PENGARUH EDUKASI KESEHATAN JIWA TERHADAP KESEHATAN MENTAL EMOSIONAL DAN PENGETAHUAN REMAJA

Cut Mutia Tatisina[1], Fransina Tubalawony[2], Sitti johri Nasela[3], Mintje M Nendissa[4], Nurma Y. Pary Usemahu[5], Rony A. Latuminase[6]

[1,2,3,4,5,6*] *Prodi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Maluku, Ambon, Indonesia, 97233*
Corresponding author: cuttatisina@poltekkes-maluku.ac.id/*082198839388*

Info Artikel
Sejarah artikel
Diterima : 13.04.2026
Disetujui : 20.04.2026
Dipublikasi : 25.05.2026

Kata Kunci : Deteksi Dini, Dukungan Mental Emosional, Edukasi, Remaja

Abstrak

Gangguan mental emosional (GME) merupakan masalah kesehatan mental yang dapat memengaruhi fungsi psikososial individu, mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan produktivitas, serta berdampak pada kualitas hidup. Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami GME akibat perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang terjadi selama masa perkembangan. Tingginya kerentanan tersebut menjadikan deteksi dini dan edukasi kesehatan jiwa sebagai strategi penting dalam upaya promotif dan preventif kesehatan mental remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi kesehatan jiwa terhadap kesehatan mental emosional dan tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan jiwa. Penelitian menggunakan desain kuantitatif pre-eksperimental dengan pendekatan one-group pretest–posttest. Deteksi dini GME dilakukan menggunakan kuesioner Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) untuk mengidentifikasi kondisi mental emosional remaja, sedangkan intervensi dilakukan melalui penyuluhan kesehatan jiwa. Penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 3 Ambon dengan melibatkan 50 remaja sebagai responden penelitian. Penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan skrining SDQ, sebanyak 50% responden berada pada kategori normal, 24% kategori borderline, dan 26% kategori abnormal. Selain itu, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan jiwa setelah intervensi edukasi, ditunjukkan oleh peningkatan proporsi responden dengan kategori pengetahuan baik dari 20% pada pretest menjadi 68% pada posttest. Temuan ini mengindikasikan bahwa edukasi kesehatan jiwa efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental remaja dan mendukung upaya deteksi dini gangguan mental emosional. Oleh karena itu, integrasi program skrining kesehatan mental dan edukasi kesehatan jiwa di lingkungan sekolah perlu dikembangkan sebagai strategi preventif untuk meningkatkan kesehatan mental remaja secara berkelanjutan.

The Effect of Mental Health Education on Emotional Mental Health Among Adolescents in Maluku

Abstrak

Emotional mental disorders (EMDs) constitute a significant mental health concern that may impair individuals' psychosocial functioning, disrupt daily activities, reduce productivity, and negatively affect quality of life. Adolescents are particularly vulnerable to EMDs due to the biological, psychological, and social changes that occur throughout developmental stages. This heightened vulnerability underscores the importance of early detection and mental health education as essential promotive and preventive strategies for adolescent mental health. This study aimed to analyze the effect of mental health education on adolescents' emotional mental health and their level of mental health knowledge. A quantitative pre-experimental design with a one-group

pretest–posttest approach was employed. Early detection of EMDs was conducted using the Strengths. Difficulties Questionnaire (SDQ) to identify adolescents' emotional mental health conditions, while the intervention was delivered through mental health education sessions. The study was conducted at SMK Negeri 3 Ambon and involved 50 adolescents as research participants. The findings revealed that, based on SDQ screening results, 50% of respondents were categorized as normal, 24% as borderline, and 26% as abnormal. Furthermore, adolescents' knowledge regarding mental health improved following the educational intervention, as indicated by an increase in the proportion of respondents with good knowledge levels from 20% during the pretest to 68% during the posttest. These findings suggest that mental health education is effective in improving adolescents' mental health literacy and supporting early detection efforts for emotional mental disorders. Therefore, the integration of mental health screening and mental health education programs within school settings should be strengthened as a sustainable preventive strategy to promote adolescent mental health.

