. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1050260

Nielsen, M.B., Tangen, T., Idsoe, T., Matthiesen, S.B., Magerøy, N., 2015. *Post-traumatic stress disorder as a consequence of bullying at work and at school. A literature review and meta-analysis. Aggression and Violent Behavior* 21, 17–24. https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.01.001

Ninasari, A., Hikmah, N., Jenita, J., Zurman, Z., Basir, B., Febrian, W.D., 2024. PENERAPAN APLIKASI SPSS DALAM MENYUSUN ARTIKEL ILMIAH TERINDEKS SCOPUS. joe 5, 12648–12658. https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2253

Nobre, J., Oliveira, A.P., Monteiro, F., Sequeira, C., Ferré-Grau, C., 2021. *Promotion of Mental Health Literacy in Adolescents: A Scoping Review.* IJERPH 18, 9500. https://doi.org/10.3390/ijerph18189500

Nur Diana, R., Purwanti, R., Dianita, E.M., 2024. FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL REMAJA SMA. JKT 5, 13340–13346. https://doi.org/10.31004/jkt.v5i4.38483

Onrust, S.A., Otten, R., Lammers, J. and Smit, F. (2016) '*School-based programmes to reduce and prevent substance use in different age groups: What works for whom? Systematic review and meta-regression analysis', Clinical Psychology Review*, 44, pp. 45–59.

Ousdal, O.T., Milde, A.M., Hafstad, G.S., Hodneland, E., Dyb, G., Craven, A.R., Melinder, A., Endestad, T., Hugdahl, K., 2020. *The association of PTSD*

symptom severity with amygdala nuclei volumes in traumatized youths. Transl Psychiatry 10, 288. https://doi.org/10.1038/s41398-020-00974-4

Perry, Y., Petrie, K., Buckley, H., Cavanagh, L., Clarke, D., Winslade, M., Hadzi-Pavlovic, D., Manicavasagar, V., Christensen, H., 2014. *Effects of a classroom-based educational resource on adolescent mental health literacy: A cluster randomised controlled trial. Journal of Adolescence* 37, 1143–1151. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.08.001

Prameswari, Y.N., 2025. HUBUNGAN GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA SISWA SMA NEGERI 3 KOTA SERANG. JOUBAHS 5, 114–125. https://doi.org/10.47080/joubahs.v5i1.3903

Putro, K.Z., 2017. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja.

Rokach, A., 2018. *Effective Coping with Loneliness: A Review.* OJD 07, 61–72. https://doi.org/10.4236/ojd.2018.74005

Safitri, D.D., Widodo, A., 2024. ANALISIS VALIDITAS SELF REPORTING QUESTIONNAIRE (SRQ) TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA 5.

Saleh, R.J., Nurfadillah, A.R., 2025. ANALISIS EFEKTIVITAS EDUKASI KESEHATAN MENTAL MELALUI MEDIA INTERAKTIF TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN SISWA.

Sarfika, R., Malini, H., Effendi, N., Permata, P.I., Fitri, A., Sagitaria, F., 2023. Deteksi Dini Masalah Kesehatan Mental pada Remaja dengan Self-Reporting Questionnaire (SRQ-29).

Schultze-Lutter, F., Walger, P., Franscini, M., Traber-Walker, N., Osman, N., Walger, H., Schimmelmann, B.G., Flückiger, R., Michel, C., 2022. *Clinical high-risk criteria of psychosis in 8–17-year-old community subjects and inpatients not suspected of developing psychosis*. WJP 12, 425–449. https://doi.org/10.5498/wjp.v12.i3.425

Seedaket, S., Turnbull, N., Phajan, T., Wanchai, A., 2020. *Improving mental health literacy in adolescents: systematic review of supporting intervention*

studies. Tropical Med Int Health 25, 1055–1064. https://doi.org/10.1111/tmi.13449

Selemon, L.D., Young, K.A., Cruz, D.A., Williamson, D.E., 2019. *Frontal Lobe Circuitry in Posttraumatic Stress Disorder. Chronic Stress* 3, 2470547019850166. https://doi.org/10.1177/2470547019850166

Senjaya, S., Hernawaty, T., Hendrawati, H., Da, I.A., 2022. HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN IMUN PADA ODHA SELAMA PANDEMI COVID 19. SJRI 1, 1026–1042. https://doi.org/10.55681/sentri.v1i4.319

Setiabudhi, H., n.d. Analisis Data Kuantitatif dengan SmartPLS 4.

Sherin, J.E., Nemeroff, C.B., 2011. *Post-traumatic stress disorder: the neurobiological impact of psychological trauma. Dialogues in Clinical Neuroscience* 13, 263–278. https://doi.org/10.31887/DCNS.2011.13.2/jsherin

Singleton, J., Stevens, J.E., Truong, R., McCulloch, A., Ara, E., Cooper, M.B., Hobbs, B., Hotham, E., Suppiah, V., 2024. *Consumer knowledge of mental health conditions, awareness of mental health support services, and perception of community pharmacists' role in mental health promotion. International Journal of Pharmacy Practice* 32, 170–179. https://doi.org/10.1093/ijpp/riad091

Siregar, N.A., Harahap, N.R., Harahap, H.S., 2023. HUBUNGAN ANTARA PRETEST DAN POSTEST DENGAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS VII B DI MTS ALWASHLIYAH PANTAI CERMIN 07.

