

**PENGUNAAN WEBISTE MENTAL CARE (MENCA) TERHADAP REMAJA SEBAGAI UPAYA
DALAM PENCEGAHAN MENTAL HEALTH ISSUES : DEPRESI**

*Use of Mental Care (MenCa) Websites in Adolescents as an Effort to Prevent Mental Health
Issues: Depression*

Erlangga M. Badar¹, Muhammad Nur², Masdiana³, Sri Angriani⁴, Rusni Mato⁵

Program Studi D3 Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Makassar
(erlangaa_kep22@poltekkes-mks.ac.id, +6285340906404)

ABSTRACT

Depression is a complex mental illness characterized by significant mood swings, loss of interest, and decreased energy. The percentage of depression in Indonesia in 2023 was 1.4% in the adolescent group. The objective of this study was to increase adolescent knowledge about preventing mental health issues: Depression using the Mental Care Website (MenCa) media. This study used the Quantitative Method and was analyzed by using the paired t-test statistical test to measure the increase in knowledge of the participants. The sampling technique used Simple Random Sampling and the questionnaire used was the "Mental Health Knowledge Questionnaire" (MHKQ) with a sample size of 30 students. The results of this study indicated that there was a significant difference between the pre-test and post-test results on the three pairs of data tested. After being tested with a paired t-test of the three pairs tested, the comparison produced a significance value (Sig. (2-tailed)) of 0.000. Confidence interval of 95%. There was an increase in knowledge from teenagers reaching 85% from the beginning of the pre-test to the second post-test. The results of the paired t-test also showed a significant increase. This proves that the mental care website can help improve adolescents' knowledge about mental health.

Keywords : *website, mental health issues, adolescents, depression*

ABSTRAK

Depresi merupakan penyakit mental yang kompleks ditandai dengan perubahan suasana hati yang signifikan, kehilangan minat, dan penurunan energi. persentase depresi di indonesia pada tahun 2023 sebesar 1.4% pada kelompok remaja. Tujuan penelitian ini yaitu meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan mental health issues : Depresi menggunakan media Website Mental Care (MenCa). Penelitian ini menggunakan Metode Kuantitatif dan dianalisa memakai uji statistik paired t-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan dari para peserta. Teknik pengambilan sampel menggunakan Simple Random Sampling dan kuesioner yang digunakan ialah "Mental Health Knowledge Questinnaire" (MHKQ) dengan jumlah sampel penelitian yaitu 30 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test pada ketiga pasangan data yang diuji. Setelah di uji paired t-test dari ketiga pasangan yang diuji perbandingan menghasilkan nilai signifikansi (Sig. (2-tailed)) sebesar 0.000. Interval kepercayaan 95%. Adanya peningkatan pengetahuan dari para remaja mencapai 85% dari

awal pre-test sampai post-test kedua. Hasil uji paired t-test juga menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hal ini membuktikan bahwa website mental care dapat membantu dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan mental

Kata Kunci : website, mental health issues, remaja, depresi

Pendahuluan

Kesehatan mental ialah topik yang tengah diperbincangkan secara global pada era modernisasi terutama di Indonesia. Berbagai tekanan yang sering dihadapi dapat menyebabkan Perubahan Emosi dan Mental Health Issues seperti Ansietas, Harga Diri Rendah, Depresi, Halusinasi serta Bunuh Diri. Depresi ialah gangguan mental yang kerap banyak dialami oleh masyarakat yang ada di Indonesia. Konflik orang tua muncul dari tuntutan otonomi remaja dan kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi oleh orang tua (Mastrotheodoros et al., 2020). Konflik dan perselisihan yang tinggi dalam hubungan guru - murid dapat berdampak negatif pada perkembangan sosial emosional remaja (Ettekal & Shi, 2020). Konflik teman sebaya dan perundungan merupakan pemicu stres yang signifikan bagi remaja, yang memengaruhi rasa aman dan kepemilikan mereka (Skarstein et al., 2020).

