GAMBARAN KONDISI KESEHATAN MENTAL DAN PENGARUH EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA DI SMK KESEHATAN CIPTA BHAKTI HUSADA YOGYAKARTA

SKRIPSI

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

Diajukan oleh:
Isti Wulandari
NIM : F42022276

PROGRAM STUDI SARJANA FARMASI
SEKOLAH TINGGI KESEHATAN NOTOKUSUMO
YOGYAKARTA
2026

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental memiliki peran yang sama pentingnya dengan kesehatan fisik. Ketika kondisi mental terjaga, individu dapat menjalankan fungsi kehidupannya secara optimal (Ardiningtyas *et al*., 2024). Menurut WHO, kesehatan mental adalah keadaan individu yang mampu mengenali potensi diri, mengatasi stres kehidupan, bekerja produktif, dan berkontribusi kepada masyarakat (Fakhriyani, 2019). Ketika kondisi kesejahteraan psikologis ini terpenuhi, individu dapat beraktivitas dengan produktif dan membangun hubungan sosial yang harmonis (Lestari, 2024).

Pada masa remaja, kesehatan mental menjadi isu yang sangat krusial karena masa ini merupakan periode transisi yang penuh tantangan, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Gangguan mental tetap menjadi persoalan global yang kompleks dan mengkhawatirkan. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), satu dari tujuh remaja berusia 10-19 tahun mengalami gangguan mental yang mencakup 15% dari beban penyakit global pada kelompok usia ini. Depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku termasuk di antara penyebab utama penyakit dan disabilitas pada remaja. WHO juga melaporkan bahwa bunuh diri merupakan penyebab kematian ketiga tertinggi pada kelompok usia 15-29 tahun (Lestari 2024). Konsekuensi dari kegagalan menangani gangguan kesehatan mental remaja dapat berlanjut hingga dewasa, mengganggu kesehatan fisik dan mental serta membatasi kesempatan untuk menjalani kehidupan yang bermakna (WHO, 2022).

Di Indonesia, data nasional menunjukkan gambaran yang tidak kalah memprihatinkan. Berdasarkan survei I-NAMHS 2022, satu dari tiga remaja (34,9%) mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, yang setara dengan 15,5 juta remaja Indonesia. Selain itu, satu dari dua puluh remaja (5,5%) mengalami gangguan mental pada periode yang sama, atau sekitar 2,45 juta remaja. Gangguan kecemasan tercatat sebagai jenis gangguan mental yang paling umum dialami oleh remaja (Center for Reproductive Health, 2022).

Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta juga melaporkan bahwa gangguan kesehatan jiwa merupakan masalah kesehatan nasional. Tahun 2022, survei nasional kesehatan mental remaja usia 10-17 tahun menunjukkan bahwa 5,5% remaja mengalami gangguan mental, dengan rincian depresi 1%, gangguan kecemasan 3,7%, *Secondary Post-Traumatic Stress Disorder* (SPTSD) 0,9%, dan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) 0,5%. Pada tahun 2023, prevalensi depresi pada kelompok usia 14-25 tahun mencapai 2%. Di Kota Yogyakarta tahun 2024 ditemukan 3.239 orang dengan gangguan jiwa prevalensi 0,78% dan 1.285 di antaranya merupakan ODGJ berat (Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2024 Selain data statistik, laporan media juga menunjukkan adanya kasus nyata di masyarakat. Irawan (2025) dalam *Joglo News* melaporkan dua kasus bunuh diri yang melibatkan pelajar berusia 14 dan 15 tahun dalam kurun waktu tiga bulan.

Tingginya prevalensi gangguan mental pada kelompok usia remaja menunjukkan bahwa kelompok ini merupakan populasi yang rentan terhadap berbagai permasalahan kesehatan mental. Kerentanan tersebut tidak terlepas dari karakteristik masa remaja sebagai periode transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh berbagai perubahan biologis, psikologis, sosial, dan emosional. Pada fase ini, remaja sedang mengalami proses pembentukan identitas diri, kepribadian, serta kesejahteraan psikologis yang berlangsung secara dinamis. Oleh karena itu, dukungan keluarga, lingkungan sosial yang kondusif, serta edukasi mengenai kesehatan mental menjadi faktor penting dalam membantu remaja mencapai perkembangan yang optimal dan memiliki ketahanan emosional yang baik (Septiawati, Rochmani & Faridah 2026).

Dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan tersebut, remaja perlu memiliki kemampuan untuk mengelola tekanan hidup, menjalankan aktivitas secara produktif, serta berkontribusi secara positif di lingkungan sekitarnya. Salah satu upaya promotif yang dapat dilakukan untuk mendukung kesehatan mental remaja adalah melalui peningkatan pengetahuan kesehatan mental. Pengetahuan kesehatan mental merupakan pemahaman individu

mengenai konsep kesehatan mental, faktor yang memengaruhinya, tanda dan gejala gangguan mental, serta upaya pencegahan dan penanganannya. Pengetahuan yang baik diharapkan dapat membantu remaja mengenali kondisi kesehatan mental dirinya, memahami tanda dan gejala gangguan mental, serta mendorong perilaku pencarian bantuan yang tepat sejak dini. Selain itu, kesehatan mental yang terjaga akan mendukung kemampuan remaja dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan dan perkembangan di era globalisasi secara lebih adaptif dan optimal (Indari *et al.* 2023).

Upaya peningkatan pengetahuan kesehatan mental pada remaja memerlukan keterlibatan berbagai tenaga kesehatan, termasuk apoteker. Apoteker tidak hanya berperan dalam pelayanan kefarmasian terkait obat, tetapi juga memiliki peran promotif dan preventif melalui pemberian edukasi kesehatan kepada masyarakat. Menurut Jayaram dan Nagaraju (2024), apoteker klinis berperan aktif dalam memberikan pendidikan mengenai pengenalan, pengelolaan, dan pencegahan masalah kesehatan mental melalui berbagai media edukasi, seminar, maupun konseling guna meningkatkan pemahaman serta mengurangi stigma masyarakat. Sebagai tenaga kesehatan yang mudah diakses, apoteker memiliki potensi besar dalam meningkatkan kesadaran remaja mengenai kesehatan mental sejak dini (Jayaram & Nagaraju 2024). Oleh karena itu, penelitian ini menerapkan pendekatan promotif melalui pemberian edukasi kesehatan mental kepada remaja di lingkungan sekolah. Edukasi tersebut diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan mental sebagai salah satu upaya promotif dalam mendukung kesehatan mental remaja.

Sejauh penelusuran peneliti, penelitian mengenai kesehatan mental remaja di Indonesia umumnya masih berfokus pada salah satu aspek secara terpisah, yaitu kondisi kesehatan mental atau tingkat pengetahuan kesehatan mental. Penelitian yang mengkaji kondisi kesehatan mental sekaligus mengevaluasi pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja, khususnya pada siswa SMK kesehatan, masih relatif sedikit.

Siswa SMK kesehatan memiliki karakteristik yang unik karena memperoleh paparan informasi kesehatan selama proses pendidikan. Namun, mereka tetap harus menghadapi berbagai tekanan akademik, di mana beban penugasan yang padat serta persiapan evaluasi kompetensi keahlian menjadi stresor akademik utama yang kerap mengganggu kondisi psikofisik siswa (Ahmad, Purnamasari & Suryani 2021). Kondisi tersebut menjadikan siswa SMK kesehatan sebagai kelompok yang relevan untuk diteliti terkait kondisi kesehatan mental dan tingkat pengetahuan kesehatan mental.

SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta merupakan salah satu sekolah berbasis kesehatan yang mempersiapkan lulusannya untuk memasuki dunia kerja di bidang pelayanan kesehatan. Sebagai institusi yang mencetak calon tenaga kesehatan, penting bagi sekolah untuk memiliki gambaran mengenai kondisi kesehatan mental siswanya sebagai dasar dalam mendukung upaya promotif kesehatan mental di lingkungan sekolah. Berdasarkan surat keterangan dari pihak sekolah yang tercantum pada Lampiran 5, hingga saat ini belum pernah dilakukan penelitian mengenai kesehatan mental di sekolah tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memetakan kondisi kesehatan mental siswa sekaligus mengevaluasi pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental siswa.

