



Hubungan Pengetahuan Dan Status Kesehatan Mental Terhadap Tingkat Depresi Pada Siswa SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang

Milka Merita Azizam^{1*}, AYG Wibisono², Ida Faridah³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani
milkameritaazizam@gmail.com, aygwibisono@gmail.com, Dr.idafaridah@uym.ac.id

Abstrak

Latar belakang : Kesehatan mental merupakan bagian penting dari Kesehatan remaja yang dapat memengaruhi cara berfikir, merasakan dan berperilaku dalam kehidupan sehari-hari. Depresi menjadi salah satu masalah Kesehatan mental yang banyak dialami remaja dan dapat berdampak pada penurunan prestasi akademik hingga risiko menyakiti diri sendiri. **Tujuan :** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan status Kesehatan mental terhadap Tingkat depresi pada siswa di SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang. **Metode :** penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional populasi penelitian berjumlah 500 siswa kelas X dan XI, sedangkan sampel sebanyak 222 responden diambil dengan Teknik random sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner dan diuji menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* dengan Tingkat signifikat 0,05. **Hasil :** menunjukan bahwa dari 222 responden, Sebagian besar berjenis kelamin Perempuan (61,3%) dan berusia 15-16 tahun (51,8%), Tingkat pengetahuan Kesehatan mental kategori baik (51,8%) dan kategori buruk (48,2%), status Kesehatan mental kategori cukup sebanyak (56,3%), kategori baik (25,7%) dan kategori kurang (18,0%), Tingkat depresi kategori ringan (65,7%), kategori sedang (32,9%) dan kategori berat (1,4%). **Kesimpulan :** hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pihak sekolah untuk mengoptimalkan peran guru bimbingan konseling dalam memberikan edukasi Kesehatan mental serta melaksanakan deteksi dini gejala depresi pada siswa, sebagai Upaya pencegahan dan penurunan angka kejadian depresi pada remaja.

Kata Kunci : Pengetahuan, Status Kesehatan Mental, Tingkat Depresi, Siswa.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan bagian integral dari Kesehatan secara menyeluruh yang mempengaruhi cara individu berfikir, merasakan dan berperilaku dalam kehidupan sehari-hari. Pada saat masa remaja, Kesehatan mental menjadi aspek yang sangat penting karena remaja berada pada fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Kesehatan mental berdasarkan pandangan WHO (World Health Organization) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi ketika seseorang merasa sehat dan bahagia, mampu mengatasi berbagai tantangan hidup, dapat menerima diri maupun orang lain apa adanya, serta memiliki cara pandang positif terhadap dirinya sendiri dan lingkungan sekitarnya.

Menurut World Health Organization (WHO), Depresi Menjadi Salah Satu Penyakit Penyebab Utama Penyakit Dan Kecacatan Kalangan Remaja Didunia. Diperkirakan 10-20% Remaja Diseluruh Dunia Mengalami Kondisi Kesehatan Mental. Kawasan asia Tenggara tercatat memiliki angka kejadian depresi tertinggi, yakni sekitar 86,94% (27%) dari total 322 miliar individu yang terdampak, Indonesia sendiri menempati posisi kelima dengan prevalensi depresi sebesar 3,7% menurut WHO (2024); pada kelompok usia ≥ 15 tahun, angka ini mencapai 6,1%, dengan provinsi Sulawesi Tenggara mencatat prevalensi tertinggi sebesar 12,3% (Kemenkes RI, 2023).

Ditingkat regional, provinsi banten termasuk salah satu daerah dengan angka depresi yang cukup tinggi di Indonesia. Berdasarkan survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi depresi dan Kesehatan mental jiwa di banten mencapai sekitar 1,7%, lebih tinggi dibandingkan beberapa daerah lain seperti DKI Jakarta yang sebesar 1,5%.

Hal ini menempatkan Banten dalam kategori provinsi dengan Tingkat depresi dan Kesehatan mental jiwa yang tinggi secara nasional (2023).

Secara global, prevalensi depresi pada remaja terus meningkat dalam beberapa tahun terakhir. (Who, 2022) melaporkan adanya peningkatan sekitar 25% gangguan mental termasuk depresi dan kecemasan, setelah covid-19. Hal ini didukung oleh penelitian (Putri et al., 2022a) yang menyatakan bahwa depresi pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tekanan akademik, relasi sosial, dan kondisi keluarga. Selain itu, penelitian Mei dan Wang, 2024 menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada remaja secara global berkisar antara 20-30% dan berdampak pada penurunan kualitas hidup serta prestasi akademik.