Keyword : *Adolescent, Support, mental emotional, early detection, education*

Pendahuluan

Gangguan mental emosional (GME) adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami perubahan psikologis yang dapat diidentifikasi sebagai hal yang normal tetapi bisa berkembang menjadi kondisi patologis atau gangguan jiwa, jika tidak ditangani dengan baik. Gangguan mental emosional dapat terjadi pada semua orang baik anak, remaja, dewasa maupun lanjut usia. Namun demikian, salah satu kelompok yang paling berisiko mengalami GME adalah remaja karena berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap tekanan psikologis. Menurut *World Health Organization* (WHO), gangguan mental merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada kelompok usia remaja dan sekitar 50% gangguan mental mulai muncul pada usia 14 tahun, namun sebagian besar tidak terdeteksi dan tidak mendapatkan penanganan yang memadai. Di Indonesia, kondisi ini juga menjadi perhatian serius. *Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* melaporkan bahwa sebanyak 50% gangguan mental emosional berawal pada usia 14 tahun dan umumnya tidak terdeteksi serta tidak diobati (Ditjen P2P Kemenkes, 2020). Di Provinsi Maluku, permasalahan kesehatan jiwa masih menjadi tantangan karena keterbatasan layanan kesehatan mental serta rendahnya pemahaman masyarakat mengenai kesehatan jiwa.

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan signifikan dalam berbagai aspek, meliputi fisik, kognitif, biologis, emosional, dan perilaku. Proses perkembangan tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh keluarga, teman sebaya, dan masyarakat. Transisi menuju masa remaja umumnya diawali dengan perubahan biologis yang ditandai dengan pubertas, sedangkan peralihan menuju masa dewasa lebih banyak ditentukan oleh faktor sosial seperti pencapaian pendidikan, kesiapan memasuki dunia kerja, serta pembentukan keluarga melalui perkawinan. Kompleksitas perubahan tersebut dapat memengaruhi pembentukan karakter serta meningkatkan risiko munculnya masalah perilaku dan gangguan mental emosional pada remaja. Oleh karena itu, masalah kesehatan mental pada remaja membutuhkan dukungan dari berbagai pihak, terutama lingkungan terdekat seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat. Mereka memerlukan dukungan yang terorganisir untuk menghindari dampak negatif dalam jangka panjang.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui promosi kesehatan mental dan edukasi kesehatan jiwa secara berkelanjutan, terutama di lingkungan sekolah dengan melibatkan guru dan tenaga pendidik yang memiliki peran penting dalam perkembangan remaja. Edukasi kesehatan jiwa tidak hanya bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan mental, tetapi juga membantu mereka mengenali gangguan mental emosional serta memahami cara penanganan dan pencarian bantuan yang tepat. Namun demikian, implementasi edukasi kesehatan jiwa di lingkungan sekolah masih menghadapi berbagai tantangan. Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja di SMK Negeri 3 Ambon, diketahui bahwa sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai kesehatan jiwa dan belum menerima informasi yang cukup tentang gangguan mental emosional serta cara penanganannya. Selain itu, mereka cenderung enggan mencari bantuan saat menghadapi masalah psikologis karena merasa malu dan takut terhadap stigma. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan remaja akan informasi kesehatan jiwa dengan pelaksanaan edukasi kesehatan mental di sekolah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan jiwa terhadap kesehatan mental emosional dan tingkat pengetahuan remaja di Ambon.

Bahan dan Metode

Penelitian ini dilaksanakan dengan melakukan deteksi dini gangguan mental emosional (GME) dan penyuluhan kesehatan jiwa di SMK Negeri 3 Ambon. Responden dalam penelitian ini adalah 50 siswa di sebuah Sekolah Menengah dengan rentang usia 15– 18 tahun. Responden diambil dengan menggunakan *total sampling*. Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank.* Peneliti melakukan *pre-test* gangguan mental emosional (GME) dengan SDQ, kemudian memberikan edukasi mengenai kesehatan jiwa, dan selanjutnya melakukan *post test* dengan SDQ. Variabel pengetahuan dinilai dengan menggunakan 25 pertanyaan yang telah diujikan validitas dan reliabilitasnya (α=0,754, r >0361).

