

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG KESEHATAN MENTAL

Dani Ferdian^{1*}, Rohman Hikmat², Arida Bitanajsha Zuqriefa³, Tisa Layalia Hanifah Ma'ruf⁴, Mikha Noviana⁵, Saidina Malik Ibrahim Harahap⁶, Himawan Sutanto⁷, Meyta Roida R Hutapea⁸

¹⁻²Universitas Padjadjaran

³⁻⁵Synergy Medical Health Service and Consultant

⁶⁻⁸PT United Tractors Tbk

Email Korespondensi: dani.ferdian@unpad.ac.id

Disubmit: 11 Maret 2024

Diterima: 13 April 2024

Diterbitkan: 01 Mei 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i5.14585>

ABSTRACT

Mental health issues among students are a serious concern in an effort to improve their psychological well-being. Lack of knowledge about mental health can be a barrier in identifying and managing such problems. This study aims to determine the effect of health education programs on students' knowledge of mental health in the school environment. This study used a quasi-experimental design with a sample of students involved in a health education program with one group. The intervention carried out is health education. The sample used was 40 students. Data analysis using univariate analysis and Wilcoxon test. The results show that the average knowledge of students has increased significantly, from the pre-test score of 70 to 92 in the post-test. Wilcoxon test results show that there is a significant effect of health education on students' knowledge about mental health (p value=0.001). The significant increase in students' knowledge after attending the health education program highlights the effectiveness of the intervention. Practical implications and future research directions are also discussed to increase the positive impact on students' overall mental health.

Keywords: Education, Mental Health, Students

ABSTRAK

Masalah kesehatan mental di kalangan siswa menjadi perhatian serius dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan mental dapat menjadi hambatan dalam mengidentifikasi dan mengelola masalah tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program edukasi kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang kesehatan mental di lingkungan sekolah. Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan sampel siswa yang terlibat dalam program edukasi kesehatan with one group. Intervensi yang dilakukan adalah edukasi kesehatan. Sampel yang digunakan sebanyak 40 siswa. Analisis data menggunakan analisis univariat dan uji Wilcoxon. Hasil menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan siswa mengalami peningkatan yang signifikan, dari nilai pre-test sebesar 70 menjadi 92 pada post-test. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat

pengaruh yang signifikan edukasi kesehatan terhadap pengetahuan siswa mengenai kesehatan mental (p value=0.001). Peningkatan signifikan dalam pengetahuan siswa setelah mengikuti program edukasi kesehatan menyoroti keefektifan intervensi tersebut. Implikasi praktis dan arah penelitian mendatang juga dibahas untuk meningkatkan dampak positif pada kesehatan mental siswa secara keseluruhan.

Kata Kunci: Edukasi, Kesehatan Mental, Siswa

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan sebuah isu global yang mempengaruhi berbagai segmen masyarakat, termasuk kalangan pelajar (Khalijian et al., 2023). Secara umum, masalah kesehatan mental telah menjadi perhatian serius di berbagai negara. Siswa-siswa, sebagai kelompok rentan, semakin terpapar oleh tekanan akademis, sosial, dan lingkungan yang kompleks, yang dapat menjadi pemicu potensial terjadinya masalah kesehatan mental (Chagas Brandão et al., 2022).

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap masalah kesehatan mental pada siswa sangat beragam, melibatkan interaksi kompleks antara faktor individu, sosial, dan lingkungan. Tekanan akademis yang tinggi, kurangnya dukungan sosial, ketidakseimbangan kehidupan pribadi, serta perubahan hormon dan perkembangan psikologis selama masa remaja, semuanya dapat menjadi pemicu atau memperburuk kondisi kesehatan mental (Rafal et al., 2018). Selain itu, isu-isu seperti bullying, diskriminasi, dan ketidaksetaraan gender juga dapat memainkan peran penting dalam mengganggu kesehatan mental siswa. Dampak dari masalah kesehatan mental pada siswa mencakup penurunan performa akademis, kurangnya keterlibatan sosial, peningkatan perilaku risiko, dan bahkan potensi terjadinya gangguan mental yang lebih serius

(Rodriguez-Rivas et al., 2022). Oleh karena itu, pemahaman mendalam terhadap faktor-faktor pemicu dan konsekuensi kesehatan mental pada siswa sangat penting untuk merancang strategi intervensi dan pencegahan yang efektif dalam konteks pendidikan (Chen et al., 2021).