Di dalam negeri, masalah Kesehatan mental remaja turut menunjukkan trending peningkatan yang mengkhawatirkan. Berdasarkan hasil Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS, 2022), sekitar 34,9% remaja mengalami masalah Kesehatan mental. Penelitian (Putri et al., 2022) menunjukkan bahwa sekitar 29,1% remaja Indonesia mengalami gejala depresi. Selain itu, penelitian (Dewi et al., 2021) menyatakan bahwa masalah Kesehatan mental pada remaja Indonesia dipengaruhi oleh faktor sosial, ekonomi, dan lingkungan, termasuk tekanan akademik yang penggunaan media sosial yang tinggi di Indonesia (Kemenkes RI, 2022).

Pada Tingkat daerah, Dinas Kesehatan (Dinkes) juga melaporkan bahwa kasus gangguan Kesehatan mental pada remaja mengalami peningkatan, terutama di daerah perkotaan yang memiliki Tingkat tekanan sosial dan akademik yang tinggi. Faktor seperti gangguan media sosial, kurangnya dukungan keluarga, serta tekanan akademik menjadi penyebab utama meningkat masalah Kesehatan mental. Kondisi ini menunjukkan bahwa lingkungan sekitar, termasuk sekolah, memiliki peran penting dalam memengaruhi Kesehatan mental siswa (Dinkes, 2023).

Salah satu faktor yang mempengaruhi Tingkat depresi pada siswa adalah pengetahuan tentang Kesehatan mental. Pengetahuan yang baik dapat membantu siswa mengenali gejala depresi sejak dini serta mendorong mereka untuk mencari bantuan. Namun, penelitian menunjukkan bahwa masih banyak remaja yang memiliki pengetahuan rendah tentang Kesehatan mental. Hal ini menyebabkan banyak kasus depresi tidak terdeteksi secara dini. Penelitian Wulandari et al. menyatakan bahwa rendahnya pengetahuan Kesehatan mental pada remaja berhubungan dengan meningkatnya risiko depresi (Sindi Putri Ayu et al., 2025).

Selain faktor pengetahuan, status Kesehatan mental turut menjadi determinan penting yang berhubungan dengan Tingkat depresi. Siswa dengan kondisi mental yang kurang baik, seperti stres, kecemasan, dan kurangnya dukungan sosial, memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi. Penelitian Daka et al. dalam penelitiannya menemukan keterkaitan yang signifikan antara kondisi mental dengan kejadian depresi pada remaja. Sehingga status kesehatan mental perlu mendapat perhatian sebagai faktor yang mempengaruhi depresi (Prastiwi et al., n.d.).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan penelitian pada bulan Maret 2025 terhadap 15 siswa-siswa di SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang, diperoleh informasi dari guru bimbingan konseling bahwa terhadap peningkatan laporan siswa-siswi yang mengalami gangguan emosional dan penurunan motivasi belajar dalam satu tahun terakhir. Hasil wawancara dengan siswa-siswi, bahwa 9 dari 15 siswa-siswi mengaku sering merasa sedih berkepanjangan, mudah lelah secara emosional, dan kehilangan minat terhadap aktivitas yang sebelumnya disukai.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, yaitu suatu rancangan penelitian yang pengukuran variabel independen dan variabel dependennya dilakukan pada satu titik waktu yang sama (*point time approach*). Pendekatan *cross-sectional* dipilih karena mampu menganalisis hubungan antara beberapa variabel secara bersamaan dan efisien dari segi waktu dan biaya (Sugiyono, 2022). Dalam penelitian ini, variabel independen yang diteliti adalah pengetahuan Kesehatan mental (X1) dan status Kesehatan mental (X2), sedangkan variabel dependennya adalah tingkat depresi (Y) pada siswa di SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden

Jenis kelamin	f	%
Laki-laki	86	38,7
Perempuan	136	61,3
Total	222	100

Sebagian besar responden tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 222 responden, Sebagian besar berjenis kelamin Perempuan yaitu sebanyak 136 responden (61,3%), sedangkan responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 86 responden (38,7%).

