

Pentingnya Kesehatan Mental dalam Perkembangan Remaja

Egi Yekardela¹, Novia Ayu Lestari², Widya Putri³
egiyekardela12@gmail.com¹, noviayl30@gmail.com², wp86185@gmail.com³

Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuludin Adab dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu

Correspondence Author : Egi Yekardela
Telp : 081278110692
E-mail : egiyekardela12@gmail.com

Abstrak

Kata kunci:
Dukungan
keluarga,
kesehatan
mental, remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pentingnya kesehatan mental dalam perkembangan remaja. Kesehatan mental menurut WHO adalah keadaan dimana seseorang dapat mengenali dirinya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal. Metode penelitian menggunakan Study literature dengan menganalisis 20 jurnal sebagai data primer. Analisis data dengan beberapa data dengan beberapa tahapan, tahap pertama menentukan tema, tahap kedua menyeleksi artikel jurnal yang relevan dengan tema dan sesuai dengan tenggat waktu artikel (4 tahun terakhir), tahap ketiga proses review sebanyak 7 artikel jurnal, tahap keempat pengkategorisasian dan tahap kelima penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor seperti tekanan lingkungan, perubahan fisik, pengalaman traumatis, dan gaya hidup berperan besar terhadap kondisi mental remaja. Dukungan keluarga, pendidikan kesehatan mental di sekolah, dan kegiatan berbasis agama seperti sholat dan dzikir terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan mental remaja. Kesadaran masyarakat dan intervensi dini juga sangat diperlukan untuk mencegah dampak negatif yang lebih besar. Dengan kesehatan mental yang baik, remaja dapat tumbuh menjadi individu yang produktif, juga tangguh, siap menghadapi tantangan di masa depan dan berkontribusi dengan baik bagi masyarakat. Penelitian ini diharapkan mampu meneliti hal yang lebih mendalam terkait dengan kesehatan mental dalam menghadapi karir di masa yang akan datang.

Abstract

Keywords:
Family support,
mental
health, youth

This research aims to explain the importance of mental health in adolescent development. According to WHO, mental health is a state where a person can recognize himself and can cope with the normal stresses of life. The research method uses literature study by analyzing 20 journals as primary data. Data analysis with several data in several stages, the first stage is determining the theme, the second stage is selecting journal articles that are relevant to the theme and in accordance with the article deadline (last 4 years), the third stage is a review process of 7 journal articles, the fourth stage is categorizing and the fifth stage drawing conclusions. The research results show that factors such as environmental stress, physical changes, traumatic experiences and lifestyle play a major role in the mental condition of adolescents. Family support, mental health education in schools, and faith-based activities such as prayer and dhikr have

proven effective in improving adolescent mental health. Public awareness and early intervention are also very necessary to prevent greater negative impacts. With good mental health, teenagers can grow into productive, resilient individuals, ready to face future challenges and contribute well to society. It is hoped that this research will be able to examine things in more depth related to mental health in facing careers in the future.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah kesejahteraan fisik mental dan sosial yang memungkinkan individu untuk menyadari potensi diri mengatasi stres bekerja produktif dan berkontribusi positif kepada masyarakat. Kesehatan merupakan keseimbangan antara diri orang lain dan lingkungan membantu seseorang menjalani kehidupan sehari-hari dengan baik dan mendukung perkembangan positif di masa depan (Sarmini, Putri, Maria, Syahrias, & Mustika, 2023). Semua orang tumbuh menuju kemandirian dan kontrol diri orang yang bisa mengendalikan diri cenderung berkembang dengan baik sedangkan yang lemah dalam kontrol diri mungkin mengalami kesulitan dalam perkembangannya, kontrol diri penting karena membantu seseorang berperilaku baik dan bergaul dengan orang lain kurangnya kontrol diri bisa berakibat buruk seperti kenakalan remaja dan perilaku negatif lainnya (Riyansyah, Puspitadewi, & Ramadani, 2023). Kesehatan mental adalah tentang merasa baik secara emosional dan psikologis, sehingga kamu bisa berpikir dan merasakan dengan baik, berinteraksi dengan orang lain, dan menjalani hidup dengan bahagia (Kumala, 2024).