Selain menghasilkan data awal mengenai kondisi kesehatan mental siswa, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi sekolah dalam menyusun upaya promotif kesehatan mental. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul "Gambaran Kondisi Kesehatan Mental dan Pengaruh Edukasi terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Mental pada Remaja di SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini:

a. Bagaimana gambaran kondisi kesehatan mental pada remaja di SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta?

b. Bagaimana tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja sebelum diberikan edukasi kesehatan mental?
c. Bagaimana tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja sesudah diberikan edukasi kesehatan mental?
d. Apakah terdapat pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja di SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta?

C. Keaslian Penelitian

Tabel I. Keaslian Penelitian

No	Informasi	Penelitian
1	Judul	Gambaran Deteksi Dini Masalah Kesehatan Mental Pada Siswi
	Nama Peneliti	Dani Ferdian, Rohman Hikmat, Abdullah Anshor, Irwan Irwan, Triyanto Triyanto
	Tahun	2024
	Metode	Penelitian sebelumnya menggunakan desain deskriptif kuantitatif pada 51 siswi SMA Plus Kopi Colol, dengan analisis data univariat.
	Instrumen	SRQ-29
	Hasil	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 47 siswi (92,16%) mengalami masalah kesehatan mental emosional. PTSD merupakan gangguan yang paling dominan dengan prevalensi sebesar 88,24%.
	Perbedaan	Penelitian sebelumnya dilakukan pada siswi SMA Plus Kopi Colol dengan 51 responden dan berfokus pada gambaran kesehatan mental menggunakan SRQ-29. Sementara itu, penelitian ini dilakukan pada 45 siswa SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta. Penelitian ini tidak hanya menggambarkan kesehatan mental dengan SRQ-29,

No	Informasi	Penelitian
	Perbedaan	tetapi juga mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi menggunakan MHKQ, sehingga dapat menganalisis pengaruh edukasi kesehatan mental. Perbedaan lainnya terletak pada lokasi serta karakteristik responden, yaitu siswa SMK kesehatan dengan lingkungan dan karakteristik akademik yang berbeda dari siswa SMA umum.
2	Judul	Gambaran Tingkat Pengetahuan Pada Remaja Tentang Kesehatan Jiwa di SMA 1 Susut Bangli
	Nama Peneliti	I Nengah Rupawan, NLP. S Yudhawati, Ni Made Sri Muryani
	Tahun	2022
	Metode	Penelitian ini menggunakan metode pendekatan survei deskriptif. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 153 responden, yaitu siswa kelas X di SMA Negeri 1 Susut Bangli.
	Instrumen	Kuesioner kesehatan jiwa dalam bentuk google form
	Hasil	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMA N 1 Susut Bangli memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang kesehatan jiwa, yaitu sebanyak 112 orang (73,2%) dari total responden 153 siswa.
	Perbedaan	Penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Susut Bangli dengan 153 responden menggunakan *purposive sampling* dan kuesioner *Google Form* untuk mengukur tingkat

No	Informasi	Penelitian
	Perbedaan	pengetahuan kesehatan jiwa. Sementara itu, penelitian ini dilakukan pada 45 siswa SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta dengan total sampling. Penelitian ini tidak hanya mengukur pengetahuan kesehatan mental menggunakan MHKQ, tetapi juga menggambarkan kondisi kesehatan mental dengan SRQ-29 serta memberikan intervensi edukasi dengan desain *one group pretest-posttest* untuk menilai pengaruhnya. Perbedaan lainnya terletak pada karakteristik responden dan lingkungan pendidikan, yaitu siswa SMK kesehatan dengan latar belakang pembelajaran berbeda dari siswa SMA umum.
3.	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, Febi Sagitaria
	Tahun	2023
	Metode	Penelitian ini menggunakan metode Metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari 3 tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan skrining dengan instrumen SRQ-29 (*Self-Reporting Quetionnaire 29*) dan edukasi.
	Instrumen	SRQ-29
	Hasil	Hasil penelitian ditemukan bahwa lebih dari separuh remaja (56,8%) teridentifikasi mengalami gejala neurosis (kecemasan dan depresi), lebih dari separuh remaja (63,6%) mengalami gejala psikotik,