Menurut data dari WHO diperkirakan 3,8% populasi menderita depresi, mencakup 5% orang depresi (4% wanita

serta 6% pria), serta 5,7% individu depresi yang umurnya di atas 60 tahun. Berkisar 280 juta orang secara global mengalami gangguan depresi. Sekitar 50% lebih sering terjadi pada wanita daripada pria. Di setiap negara di dunia, antara 10% anak muda dan mereka yang hamil mengalami depresi. Lebih dari 700.000 orang tumbuh dikarenakan mereka menjadi lebih baik setiap tahun (WHO, 2023). Bunuh diri adalah penyebab ketiga pada orang berusia 15 hingga 29 tahun (WHO, 2024). Depresi dapat menyebabkan Perubahan emosional yang drastis dan dapat berubah secara tidak menentu serta menunjang perilaku yang menyimpang.

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) menyatakan bahwa 450 juta orang di penjuru dunia mengalami gangguan jiwa, neurologi, dan penyalahgunaan obat. data tersebut menyumbang 14% beban penyakit global. Sekitar 154 juta diantaranya menderita depresi. Dalam tingkat Nasional, Persentase depresi di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 1,4%. Kelompok remaja akhir (15 – 24 tahun) menyumbangkan peningkatan depresi paling tinggi, yaitu sebesar 2%. Dilain sisi, Sulawesi Selatan

mengambil persentase 1,7% kelompok remaja yang mengidap depresi (SKI, 2023). Adapun data yang dikumpulkan di wilayah Kabupaten Gowa menyatakan bahwa pada tahun 2021 depresi berkisar 12 orang, ansietas berkisar 16 orang, insomnia berkisar 10 orang. Banyaknya total individu yang mengalami gangguan jiwa mencapai 109 orang (Syisnawati et al., 2023).

Kurang efektifnya sumber pengetahuan melalui buku dan kertas dan perkembangan teknologi yang pesat menyebabkan semua orang melakukan adaptasi. Untuk itu, perkembangan era globalisasi yang telah menjadi kebutuhan sehari-hari dapat dimanfaatkan dalam peningkatan ilmu pengetahuan kepada para kelompok remaja sebagai upaya pencegahan terjadinya Mental Health Issue. Oleh karena itu, Adanya Website yang membahas tentang Mental Care dapat membantu masyarakat terutama pada kelompok remaja untuk mengakses informasi mengenai Kesehatan Mental.

Proyek ini bertujuan untuk mengembangkan website edukasi yang mengikuti era modern sebagai kemudahan dalam mengakses informasi bagi Masyarakat umum terutama para kelompok remaja yang termasuk dalam Generasi Z. Dengan adanya Website Mental Care ini, diharapkan adanya peningkatan

pemahaman terhadap masyarakat dan para kelompok remaja dalam Mencegah Mental Health Issues di era penuh dengan perkembangan teknologi.

Metode Penelitian

Penelitian ini melibatkan 30 siswa siswi yang terdaftar di SMA SMK Somba Opu sebagai subjek penelitian. Peserta penelitian yang berusia antara 15 hingga 21 tahun diharapkan dapat memperoleh manfaat langsung dari leaflet edukasi yang dikembangkan melalui metode yang digunakan.

Distribusi frekuensi serta proporsi setiap variabel penelitian dijelaskan secara deskriptif melalui analisis data. Pada studi berikut, analisis data digunakan untuk mendapatkan data tentang laporan pengisian kuesioner oleh responden. Hasil ini diperhitungkan pada penggunaan tabel distribusi persentase. (Silvia, 2019).

Studi berikut memakai Metode Kuantitatif dengan menggunakan data dari responden yang berbentuk kuesioner pre-test serta post-test dan dianalisis memakai uji statistik paired t-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan dari para peserta. Data ini dianalisis dengan metode deskriptif dengan menghitung persentase peningkatan skor pre-test serta post-test hasil kuesioner.

Hasil

Deskripsi Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik berdasarkan Jenis Kelamin

	Frekuensi	Persentase
Laki – Laki	17	56.7
Perempuan	13	43.3
Total	30	100.0

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa jumlah responden yang berjenis Laki – Laki sebanyak 17 orang dengan persentase 56,7% dan responden yang berjenis kelamin Perempuan sebanyak 13 orang dengan persentase 43.3%.

