

Kelas Edukasi Kesehatan Mental Gen *Alpha* bagi Siswa MTs Negeri 1 Manado untuk Mencegah *Burnout* Akademik

Muhammad Firdaus¹, Lilis Handayani², Ira Deseilla Pawa³, Annisa Rizkiyah⁴, Rachma Rahim⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Sam Ratulangi, Manado, Indonesia

Received : 6 Januari 2026, Revised : 12 Januari 2026, Published : 27 Januari 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Muhammad Firdaus

E-mail: firdausfkm@unsrat.ac.id

Abstrak

Literasi kesehatan mental pada remaja, khususnya siswa sekolah menengah pertama, masih menjadi tantangan karena keterbatasan pemahaman mengenai konsep kesehatan mental dan cara pencegahannya, sehingga diperlukan upaya edukasi yang tepat dan interaktif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan mental siswa melalui edukasi interaktif. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 30 Oktober 2025 di kelas 7B MTs Negeri 1 Manado dengan melibatkan 29 siswa sebagai peserta. Metode yang digunakan berupa ceramah interaktif dengan media presentasi visual yang menarik, disertai sesi tanya jawab dan diskusi. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pre-test dan post-test yang terdiri dari 10 soal pilihan ganda mengenai pengertian kesehatan mental, tanda dan ciri, penyebab, sikap dan tindakan dalam mengatasi masalah kesehatan mental, serta stigma kesehatan mental pada remaja. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta, ditandai dengan peningkatan rata-rata persentase jawaban benar dari 95,51% pada pre-test menjadi 98,62% pada post-test atau meningkat sebesar 3,11%. Peningkatan terbesar terdapat pada aspek sikap dalam mengatasi kesehatan mental. Kesimpulannya, kegiatan edukasi kesehatan mental berbasis metode interaktif dapat secara efektif meningkatkan literasi kesehatan mental siswa sekolah menengah pertama.

Kata kunci - literasi kesehatan mental, remaja, sekolah menengah pertama, edukasi interaktif, pengabdian masyarakat

Abstract

Mental health literacy among adolescents, especially junior high school students, remains a challenge due to limited understanding of mental health concepts and prevention methods, requiring appropriate and interactive educational efforts. This community service activity aims to improve students' mental health literacy through interactive education. The activity was conducted on October 30, 2025, in class 7B of MTs Negeri 1 Manado, involving 29 students as participants. The method used was an interactive lecture with attractive visual presentation media, accompanied by a question and answer session and discussion. The activity was evaluated using a pre-test and post-test consisting of 10 multiple-choice questions about the definition of mental health, signs and characteristics, causes, attitudes, and actions in overcoming mental health problems, and the stigma of mental health in adolescents. The results of the activity showed an increase in participants' understanding, marked by an increase in the average percentage of correct answers from 95.51% on the pre-test to 98.62% on the post-test, or an increase of 3.11%. The greatest increase was in the aspect of attitudes in overcoming mental health issues. In conclusion, mental health education activities based on interactive methods can effectively improve the mental health literacy of junior high school students.

Keywords - mental health literacy, adolescents, junior high school, interactive education, community service

How To Cite : Firdaus, M., Handayani, L., Pawa, I. D., Rizkiyah, A., & Rahim, R. (2026). Kelas Edukasi Kesehatan Mental Gen Alpha bagi Siswa MTs Negeri 1 Manado untuk Mencegah Burnout Akademik . *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 3298 - 3303. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.1015>

Copyright ©2026 Muhammad Firdaus, Lilis Handayani, Ira Deseilla Pawa, Annisa Rizkiyah, Rachma Rahim

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan aspek penting dari perkembangan remaja, terutama bagi siswa sekolah menengah yang sedang berada pada fase transisi yang kompleks, dengan keberhasilan remaja melewati fase perkembangan ini akan memengaruhi keberhasilan mereka dalam melewati fase perkembangan berikutnya (Putri, 2025). Penelitian menunjukkan bahwa lebih dari 34% remaja mengalami masalah kesehatan mental, dengan kecemasan dan depresi menjadi gangguan yang sering terjadi dan secara signifikan dapat mengganggu aktifitas keseharian mereka (Nuraenah et al., 2023). Kementerian Kesehatan Indonesia mengungkapkan data survei yang dilakukan oleh I-NAMHS (*Indonesia National Adolescent Mental Health Survey*) menunjukkan sebanyak 15.5 juta atau sekitar 34.9% remaja mengalami masalah kesehatan mental dan data dari *World Health Organization* (WHO) yang menunjukkan bahwa 1 di antara 7 anak berusia 10-19 tahun mengalami masalah kesehatan mental (Kementrian Kesehatan RI, 2024).