No	Informasi	Penelitian
	Hasil	sebagian besar remaja (77,3%) teridentifikasi mengalami gejala PTSD, dan sekitar 0,6% remaja terindentifikasi menggunakan zat psikoaktif.
	Perbedaan	Penelitian sebelumnya merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan pada 176 siswa SMA Negeri 4 Padang dengan tahapan persiapan, skrining menggunakan *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-29), dan edukasi. Penelitian tersebut bertujuan untuk mendeteksi dini masalah kesehatan mental remaja serta menggambarkan distribusi masalah kesehatan mental berdasarkan gejala neurosis, psikotik, PTSD, dan penggunaan zat psikoaktif menggunakan analisis deskriptif. Sementara itu, penelitian ini dilakukan pada 45 siswa kelas X dan XI Farmasi SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta dengan teknik total sampling. Penelitian ini menggunakan (MHKQ) untuk mengukur tingkat pengetahuan kesehatan mental dan SRQ-29 untuk menilai kondisi kesehatan mental remaja. Perbedaan lainnya terletak pada metode penelitian, yaitu penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental *one-group pretest–posttest* untuk menganalisis pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap tingkat pengetahuan, sedangkan penelitian sebelumnya hanya berfokus pada kegiatan skrining dan deskripsi kondisi kesehatan mental tanpa menguji efektivitas intervensi edukasi.

No	Informasi	Penelitian
4.	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 ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi experiment pre-test and post-test without control group*. Sampel yang digunakan sebanyak 40 siswa. Analisis data menggunakan analisis univariat dan uji *Wilcoxon*.
	Instrumen	Kuesioner pengetahuan
	Hasil	Hasil menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan siswa meningkat secara signifikan dari nilai *pre-test* sebesar 70 menjadi 92 pada *post-test*. Hasil uji *Wilcoxon* juga menunjukkan adanya pengaruh signifikan edukasi kesehatan terhadap pengetahuan siswa mengenai kesehatan mental (*p value* = 0,001).
	Perbedaan	Penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa SMKN 36 Jakarta dengan 40 responden menggunakan desain *quasi experiment pre-test and post-test without control group* untuk menilai pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap tingkat pengetahuan. Sementara itu, penelitian ini dilakukan pada 45 siswa SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta menggunakan desain pra-eksperimental *one group pretest-posttest*. Penelitian ini tidak hanya mengukur pengaruh

No	Informasi	Penelitian
		edukasi kesehatan mental terhadap pengetahuan menggunakan MHKQ, tetapi juga menggambarkan kondisi kesehatan mental responden dengan SRQ-29. Dengan demikian, penelitian ini melengkapi penelitian sebelumnya dengan mengintegrasikan pengukuran kondisi kesehatan mental dan evaluasi pengaruh edukasi kesehatan mental pada siswa SMK kesehatan.

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 Cipta Bhakti Husada Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus
   a. Mendeskripsikan kondisi kesehatan mental pada remaja di SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada 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 pada remaja di SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan referensi ilmiah mengenai kondisi kesehatan mental remaja serta pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental, khususnya pada remaja.

2. Manfaat Metodologis

   Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya terkait kesehatan mental remaja melalui penggunaan instrumen SRQ-29 dan MHKQ serta penerapan desain *one-group pretest-posttest*.

3. Manfaat Praktis

   a. Bagi Siswa

      Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, sehingga mereka lebih peduli terhadap kondisi diri serta mencari bantuan bila diperlukan.

   b. Bagi Sekolah

      Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kondisi kesehatan mental dan tingkat pengetahuan kesehatan mental siswa yang dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam penyusunan program pendampingan atau kegiatan peningkatan kesehatan mental di sekolah.