Kuesioner the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), digunakan untuk mengatur gangguan mental emosional menggunakan instrument SDQ yang telah diuji dan dinyatakan valid serta reliabel dengan nilai cronbach alpa dan product moment adalah α =0,493, r<0,05)

Kegiatan ini dibagi menjadi tiga tahap: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan mencakup perencanaan, pengurusan izin, kerja sama dengan pihak sekolah dan pemilihan peserta. Dalam tahap pelaksanaan, peserta diminta untuk mengisi kuesioner SDQ serta *pre-tes* untuk pentingnya pengendalian emosi, manajemen stres serta kegiatan diskusi dan latihan sederhana. Penelitian ini telah lulus mutu etik penelitian dengan nomor : 156/INSTITUT-NH/KEPK/I/2026 yang di keluarkan pada tanggal Januari 2026 di Institut Nani Hasanuddin Makassar.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	%
Umur		
15 tahun	4	8
16 Tahun	15	30
17 tahun	21	42
18 Tahun	10	20
Jenis Kelamin		
Laki- Laki	33	66
Perempuan	17	34
Total	50	100

Pada table 1. menunjukan responden penelitian dominan berusia 17 tahun (42%) dan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yakni 33 orang (66%).

Tabel 2. Hasil deteksi dini masalah gangguan mental emosional peserta pengabdian masyarakat

Masalah Mental Emosional	Frekuensi	%
Normal	25	50
Boderline	12	24
Abnormal	13	26
Total	50	100

Pada table 2 menunjukan hasil deteksi dini masalah gangguan mental emosional pada peserta yang mengikuti Penelitian masyarakatyakni 25 orang (50%) katagori normal. 12 orang (24%) boderline dan 13 orang (26%) abnormalPada table 2 menunjukan hasil deteksi dini masalah gangguan mental emosional pada peserta yang mengikuti Penelitian masyarakatyakni 25 orang (50%) katagori normal. 12 orang (24%) boderline dan 13 orang (26%) abnormal.

Tabel 3. Distribusi tingkat pengetahuan peserta berdasarkan hasil *pre-post tes*

Pengetahuan	*Pre*		*Post*	
	F	%	F	%
Baik	12	24	26	52
Cukup	8	16	14	28
Kurang	30	60	10	20
Total	50	100	50	100

Pada tabel 3 menunjukan sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan jiwa, mayoritas peserta memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang sebesar 60%, diikuti kategori baik sebesar 24%, dan cukup sebesar 16%. Namun, setelah intervensi penyuluhan diberikan, pemahaman peserta meningkat secara signifikan di mana sebagian besar (52% atau sebanyak 26 peserta) berhasil mencapai kategori pengetahuan baik

Tabel 4. Hasil Uji Statistik dengan *Wilcoxon Sign Rank*

Variabel	**Z**	**p-value**	**Effect Size (r)**
Pretest vs Posttest	-5,87	< 0,001	0,83

Hal ini ditunjukkan oleh nilai Z = -5,87 dengan p-value < 0,001. Nilai p yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang bermakna secara statistik antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi. Peneliti menyimpulkan bahwa edukasi kes ehatan jiwa berpengaruh terhadap variabel yang diteliti. Selain itu, nilai effect size (r) sebesar 0,83 termasuk dalam kategori efek besar (*large effect*), yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan jiwa memiliki dampak yang kuat dan relevan secara praktis terhadap perubahan yang terjadi antara pretest dan posttest.

Pembahasan

Tingkat Pengetahaun Pre-Post Test

Hasil pre–post test menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan jiwa, mayoritas peserta memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang sebesar 60%, diikuti kategori baik sebesar 24% dan kategori cukup sebesar 16%. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebelum intervensi diberikan, sebagian besar peserta belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai kesehatan jiwa. Peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan terjadi setelah edukasi. Sebagian besar peserta, yaitu 52% berada pada kategori pengetahuan baik. Perubahan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan jiwa merupakan

intervensi edukatif yang efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Pemberian edukasi kesehatan mental efektif meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai isu kesehatan jiwa serta mengurangi stigma terhadap gangguan mental (Purnamasari et al., 2026; Saleh & Nurfadilah, 2025).