Lingkungan sekolah memainkan peranan penting dalam membentuk kesehatan mental remaja, karena faktor-faktor seperti hubungan dengan teman sebaya, tekanan akademik sekolah, dan akses informasi kesehatan mental terbatas dapat mengurangi atau memperburuk masalah ini (Dumar et al., 2023). Lingkungan sekolah yang positif akan berhubungan dengan masalah perilaku emosional yang lebih rendah dan kesejahteraan mental yang lebih baik pada siswa (Leurent et al., 2021). Penggunaan media sosial juga menjadi salah satu faktor dominan yang memengaruhi kondisi psikologis remaja, dengan aktifitas penggunaan yang berlebihan dapat meningkatkan risiko kecemasan, depresi, hingga munculnya keinginan bunuh diri (Nirmalawati & Qurniyawati, 2025). Selain itu, deteksi dini dan pendidikan tentang kesehatan mental sangat penting, karena banyak masalah kesehatan mental dimulai selama masa remaja dan dapat bertahan hingga mereka dewasa (Sarfika et al., 2023). Intervensi yang efektif, termasuk program pendidikan (penyuluhan dan edukasi melalui media informatif) dan skrining menjadi point penting yang berperan dalam kesehatan mental pada remaja (Hosseinkhani et al., 2021).

Literasi kesehatan mental yang rendah di antara siswa SMP ditandai oleh kurangnya pemahaman yang signifikan mengenai konsep dari kesehatan mental itu sendiri, ini yang menghambat kemampuan mereka untuk mengenali masalah psikologis sejak dini (Afendy et al., 2024). Kekurangan ini diperparah oleh adanya stigma yang terus terjadi seputar kesehatan mental di lingkungan sekolah (Susilawati et al., 2025). Selain itu, perilaku *bullying* sering dijumpai di sekolah, bentuk perilaku yang dilakukan dengan sengaja, terus-menerus dan melibatkan target khusus yaitu orang lain yang lebih lemah (Zuliani et al., 2024). Menerapkan intervensi yang disesuaikan dengan tahap perkembangan mereka di sekolah menengah dapat meningkatkan kemampuan dan pemahaman mereka, serta mengurangi stigma yang terjadi (Kagstrom et al., 2023). Program literasi yang dilakukan di Kupang mengungkapkan bahwa penyuluhan kesehatan mental secara partisipatif terbukti efektif dalam meningkatkan literasi dan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental (Pobas et al., 2025). Selain itu, kerjasama sekolah dan Puskesmas untuk melakukan deteksi dini kesehatan mental remaja secara berkala menjadi langkah positif yang dapat dilakukan, diikuti dengan dukungan penyelesaian masalah (Sari et al., 2024).

Pendekatan yang dilakukan saat ini untuk pendidikan kesehatan mental di sekolah seringkali terbatas dan kurang interaktif, ini dapat menghambat efektivitasnya dalam meningkatkan pemahaman dan keterlibatan siswa. Sekolah dapat mengintegrasikan pendidikan kesehatan mental ke dalam kurikulum mereka, namun fokusnya masih terbatas pada kesehatan fisik, meninggalkan aspek kesehatan mental yang kurang dibahas (Kakunje, 2023). Sebuah pengabdian menjelaskan bahwa pendekatan edukasi yang umum dipakai di sekolah masih bersifat satu arah, sehingga kurang melibatkan partisipasi siswa secara aktif dalam proses belajar (Ginting et al., 2025). Sebuah laporan pengabdian menunjukkan bahwa tantangan utama dalam edukasi kesehatan mental di sekolah termasuk stigma dan rendahnya dukungan dari lingkungan pendidikan itu sendiri, yang pada praktiknya memengaruhi tingkat keterlibatan siswa dalam kegiatan edukasi yang dilakukan (Asmidar, 2025). Penelitian kuasi-eksperimental di sekolah menengah menunjukkan bahwa implementasi kurikulum kesehatan mental yang terstruktur dapat meningkatkan literasi dan pemahaman siswa secara