   c. Bagi Peneliti Lain

      Memberikan rujukan data dan metode yang dapat digunakan atau dikembangkan dalam penelitian mengenai kesehatan mental remaja.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kondisi kesehatan mental siswa kelas X dan XI Farmasi di SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu 37 dari 45 siswa (82,2%), terindikasi mengalami gangguan kesehatan mental. Gangguan yang paling dominan adalah *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) (68,9%), diikuti gangguan mental emosional (53,3%) dan gejala psikotik (46,7%), sedangkan tidak ditemukan indikasi penggunaan zat psikoaktif.
2. Sebelum diberikan edukasi kesehatan mental, tingkat pengetahuan kesehatan mental siswa sebagian besar berada pada kategori cukup (42,2%), diikuti kategori kurang (37,8%) dan kategori baik (20,0%).
3. Setelah diberikan edukasi kesehatan mental, tingkat pengetahuan kesehatan mental siswa mengalami peningkatan, ditandai dengan meningkatnya proporsi kategori baik dari 20,0% menjadi 33,3%, sedangkan kategori cukup dan kurang menurun menjadi masing-masing 37,8% dan 28,9%.
4. Terdapat pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental pada siswa kelas X dan XI Farmasi di SMK Kesehatan Cipta Bhakti Husada Yogyakarta. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,032 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima.

B. Saran

1. Bagi Sekolah

   Sekolah diharapkan dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif terkait kesehatan mental melalui penyelenggaraan edukasi kesehatan mental secara berkala, penyediaan layanan konseling yang mudah diakses, serta kegiatan yang mendukung kesejahteraan psikologis siswa.

2. Bagi Siswa

   Siswa diharapkan lebih aktif mencari informasi mengenai kesehatan mental, meningkatkan kepedulian terhadap kondisi psikologis diri sendiri maupun teman sebaya, serta tidak ragu untuk mencari bantuan kepada guru, konselor, atau tenaga kesehatan apabila mengalami permasalahan kesehatan mental.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, mengoptimalkan proses pengambilan data agar partisipasi responden lebih maksimal, melibatkan kelompok kontrol, serta mengembangkan metode atau media edukasi yang lebih beragam untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas edukasi kesehatan mental dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mental pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, SNA, Purnamasari, E & Suryani, DD 2021, 'Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Siswa SMK Kesehatan X', *Jurnal JKFT*, vol. 6, no. 1, p. 25.

Amalia, RN, Dianingati, RS & Annisaa', E 2022, 'Pengaruh Jumlah Responden terhadap Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi', *Generics: Journal of Research in Pharmacy*, vol. 2, no. 1, pp. 9–15.

Ardiningtyas, L, Buhang, M, Pudjiastuti, GS, Nurwahyuni, PR, Runju, AY, Pansariang, M & Darise, TP 2024, 'Edukasi Mental Health Awareness Sebagai Upaya Untuk Menjaga Kesehatan Mental Remaja Di SMK Negeri 1 Kaidipang', *Jurnal SOLMA*, vol. 13, no. 2, pp. 1289–1296.

Arini, L & Syarli, S 2020, 'Deteksi Dini Gangguan Jiwa Dan Masalah Psikososial Dengan Menggunakan Self Reporting Qustioner (SRQ-29)', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, vol. 5, no. 1, retrieved June 22, 2026, from <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/4672>.

Asri, AH & Ernyasih, E 2025, 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesehatan Mental Remaja: Literature Review', *AN-NUR: Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, vol. 6, no. 2, pp. 131–145.

Azwar, Saifuddin, Reliabilitas dan Validitas, Edisi Revisi (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2023), 35–44.

Blegur, J, Rupidara, ADN & Tlonaen, ZA 2025, 'Pelatihan Konstruksi Instrumen Penelitian menggunakan Pendekatan MEASURE', *Jurnal Bina Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 2, pp. 201–226.

Buford, KN 2021, '*The Impact Posttraumatic Stress Disorde on the Developing Brain and Educational Considerations*', no. 516.

Butarbutar, M., Anisah, H. U., Theng, B. P., Setyawati, C. Y., Islami, P. Y. N., Sari, I. P., .& Triwardhani, D. 2022. Metodologi Penelitian: Pendekatan Multidisipliner.

Cahyono, EA 2019, 'Pengetahuan ; Artikel Review', , vol. 12, no. 1.

Darlis, I, T.A, TD, Putri, A, Kas, SR, Yanti, P, Ampang Allo, A & Mustakim, M 2024, 'Edukasi Remaja dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Mental di SMAN 8 MAROS', *Window of Community Dedication Journal*, pp. 67–74.