Masalah kesehatan mental remaja, seperti depresi, kecemasan, dan penyalahgunaan obat, memerlukan perhatian serius. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas agama, seperti salat, berdzikir, dan istirahat cukup, dapat membantu memperbaiki kesehatan mental mereka (Yasipin, Rianti, & Hidayat, 2020). Masa remaja penuh perubahan dengan emosi yang kuat dan belum terkendali khawatir, takut, dan kesepian yang tidak diatasi bisa menyebabkan masalah mental dan emosi. Di dunia, 16% masalah kesehatan remaja adalah gangguan mental, namun banyak yang tidak terdeteksi, di Indonesia masalah ini banyak terjadi terutama di Sulawesi Tengah dan di Pekanbaru, hampir setengah dari remaja di Kelurahan Tuah Karya mengalami masalah perilaku (Malfasari, Sarimah, Febtrina, & Herniyanti, 2020). Masalah pertemanan pada remaja bisa berdampak pada kesehatan mental, hubungan yang baik mendukung kesehatan mental, sedangkan kegagalan bersosialisasi dapat membuat remaja pemalu, menyendiri, atau kurang percaya diri (Sarmini, Putri, Maria, Syahrias, & Mustika, 2023).

Masa remaja penuh tantangan, dengan 35% remaja Indonesia mengalami masalah mental, terutama kecemasan (INAMHS 2022). Kesehatan mental yang baik penting untuk perkembangan remaja dan menjadi aset negara, intervensi di sekolah dapat mendukung pembelajaran dan mencegah dampak buruk (Mawaddah & Prastya, 2023). Banyak anak dan

remaja mengalami masalah mental, yang sering muncul saat mereka berusia 14 hingga pertengahan usia 20 tahun, masalah mental membuat remaja sulit hidup sehat dengan depresi dan melukai diri sendiri menjadi penyebab utama masalah kesehatan mereka. Stres adalah penyebab utama masalah mental pada remaja yang bisa muncul karena perubahan tubuh, tekanan dari orang tua, lingkungan dan tuntutan sekolah (Widiyawati, Fitrihanur, & Suminar, 2023). ada banyak faktor yang bisa menyebabkan masalah mental pada remaja, seperti: Perubahan tubuh dan pikiran, tekanan dari lingkungan, tantangan baru, dukungan yang penting, kesadaran masyarakat, Penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan mental (Ningrum, Khusniyati, & Ni'mah, 2022).

Masa remaja adalah masa penting dengan banyak perubahan fisik dan emosional, sehingga rentan terhadap gangguan mental. Masalah umum yang dialami remaja meliputi overthinking, sulit mengontrol emosi, dan kecemasan, Faktor penyebabnya bisa berasal dari lingkungan, keluarga, atau trauma (Purnomosidi, Ernawati, Riskiana, & Indriyani, 2023). Banyak remaja mengalami masalah mental seperti kesulitan belajar, masalah perilaku, masalah emosi, dan kenakalan, studi menunjukkan bahwa jutaan remaja di Indonesia mengalami gangguan mental, dengan gangguan cemas menjadi yang paling umum, hanya sedikit remaja yang mendapatkan bantuan profesional, dan mereka lebih memilih untuk mengatasi masalah sendiri atau dengan dukungan keluarga dan teman (Mawaddah & Prastya, 2023). Masa remaja adalah masa penuh perubahan, baik fisik, mental, maupun emosi, kesehatan mental sangat penting karena memengaruhi cara kita berpikir, merasa, dan bertindak. Kesehatan mental yang baik membantu remaja menghadapi tekanan, membuat keputusan yang tepat, dan membangun masa depan yang lebih baik (Supini, Gandakusumah, Asyifa, Auliya, & Ismail, 2024).