Penyampaian informasi melalui metode edukasi secara langsung memungkinkan peserta memperoleh pengetahuan baru, mengklarifikasi informasi yang keliru, serta meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya literasi kesehatan jiwa. intervensi edukatif kesehatan mental dengan mampu meningkatkan *mental health literacy* secara signifikan melalui penurunan stigma dan peningkatan pemahaman peserta terhadap isu kesehatan jiwa dan meningkatkan sikap positif (Chung &Tse, 2022).

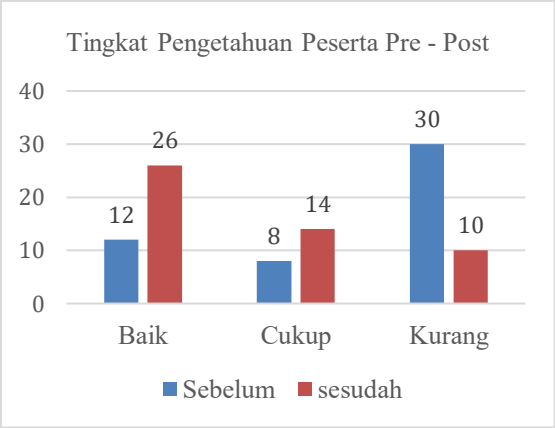
Pengaruh Edukasi Kesehatan Jiwa Terhadap Kesehatan Mental Emosional

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi Kesehatan jiwa berpengaruh terhadap Kesehatan mental emosional. Hasil penelitian ini sejalan dengan dengan penelitian sebelumnya edukasi literasi kesehatan mental efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap kesehatan mental (San Juan et al, 2023; Akbar et al. 2026). Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi tidak hanya meningkatkan aspek kognitif berupa pemahaman dan pengetahuan, tetapi juga memberikan dampak pada kondisi psikologis dan emosional remaja. Edukasi kesehatan jiwa berpengaruh terhadap kesehatan mental emosional karena tidak hanya meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan mental, tetapi juga membentuk kesadaran, mengurangi stigma, serta meningkatkan kemampuan mengenali dan mengelola masalah emosional melalui koping dan perilaku pencarian bantuan yang lebih adaptif (WHO, 2022; Kayinga et al., 2020; San Juan et al., 2023). Dengan meningkatnya *mental health literacy*, remaja menjadi lebih siap, menghadapi stresor psikososial sehingga kondisi kesehatan mental emosional dapat dipertahankan atau ditingkatkan,, penurunan stigma, dan peningkatan *help-seeking intention* (San Juan et al., 2023; Chung dan Tse, 2022) menemukan bahwa intervensi edukatif berbasis pengalaman seperti *human library* dapat meningkatkan *mental health literacy* serta mengurangi stigma terhadap gangguan mental.

Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Remaja

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan jiwa berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja. Hasil penelitian ini sejalan Abd El Salam et al. (2023) yang menemukan bahwa program edukasi kesehatan mental pada remaja secara signifikan meningkatkan pengetahuan, dalam penelitian lain juga disebutkan bahwa edukasi kesehatan signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap kesehatan mental, ditandai dengan peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi diberikan (Akbar et al., 2026)

Edukasi tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga sebagai proses pembelajaran yang membantu remaja memahami konsep kesehatan jiwa, mengenali tanda dan gejala gangguan mental emosional, mengetahui faktor risiko, serta memahami cara memperoleh bantuan yang tepat ketika menghadapi masalah psikologis. Proses tersebut memberikan *mental health literacy* yang lebih baik kepada remaja sehingga mereka mampu mengembangkan pemahaman dan respons yang lebih adaptif terhadap masalah kesehatan mental.