Pengetahuan tentang kesehatan mental di kalangan siswa diidentifikasi sebagai salah satu aspek krusial yang seringkali kurang mendapatkan perhatian (Harrer et al., 2021). Kurangnya pemahaman terhadap aspek-aspek kesehatan mental dapat memperburuk masalah, mengingat perlunya kesadaran akan tanda-tanda awal serta cara penanggulangan yang tepat (Baloch et al., 2021). Upaya untuk mengatasi masalah kurangnya pengetahuan tersebut perlu diarahkan melalui edukasi kesehatan yang terfokus. Melibatkan peran aktif dari tenaga kesehatan dan lembaga pendidikan, implementasi program edukasi kesehatan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai kesehatan mental, menciptakan lingkungan yang mendukung, dan membekali siswa dengan strategi-coping yang efektif (Manrique et al., 2020).

Peran penting tenaga kesehatan dan lembaga pendidikan dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan mental tidak dapat dipandang sebelah mata (Tehrani & Olyani, 2021). Dengan membentuk kolaborasi yang sinergis,

tenaga kesehatan dan sekolah dapat menciptakan program edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan. Peningkatan pemahaman ini dapat membantu mengidentifikasi dini gejala-gejala kesehatan mental, memberikan dukungan yang sesuai, dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan responsif terhadap kebutuhan psikologis siswa (Dai et al., 2022). Pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan kesehatan mental siswa di SMKN 36 Jakarta?

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan kesehatan mental siswa di SMKN 36 Jakarta.

KAJIAN PUSTAKA

Kesehatan mental pada mahasiswa merupakan kondisi psikologis dan emosional yang mencakup kestabilan mental, ketahanan terhadap tekanan, dan kemampuan untuk mengatasi tantangan kehidupan sehari-hari (Khotimah et al., 2022). Definisi kesehatan mental pada mahasiswa melibatkan keseimbangan yang optimal antara perasaan, pikiran, dan perilaku, yang memungkinkan mereka berfungsi secara efektif dalam aspek akademis, sosial, dan pribadi kehidupan sekolah (Muniroh et al., 2022). Ini tidak hanya mencakup ketiadaan gangguan mental, tetapi juga melibatkan kemampuan untuk mengelola stres, menjalin hubungan interpersonal yang sehat, dan memiliki pemahaman yang realistis terhadap diri sendiri (BÜLBÜL & ODACI, 2023). Kesehatan mental yang baik pada mahasiswa membantu mereka meraih potensi akademis mereka, berkontribusi pada lingkungan kampus yang positif, dan membentuk dasar bagi

perkembangan pribadi yang seimbang selama masa studi mereka (Burgess Dowdell & Noel, 2020).

Edukasi kesehatan adalah suatu proses sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, sikap, dan perilaku individu atau masyarakat dalam mencapai dan mempertahankan tingkat kesehatan yang optimal (Yosep et al., 2023). Pada konteks ini, edukasi kesehatan tidak hanya mencakup penyampaian informasi medis, tetapi juga melibatkan upaya untuk membentuk pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan dan cara-cara untuk mempromosikan perilaku sehat (Irie et al., 2019). Pendekatan edukasi kesehatan melibatkan interaksi antara penyedia informasi kesehatan, seperti tenaga kesehatan atau lembaga pendidikan, dengan individu atau masyarakat yang menjadi sasaran (Bonell et al., 2020). Selain itu, edukasi kesehatan juga bertujuan untuk memberdayakan individu agar dapat membuat keputusan informasi yang tepat terkait dengan kesehatan mereka sendiri, mendorong perilaku preventif, dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (Jessop et al., 2020).

Pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan kesehatan mental menjadi esensial dalam mengatasi tantangan dan kompleksitas yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis individu. Edukasi kesehatan mental mencakup penyampaian informasi yang terstruktur dan mendalam mengenai aspek-aspek kesehatan psikologis, termasuk pemahaman tentang tanda-tanda masalah kesehatan mental, strategi pencegahan, dan metode untuk mengatasi stres atau tekanan emosional (Quek et al., 2019). Dengan penyampaian informasi yang tepat dan terfokus,

edukasi kesehatan mampu memberikan pengetahuan yang lebih komprehensif kepada individu mengenai kondisi kesehatan mental mereka. Melalui proses ini, individu dapat mengenali perubahan dalam kondisi psikologis mereka, mengatasi stigma yang terkait dengan masalah kesehatan mental, dan mengadopsi pola pikir positif terkait dengan perawatan dan dukungan psikologis (Setyanto, 2023). Secara keseluruhan, pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan kesehatan mental tidak hanya membuka pintu pemahaman yang lebih luas, tetapi juga membentuk dasar bagi penerimaan, pencegahan, dan penanganan masalah kesehatan mental secara holistik (Shelemy et al., 2019).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi experiment pre-test and post-test without control group. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengukur perubahan variabel penelitian sebelum dan sesudah intervensi edukasi kesehatan mental tanpa adanya kelompok kontrol, dengan fokus pada siswa di SMKN 36 Jakarta. Sampel penelitian melibatkan siswa di SMKN 36 Jakarta, dengan kriteria inklusi yang mencakup siswa aktif dan kriteria eksklusi yang mencakup ketidaksetujuan partisipasi. Lokasi penelitian dilakukan di lingkungan sekolah untuk memastikan relevansi temuan dengan konteks pendidikan siswa. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret 2023.

Intervensi dilakukan dengan memberikan edukasi kesehatan tentang kesehatan mental kepada siswa selama 1x60 menit. Fokusnya

mencakup pemahaman mendalam tentang definisi kesehatan mental, faktor-faktor yang memengaruhinya, dampaknya, dan dukungan psikologis awal. Pengumpulan data dilakukan dengan menyusun kuesioner yang mencakup aspek-aspek pengetahuan siswa tentang kesehatan mental, termasuk definisi, faktor-faktor, dampak, dan dukungan psikologis awal. Data dikumpulkan sebelum dan setelah intervensi untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan siswa.

Pada aspek etika, penelitian ini memastikan penghargaan terhadap otonomi siswa, keadilan dalam pemilihan sampel, manfaat positif intervensi, dan menjaga kerahasiaan data siswa sesuai dengan prinsip-prinsip etika riset, yaitu *autonomy*, *justice*, *beneficence and maleficence*, serta *confidentiality*. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik sampel dan fenomena penelitian. Selain itu, uji Wilcoxon digunakan untuk mengevaluasi pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan kesehatan mental siswa sebelum dan sesudah intervensi.

HASIL PENELITIAN

Penulis menggambarkan hasil penelitian dengan menggunakan tabel. Hasil uji univariat menggambarkan data demografi. Data demografi mencakup gender dan kelas. Berdasarkan jenis kelamin responden, sebagian besar responden yaitu perempuan sebanyak 28 orang (70%). Lalu berdasarkan usia responden, responden paling banyak berusia 15 tahun (40%) (Tabel 1).

Tabel 1. Data Demografi

Characteristics		Frequency	Percentage
Jenis Kelamin	Laki-Laki	12	30%
	Perempuan	28	70%
Usia	14 tahun	2	5%
	15 tahun	16	40%
	16 tahun	12	30%
	17 tahun	10	25%

Berdasarkan kategori nilai (tabel 2), ditemukan bahwa rata-rata nilai pre-test mencapai 70, sedangkan rata-rata nilai post-test mencapai 92. Peserta mencapai nilai minimum 40 pada saat pre-test dan 60 pada saat post-test. Sementara itu, nilai maksimum yang dicapai peserta pada pre-test adalah 100, sedangkan pada post-test tetap 100. Dari distribusi nilai peserta, dapat diidentifikasi bahwa sebagian besar

siswa, yaitu 32 siswa (80%), memiliki nilai pre-test rendah. Untuk nilai post-test, mayoritas siswa, yakni 37 siswa (92,5%), mencapai nilai tinggi. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan atau selisih yang signifikan antara pengetahuan peserta tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah intervensi, dengan p-value sebesar 0,001, dan terjadi peningkatan nilai mean sebesar 22.