Tabel 2 Karakteristik berdasarkan Sumber Informasi

	Frekuensi	Persentase
Petugas Kesehatan	6	20
Media Massa	16	53.3
Guru	4	13.3
Orang Tua	4	13.3
Total	30	100.0

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 2 dapat ditinjau bahwa responden yang pernah mendengar informasi kesehatan mental melalui Petugas Kesehatan yaitu 6 orang dengan persentase 20%, 20 orang responden yang pernah mendengar tentang kesehatan mental di Media Massa dengan persentase 53.3%, dan ada masing masing 4 orang

yang mendengar tentang kesehatan mental melalui Guru dan juga Orang tua dengan persentase 13.3%.

Deskripsi Hasil Kuesioner

Tabel 3 Hasil Peningkatan Pengetahuan Responden

Variabel	Rata – Rata	Peningkatan (%)
Pre – Test	40	-
Post – Test Pertama	55	39%
Post – Test Kedua	85	53%

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat dilihat bahwa pada tahap pre-test, rata-rata nilai yang diperoleh responden adalah 40, yang menunjukkan tingkat pengetahuan awal yang relatif rendah. Setelah intervensi, pada post-test pertama, rata-rata nilai meningkat menjadi 55 dengan persentase peningkatan sebesar 39%. Selanjutnya pada post-test kedua, rata-rata nilai kembali mengalami peningkatan yang signifikan menjadi 85, dengan persentase peningkatan mencapai 53%.

Analisis Penelitian

Uji Normalitas

Tabel 5 Test of Normality

Uji	Kolmogorov Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Test	0,117	30	0,200	0,968	30	0,480
Post Test 1	0,175	30	0,019	0,935	30	0,066
Post Test 2	0,067	30	0,	0,983	30	0,900

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 5 menunjukkan hasil dari uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk, yang digunakan untuk menilai distribusi normal dari data. Berdasarkan hasil uji Shapiro-Wilk, nilai statistik untuk pre-test baru adalah 0,968 dengan signifikansi (Sig.) sebesar 0,480, yang menunjukkan bahwa data pada pre-test baru berdistribusi normal. Begitu pula, pada hasil post-test pertama dan kedua masing-masing menunjukkan nilai statistik sebesar 0,935 (Sig. 0,966) dan 0,983 (Sig. 0,900), yang menunjukkan kedua set data ini juga berdistribusi normal.

Paired Samples t - test

Tabel 5 Paired Samples Test

Mean	Paired Differences		t	df	Sig. (2-tailed)	
	Std. Deviation	95% Confidence Interval of the Difference				
		Lower				Upper

Pair 1	Pre-Test - Post-Test Pertama	-15,800	11,260	-20,005	-11,595	-7,686	29	0,000
Pair 2	Pre-Test - Post-Test Kedua	-45,233	15,384	-50,978	-39,489	-16,105	29	0,000
Pair 3	Post-Test Pertama - Post-Test Kedua	-29,433	10,517	-33,360	-25,506	-15,329	29	0,000

Sumber : Data Primer, 2025

Analisis ini menggunakan uji t berpasangan untuk mengidentifikasi perbedaan signifikan antara nilai-nilai yang diperoleh. Pada **Pair 1**, rata-rata perbedaan (Mean) tercatat sebesar -15.800 dengan standar deviasi (Std. Deviation) 11.260 dan nilai t sebesar -7.686, yang menghasilkan nilai signifikansi (Sig. (2-tailed)) sebesar 0.000. Interval kepercayaan 95% untuk perbedaan ini berkisar antara -20.005 hingga -11.595, menunjukkan bahwa perbedaan yang signifikan terjadi dengan tingkat kepercayaan yang tinggi. Di **Pair 2**, perbedaan rata-rata mencapai -45.233 dengan standar deviasi 15.384. Nilai t untuk pasangan ini adalah -16.105, dengan signifikansi yang sama yaitu 0.000. Interval kepercayaan 95% untuk perbedaan ini juga menunjukkan nilai signifikan, yakni antara -50.978 dan -39.489, yang memperkuat hasil analisis ini. Selanjutnya untuk **Pair 3**, nilai rata-rata perbedaannya sebesar -