Center for Reproductive Health 2022, *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Report*. Diakses pada 20 November 2025, https://publichealth.jhu.edu/sites/default/files/2025-05/I-NAMHS-Report-English.pdf

Daulay, W. 2024, Kesehatan Mental Remaja, USU press.

Diananda, A 2019, 'Psikologi Remaja Dan Permasalahannya', *Journal ISTIGHNA*, vol. 1, no. 1, pp. 116–133.

Dianovinina, K 2018, 'Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya', *Journal Psikogenesis*, vol. 6, no. 1, pp. 69–78.

Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta 2024, Kesehatan jiwa di Kota Kota Yogyakarta menjadi perhatian. Diakses pada 20 November 2025, dari https://kesehatan.jogjakota.go.id/berita/id/612/kesehatan-jiwa-di-kota-yogyakarta-menjadi-perhatian/.

Fakhriyani, D. V. 2019, Kesehatan Mental, Pamekasan: Duta Media Publishing.

Fatmawaty, R 2017, 'Memahami Psikologi Remaja', *Jurnal Reforma*, vol. 2, no. 1, retrieved May 17, 2026, from <http://jurnalpendidikan.unisla.ac.id/index.php/reforma/article/view/33>.

Febrianti, A, Elita, V & Dewi, WN 2022, 'Hubungan Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental Dengan Status Mental Remaja', *Riau Nursing Journal*, vol. 1, no. 1, pp. 70–79.

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.

Ferdian, D, Hikmat, R, Zuqriefa, AB, Ma'ruf, TLH, Noviana, M, Harahap, SMI, Sutanto, H & Hutapea, MRR 2024, 'Pengaruh Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Mental', *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, vol. 4, no. 5, pp. 2058–2067.

Firenza & Fazil 2024, 'Gangguan Neurotik dan Gangguan Stress Pasca Bencana', *Quantum Wellness : Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol. 1, no. 4, pp. 160–170.

Gintari, KW, Desak Made Ari Dwi Jayanti, Laksmi, IGAPS & Sintari, SNN 2023, 'Kesehatan Mental Pada Remaja: The Overview of Mental Health in Adolescents', *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, vol. 2, no. 3, pp. 167–183.

Ike Nurhidayah, Zulfa Nurfadhilah Ardalia Putri, Noval Andra Alvido, Sofia Maharani, Hana Pratiwi, & Rizki Novirson 2026, 'Deteksi Dini Gangguan Mental Emosional pada Remaja: Sebuah Tinjauan Literatur', *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, vol. 4, no. 2, pp. 239–247.

Indari, I, Yuni Asri, Aminah, T & Rizzal, AF 2023, 'Peer Education : Kesehatan Mental Remaja Untuk Pencegahan Gangguan Mental Remaja di Desa Ngadas', *Journal of Health Innovation and Community Service*, vol. 2, no. 2, pp. 65–70.

Irawan, J. 2025, Dua pelajar di Imogiri bunuh diri dalam tiga bulan, polisi ingatkan waspadai tekanan psikologis anak, Joglo News, dilihat pada 19 Januari 2026, https://joglonews.com/2025/10/06/dua-pelajar-di-imogiri-bunuh-diri-dalam-tiga-bulan-polisi-ingatkan-waspadai-tekanan-psikologis-anak/

Irie, T, Yokomitsu, K & Sakano, Y 2019, '*Relationship between cognitive behavioral variables and mental health status among university students: A meta-analysis*' M Panzeri (ed), *Plos One*, vol. 14, no. 9, p. e0223310.

Jarso, MH, Debele, GR, Gezimu, W, Nigatu, D, Mohammedhussein, M, Mamo, A, Dule, A, Hassen, M & Jemal, K 2022, '*Knowledge, attitude, and its correlates of the community toward mental illness in Mattu, South West Ethiopia*', *Frontiers in Psychiatry*, vol. 13, p. 1018440.

Jayaram, L & Nagaraju, K 2024, '*Role of Clinical Pharmacist in Improving Mental Health Literacy among Adolescents*', *Indian Journal of Pharmacy Practice*, vol. 18, no. 1, pp. 35–39.