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

signifikan, sedangkan tanpa kurikulum yang diintegrasikan hasilnya tetap terbatas (Zeidabadi et al., 2025). Hal ini menegaskan bahwa pendekatan tradisional perlu ditingkatkan ke model yang lebih terintegrasi dan partisipatif.

Program pengabdian masyarakat ini menawarkan edukasi kesehatan mental berbasis metode interaktif yang melibatkan partisipasi aktif siswa melalui diskusi dan media edukatif yang sesuai dengan karakteristik remaja. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan mental siswa SMP agar mampu memahami konsep dasar kesehatan mental, mengenali emosi, serta memiliki sikap positif dalam menjaga dan mencari bantuan terkait kesehatan mental. Hasil kegiatan ini diharapkan memberikan kontribusi nyata bagi sekolah serta menjadi model pengabdian masyarakat yang dapat direplikasi di lingkungan pendidikan lainnya. Pelaksanaan kegiatan ini merupakan wujud pengabdian kepada masyarakat dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi yang berfokus pada upaya promotif dan preventif kesehatan mental berbasis sekolah.

METODE

Sasaran dan Pelaksana Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 30 Oktober 2025 bertempat di kelas 7B MTS Negeri 1 Manado dengan melibatkan 29 siswa-siswi sebagai peserta. Pelaksana kegiatan terdiri dari dosen dan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado.

Prosedur Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pemberian *pre-test* kepada seluruh peserta untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta tentang kesehatan mental. *Pre-test* tersebut terdiri 10 pertanyaan pilihan ganda yang membahas tentang pemahaman kesehatan mental dan pencegahannya. Seleuruh peserta mengisi *pre-test* secara *online* menggunakan *platform google form* yang disebarakan melalui *barcode* untuk memberikan kemudahan dalam pendistribusian dan pengumpulan data. Setelah, dilaksanakan kegiatan *pre-test* akan diberikan penyuluhan tentang kesehatan mental yang dilakukan secara *offline*.



Gambar 1. Sesi pemberian materi oleh narasumber dan foto bersama dengan siswa MTs Negeri 1 Manado, dosen, dan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi

Metode penyampaian materi menggunakan ceramah interaktif dengan menggunakan media presentasi *power point* dengan visual yang menarik agar peserta dapat memahami materi dengan baik. Narasumber dalam materi adalah dosen dari fakultas kesehatan masyarakat Universitas Sam Ratulangi dengan penyampaian tentang kesehatan mental yang penting bagi gen *alpha*. Setelah pemberian materi dari narasumber, kemudian akan dilaksanakan sesi tanya jawab dan diskusi agar memberikan interaksi antara narasumber dan peserta. Selain itu, akan diberikan cinderamata bagi peserta yang aktif selama pemberian materi.



Gambar 2. Sesi tanya jawab dan pemberian cinderamata bagi siswa yang aktif selama kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data pre-test dan post-test dari 10 soal yang diberikan, diperoleh hasil yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta. Secara keseluruhan, nilai rata-rata kebenaran jawaban peserta meningkat dari 95,51% pada pre-test menjadi 98,62% pada post-test, yang menandakan terjadi peningkatan pemahaman sebesar 3,11%.

