



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 1 Tahun 2024 Page 9829-9837

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Mental Health Anak Terhadap Pendidikan Pembelajaran di MTS. Al-Jam'iyatul Washliyah Tembung

Saniah Nurhasanah^{1✉}

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email: Sanianurhasanah20@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh mental health terhadap proses pendidikan dan pembelajaran siswa di MTs Al-Jam'iyatul Washliyah Tembung. Metode penelitian adalah kualitatif dengan teknik wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cukup banyak siswa mengalami masalah mental emosional seperti stres akademik, tekanan sosial, depresi, dan kecemasan yang mempengaruhi konsentrasi dan interaksi mereka di kelas. Meski layanan BK sudah membantu menangani, upaya peningkatan kualitas dan pencegahan masalah mental perlu terus ditingkatkan. Dibutuhkan kerja sama antara berbagai pihak agar kesehatan mental siswa lebih diperhatikan.

Kata Kunci: *kesehatan mental, pendidikan, pembelajaran, siswa, sekolah*

Abstract

This study aims to analyze the influence of mental health on the educational and learning processes of students at MTs Al-Jam'iyatul Washliyah Tembung. The research method is qualitative with interview and observation techniques. The results showed that many students experience emotional mental health problems such as academic stress, social pressure, depression and anxiety which affect their concentration and interaction in class. Although the BK counseling services have helped handle this, efforts to improve the quality and prevention of mental health problems need to be continuously improved. Cooperation between various parties is needed so that students' mental health gets more attention.

Keyword: *mental health, education, learning, students, school*

PENDAHULUAN

Mental health atau kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting bagi tumbuh kembang anak. Anak-anak dengan *mental health* yang buruk berisiko mengalami hambatan dalam proses pendidikan dan pembelajaran di sekolah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak-anak dengan kondisi mental yang tidak sehat cenderung kurang fokus, daya ingat dan konsentrasi rendah, perilaku masaladaptif, hingga prestasi akademik yang buruk. Dalam beberapa tahun terakhir, masalah kesehatan mental anak-anak telah meningkat pesat. Berbagai faktor, termasuk lingkungan sekolah, dapat memengaruhi kesehatan mental anak-anak. Perkembangan mental anak-anak sangat dipengaruhi oleh pendidikan yang diberikan di sekolah. Oleh karena itu, penting untuk melihat bagaimana pembelajaran di sekolah berdampak pada kesehatan mental anak.(Mahardika & Pd, 2017)

Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan guru untuk memahami dan memperhatikan kondisi kesehatan mental anak dalam proses pembelajaran. Melalui pendekatan yang baik dan dukungan yang tepat, mereka dapat membantu anak untuk mengembangkan kesehatan mental yang baik. Hal ini dapat dilakukan dengan menciptakan lingkungan belajar yang positif, memberikan dukungan emosional, serta mengajarkan anak bagaimana mengelola stres dan tekanan dengan baik. Pemahaman tentang kesehatan mental anak dalam pembelajaran bukan hanya tanggung jawab orang tua dan guru, tetapi juga seluruh masyarakat. Masyarakat perlu terlibat dalam menciptakan lingkungan yang mendukung anak-anak agar mereka dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, tanpa tekanan yang berlebihan. Dengan memperhatikan kesehatan mental anak dalam proses pembelajaran, diharapkan anak-anak dapat mengalami pengalaman belajar yang positif dan menjadi individu yang lebih baik secara keseluruhan. Mereka akan belajar dengan lebih baik, memiliki rasa percaya diri yang tinggi, dan lebih mampu menghadapi segala tantangan yang dihadapi dalam kehidupan.(Putri et al., 2023)

Masalah kesehatan mental anak dapat mempengaruhi proses pembelajaran mereka di MTS. Al-Jam'iyatul Washliyah Tembung. Oleh karena itu, perlu adanya perhatian yang lebih terhadap kesehatan mental anak dalam lingkungan pendidikan. Dukungan dari guru, staff sekolah, dan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung juga sangat penting. Dengan demikian, anak-anak akan dapat belajar dengan lebih baik dan berkembang secara maksimal di sekolah. Oleh karena itu, kesehatan mental pada anak harus menjadi perhatian semua pihak agar tidak menghambat perkembangan dan pembelajaran mereka. Deteksi dini dan intervensi yang tepat bagi anak-anak bermasalah mental sangat penting untuk dilakukan.