Jessop, DC, Reid, M & Solomon, L 2020, '*Financial concern predicts deteriorations in mental and physical health among university students*', *Psychology & Health*, vol. 35, no. 2, pp. 196–209.

Kadir, NU, Wijaya, F & Sanusi, M 2023, 'Jenis Gangguan Psikotik Berdasarkan PPDGJ III', , vol. 3, no. 4.

Kim, W, Jang, S-Y, Chun, SY, Lee, T-H, Han, K-T & Park, E-C 2017, '*Mortality in Schizophrenia and Other Psychoses: Data from the South Korea National Health Insurance Cohort, 2002–2013*', *Journal of Korean Medical Science*, vol. 32, no. 5, p. 835.

Lestari, NA 2024, 'Pentingnya Kesehatan Mental dalam Perkembangan Remaja', *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, vol. 3, no. 2, retrieved May 17, 2026, from <https://ejournal.uinfasbengkulu.ac.id/index.php/istisyfa/article/view/6203>.

Mahardhani, FO, Ramadhani, AN, Isnanti, RM, Chasanah, TN & Praptomojati, A 2020, 'Pelatihan Strategi Koping Fokus Emosi untuk Menurunkan Stres Akademik pada Mahasiswa', *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, vol. 6, no. 1, p. 60.

Maryam, S 2017, 'Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya', *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, pp. 101–107.

Nuri, H., & Daulay, N. 2020, Dinamika Perkembangan Remaja: Problematika dan Solusi, Jakarta: Kencana.

Paramita, R. W. D., Rizal, N., & Sulistyan, R. B. 2021, Metode penelitian kuantitatif.

Pratama, I & Pratiwi, A 2020, 'Pengaruh Efektivitas Tehnik Relaksasi Guidet Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di RSUD Pesanggrahan Jakarta Selatan Tahun 2020', *Jurnal Health Sains*, vol. 1, no. 4, pp. 195–207.

Putra, DY, Andriani, DM, Maisarah, M, Nurlita, M, Madini, M, Fitria, N, Anisa, N, Urhidayatunnisak, U, Srianti, SG, Andani, TA, Rusnedy, R, Dewi, RS & Lestari, P 2024, 'Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Kondisi Kesehatan Mental pada Remaja SMK Farmasi di Pekanbaru', *Jurnal Medika: Medika*, vol. 3, no. 2, pp. 88–94.

Raras, LLH, Pratama, MD, Nadhifa, M, Larasati, A & Ediyono, S 2023, 'Hubungan Gangguan Kecemasan (Anxiety Disorder) dengan Prestasi Belajar Mahasiswa',.

Ratnawati, R, Rahmadani, AK, Deargaceza, OS, Nugroho, ED, Nur'Aini, W & Khasanah, YAPR 2025, 'Efektivitas Penyuluhan Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Mental pada Siswa Kelas 11 MA Bani 'Ali Mursyad PSM Banaran', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan(JURABDIKES)*, vol. 3, no. 2, pp. 71–75.

Ridwan, M, Syukri, A & Badarussyamsi, B 2021, 'Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya', *Jurnal Geuthèë: Penelitian Multidisiplin*, vol. 4, no. 1, p. 31.

Rupawan, I. N., Yudhawati, N. S., & Muryani, N. M. S. 2022, 'Gambaran Tingkat Pengetahuan Pada Remaja Tentang Kesehatan Jiwa Di Sma N 1 Susut Bangli', *Bali Health Published Journal*, vol. 4, no. 1.

Saleh, RJ & Nurfadillah, AR 2025, 'Analisis Efektivitas Edukasi Kesehatan Mental Melalui Media Interaktif Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa', *Jambura Journal of Epidemiology*, vol. 4, no. 2, pp. 28–33.

Sarfika, R, Malini, H, Effendi, N, Permata, PI, Fitri, A & Sagitaria, F 2023, 'Deteksi Dini Masalah Kesehatan Mental pada Remaja dengan Self-Reporting Questionnaire (SRQ-29)', , vol. 5, no. 3.