Dominasi responden berjenis kelamin Perempuan dalam penelitian ini sejalan dengan beberapa kajian yang menjelaskan bahwa remaja Perempuan cenderung lebih rentan mengalami gangguan Kesehatan mental termasuk depresi dibandingkan remaja laki-laki. Perbedaan tersebut dapat berkaitan dengan berbagai faktor psikologis dan norma gender yang memengaruhi kondisi Kesehatan mental remaja (Koenig et al., 2021).

Selain faktor jenis kelamin, kondisi Kesehatan mental remaja juga banyak dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan seperti faktor biologis, faktor psikis, faktor lingkungan sosial, faktor kebutuhan, dan faktor interaksi sosial. Remaja Perempuan yang secara psikologis lebih sering melakukan interaksi sosial dan lebih peka terhadap penilaian lingkungan sekitarnya cenderung lebih mudah terpengaruh secara emosional apabila menghadapi tekanan dari lingkungan sosialnya (Sari et al., 2025).

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Usia Responden

Usia	F	%
15-16 tahun	115	51,8
17-18 tahun	107	48,2
Total	222	100

Mayoritas responden tabel 4.2 dapat diketahui bahwa dari 222 responden, Sebagian besar berusia 15-16 tahun yaitu sebanyak 115 responden (51,8%), sedangkan responden yang berusia 17-18 tahun sebanyak 107 responden (48,2%).

Pada aspek usia, responden yang berada pada rentang 15-16 tahun mendominasi penelitian ini. Usia tersebut termasuk dalam fase remaja awal yang ditandai dengan berbagai perubahan biologis, kognitif, dan emosional yang berlangsung secara cepat, sehingga remaja pada kelompok usia ini cenderung mengalami ketidakstabilan emosi serta rentan terhadap tekanan dari lingkungan sekolah maupun pergaulan (Rahmawaty & Silalahi, 2022).

Menurut peneliti, perbedaan proporsi jenis kelamin dan usia pada penelitian ini menggambarkan bahwa populasi siswa SMA Negeri 188 Kabupaten Tangerang sebagian besar berada pada tahap remaja awal yang secara psikologis masih dalam proses pencarian identitas diri. Kondisi ini perlu menjadi perhatian khusus dari pihak sekolah, keluarga, maupun

tenaga Kesehatan dalam mendampingi proses penyesuaian diri remaja terhadap berbagai tekanan akademik maupun sosial yang dihadapi, khususnya pada siswa berjenis Perempuan yang secara empiris menunjukkan kerentanan lebih tinggi terhadap gangguan kesehatan mental.

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Kesehatan Mental

Pengetahuan Kesehatan mental	F	%
Baik	115	51,8
Buruk	107	48,2
Total	222	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari 222 responden, pengetahuan Kesehatan mental dengan kategori baik sebanyak 115 responden (51,8), dan kategori buruk sebanyak 107 responden (48,2%).

Pengetahuan Kesehatan mental remaja banyak dipengaruhi oleh sumber informasi yang diperoleh, baik melalui Pendidikan formal, media massa, tenaga Kesehatan, lingkungan keluarga, maupun pengalaman pribadi. Remaja yang memperoleh akses informasi Kesehatan mental yang memadai cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pengertian, gejala, dan cara penanganan gangguan Kesehatan mental dibandingkan dengan remaja yang kurang terpapar informasi tersebut (Putra et al., 2024).

Rendahnya pengetahuan Kesehatan mental pada hampir separuh responden dalam penelitian ini menjadi perhatian tersendiri, mengingat pengetahuan yang baik berperan penting dalam membantu siswa mengenali gejala awal depresi serta mendorong siswa untuk mencari bantuan kepada pihak yang tepat, seperti guru bimbingan konseling maupun tenaga Kesehatan (Wulandari et al., 2023).

Menurut peneliti, kondisi ini dapat terjadi karena materi mengenai Kesehatan mental belum menjadi bagian dari kurikulum pembelajaran secara khusus disekolah, sehingga sebagian siswa hanya memperoleh informasi secara terbatas melalui media sosial yang belum tentu akurat. oleh karena itu, diperlukan program edukasi Kesehatan mental yang terstruktur dan berkelanjutan, agar siswa mampu mengenali tanda-tanda depresi sejak dini dan mencari bantuan yang tepat ketika mengalami masalah psikologis (Yani et al., 2025).