29.433 dengan Std. Deviasi yang tercatat pada 10.517. Nilai t yang dihasilkan adalah -15.329 dengan Sig. (2-tailed) juga sebesar 0.000. Interval kepercayaan 95% untuk perbedaan ini bervariasi antara -33.360 dan -25.506, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada pasangan data ini.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Berdasarkan Tabel 1, distribusi responden menunjukkan proporsi laki-laki yang lebih dominan dengan 17 orang (57%) dibandingkan perempuan sebanyak 13 orang (43%), di mana minat individu dari kedua jenis kelamin terhadap pembelajaran kesehatan mental dipengaruhi oleh tingkat depresi yang timbul akibat kepadatan aktivitas, akumulasi tugas, dan pengelolaan lingkungan yang kurang efektif, sehingga berkontribusi pada peningkatan tekanan psikologis; penelitian oleh Rohmatillah et al. (2021) mengidentifikasi jenis kelamin sebagai faktor utama yang memengaruhi peningkatan depresi atau stres, dengan temuan bahwa perempuan cenderung lebih siap menghadapi masalah dibandingkan laki-laki yang dipengaruhi respons "fight or flight", sehingga stres sering muncul sebagai gejala awal depresi saat pengambilan

keputusan, sementara risiko depresi pada perempuan dinilai lebih berat meskipun menghadapi lebih banyak stressor—hal ini didukung oleh Saptaning Wilujeng et al. (2023) yang menyatakan bahwa risiko depresi pada perempuan lebih tinggi akibat sikap emosional dan sensitif dalam menghadapi masalah. Dalam konteks upaya mitigasi melalui literasi kesehatan mental, Tabel 2 mengungkapkan bahwa media massa menjadi sumber informasi paling banyak dimanfaatkan oleh remaja sebagai sarana literasi untuk memperoleh pengetahuan, didorong oleh kesesuaiannya dengan gaya hidup remaja, kemajuan teknologi, desain yang mudah diingat, serta aksesibilitas yang meningkatkan efektivitas penggunaan; temuan ini sejalan dengan penelitian Ismatul Maula Hikmah et al. (2024), yang menyatakan bahwa "Pendidikan yang menggunakan media massa membuat pembelajaran tidak monoton dan juga meningkatkan minat serta motivasi untuk belajar."

Peningkatan signifikan yang terjadi dari pre-test ke post-test 1 sebesar 39% dan dari post-test 1 ke post-test 2 sebesar 53%, yang mengindikasikan efektivitas program intervensi dalam meningkatkan pengetahuan responden secara berkelanjutan. Temuan ini sejalan dengan bukti empiris bahwa pembelajaran

terstruktur mampu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan peserta. Dukungan lebih lanjut diperoleh dari penelitian Fatollah (2023), yang menyatakan bahwa "pembelajaran E-Learning secara terstruktur mempunyai pengaruh yang positif terhadap hasil belajar siswa sehingga apabila pembelajaran E-learning dengan tugas terstruktur ini meningkat maka hasil belajar para siswa juga akan meningkat." Selain itu, Ni'mah dan Widodo (2022) menegaskan bahwa "pembelajaran terstruktur mendapatkan respon positif terhadap kegiatan pembelajaran yang membahas tentang Aliran listrik dan sesuai dengan ketertarikan dari para siswa."

Secara keseluruhan, analisis hasil penelitian menunjukkan perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test pada ketiga pasangan data, mengindikasikan pengaruh bermakna dari perlakuan terhadap hasil observasi. Temuan ini selaras dengan Ma et al. (2024), yang menyatakan bahwa "intervensi dalam bentuk teknologi digital efektif dalam menghasilkan pengurangan skor depresi jangka pendek yang signifikan di kalangan remaja dan dewasa muda," serta penelitian Nasrazuhdy et al. (2022b) yang membuktikan bahwa website edukasi pencegahan obesitas meningkatkan

pengetahuan siswa SMA Negeri 3 Kabupaten Kerinci. Berdasarkan studi empiris relevan, implementasi website berfokus pada perawatan kesehatan mental secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan depresi, dengan media massa sebagai sumber informasi yang efektif berkat penyajian cepat dan akurat.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Sekolah Menengah Kejuruan Teknik (SMKT) Somba Opu, terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan responden dari pre-test awal hingga post-test kedua, yang menunjukkan efektivitas intervensi melalui website Mental Care dalam meningkatkan pemahaman dan minat belajar remaja terhadap perawatan kesehatan mental. Implementasi ini selaras dengan perkembangan teknologi, di mana media massa semakin banyak dimanfaatkan sebagai sumber informasi utama. Oleh karena itu, kesehatan mental memerlukan perhatian lebih intensif dari guru, institusi sekolah, dan lingkungan sekitar.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah

berkontribusi dalam penyusunan jurnal ini.