Tabel 2. Hasil Analisis Pengetahuan peserta tentang Kesehatan mental

Variabel	Frekuensi	Persentase	Mean	Min - Max	P value	
Nilai Pre-Test	Rendah	32	80%	70	40 - 100	0.001
	Tinggi	8	20%			
Nilai Post-Test	Rendah	3	7.5%	92	60 - 100	
	Tinggi	37	92.5%			

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan mental siswa (p value=0.001). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang berbagai masalah kesehatan (Hamdan et al., 2023). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa edukasi diperlukan oleh siswa sebagai sarana meningkatkan kepedulian terhadap

kesehatan mental (Muniroh et al., 2022).

Hasil penelitian menyajikan gambaran umum yang signifikan mengenai pengaruh edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan mental. Implementasi program edukasi yang terstruktur dapat membuat siswa berhasil mengakses informasi yang relevan, mengenali tanda-tanda awal masalah kesehatan mental, dan mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap aspek-aspek kesehatan psikologis (Bonell et al., 2020). Hal ini memberikan

indikasi positif bahwa pendekatan edukatif mampu memberikan dampak yang nyata dalam meningkatkan literasi kesehatan mental di kalangan siswa.

Faktor-faktor yang memungkinkan menjadi penyebab rendahnya pengetahuan siswa tentang kesehatan mental melibatkan sejumlah kompleksitas yang terjalin erat dengan dinamika kehidupan pelajar (Liu et al., 2019). Salah satu faktor utama adalah kurangnya akses terhadap informasi yang relevan mengenai kesehatan mental. Siswa mungkin tidak memiliki sumber daya yang memadai untuk mencari atau menerima informasi yang dapat membantu mereka memahami aspek-aspek kesehatan psikologis secara menyeluruh (Kutcher et al., 2019). Selain itu, stigma sosial terkait dengan isu-isu kesehatan mental dapat menjadi penghambat utama dalam proses pemahaman (Huckins et al., 2020). Ketidaknyamanan untuk membicarakan atau mencari informasi tentang kesehatan mental mungkin membuat siswa enggan untuk mengeksplorasi topik ini lebih lanjut (Beames et al., 2020). Kurangnya perhatian dari lingkungan pendidikan terhadap kebutuhan psikologis siswa juga dapat menjadi faktor yang signifikan (Gao et al., 2021).

Dampak edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan mental mencakup peningkatan pemahaman yang dapat membantu siswa mengidentifikasi tanda-tanda gejala, mengelola stres, dan mengembangkan strategi-coping yang efektif (Ildris et al., 2021). Selain itu, tingkat kesadaran yang ditingkatkan juga dapat mengurangi stigma sosial terkait dengan masalah kesehatan mental, menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan responsive (Abaido et al., 2020).

Perlunya program sekolah terkait dengan kesehatan mental pada siswa sangat mendasar mengingat kompleksitas tantangan dan tekanan yang dihadapi anak-anak dan remaja dalam konteks pendidikan (Zheng et al., 2022). Masalah kesehatan mental pada siswa telah menjadi isu serius yang dapat memengaruhi tidak hanya kinerja akademis mereka tetapi juga kesejahteraan psikologis secara keseluruhan (Lischer et al., 2022). Program sekolah yang berfokus pada kesehatan mental bertujuan untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung, memperkecil stigma, dan memberikan sumber daya yang dibutuhkan untuk mengelola stres dan tekanan emosional (Dai et al., 2022; Hikmat et al., 2024). Dengan mengintegrasikan aspek kesehatan mental dalam kurikulum dan kegiatan sekolah, program tersebut dapat membantu siswa mengembangkan pemahaman yang lebih baik terhadap kesehatan psikologis mereka sendiri, mengidentifikasi tanda-tanda awal masalah kesehatan mental, dan membangun keterampilan coping yang positif. Selain itu, program kesehatan mental di sekolah juga dapat memberikan dukungan yang lebih efektif dalam mendeteksi dini dan menanggapi kebutuhan siswa yang mungkin mengalami masalah psikologis (Zolotov et al., 2022).