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Status Kesehatan Mental

Status Kesehatan mental	F	%
Baik	57	25,7
Cukup	125	56,3
Kurang	40	18,0
Total	222	100

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa dari 222 responden, status Kesehatan mental dengan kategori cukup merupakan yang terbanyak yaitu 125 responden (56,3%), kategori baik sebanyak 57 responden (25,7%), dan kategori kurang sebanyak 40 responden (18,0%).

Status Kesehatan mental seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, di antaranya faktor biologis, faktor psikis, faktor lingkungan sosial, faktor kebutuhan, dan faktor interaksi sosial. Kondisi Kesehatan mental remaja yang berada pada kategori cukup dapat menggambarkan bahwa remaja masih dalam proses penyesuaian terhadap berbagai tekanan kehidupan sehari-hari, baik dilingkungan keluarga, sekolah, maupun pertemanan (Sari et al., 2025).

Menurut peneliti, masih adanya siswa dengan status Kesehatan mental kategori kurang menunjukan bahwa Sebagian siswa belum memperoleh dukungan emosional yang optimal, baik dari keluarga maupun lingkungan sekolah. Kondisi ini perlu menjadi perhatian pihak sekolah melalui peran guru bimbingan konseling dalam memantau dan mendampingi siswa yang menunjukan tanda-tanda permasalahan Kesehatan mental sejak dini, agar tidak berkembang menjadi masalah psikologis yang lebih serius.

Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi

Tingkat depresi	f	%
Depresi ringan	146	65,7
Depresi sedang	73	32,9
Depresi berat	3	1,4
Total	222	100

Tingkat depresi ringan yang dialami pada tabel 4.5 dapat diketahui bahwa dari 222 responden, Sebagian besar mengalami depresi ringan yaitu sebanyak 146 responden (65,7%), depresi sedang sebanyak 73 responden (32,9%), dan depresi berat sebanyak 3 responden (1,4%).

Tingginya proporsi siswa dengan depresi ringan hingga sedang dalam penelitian ini sejalan dengan kondisi yang dijelaskan oleh (Putri et al., 2022) bahwa depresi pada remaja di Indonesia dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tekanan akademik, relasi sosial, dan kondisi keluarga, yang apabila tidak ditangani dengan baik dapat berkembang menjadi gangguan depresi yang lebih berat.

Menurut peneliti, adanya 76 responden (34,3%) yang mengalami depresi sedang hingga berat menunjukkan bahwa permasalahan Kesehatan mental pada siswa SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang perlu mendapat perhatian serius, karena akan berdampak pada penurunan prestasi akademik, gangguan relasi sosial, hingga risiko perilaku menyakitkan diri sendiri (self-harm) pada remaja.

Tabel 4 1 Hubungan Pengetahuan Kesehatan Mental dengan Tingkat Depresi

Variabel	Koefisien korelasi (r)	p- value	N
Pengetahuan Kesehatan mental dengan Tingkat depresi	-0,624	0,000	222

Berdasarkan tabel 4.6 hasil uji koefisien korelasi *Spearman Rank* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,624 dengan nilai *p-value* 0,000 ($< 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan Kesehatan mental dengan Tingkat depresi pada siswa di SMA Negeri 18 kabupaten Tangerang. Nilai koefisien korelasi yang negatif menunjukan arah hubungan yang berlawanan, dengan kekuatan hubungan yang tergolong kuat, artinya semakin baik pengetahuan Kesehatan mental siswa maka semakin rendah Tingkat depresi yang dialami, dan sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan oleh (Gawrych et al., 2022) pada siswa sekolah menengah di polandia juga menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik mengenai Kesehatan mental terbukti menjadi faktor protektif yang mampu mengurangi risiko depresi pada remaja, sedangkan keterbatasan akses informasi Kesehatan mental meningkatkan kerentanan siswa terhadap depresi.