Referensi

- Ettekal, I., & Shi, Q. (2020). Developmental trajectories of teacher-student relationships and longitudinal associations with children's conduct problems from Grades 1 to 12. *Journal of School Psychology, 82*, 17–35. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2020.07.004>
- Fatollah. (2023). Pengaruh Pembelajaran E-Learning dan Pemberian Tugas Terstruktur Terhadap Hasil Belajar Sejarah. *Jurnal Kualita Pendidikan, 4*(1), 1–7.
- Hasyim, M. (2024). *Tantangan dan Peluang Pendidikan Kesehatan di Era Digital: Membangun Kesadaran Kesehatan Online. 1*. <https://doi.org/10.62872/zjb3re50>
- Henuriadi. (2022). *GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS XII TENTANG KESEHATAN MENTAL BAGI REMAJA DI SMA NEGERI 2 KASONGAN*.
- Judijanto, L., Zakiah, I., & Piatun Khodijah, U. (2024). INTEGRASI TEKNOLOGI DIGITAL DALAM PEMBELAJARAN KESEHATAN DI ERA MODERN. *JK: Jurnal Kesehatan, 2*(8), 540–551.
- Kalalo, R., Basoeki, L., & Purnomo, W. (2019). *HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH DAN DEPRESI PADA REMAJA OVERWEIGHT-OBESE*.
- Ma, Q., Shi, Y., Zhao, W., Zhang, H., Tan, D., Ji, C., & Liu, L. (2024). Effectiveness of internet-based self-help interventions for depression in adolescents and young adults: a systematic review and meta-analysis. In *BMC Psychiatry* (Vol. 24, Issue 1). BioMed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-06046-x>
- Mastrotheodoros, S., Van der Graaff, J., Deković, M., Meeus, W. H. J., & Branje, S. (2020). Parent–Adolescent Conflict across Adolescence: Trajectories of Informant Discrepancies and Associations with Personality Types. *Journal of Youth and Adolescence, 49*(1), 119–135. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01054-7>
- Munirah, I., Utami, H. N., Rahma, J., Mukhlisatunnafsi, L., Adni, A., Studi, P., & Dokter, P. (2024). *Studi Literatur: Penggunaan Media Sosial Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Depresi*. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Nasrazuhdy, Agraini, Nopindra, A., & Saquro, A. (2022a). Sosialisasi Edukasi Obesitas pada remaja dengan Websiite. *Jurnal Abdikemas, 4*, 57–65. <https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v4i2>
- Nasrazuhdy, Agraini, Nopindra, A., & Saquro, A. (2022b). Sosialisasi Edukasi Obesitas pada remaja dengan Websiite. *Jurnal Abdikemas, 4*, 57–65. <https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v4i2>
- Nathasya, H., Nuraini, P., Zahara, S., Thohiroh, A., Salma, T., & Rozzaqyah, F. (2024). *ANALISIS*