Tabel 1. Distribusi Nilai Keseluruhan Pre-Test dan Post-Test

No	Nilai	Pre-Test		Post-Test	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1	70	1	3,45	0	0
2	80	1	3,45	0	0
3	90	8	27,59	4	13,80
4	100	19	65,51	25	86,20
Jumlah		29	100	29	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa distribusi nilai pre-test dan post-test menunjukkan perubahan yang berarti dalam pemahaman peserta. Sebelum penyuluhan, mayoritas peserta sudah dapat menjawab semua pertanyaan dengan benar (65,51%) dan terdapat satu peserta yang berada pada kategori nilai menengah (70) atau hanya 3,45%. Namun setelah dilakukan intervensi, terjadi peningkatan yang berarti yaitu sebesar 86,20% peserta berada pada kategori nilai sempurna. Sementara untuk nilai menengah (70) sudah tidak ada, begitupun dengan nilai (80) yang artinya terjadi penurunan 100% pada dua kategori nilai tersebut. Terjadi penurunan sebanyak 50% pada kelompok nilai (90), yang awalnya ada 27,59%, setelah intervensi menjadi 13,80% atau terdapat penurunan dari 8 peserta menjadi hanya 4 peserta yang memiliki nilai 90.

Tabel 2. Perbandingan Jawaban Benar Pre-Test dan Post-Test

No. Soal	Pre-Test				Post-Test				Peningkatan Pemahaman
	Salah	Benar	Jumlah	(%)	Salah	Benar	Jumlah	(%)	
1	2	27	29	93,10	1	28	29	96,55	3,45%
2	0	29	29	100,0	0	29	29	100,0	-
3	0	29	29	100,0	0	29	29	100,0	-
4	0	29	29	100,0	0	29	29	100,0	-
5	3	26	29	89,65	0	29	29	100,0	10,35%
6	1	28	29	96,55	0	29	29	100,0	3,45%
7	0	29	29	100,0	0	29	29	100,0	-
8	0	29	29	100,0	0	29	29	100,0	-
9	4	25	29	86,20	3	27	29	89,65	3,45%
10	1	28	29	96,55	0	29	29	100,0	3,45%

Pemberian pertanyaan pre-test dan post-test pada pelaksanaan penyuluhan kali ini mencakup 10 pertanyaan mengenai: pengertian kesehatan mental, tanda dan ciri kesehatan mental, penyebab kesehatan mental, sikap dan tindakan dalam mengatasi kesehatan mental dan stigma kesehatan mental pada remaja. Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa 50% soal dapat terjawab dengan sempurna oleh peserta pada saat pre-test, ini menunjukkan bahwa peserta telah memiliki kemampuan awal yang cukup baik tentang kesehatan mental pada remaja.

Peningkatan jawaban benar pada 50% soal yang masih salah dijawab saat pre-test, terjadi pada semua soal tersebut. Dapat diketahui bahwa peningkatan paling besar pada soal nomor (5) tentang sikap yang harus diambil dalam mengatasi kesehatan mental, dari 89,65% menjadi 100% setelah dilakukan penyuluhan (peningkatan sebesar 10,35%). Hal ini menandakan bahwa pada butir pertanyaan nomor (5) tersebut, setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan para peserta dalam menentukan sikap dan tindakan yang harus diambil untuk mengurangi risiko terjadinya kesehatan mental yang parah.

Pada keempat butir pertanyaan lainnya yaitu nomor (1) terkait dengan pemahaman mengenai pengertian kesehatan mental, (6) berkaitan dengan bantuan pada individu atau orang yang tepat saat mengalami gangguan kesehatan mental, (9) stigma atau sikap yang sebaiknya diambil jika teman sedang mengalami gangguan kesehatan mental, dan (10) perspektif yang benar terkait dengan

kesehatan mental pada remaja. Masing masing pertanyaan tersebut mengalami peningkatan 3,45% setelah dilakukan penyuluhan. Pada butir pertanyaan nomor 1 dan 9 walaupun terjadi peningkatan setelah penyuluhan, namun belum mencapai 100% peningkatan jawaban benar.