Keberlanjutan edukasi kesehatan kepada siswa menjadi kunci penting dalam menjaga pengetahuan dan kesadaran mengenai kesehatan mental (Campbell et al., 2022). Dengan memastikan bahwa edukasi kesehatan diintegrasikan secara konsisten dalam kurikulum dan kegiatan ekstrakurikuler, siswa dapat terus menerima informasi terbaru dan relevan mengenai kesehatan mental, menciptakan

efek jangka panjang yang lebih berkelanjutan. Peran tenaga kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan mental sangat strategis (Gadi et al., 2022). Dengan memberikan sumber daya, mendukung implementasi program-program edukatif, dan berkolaborasi dengan lembaga pendidikan, tenaga kesehatan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam mencapai tujuan peningkatan literasi kesehatan mental di kalangan siswa (Le et al., 2020). Sinergi antara tenaga kesehatan dan lembaga pendidikan membentuk fondasi yang kokoh untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan siswa secara keseluruhan (Hamdan et al., 2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, penulis menemukan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswa terhadap kesehatan mental. Hal tersebut dilihat dari peningkatan nilai mean sebesar 22. Selain itu, penulis juga menemukan bahwa terdapat pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang kesehatan mental. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p value < 0.05 yang berarti terdapat pengaruh signifikan edukasi kesehatan terhadap pengetahuan kesehatan mental.

Implikasi Dan Saran

Implikasi dalam penelitian ini adalah adanya program yang menjadi acuan untuk sekolah dalam melakukan pendidikan kesehatan kepada siswa. Rekomendasi penelitian selanjutnya adalah perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efektivitas edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan siswa

terhadap kesehatan mental dengan adanya kelompok kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Abaido, G. M., Ferrara, P., Bernasconi, S., Ianniello, F., Cutrona, C., Quintarelli, F., Vena, F., Del Volgo, V., Caporale, O., Malamisura, M., De Angelis, M. C., Gatto, A., Chiaretti, A., Riccardi, R., Hamm, M. P., Newton, A. S., Chisholm, A., Shulhan, J., Milne, A., ... Martínez-Valderrey, V. (2020). Technological Resources to Prevent Cyberbullying During Adolescence: The Cyberprogram 2.0 Program and the Cooperative Cybereduca 2.0 Videogame. *PloS One*, 23(1), 2055207618771757. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1669059>
- Baloch, G. M., Sundarasan, S., Chinna, K., Nurunnabi, M., Kamaludin, K., & Khoshaim, H. B. (2021). COVID-19: exploring impacts of the pandemic and lockdown on mental health of Pakistani students. *PeerJ*, 9. <https://doi.org/10.7717/peerj.10612>
- Beames, J. R., Johnston, L., O'Dea, B., Torok, M., Boydell, K., Christensen, H., & Werner-Seidler, A. (2020). Addressing the mental health of school students: Perspectives of secondary school teachers and counselors. *International Journal of School and Educational Psychology*. <https://doi.org/10.1080/21683603.2020.1838367>
- Bonell, C., Dodd, M., Allen, E., Bevilacqua, L., McGowan, J., Opondo, C., Sturgess, J., Elbourne, D., Warren, E., & Viner, R. M. (2020). Broader impacts of an intervention to transform school environments on student behaviour and school