Sebelum intervensi, remaja sudah cukup paham tentang dampak buruk kesehatan mental yang tidak terjaga. Namun, pemahaman mereka meningkat secara signifikan setelahnya, hal ini menunjukkan bahwa intervensi membantu remaja lebih memahami risiko kesehatan mental yang buruk, seperti putus sekolah, gangguan hubungan sosial, penyalahgunaan zat, dan risiko bunuh diri (Farika, Mirza, & Romas, 2024). Kesehatan mental memengaruhi cara berpikir, merasa, dan bertindak. Faktor seperti pola asuh, lingkungan, dan hubungan asmara dapat memengaruhinya, remaja perlu bijak memilih kegiatan yang sehat dan meningkatkan kesadaran untuk mencegah gangguan mental (Supini, Gandakusumah, Asyifa, Auliya, & Ismail, 2024). Kesehatan mental yang baik ditandai dengan kebahagiaan, hubungan yang sehat, pola hidup teratur, dan rasa nyaman. Sebaliknya, gangguannya ditandai dengan sulit tidur, perubahan perilaku, mudah marah, menarik diri, dan sulit berkonsentrasi (Faridah, et al., 2024).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi *literature review* (SLR). Studi literatur yaitu pengkajian data dari berbagai buku referensi serta hasil penelitian sebelumnya yang relevan (Munib & Wulandari, 2021). Penelitian ini menggunakan data primer yang diambil dari *Google Scholar* sebanyak 20 jurnal, dan berfokus pada 7 jurnal yang dianalisis sesuai dengan tema pada penelitian ini. Jurnal yang diambil yaitu jurnal 4 tahun terakhir. Analisis penelitian ini melalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah menganalisis jurnal, dari 20 jurnal yang diambil dari *Google Scholar* kemudian dianalisis 7 jurnal yang sesuai dengan tema penelitian ini. Tahap kedua, yaitu *literature review*, setelah menganalisis 7 jurnal, peneliti mereview dengan membaca dan mencatat poin-poin penting dari jurnal yang sudah dianalisis. Tahap ketiga, menyajikan hasil analisis jurnal ke dalam bentuk tabel. Tahap keempat yaitu membahas lebih lanjut terkait tema dari penelitian yang telah ditentukan. Tahap kelima, menarik kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pencarian data, dapat penulis jelaskan 7 jurnal yang memenuhi kriteria untuk analisis karena termasuk dalam kategori berkualitas baik.

Tabel 1. Hasil Ekstraksi Data

No	Nama Penulis	Judul Jurnal	Hasil Analisis
1.	Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021)	Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental pada Remaja	Penggunaan media sosial yang tidak bijak dapat berkontribusi terhadap masalah kesehatan mental di kalangan remaja. Orang tua dan pendidik perlu memantau dan membimbing penggunaan media sosial agar lebih sehat dan produktif.
2.	Prasetyo, A. E. (2021)	Edukasi Mental Health Awareness Sebagai Upaya Untuk Merawat Kesehatan Mental Remaja di masa Pandemi	Kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor budaya, lingkungan, dan keluarga. Stres adalah gangguan mental umum, dan edukasi sejak dini sangat penting untuk membantu remaja mengelola stres dan menjaga kesehatan mental mereka.
3.	Farika, S. A., Mirza, M. N.,	Promosi Kesehatan	Remaja sangat rentan terhadap