Gambar 2 Grafik Nilai pre dan post test penyuluhan kesehatan jiwa

Menurut WHO (2022), intervensi edukasi berbasis komunitas pada remaja dapat mengurangi resiko gangguan mental dengan meningkatkan kesadaran dini, karena remaja sering kali mengalami stigma dan kurangnya akses informasi yang akurat tentang kesehatan mental. Peningkatan pengetahun setelah penyuluhan sesuai dengan kerangka teori Health Belief Model (HBM), dimana melalui proses edukasi individu menjadi lebih menyadari tingkat kerentanan yang dimiliki serta memahami pentingnya manfaat dari tindakan pencegahan terhadap gangguan mental. Kanyinga et al (2020), menemukan bahwa program edukasi yang sama pada 1,200 remaja menunjukan peningkatan skor pengetahuan sebesar 45% dengan katagori baik meningkat menjadi 72 % setelah pemberian edukasi. Penelitian ini sangat baik karena remaja dengan pengetahuan rendah beresiko 2,5 kali lebih tinggi mengalami gangguan mental emosional kronis, sehingga edukasi menjadi strategi berkelanjutan untuk mendukung mental emosional di lingkungan remaja dan komunitas. Pengaruh pengetahuan ini menunjukan bahwa penyuluhan merupakan salah sau metode edukasi yang efektif

untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang kesehatan mental. Dengan memberikan informasi, berdiskusi, dan berinteraksi secara langsung, peserta dapat memperoleh penjelasan yang lebih jelas dan menyeluruh tentang konsep kesehatan mental serta cara merawat kesehatan mental. Hal ini sejalan dengan prinsip pendidikan kesehatan yang menekankan perubahan perilaku melalui pengetahuan sebagai langkah awal pencegahan gangguan mental.

Kesimpulan

Dukungan kesehatan mental pada remaja melalui deteksi dini gangguan mental emosional serta edukasi kesehatan mental remaja terbukti dapat meningkatkan kesadaran, pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental remaja. Kegiatan ini membatu remaja mengenali tanda-tanda awal gangguan mental emosional, memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental serta mengetahui langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan mentalnya dan mencari bantuan apabila diperlukuan

Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan jiwa berpengaruh terhadap kesehatan mental emosional dan pengetahuan remaja dengan dampak yang besar, maka intervensi promotif kesehatan jiwa berbasis edukasi dapat diintegrasikan dalam program kesehatan remaja maupun layanan kesehatan berbasis sekolah dan komunitas. Sekolah dan masyarakat direkomendasikan melaksanakan deteksi dini gangguan mental emosional serta edukasi kesehatan jiwa secara berkala dan berkelanjutan. Sekolah diharapkan mengintegrasikan materi kesehatan mental dalam kegiatan pembinaan siswa, layanan bimbingan dan konseling, serta kegiatan ekstrakurikuler untuk meningkatkan literasi kesehatan mental, kemampuan koping, dan perilaku pencarian bantuan pada remaja. Selain itu, kolaborasi dengan tenaga kesehatan dan keterlibatan orang tua melalui penyuluhan atau forum komunikasi perlu diperkuat agar dukungan emosional, pemantauan, serta pengenalan dini terhadap masalah kesehatan mental remaja dapat dilakukan secara optimal sehingga tercipta lingkungan yang suportif bagi perkembangan psikologis remaja

Ucapan Terima Kasih

Kami ucapkan terima kasih kepada pihak sekolah SMK Negeri 3 Ambon atas dukungan dan kerjasamanya selama Penelitian kepada masyarakat ini. Ucapan apresiasi yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkonteribusi dan mendukung program ini.

Referensi

Abd El Salam, A. E., AbdAllah, A. M., & El Maghawry, H. A. (2023). *Effect of health education program on improving knowledge and attitude towards mental health stigma and professional help-seeking among adolescents*. *Middle East Current Psychiatry, 30*(32). https://doi.org/10.1186/s43045-023-00298-1

Akbar, F., Ahmad, A., & Syamsidar, S. (2026). *The effect of mental health literacy education on improving adolescents' knowledge and attitudes toward mental health*. *Jurnal Kesehatan Manarang, 12*(1), 30–37. https://doi.org/10.33490/jkm.v12i1.2046

Arnold, J. L., & Baker, C. (2018). The role of mental health nurses in supporting young people's mental health: A review of the literature. *Mental Health Review Journal*, 23(3), 197–220. https://doi.org/10.1108/MHRJ-09-2017-003

Ani Nurhaeni, dkk (2022) Peningkatan Pengetahuan Tentang Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja. JIRAH, Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Vol.01. No 01. Ciribon

Colizzi, M., Lasalvia, A., & Ruggeri, M. (2020). Prevention and early intervention in youth mental health: is it time for a multidisciplinary and trans-diagnostic model for care?. *International Journal of Mental Health Systems*, 14. https://doi.org/10.1186/s13033-020-00356-9