- TINGKAT DAN FAKTOR PENYEBAB DEPRESI SE ASIA TENGGARA* (Vol. 5, Issue 1).
- Ni'mah, M., & Widodo, W. (2022). Penerapan Model Pembelajaran Inkuiri Terstruktur Berbantuan Virtual-Laboratory PhET Untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Listrik Dinamis. *PENSA E-JURNAL*.
- Pingan, R., Nisa Berawi, K., Budiarto, A., Gita Mutiara, U., & Olahraga sebagai Terapi Depresi, E. (2019). *Efektivitas Olahraga sebagai Terapi Depresi*.
- Pragholapati, A., Muliani, R., Ayu Yulianti, M., Studi Keperawatan, P., & Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, F. (2021). ANALITIKA Jurnal Magister Psikologi UMA Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Impact of Expressive Writing Therapy on Depression Levels in Elderly. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(1), 2502–4590.
<https://doi.org/10.31289/analitika.v13i1.4859>
- Putri, A. A., Hermansyah, A., Faranjhia, H., Gifari, L. M. A., Zakiyyah, L., Fauzan, M., Amatullah, T. A., & Adni, A. (2024). Clinical Manifestation of Depression in Adolescent: A Literature Review. *Jurnal Biologi Tropis*, 24(1b), 264–271.
<https://doi.org/10.29303/jbt.v24i1b.7943>
- Ramadani, I. R., Islam, U., Sumatera, N., Medan, U., Rozzaq, B. K., William, J., Ps, I. V, Estate, M., Percut, K., Tuan, S., & Serdang, K. D. (2024). *BERSATU: Jurnal Pendidikan Bhinneka Tunggal Ika Depresi, Penyebab Dan Gejala Depresi Tryana Fauziyah*.
<https://doi.org/10.51903/bersatu.v2i2.619>
- Ratnawulan, T., Yosepty, R., Kusmiati, I., Widiawati, L., & Kusmawati, N. N. (2024). PEMANFAATAN TEKNOLOGI INFORMASI DAN KOMUNIKASI UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA. *EDUSAINTEK: Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 11(2), 781–796.
<https://doi.org/10.47668/edusaintek.v11i2.1167>
- Riadi, M. (2022, December 29). *Populasi dan Sampel Penelitian (Pengertian, Proses, Teknik Pengambilan dan Rumus)*. [kajianpustaka.xom. https://www.kajianpustaka.com/2020/11/populasi-dan-sampel-penelitian.html](https://www.kajianpustaka.com/2020/11/populasi-dan-sampel-penelitian.html)
- Rohmatillah, W., Psikologi, F., Yudharta Pasuruan, U., & Kholifah, N. (2021). *Stress Akademik antara Laki-laki dan Perempuan Siswa School from Home* (Vol. 8, Issue 1).
- Saptaning Wilujeng, C., Gizi, D., Ilmu Kesehatan, F., Yusuf Habibie, I., & Dwi Indiah Ventyaningsih, A. (2023). Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Kategori Stres pada Remaja di SMP Brawijaya Smart School. In *SSEJ* (Vol. 3, Issue 1).
- Saputri, R., & Rahayu, D. A. (2020). Penurunan Resiko Bunuh Diri Dengan Terapi Relaksasi Guided Imagery Pada Pasien Depresi Berat. *Ners Muda*, 1(3), 165.

- <https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6212>
- Skarstein, S., Helseth, S., & Kvarme, L. G. (2020). It hurts inside: a qualitative study investigating social exclusion and bullying among adolescents reporting frequent pain and high use of non-prescription analgesics. *BMC Psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00478-2>
- SKI. (2023). *Depresi pada Anak Muda di Indonesia*. 146–153. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Sosialita, T. D. (2023). Efektivitas Konseling Online pada Kesehatan Mental Remaja. *Universitas Airlangga*, 13(1), 69–80. <https://doi.org/10.24127/gdn.v12i2.6424>
- Syisnawati, Musdalifah, & Maulinda. (2023). ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEKAMBUHAN PASIEN GANGGUAN JIWA. In *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia* (Vol. 11).
- WHO. (2023, March 31). *Depressive disorder (depression)*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- WHO. (2024, October 10). *Mental health of adolescents*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Wijaya Fakultas Psikologi, C., Diponegoro, U., Sunario, J., & Tembalang, K. (2024). PEMANFAATAN KECERDASAN BUATAN DALAM APLIKASI MODERATED ONLINE SOCIAL THERAPY UNTUK PEMULIHAN KESEHATAN MENTAL REMAJA. In *Jurnal Empati* (Vol. 13).
- World Health Organization. (2023). *Health promotion through print media: Best practices in leaflet distribution*. WHO Press. Retrieved from <https://www.who.int>
- Yuliyanti, S., & Juliangkary, E. (2023). *Bullying di lingkungan pendidikan: Analisis filsafat pendidikan dari multiperspektif*. *Jurnal Ilmiah IKIP Mataram*, 10(2), 230–242.
- Zakiyah, N., & Khusumadewi, R. (2024). *Luka Batin Tak Terlihat: Dampak Bullying pada Kesehatan Psikologis Siswa*. *Vitalitas Medis: Jurnal Kesehatan*
- Zhang, Y., et al. (2020). *Implementation of artificial intelligence in digital marketing development: A thematic review and practical exploration*. *Journal of Business, Accounting, and Technology*, 12(3), 45-60.