- functioning: post hoc analyses from the INCLUSIVE cluster randomized controlled trial. *BMJ Open*, 10(5), e031589. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-031589>
- BÜLBÜL, K., & ODACI, H. (2023). Analysis of Studies about Academic Anxiety: A Thematic Review TT - Akademik Kaygı Üzerine Yapılan Çalışmaların Analizi: Bir Tematik İnceleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 15(2), 370384. <https://doi.org/10.18863/pgy.1124868>
- Burgess Dowdell, E., & Noel, J. (2020). Risk Behaviors of High School Students Who Report Knowing Someone Who Self-Harms. *Issues in Mental Health Nursing*. <https://doi.org/10.1080/01612840.2019.1663568>
- Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, C., Dixon, J., & Goyder, E. (2022). Factors that influence mental health of university and college students in the UK: a systematic review. *BMC Public Health*, 22(1), 1778. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13943-x>
- Chagas Brandão, L., Sanchez, Z. M., de O Galvão, P. P., & da Silva Melo, M. H. (2022). Mental health and behavioral problems associated with video game playing among Brazilian adolescents. *Journal of Addictive Diseases*, 40(2), 197-207. <https://doi.org/10.1080/10550887.2021.1971941>
- Chen, J.-K., Wang, S.-C., Chen, Y.-W., & Huang, T.-H. (2021). Family Climate, Social Relationships With Peers and Teachers at School, and School Bullying Victimization Among Third Grade Students in Elementary Schools in Taiwan. *School Mental Health*, 13(3), 452461. <https://doi.org/10.1007/s12310-020-09404-8>
- Dai, Z., Jing, S., Wang, H., Xiao, W., Huang, Y., Chen, X., Fu, J., Pan, C., Tang, Q., Wang, H., & Su, X. (2022). Mindfulness-based online intervention on mental health among undergraduate nursing students during coronavirus disease 2019 pandemic in Beijing, China: A randomized controlled trial. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 949477. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.949477>
- Gadi, N., Saleh, S., Johnson, J.-A., & Trinidad, A. (2022). The impact of the COVID-19 pandemic on the lifestyle and behaviours, mental health and education of students studying healthcare-related courses at a British university. *BMC Medical Education*, 22(1), 115. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03179-z>
- Gao, J., Wang, F., Guo, S., & Hu, F. (2021). Mental Health of Nursing Students amid Coronavirus Disease 2019 Pandemic. *Front Psychol*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.699558>
- Hamdan, D. F., Umar, A., & Makkau, B. (2023). Edukasi Kesehatan Mental Siswa Melalui Program Literasi Di Sekolah Kota Palopo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1 SE-Articles), 3647. <https://doi.org/10.54066/abdimas.v2i1.262>
- Harrer, M., Apolinário-Hagen, J., Fritsche, L., Salewski, C., Zarski, A. C., Lehr, D., Baumeister, H., Cuijpers, P., & Ebert, D. D. (2021). Effect of an internet- and app-based stress intervention compared to online psychoeducation in university students with depressive symptoms: Results of a randomized controlled trial. *Internet Interventions*, 24(August 2020). <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100374>
- Hikmat, R., Yosep, I., Hernawaty, T., & Mardhiyah, A. (2024). A

- Scoping Review of Anti-Bullying Interventions: Reducing Traumatic Effect of Bullying Among Adolescents. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 17(null),289304.<https://doi.org/10.2147/JMDH.S443841>
- Huckins, J., DaSilva, A. W. W., Hedlund, E., Rogers, C., Nepal, S. J. W., Obuchi, M., Murphy, E., Meyer, M., Wagner, D., Holtzheimer, P., & Campbell, A. (2020). Mental health and behavior of college students during the early phases of the COVID-19 pandemic: Longitudinal smartphone and ecological momentary assessment study. *Journal of Medical Internet Research*, 22. <https://doi.org/10.2196/20185>
- Idris, F., Zulkli, I. N., Abdul-Mumin, K. H., Ahmad, S. R., Mitha, S., Rahman, H. A., Rajabalaya, R., David, S. R., & Naing, L. (2021). Academic experiences, physical and mental health impact of COVID-19 pandemic on students and lecturers in health care education. *BMC Medical Education*, 21(1),542.<https://doi.org/10.1186/s12909-021-02968-2>
- Irie, T., Yokomitsu, K., & Sakano, Y. (2019). Relationship between cognitive behavioral variables and mental health status among university students: a meta-analysis. *PLoS ONE*, 14.<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0223310>
- Jessop, D. C., Reid, M., & Solomon, L. (2020). Financial concern predicts deteriorations in mental and physical health among university students. *Psychology Health*, 35. <https://doi.org/10.1080/08870446.2019.1626393>
- Khalijian, S., Pordelan, N., Khamseh-zadeh, S., Askari, A., & Heydari, H. (2023). Customization and use of digital storytelling in providing online career counseling services to students with physical-motor disabilities: A mixed study. *Education and Information Technologies*.<https://doi.org/10.1007/s10639-023-11658-z>
- Khotimah, W. Q., Agustini, V. D., & Tiara, A. (2022). Kampanye Kesehatan Mental Melalui Meme: Edukasi Komunikasi Asertif di Kalangan Siswa SMAN 6 Kota Tangerang. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 04(September), 76-83.<https://doi.org/10.20885/jamali.vol4.iss2.art3>
- Kutcher, S., Perkins, K., Gilberds, H., Udedi, M., Ubuguyu, O., Njau, T., Chapota, R., & Hashish, M. (2019). Creating Evidence-Based Youth Mental Health Policy in Sub-Saharan Africa: A Description of the Integrated Approach to Addressing the Issue of Youth Depression in Malawi and Tanzania. *Frontiers in Psychiatry*, 10(August), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00542>
- Le, H. T. H., Tran, N., Campbell, M. A., Gatton, M. L., Nguyen, H. T., Dunne, M. P., Avşar, F., Ayaz Alkaya, S., Busch, V., Leeuw, J. R., Zuithoff, N. P., Yperen, T. A., Schrijvers, A. J., Kim, J. I., Walsh, E., Pike, K., Thompson, E. A., Scherman, V., Aghaei-Malekabadi, M., ... Wilks, A. (2020). An Adaptation of the COPE Intervention for Adolescent Bullying Victimization Improved Mental and Physical Health Symptoms. *International Journal on Disability and Human Development*, 19(4), 197-204. <https://doi.org/10.1891/JNM-2021-0088>
- Lischer, S., Safi, N., & Dickson, C. (2022). Remote learning and