	& Romas, A. N. (2024)	Tentang Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental pada Remaja	masalah psikologis, terutama jika pergaulannya salah. Faktor biologis, psikologis, sosial, serta gaya hidup yang tidak sehat dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka. Edukasi diperlukan untuk membantu mereka menjaga kesehatan mental.
4.	Faridah, E. S., et al. (2024)	Penanaman Kesadaran Tentang Pentingnya Kesehatan Mental Kepada Remaja	Kesehatan mental remaja di Indonesia cenderung buruk akibat kurangnya kesadaran tentang pentingnya kesehatan mental. Remaja perlu mengenali tanda-tanda gangguan mental dan berani mencari bantuan. Masyarakat juga harus mendukung kesehatan mental remaja.
5.	Gintari, K. W., et al. (2023)	Kesehatan Mental pada Remaja	Remaja berusia 14-25 tahun, terutama perempuan, sangat rentan terhadap masalah mental dan emosional akibat stres dan tekanan untuk beradaptasi dengan kehidupan. Faktor sosial, keluarga, dan gangguan penampilan dapat memperburuk kondisi mental mereka.
6.	Ilmi, N., & Harahap, P. S. (2024)	Mental Health, Seberapa Penting Mental Health Bagi Remaja?	Faktor biologis (seperti cedera otak, riwayat keluarga dengan gangguan jiwa, narkoba) dan psikologis (trauma, kehilangan orang terkasih, kesulitan bersosialisasi) dapat menyebabkan gangguan mental. Tips menjaga kesehatan mental mencakup olahraga, meditasi, makan sehat, dan menjauhi kebiasaan buruk.
7.	Asril, Ningsih, K. W., Fitri, R. P., & Muhamadiah (2023)	Edukasi Kesehatan Mental pada Remaja	Gangguan mental, seperti depresi dan kecemasan, dapat dialami oleh siapa saja. Kesehatan mental yang baik penting untuk produktivitas dan kesehatan fisik.

Dari analisis tabel di atas dapat diketahui bahwa pada tabel pertama, kedua dan ketiga berfokus pada berbagai faktor yang memengaruhi kesehatan mental remaja. Faktor-faktor tersebut mencakup aspek sosiologis, psikologis, lingkungan, budaya, gaya hidup yang tidak sehat, serta dampak penggunaan media sosial yang tidak bijak. Selanjutnya pada tabel empat, lima dan tujuh membahas mengenai kesehatan mental remaja Indonesia yang buruk terutama perempuan dengan rentan usia 14-25 tahun akibat stress dan tekanan untuk beradaptasi dengan kehidupan. Gangguan mental dan kecemasan dapat dialami oleh siapa saja, kesehatan mental yang baik penting untuk produktivitas dan kesehatan fisik.



Gambar 1. Sebaran penelitian kesehatan mental

Pentingnya kesehatan mental bagi remaja, yang sering menghadapi tekanan emosional dari sekolah, keluarga, dan pergaulan. kesehatan mental yang baik membantu remaja berpikir jernih, mengelola emosi, dan beradaptasi dengan tantangan. Edukasi, dukungan sosial, dan akses ke layanan kesehatan mental menjadi kunci dalam menjaga keseimbangan mental remaja. Tujuan utama adalah mendorong remaja untuk lebih peduli pada kesehatan mental mereka demi kehidupan yang lebih stabil dan produktif (Ilmi & Harahap, 2024). Dalam Islam, kesehatan mental dianggap sebagai bagian penting dari kehidupan yang seimbang, Al-Qur'an dan Hadits memberikan panduan untuk mengelola emosi, menjaga hubungan sosial yang baik,

Pendekatan spiritual dapat memberikan kontribusi positif dalam menjaga keseimbangan psikologis seseorang (Fuad, 2016). Edukasi membantu mereka mengenali dan mengelola emosinya, memahami tanda-tanda gangguan mental, serta mengetahui kapan harus mencari bantuan. Tujuannya adalah menjaga keseimbangan mental remaja di tengah situasi sulit (Prasetyo, 2021).

Penggunaan yang berlebihan atau tidak sehat juga dapat memicu masalah kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, dan tekanan untuk memenuhi standar sosial tertentu (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021). Menjaga kesehatan mental, mengenali emosi, dan mengelola tekanan hidup. Tujuannya untuk membangun kebiasaan sehat dan mencegah gangguan mental, sehingga remaja dapat tumbuh lebih seimbang dan tangguh secara psikologis (Faridah, et al., 2024). Masa pandemi membawa berbagai tantangan, seperti isolasi sosial, kecemasan, dan stres, yang berdampak signifikan pada kesehatan mental remaja. Edukasi menjadi langkah strategis untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan mental, mengenali tanda-tanda gangguan, dan cara mengatasinya. Pentingnya dukungan dari keluarga, lingkungan, serta tenaga profesional untuk menciptakan kondisi yang mendukung kesehatan mental remaja (Prasetyo, 2021).