Secara keseluruhan pada penyuluhan ini, walaupun peningkatan yang terjadi terlihat hanya 3,11%, namun ini membuktikan bahwa pendekatan penyuluhan dengan media PPT yang interaktif dan disertai diskusi terbukti efektif untuk menyampaikan materi, serta dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan mereka terkait dengan kesehatan mental pada remaja di MTs Negeri 1 Manado. Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya telah menunjukkan peningkatan pemahaman tentang kesehatan mental pada remaja secara signifikan melalui inisiatif pendidikan dan program kesadaran, penyuluhan dan promosi melalui media-media kreatif lainnya. Penelitian yang dilakukan di SMAN 8 Maros, telah menunjukkan peningkatan yang nyata dalam pengetahuan remaja tentang masalah kesehatan mental, strategi penanggulangan, dan mengatasi gangguan mental yang mengkhawatirkan di kalangan remaja (Darlis et al., 2023). Selanjutnya, Survei Kesehatan Mental Remaja Nasional Indonesia menyoroti bahwa sebagian besar remaja hidup dengan tantangan kesehatan mental, namun hanya sebagian kecil dari mereka yang mencari bantuan terhadap permasalahan yang sedang mereka alami, ini menggarisbawahi perlunya edukasi melalui penyuluhan dan pendidikan yang efektif terkait dengan kesehatan mental, khususnya pada remaja (Nuraenah et al., 2023). Lingkungan sekolah memegang peranan penting, dimana guru dan teman sebaya, berada di posisi terbaik untuk mengenali dan mendukung remaja yang menderita masalah kesehatan mental (Suswati et al., 2023).

Secara keseluruhan peningkatan pengetahuan yang terjadi pada penyuluhan ini, menggarisbawahi dan menekankan peran penting pendidikan kesehatan disekolah yang berkaitan dengan kesehatan mental. Peningkatan pengetahuan remaja setelah dilakukan penyuluhan tentang kesehatan mental remaja diharapkan terjadi perubahan perilaku pergaulan yang positif diantara mereka, yang pada akhirnya bertujuan untuk mengurangi stigma dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan mental.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada pelaksanaan kegiatan ini didapatkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman siswa MTs Negeri 1 Manado, mengenai kesehatan mental pada remaja melalui kegiatan edukasi interaktif. Hal ini dapat menunjukkan bahwa melalui kegiatan ini dan didukung oleh tempat kegiatan yaitu sekolah sebagai institusi yang strategis untuk intervensi kesehatan guna membekali generasi muda dengan pengetahuan yang baik dan benar dalam menyikapi permasalahan kesehatan, serta bijak dalam mengambil keputusan, terutama masalah kesehatan mental. Selanjutnya diharapkan kepada pihak sekolah untuk mempertahankan dan meningkatkan capaian ini, dengan mengintegrasikan materi kesehatan mental ke dalam program kesehatan ekstrakurikuler atau kegiatan mingguan atau bulanan siswa mengenai kesadaran kesehatan mental. Selain itu, kolaborasi lebih lanjut dengan tenaga kesehatan profesional dapat dilakukan untuk memperluas cakupan topik mengenai kesehatan mental dan menjangkau lebih banyak siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi yang telah memberikan support dan dukungannya dalam pelaksanaan kegiatan ini dengan diterbitkan SK kegiatan 5369/UN12.11.1/LL/2025 tertanggal 29 Oktober 2025. Kami juga mengucapkan terima kasih yang tulus kepada bapak kepala sekolah dan guru MTs Negeri 1 Manado, Kota Manado, atas penerimaan kegiatan dan kerja sama selama proses kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Afendy, P. M., Ahman, Setiawati, & Nadhirah, N. A. (2024). Mental health literacy in adolescents: A systematic literature review. *Professional Guidance and Counseling Journal*, 5(2), 105–116.
- Asmidar. (2025). Edukasi Kesehatan Mental dalam Kesejahteraan Psikis: Dampak dan Tantangan Terhadap Siswa. *Masyarakat: Jurnal Pengabdian*, 2(3), 347–354.
- Darlis, I., Diah, T., Putri, A., Kas, S. R., Yanti, P., Allo, A. A., & Mustakim, M. (2023). Edukasi Kesehatan Mental dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja di SMAN 8 Maros. *Window of Community Dedication Journal*, 04(02), 67–74.