Siti Nadia Tarmizi. (2023). Menjaga kesehatan mental para penerus bangsa. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Available at:https://sehatnegeriku.kemkes.go.id (Accessed: 18 December 2025).

Staines, L., Healy, C., Coughlan, H., Clarke, M., Kelleher, I., Cotter, D. and Cannon, M. (2022) '*Psychotic experiences in the general population, a review; definition, risk factors, outcomes and interventions', Psychological Medicine*, 52(15), pp. 3297–3308.

Steare, T., Bell, T., Raza, K., Henderson, M., Wootton, R.E., McManus, S., Gage, S.H. and Riglin, L. (2023) '*The association between academic pressure and adolescent mental health problems: A systematic review', Journal of Affective Disorders*, 339, pp. 302–315.

Sulhan, N.A.A., Ardaniah, N.H., Rahmadi, M.S., n.d. Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi Volume 1 No 1 Mei 2024.

Sumara, D., Humaedi, S., Santoso, M.B., 2017. KENAKALAN REMAJA DAN PENANGANANNYA. Jurnal Penelitian 4.

Suwanwong, C., Jansem, A., Intarakamhang, U., Prasittichok, P., Tuntivivat, S., Chuenphittayavut, K., Le, K. and Lien, L.T.M. (2024) '*Modifiable predictors of mental health literacy in the educational context: A systematic review and meta-analysis*', *BMC Psychology*, 12(1), p. 378.

Syarli, S., Arini, L., 2021. Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Dan Mahasiswa Pada Saat Pandemi Covid- 19: Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Dan Mahasiswa Pada Saat Pandemi Covid- 19. JICM 3, 8. https://doi.org/10.53475/jicm.v3i1.73

Taherdoost, H. (2018) 'Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian; Bagaimana Menguji Validasi Kuesioner/Survei dalam Penelitian', Jurnal Elektronik SSRN, 5(3), hlm. 28–36. doi: 10.2139/ssrn.3205040

Taylor, B.K., Embury, C.M., Heinrichs-Graham, E., Frenzel, M.R., Eastman, J.A., Wiesman, A.I., Wang, Y.-P., Calhoun, V.D., Stephen, J.M., Wilson, T.W., 2020. *Neural oscillatory dynamics serving abstract reasoning reveal robust sex differences in typically-developing children and adolescents. Developmental Cognitive Neuroscience* 42, 100770. https://doi.org/10.1016/j.dcn.2020.100770

Tian-Ci Quek, T., Wai-San Tam, W., X. Tran, B., Zhang, M., Zhang, Z., Su-Hui Ho, C., Chun-Man Ho, R., 2019. *The Global Prevalence of Anxiety Among Medical Students: A Meta-Analysis*. IJERPH 16, 2735. https://doi.org/10.3390/ijerph16152735

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa (2014).

UNESCO (2025) UNESCO *strategy on education for health and well-being*. Paris: UNESCO.

Vargas, T.G. and Mittal, V.A. (2022) '*The critical roles of early development, stress, and environment in the course of psychosis', Annual Review of Developmental Psychology*, 4, pp. 423–445.

Wawan, A & Dewi, M 2017, Teori & pengukuran pengetahuan, sikap, dan perilaku manusia, Nuha Medika, Yogyakarta.

World Health Organization (WHO). (2012). *Anxiety and depression*. Available at: http://www.who.int/topics/depression/en/ (Accessed: 18 December 2025).

World Health Organization (WHO). (2017). *Depression and other common mental disorders: Global health estimates*. Geneva: WHO.55

World Health Organization (WHO). (2022). *Mental health: Strengthening our response.* https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

World Health Organization (WHO). (2024). *Working for a brighter, healthier future: How WHO improves health and promotes well-being for the world's adolescents*. 2nd edn. Geneva: WHO.

World Health Organization (2024) *Adolescent and young adult health*. Available at: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions

Ximenes, J, Naibili, MJE & Sanan, YCU 2024, 'Potret Kesehatan Jiwa Remaja Sma: Tantangan Kecemasan Dan Depresi Di Era Modern', , vol. 7, no. 2.

Xu, Y., Ye, Y., Zha, Y., Zhen, R., Zhou, X., 2023. School bullying victimization and post-traumatic stress symptoms in adolescents: the mediating roles of feelings of insecurity and self-disclosure. BMC Psychol 11, 31. https://doi.org/10.1186/s40359-023-01065-x

Yin, Y.H., Ahmad, N., Makmor-Bakry, M., 2013. *Pathogenesis of Epilepsy: Challenges in Animal Models. Iran J Basic Med Sci 16.*

Yosep, I., Pramukti, I., Agustina, H.R., Kurniawan, K., Agustina, H.S., Hikmat, R., 2022. *Triple-P e-Parenting to Improve Awareness of Psychiatric Nurses on Preventing Cyberbullying in Adolescents. Healthcare* 11, 19. https://doi.org/10.3390/healthcare11010019

Yu, Y., Liu, Z., Hu, M., Liu, X., Liu, H., Yang, J.P., Zhou, L., Xiao, S., 2015. *Assessment of mental health literacy using a multifaceted measure among a Chinese rural population.* BMJ Open 5, e009054. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-009054