Promosi kesehatan dilakukan melalui penyuluhan dan diskusi interaktif yang mengajarkan cara mengenali emosi, mengelola stres, dan mencegah gangguan mental untuk meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya kesehatan mental, mendukung keseimbangan emosi dan produktivitas mereka (Farika, Mirza, & Romas, 2024). Dan keluarga juga berfungsi sebagai tempat utama untuk memberikan dukungan emosional, membangun komunikasi yang baik, dan menciptakan lingkungan yang harmonis, keterlibatan aktif keluarga, seperti mendengarkan, memberikan rasa aman, dan menjaga kebiasaan sehat, menjadi kunci untuk membantu remaja menghadapi stres dan kecemasan (Ulfah, 2021). Faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental, cara mengelola stres, dan pentingnya mencari bantuan jika diperlukan. Edukasi kesehatan mental berperan besar dalam mencegah gangguan psikologis dan menciptakan remaja yang lebih sehat secara mental dan emosional (Asril, Ningsih, Fitri, & Muhamadiyah, 2023).

Kondisi kesehatan mental remaja dan faktor-faktor yang memengaruhinya, seperti tekanan akademik, hubungan sosial, dan perubahan hormonal. Pentingnya dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan untuk meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya kesehatan mental, seperti melalui edukasi, konseling, dan pelatihan keterampilan mengelola

stres. Tujuannya adalah membantu remaja menjalani kehidupan yang lebih sehat secara emosional dan mental (Gintari, Jayanti, Laksmi, & Sintari, 2023). Remaja sering menghadapi tantangan seperti kecemasan, stres, dan perasaan terisolasi. Perlunya strategi pencegahan dan intervensi untuk menjaga kesehatan mental remaja secara optimal (Floresa, Hidayah, Sari, Yousrihatin, & Litaqia, 2023).

KESIMPULAN

Kesehatan mental memainkan peran yang sangat penting dalam perkembangan remaja. Masa remaja adalah fase transisi yang penuh tantangan, di mana mereka mengalami banyak perubahan fisik, emosional, dan sosial. Perubahan ini sering kali memicu tekanan yang dapat berdampak pada kesehatan mental mereka jika tidak dikelola dengan baik. Faktor-faktor seperti tekanan dari lingkungan, kurangnya kontrol diri, pengalaman traumatis, dan pola asuh yang tidak sehat dapat memperburuk kesehatan mental remaja. Sebaliknya, dukungan keluarga, hubungan sosial yang positif, serta edukasi mengenai pentingnya kesehatan mental dapat membantu mereka mengatasi masalah dan berkembang secara optimal. Gangguan mental seperti kecemasan, depresi, dan stres menjadi masalah umum pada remaja dan sering kali tidak ditangani akibat stigma atau kurangnya kesadaran. Oleh karena itu, diperlukan upaya bersama dari keluarga, sekolah, dan masyarakat untuk memberikan dukungan, edukasi, dan intervensi dini guna mencegah dampak negatif yang lebih besar. Dengan menjaga kesehatan mental yang baik, remaja dapat mengembangkan potensi mereka, menghadapi tekanan hidup dengan bijak, dan membangun masa depan yang lebih cerah. Kesadaran dan perhatian terhadap isu ini sangat penting untuk menciptakan generasi yang sehat secara fisik dan mental.