Senjaya, S, Hernawaty, T, Hendrawati, H & Da, IA 2022, 'Hubungan Mekanisme Koping Dengan Imun Pada Odha Selama Pandemi Covid 19', *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, vol. 1, no. 4, pp. 1026–1042.

Septiawati, D, Rochmani, S & Faridah, I 2026, 'Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Poster Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental Pada Remaja Siswa-Siswi Di MTS Al-Manar Sepatan Kabupaten Tangerang', , vol. 5, no. 1.

Sesilia, Siti Khoiri Nurdiana, Reyvaldo Pramudia Ananta, Nanin Nurani, Khairul Anwar, & M. Jumaidi Najib 2024, 'Efektivitas Terapi EMDR Dalam Mengatasi Gangguan Stres Pasca Trauma (PTSD) Pada Kalangan Remaja', *Proceeding Conference on Psychology and Behavioral Sciences*, vol. 3, pp. 412–420.

Setyawan, DA 2022, 'Buku Ajar Statistika Kesehatan Analisis Bivariat Pada Hipotesis Penelitian',.

Sofya, A, Novita, NC, Afgani, MW & Isnaini, M 2024, 'Metode Survey: Explanatory Survey dan Cross Sectional dalam Penelitian Kuantitatif', *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 4, no. 3, pp. 1696–1708.

Suriani, N, Risnita & Jailani, MS 2023, 'Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan', *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, vol. 1, no. 2, pp. 24–36.

Suwetty, AM, Setu, YT, Lede, ME, Nubatonis, JR, Lopes, J & Nautu, JR 2025, 'Skrining Dan Pendidikan Kesehatan Mental Pada Remaja SMA Negeri 11 Kupang', , vol. 5, no. 1, pp. 73–88.

Syarli, S 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', *Jurnal Ilmiah Cerebral Medika*, vol. 3, no. 1, p. 8.

Tamir, TT, Tekeba, B, Mekonen, EG, Gebrehana, DA & Zegeye, AF 2025, '*Shadows of trauma: an umbrella review of the prevalence and risk factors of post-traumatic stress disorder in children and adolescents*', *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, vol. 19, no. 1, p. 48.

Ulya, F & Setiyadi, NA 2021, 'Kajian Literatur Faktor yang Berhubungan dengan Kesehatan Mental Pada Remaja', , vol. 1, no. 1.

Vitoasmara, Fadillah Vio Hidayah, Nofita Ika Purnamasari, Riska Yuna Aprillia, & Liss Dyah Dewi A 2024, 'Gangguan Mental (Mental Disorders)', *Student Research Journal*, vol. 2, no. 3, pp. 57–68.

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

Widyastuti, T, Pambudi, B, Setiawati, FA, Darojat, AA, Pratiwi, IW, Rochmani, KW & Utomo, RC 2025, 'Pengembangan Aplikasi Pengisian dan Skoring Self-Reporting Questionnaire (SRQ) 29 Berbasis Windows untuk Skrining Kesehatan Mental di Rumah Tahanan Yogyakarta', *ADMA : Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, vol. 6, no. 1, pp. 233–244.

Widyorini, E, Sulastri, A, Laksmi, D, Suhendro, FM, Abimanyu, CFR, & Wijaya, DA 2025, Buku ajar pengantar biopsikologi, Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang.

World Health Organization 2022, Mental Health of Adolescents. Diakses pada 20 November 2025, https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health.

Wuryaningsih, N. E. W., Kep, M., Windarwati, H. D., Kep, M., Dewi, N. E. I., Kep, M., & Kep, M. 2020, Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa 1, UPT Percetakan & Penerbitan, Universitas Jember.

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

Yolanda, Anastasia Sihombing & Elfrida, Nainggolan 2025, 'Kajian Literatur : Faktor-Faktor Determinan Kesehatan Mental Remaja di Indonesia', *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, vol. 4, no. 2, pp. 90–94.

Yosep, I, Pramukti, I, Agustina, HR, Kurniawan, K, Agustina, HS & Hikmat, R 2022, 'Triple-P e-Parenting to Improve Awareness of Psychiatric Nurses on Preventing Cyberbullying in Adolescents', *Healthcare*, vol. 11, no. 1, p. 19.