Chung, E. Y.-H., & Tse, T.-O. (2022). *Effect of human library intervention on mental health literacy: A multigroup pretest–posttest study*. *BMC Psychiatry, 22*(1), 73. https://doi.org/10.1186/s12888-022-03725-5

Ditjen P2P Masalah Kesehatan Jiwa dan Napzal Kemenkes RI, Laporan Ankutabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (2020) Jakarta

Devita, Y. (2019). Prevalensi Masalah Mental Emosional Remaja Di Kota Pekanbaru *Jurnal Keperawatan Priority*, *2*(1), 33 - 43. Retrieved from http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/view/385

Faqih P, dkk (2023) Kesehatan Mental Pada Remaja . ABDIMAS, Vol.2.No 1. E-ISNN ; 2964-6995. p -ISSN. 2964-2824. http://www.itbsemarang.ac.id/sijies/index.hph/abdimas

Fusar-Poli, P. (2019). Integrated Mental Health Services for the Developmental Period (0 to 25 Years): A Critical Review of the Evidence. *Frontiers in Psychiatry*, 10. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00355

Kyoung Min Kim (2019). What makes adolescents psychologically distressed? Life events as risk factors for depression and suicide European Child & Adolescent Psychiatry. https://doi.org/10.1007/s00787-020-

01520-9
Kim, J., Kim, D., & Kamphaus, R. (2022). Early Detection of Mental Health Through Universal Screening at Schools. *Georgia Educational Researcher*. https://doi.org/10.20429/ger.2022.190104
Merikangas KR, He JP, Burstein M, Swanson SA, Avenevoli S, Cui L, et al. (2010) Lifetime prevalence of mental disorders in U.S. adolescents: Results from the National Comorbidity Survey Replication–Adolescent Supplement (NCS-A). *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 49*(10), 980–989. https://doi.org/10.1016/j.jaac.2010.05.017
Mustika S.N, Ariani K, & Maulida (2022) *Meningkatkan Kepedulian Terhadap Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja*. Communnity Development Journal. Vol 3 No 2 Hal 1174 – 1178 p-ISSN 2721-4990, E-ISSN 2721-5008
Marisa, C., & Susiati, S. (2021). Manajemen stres pada remaja melalui layanan penguasaan konten. *Jurnal PKM Pengabdian kepada Masyarakat, 4*(1), 61–68. https://doi.org/10.30998/jurnalpkm.v4i1.8836
Purnamasari, S. E., Astuti, K., & Widiastuti, N. (2026). *Psikoedukasi kesehatan mental sebagai penguatan literasi dan sikap masyarakat di Kalurahan Sidoagung, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*. Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia. https://doi.org/10.54082/jamsi.2602
Raballo, A., Poletti, M., & Preti, A. (2024). Early detection and intervention through the lens of the neurodevelopmental framework: the salience of developmental years and related services. *The British Journal of Psychiatry*, 225, 529 - 531. https://doi.org/10.1192/bjp.2024.146
Sampasa-Kanyinga, H., et al. (2020). School-based mental health promotion program for adolescents. Journal of Affective Disorders, 272, 419–427. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.100
Setyorini, C., Ningrum, A. N., Zamani, A., & Nurhidayati, N. (2025). Analisis dukungan sosial dengan kesehatan mental pada mahasiswa STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan, 13*(1), 150–159. https://doi.org/10.52236/ih.v13i1.426
San Juan, N. V., et al. (2023). *The effect of web-based educational interventions on mental health literacy, stigma and help-seeking intentions/attitudes in young people: Systematic review and meta-analysis*. *Journal of Mental Health*. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37667229/
Uhlhaas, P., Bechdolf, A., Konrad, K., Koutsouleris, N., Meisenzahl, E., Meyer-Lindenberg, A., Reininghaus, U., & Correll, C. (2025). [Youth mental health: early detection and early intervention of mental disorders].. *Der Nervenarzt*. https://doi.org/10.1007/s00115-025-01847-1
World Health Organization. (2022). WHO School Mental Health Initiative. https://www.who.int/initiatives/school-mental-health-initiative