- Dumar, B., Windarwati, H. D., & Yuliatun, L. (2023). Factors Affecting School-Based Mental Health in Adolescents: Scoping Review. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 541–552. <https://doi.org/10.30604/jika.v8i1.1534>
- Ginting, R., Melda, S., Bangun, B., Asdar, J., Samura, P., Br, L. R., & Darma, S. (2025). Mental Health Literacy pada Remaja melalui Edukasi Interaktif di Sekolah Mental Health Literacy for Teenagers through Interactive Education in Schools. *Jurnal Pengmas Kestra (JPK)*, 5(1), 21–26.
- Hosseinkhani, Z., Parsaeian, M., Hassanabadi, H., Khoshkchali, A., Alinesaei, Z., & Nedjat, S. (2021). Mental Health Problems and the Associated Family and School Factors in Adolescents: A Multilevel Analysis. *Iran Journal Psychiatry*, 16(1), 13–20.
- Kagstrom, A., Juríková, L., & Guerrero, Z. (2023). Developmentally appropriate mental health literacy content for school-aged children and adolescents. *Ambridge Prisms: Global Mental Health*, 1(25), 1–11.
- Kakunje, A. (2023). Mental Health Education Integration into the School Curriculum Needs to Be Implemented. *Archives of Medicine and Health Sciences*, 11(1), 1–2. <https://doi.org/10.4103/amhs.amhs>
- Kementrian Kesehatan RI. (2024). *Pentingnya Kesehatan Mental bagi Remaja dan Cara Menghadapinya*. Ayo Sehat Kemenkes RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pentingnya-kesehatan-mental-bagi-remaja>
- Leurent, B., Dodd, M., Allen, E., Viner, R., Scott, S., & Bonell, C. (2021). Is positive school climate associated with better adolescent mental health? Longitudinal study of young people in England. *PMC: Elsevier, Desember(1)*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.2021.100033>
- Nirmalawati, T., & Qurniyawati, E. (2025). Mental Health of Adolescents in the Strawberry Generation: A Bibliometric Analysis. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 13(2), 250–256. <https://doi.org/10.20473/jpk.V13.I2.2025.250-256>
- Nuraenah, Widakdo, G., Naryati, Aisyah, Fadhillah, H., Adelia, A., & Adelia, M. (2023). Edukasi Kesehatan Mental (Masalah Psikososial) Pada Remaja. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2022), 4307–4316.
- Pobas, D. V., Mokola, R., Nayoan, C., & Berek, N. C. (2025). Peningkatan Literasi Kesehatan Mental Remaja melalui Penyuluhan Interaktif di STIKes Maranatha Kupang. *Compromise Journal: Community Professional Service Journal*, 3(3), 1–10.
- Putri, N. H. E. (2025). *Bulan Kesehatan Mental | Pentingkah Menjaga Kesehatan Mental Bagi Remaja?* UGM: Rumah Sakit Akademik. <https://rsa.ugm.ac.id/bulan-kesehatan-mental-pentingkah-menjaga-kesehatan-mental-bagi-remaja/>
- Sarfika, R., Roberto, M., Wenny, B. P., Freska, W., Mahatir, Adelirandy, O., Yeni, F., & Putri, D. E. (2023). Deteksi Dini dan Edukasi Tumbuh Kembang Psikososial sebagai Upaya Pencegahan Masalah Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 7(2), 1–3.
- Sari, P. Y., Sulistyowati, E. T., Istiqomah, Iswantiingsih, E., & Nugroho, H. (2024). Kondisi Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 495–500.
- Susilawati, Andrianto, M. B., & Nurhayati. (2025). Peningkatan Literasi Kesehatan Mental Remaja melalui Program Penyuluhan di SMP Negeri 8 Kota Bengkulu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Mandiri Cendekia*, 4(7), 53–60.
- Suswati, W. S. E., Budiman, M. E. A., & Yuhbaba, Z. N. (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), 537–544.
- Zeidabadi, B., Khodayarian, M., Sadeghi, R., & Jambarsang, S. (2025). Evaluating the effect of mental health curriculum on secondary school students ' mental health literacy and knowledge and attitude to mental illness. *Scientific Reports*, 15, 1–11.
- Zuliani, Z., Ulfa, A. F., Yudianto, A., Ghofar, A., & Nurmalisyah, F. F. (2024). Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Tentang Bullying Pada Remaja Di Sma Negeri Jogoroto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Stikes Pemkab Jombang*, 1(2).