Peneliti berasumsi bahwa siswa dengan pengetahuan Kesehatan mental yang baik memiliki kemampuan kognitif yang lebih matang dalam memahami penyebab, gejala, serta cara menangani permasalahan psikologis yang dialaminya. Pengetahuan tersebut berperan sebagai bekal bagi siswa untuk menerapkan strategi koping yang lebih adaptif, seperti mencari dukungan sosial, mengelola stress dengan baik, serta mencari bantuan profesional apabila diperlukan. Sebaliknya, siswa dengan pengetahuan yang kurang cenderung tidak menyadari bahwa perasaan sedih berkepanjangan atau kehilangan minat yang dialaminya merupakan gejala depresi, sehingga kondisi tersebut dapat berlangsung lama tanpa penanganan yang tepat dan berisiko berkembang menjadi depresi yang lebih berat.

Tabel 4 2 Hubungan status Kesehatan Mental dengan Tingkat Depresi

Variabel	Koefisien korelasi (r)	p- value	N
Status Kesehatan mental dengan Tingkat depresi	-0,130	0,053	222

Berdasarkan tabel 4.7 hasil uji korelasi *Spearman Rank* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,130 dengan nilai *p-value* 0,053 ($> 0,05$). Hal ini menunjukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status Kesehatan mental dengan Tingkat depresi pada siswa di SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang. Meskipun arah hubungan menunjukan pola negatif, namun kekuatan hubungan tersebut sangat lemah sehingga secara statistik belum dapat dikatakan bermakna.

Nilai *p-value* sebesar 0,053 berada sangat dekat dengan batas kemaknaan 0,05, sehingga terdapat kecenderungan arah hubungan antara status Kesehatan mental dengan Tingkat depresi meskipun secara statistik belum mencapai taraf signifikan. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini, seperti dukungan sosial dari keluarga, pola asuh orang tua, beban akademik, serta penggunaan media sosial yang turut berperan dalam memengaruhi Tingkat depresi pada remaja (Rahmawaty & Silalahi., 2022).

Menurut peneliti, tidak signifikkannya hubungan antara status Kesehatan mental dengan Tingkat depresi pada penelitian ini dapat disebabkan oleh karakteristik instrument status Kesehatan mental yang digunakan, yang lebih banyak menggambarkan aspek kesejahteraan emosional dan ketahanan psikologis secara umum, sedangkan Tingkat depresi merupakan kondisi yang lebih spesifik dan dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya.

Kesimpulan dari hasil penelitian dan didukung oleh berbagai penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa Tingkat pengetahuan Kesehatan mental berperan penting dalam menurunkan risiko depresi pada siswa. Pengetahuan yang baik membantu siswa mengenali gejala awal gangguan psikologis sehingga lebih cepat mencari bantuan yang sesuai. Temuan ini memperkuat hasil penelitian Wulandari et al.,(2023) dan Febrianti et al.,(2022), yang menunjukkan bahwa peningkatan literasi Kesehatan mental melalui edukasi disekolah dapat menjadi strategi promotive dalam mencegah depresi pada remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan dan status Kesehatan mental terhadap Tingkat depresi pada siswa SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang dengan jumlah 222 responden.

1. karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukan bahwa Sebagian besar responden berjenis kelamin Perempuan yaitu sebanyak 136 responden (61,3%), sedangkan berdasarkan usia, Sebagian besar responden berusia 15-16 tahun yaitu sebanyak 115 responden (51,8%).
2. Tingkat pengetahuan siswa tentang Kesehatan mental di SMA Negeri 18 kabupaten tangerang sebagian besar berada pada kategori baik yaitu sebanyak 115 responden (51,8%), dan kategori buruk sebanyak 107 responden (48,2%).
3. Status Kesehatan mental siswa di SMA Negeri 18 kabupaten Tangerang Sebagian besar berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 125 responden (56,3%), kategori baik sebanyak 57 responden (25,7%), dan kategori kurang sebanyak 40 responden (18,0%).
4. Tingkat depresi pada siswa di SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang Sebagian besar berada pada kategori depresi ringan yaitu sebanyak 146 responden (65,7%), depresi sedang sebanyak 73 responden (32,9%), dan depresi berat sebanyak 3 responden (1,4%).
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang Kesehatan mental dengan Tingkat depresi pada siswa di SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,624 dan *p-value* 0,000 ($< 0,05$).
6. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status Kesehatan mental dengan Tingkat depresi pada siswa di SMA Negeri 18 Kabupaten Tangerang, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0.130 dan *p-value* 0,053 ($> 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Agusthia, M., Muchtar, R. S. U., & Ramadhani, D. (2023). PENGARUH EDUKASI TEEN MENTAL HEALTH FIRST AID TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA DALAM MENGURANGI GANGGUAN MASALAH KESEHATAN MENTAL DI SMAN 3 BATAM. *Warta Dharmawangsa*, 17(1), 147–157. <https://doi.org/10.46576/wdw.v17i1.2929>
- Dewi, Y., Relaksana, R., & Siregar, A. Y. M. (2021). ANALISIS FAKTOR SOCIOECONOMIC STATUS (SES) TERHADAP KESEHATAN MENTAL: GEJALA DEPRESI DI INDONESIA. *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 5(2). <https://doi.org/10.7454/eki.v5i2.4125>
- Fauzi, A., & Suminar, D. R. (2023). Hubungan Literasi Kesehatan Mental dengan Distres Psikologis pada Mahasiswa Non-Kesehatan. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 3(2), 115–125. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v3i2.45823>
- Gosal, R., & Wati, D. L. (2025). *Pengetahuan kesehatan mental dengan self-esteem: Analisis pada siswa SMA Kr. Eben Haezar Manado*. 7(2).
- Koenig, L. R., Blum, R. W., Shervington, D., Green, J., Li, M., Tabana, H., & Moreau, C. (2021). Unequal Gender Norms Are Related to Symptoms of Depression Among Young Adolescents: A Cross-Sectional, Cross-Cultural Study. *Journal of Adolescent Health*, 69(1), S47-S55. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.01.023>
- Kursiah, K., Fitri, R. P., Asril, A., & Muhamadiyah, M. (2023). Edukasi Kesehatan Mental pada Remaja. *Health Community Service*, 1(1), 32–36. <https://doi.org/10.47709/hcs.v1i1.3238>
- Prastiwi, I., Agustin, D., Ambari, S., Paija, S., Noviyani, I. P., & Zahra, N. M. (n.d.). *EDUKASI DAMPAK BULLYING DALAM UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL PADA SISWA SMAN 1 KEDUNG WARINGIN*.
- Putra, D. Y., Andriani, D. M., Maisarah, M., Nurlita, M., Madini, M., Fitria, N., Anisa, N., Urhidayatunnisak, U., Srianti, S. G., Andani, T. A., Rusnedy, R., Dewi, R. S., & Lestari, P. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Kondisi Kesehatan Mental pada Remaja SMK Farmasi di Pekanbaru. *Jurnal Medika: Medika*, 3(2), 88–94. <https://doi.org/10.31004/c2p6wt09>
- Putri, F. S., Nazihah, Z., Ariningrum, D. P., Celesta, S., & Herbawani, C. K. (2022b). *Depresi Remaja di Indonesia: Penyebab dan Dampaknya*. 10.
- Rahmawaty, F., & Silalahiv, R. P. (2022). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA*. 8(3).
- Sari, P. Y., Sulistyowati, E. T., Iswantingsih, E., & Nugroho, H. (2025a). *KONDISI KESEHATAN MENTAL REMAJA*. 7(1).
- Sindi Putri Ayu, Finkah Sabillah, Nurhidayah Nurhidayah, Bilqis Salsabila, Risma Anita Puriani, & Rizki Novirson. (2025). Deteksi Dini Perilaku Depresi pada Siswa Sekolah Menengah. *WISSEN: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 3(2), 191–201. <https://doi.org/10.62383/wissen.v3i2.754>
- Wirya Putra, N. A. (2026). The Relationship Between The Results of Early Detection of Mental Health and Academic Burnout Syndrome in Adolescents. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 6(1), 466–475. <https://doi.org/10.59894/jpkk.v6i1.1286>
- Ximenes, J., Naibili, M. J. E., & Sanan, Y. C. U. (2024). *POTRET KESEHATAN JIWA REMAJA SMA: TANTANGAN KECEMASAN DAN DEPRESI DI ERA MODERN*.
- Yani, D. I., Wong, J. C. M., Pikkarainen, M., Chua, J. Y. X., Wong, H. C., Goh, Y. S. S., & Shorey, S. (2025). Factors Associated With Mental Health Literacy, Depression, and Anxiety Amongst Indonesian Adolescents. *Journal of Advanced Nursing*, 81(9), 5937–5962. <https://doi.org/10.1111/jan.16742>