REFERENCE

- Asril, Ningsih, K. W., Fitri, R. P., & Muhamadiyah. (2023). Edukasi Kesehatan Mental pada Remaja. *Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 32-36.
- Faridah, E. S., Hajar, M. E., Dahlan, Z., Ridwan, A., Sayekti, S. P., & Ernawati. (2024). Penanaman Kesadaran Tentang Pentingnya Kesehatan Mental Kepada Remaja. *Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 1944-1951.
- Farika, S. A., Mirza, M. N., & Romas, A. N. (2024, Juni). Promosi Kesehatan Tentang Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental pada Remaja. *Pengabdian dan Perberdayaan Kesehatan*, 1(1), 69-77.
- Floresa, Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). Gambaran Kesehatan Mental Emosional Remaja. *Kesehatan*, 12(1), 112-117.

- Fuad, I. (2016, Juni). Menjaga Kesehatan Mental Perspektif Al-Qur'an dan Hadits. *Journal An-Nafs:Kajian dan Penelitian Psikologi*, 1(1), 31-50.
- Gintari, K. W., Jayanti, D. M., Laksmi, I. G., & Sintari, S. N. (2023). Kesehatan Mental pada Remaja. *Journal Nursing Research Publication Media*, 2(3), 167-183.
- Ilmi, N., & Harahap, P. S. (2024). Mental Health, Seberapa Penting Mental Health Bagi Remaja? *Pendidikan Tambusuai*, 8(1), 577-582.
- Kumala, S. A. (2024, Februari). Pentingnya Sosialisasi Menjaga Kesehatan Mental Bagi Remaja Guna Meningkatkan Kesadaran Akan Masalah Kesehatan Mental di masa Pandemi di Desa Wonojoyo . *Pengabdian Masyarakat Universitas Gorontalo*, 6(1), 136-144.
- Malfasari, E., Sarimah, Febtrina, R., & Herniyanti, R. (2020, Agustus). Kondisi Mental Emosonal pada Remaja. *Keperawatan Jiwa*, 8(3), 241-246.
- Mawaddah, N., & Prastya, A. (2023, Agustus). Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Remaja Melalui Stimulasi Perkembangan Psikososial pada Remaja. *Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 115-125.
- Munib, A., & Wulandari, F. (2021, Juli). Studi Literatur:Efektivitas Model Kooperatif Tipe Course Review Horay dalam Pembelajaran Ipa di Sekolah Dasar. *Pendidikan Dasar Nusantara*, 7(1), 160-172.
- Ningrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022, Juni). Meningkatkan Kepedulian terhadap Gangguan Kesehatan Mental pada Remaja. *Community Development Journal*, 3(2), 1174-1178.
- Prasetyo, A. E. (2021, Desember). Edukasi Mental Health Awareness Sebagai Upaya Untuk Merawat Kesehatan Mental Remaja di masa Pandemi. *Journal Of Empoweremnt*, 2(2), 261-269.
- Purnomosidi, F., Ernawati, S., Riskiana, D., & Indriyani, A. (2023). Kesehatan Mental pada Remaja. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 1-7.
- Riyansyah, R., Puspitadewi, L., & Ramadani, I. (2023, Desember). Kesehatan Mental Remaja: Analisis Keterkaitan Kontrol Diri dan Interaksi Sosial. *Istisyfa Jurnal Of Islamic Guidance and Conseling*, 2(03), 410-419.
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021, Juni). Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental pada Remaja. *Prophetic*, 4(1), 49-58.
- Sarmini, Putri, A., Maria, C., Syahrias, L., & Mustika, I. (2023). Penyuluhan Mental Health Upaya Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja. *Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 154-161.
- Supini, P., Gandakusumah, A. R., Asyifa, N., Auliya, Z. N., & Ismail, D. R. (2024, Juni). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja. *Jerumi*, 2(1), 166-172.



- Ulfah, E. (2021). Peran Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Remaja di masa Pandemi. *Psisula*, 3, 14-23.
- Widiyawati, W., Fitrianur, W. L., & Suminar, E. (2023, Oktober). Pendidikan Kesehatan Mental pada Remaja. *Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesian Journal Of Comunity Dedication In Health*, 04(01), 27-31.
- Yasipin, Rianti, S. A., & Hidayat, N. (2020). Peran Agama dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Manthiq*, 5(1), 25-31.