- students' mental health during the Covid-19 pandemic: A mixed-method enquiry. *PROSPECTS*, 51(4), 589-599. <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09530-w>
- Liu, C. H., Stevens, C., Wong, S. H., Yasui, M., & Chen, J. A. (2019). The prevalence and predictors of mental health diagnoses and suicide among US college students: Implications for addressing disparities in service use. *Depression and Anxiety*, 36.
- Manrique, M., Allwood, M. A., Pugach, C. P., Amoh, N., & Cerbone, A. (2020). Time and support do not heal all wounds: Mental health correlates of past bullying among college students. *Journal of American College Health*, 68(3), 227-235. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1538999>
- Quek, T. T. C., Tam, W. W. S., Tran, B. X., Zhang, M., Zhang, Z., Ho, C. S. H., & Ho, R. C. M. (2019). The global prevalence of anxiety among medical students: A meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15), 1-19. <https://doi.org/10.3390/ijerph16152735>
- Rafal, G., Gatto, A., & DeBate, R. (2018). Mental health literacy, stigma, and help-seeking behaviors among male college students. *J Am Coll Heal*, 66. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1434780>
- Rodriguez-Rivas, M. E., Varela, J. J., González, C., & Chuecas, M. J. (2022). The role of family support and conflict in cyberbullying and subjective well-being among Chilean adolescents during the Covid-19 period. *Heliyon*, 8(4), e09243. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09243>
- Shelemy, L., Harvey, K., & Waite, P. (2019). Supporting students' mental health in schools: What do teachers want and need? *Emotional and Behavioural Difficulties*, 24. <https://doi.org/10.1080/13632752.2019.1582742>
- Tehrani, H., & Olyani, S. (2021). The effect of an education intervention on mental health literacy among middle school female students. *J Health Literacy*, 4.
- Yosep, I., Pramukti, I., Agustina, H. R., Kurniawan, K., Agustina, H. S., & Hikmat, R. (2023). Triple-P e-Parenting to Improve Awareness of Psychiatric Nurses on Preventing Cyberbullying in Adolescents. In *Healthcare* (Vol. 11, Issue 1). <https://doi.org/10.3390/healthcare11010019>
- Zheng, Y.-X., Jiao, J.-R., & Hao, W.-N. (2022). Prevalence of stress among nursing students: A protocol for systematic review and meta-analysis. *Medicine*, 101(31), e29293. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000029293>
- Zolotov, Y., Reznik, A., Bender, S., & Isralowitz, R. (2022). COVID-19 Fear, Mental Health, and Substance Use Among Israeli University Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(1), 230236. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00351-8>