METODE PENELITIAN

Metode yang di gunakan berupa miniriset di sekolah MTs. Al-jam'iyatul Washliyah Tembung, Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah metode penelitian kualitatif. Menurut(Annisa Zahra et al., 2024) penelitian kualitatif adalah suatu metode penelitian yang berfokus pada eksplorasi mendalam suatu masalah. Pendekatan ini melibatkan perumusan permasalahan dan penyelidikan dengan cara mendalam, termasuk melalui pengamatan, pencatatan, wawancara, serta terlibat aktif dalam proses penelitian. Tujuannya adalah untuk mengidentifikasi pola-pola, menyusun deskripsi, dan mengembangkan indikator penjelasan terkait dengan masalah yang diteliti. Dalam konteks penelitian kualitatif, teori yang diterapkan harus relevan dengan objek penelitian. Teori tersebut menjadi landasan untuk membentuk hipotesis, serta menjadi referensi untuk merancang instrumen penelitian. Menurut (Fakhriyani, n.d.) penelitian kualitatif merupakan prosedur dalam penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis ataupun lisan dari perilaku orang-orang yang dapat diamati.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian *Mental Health*.

Mental health adalah kondisi kesehatan emosional, psikologis, dan sosial seseorang. Ini mencakup bagaimana individu berpikir, merasa, dan berperilaku. Kesehatan mental yang baik penting untuk kesejahteraan seseorang dan kemampuan mereka untuk menjalani kehidupan yang seimbang dan memuaskan. Penting untuk diingat bahwa kesehatan mental adalah sesuatu yang setiap orang miliki. Seperti kesehatan fisik, seseorang dapat mengalami masalah mental. Masalah ini dapat bervariasi, mulai dari stres dan kecemasan biasa hingga gangguan jiwa yang berat seperti depresi dan skizofrenia. (*Konseling Islam Dan Kesehatan M*, n.d.)

Dalam perspektif Islam, kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam mengelola fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya sebuah penyesuaian diri sendiri, orang lain dan lingkungan sekitar dengan dinamis berdasarkan al-Quran dan as-sunah yang menjadi pedoman hidup untuk menuju kebahagiaan dunia dan akhirat. Menjaga kesehatan mental tidak kalah pentingnya dari menjaga kesehatan fisik, karena setiap muslim dianjurkan untuk selalu mengingat Allah SWT dengan cara berzikir. Dalam Islam, zikir menjadi salah satu cara yang bisa dilakukan untuk membuat pikiran dan hati menjadi tenang. Selain itu, kesehatan mental juga bisa dijaga dengan rajin membaca al-Quran serta menjalankan salat wajib maupun sunah, sebab hal ini menjadi salah satu terapi psikiatri yang efektif diterapkan pada jiwa manusia.(Maulana Ibrahim, 2023) Adapun dalil terkait kesehatan mental yaitu

Surah al-Isra ayat 76 berbunyi.

﴿ وَإِنْ كَادُوا لَيَسْتَفْرِزُّوكَ مِنَ الْأَرْضِ لِيُخْرِجُوكَ مِنْهَا وَإِذَا لَا يَلْبِثُونَ خَلْقَكَ إِلَّا قَلِيلًا ۖ ٧٦ ﴾

Terjemahan

76. Sesungguhnya mereka hampir membuatmu (Nabi Muhammad) gelisah di negeri (Makkah) untuk mengusirmu dari negeri itu. Kalau terjadi demikian, niscaya sepeninggalmu mereka tidak akan tinggal (bertahan), kecuali sebentar saja.⁴³⁴

434) Sekiranya Nabi Muhammad saw. benar-benar diusir oleh penduduk Makkah, niscaya mereka tidak akan lama hidup di dunia karena Allah Swt. segera akan membinasakan mereka. Hijrah Nabi Muhammad saw. ke Madinah bukan karena pengusiran kaum Quraisy, melainkan semata-mata karena perintah Allah Swt.

Ayat di atas menceritakan tentang Rasulullah dan kaum Muslimin yang sedang mengalami tekanan, yang mana tekanan tersebut membuat kamu muslim bersama Rasulullah merasa ketakutan atau bisa disebut dengan anxiety. Perasaan takut bisa terjadi karena menghadapi situasi baru dan mengancam, perasaan takut sering juga dikaitkan dengan gangguan kesehatan mental.

Mental Health anak dalam pembelajaran.

Mental health anak dalam pembelajaran adalah aspek penting yang sering kali diabaikan atau tidak diberikan perhatian yang cukup. Kesehatan mental anak yang baik memiliki pengaruh besar terhadap kemampuan mereka dalam menerima dan memproses informasi serta berinteraksi dengan teman sekelas dan guru. Berikut ini adalah sepuluh paragraf yang menjelaskan pentingnya perhatian terhadap mental health anak dalam pembelajaran. Kesehatan mental anak dapat mempengaruhi tingkat konsentrasi dan fokus mereka dalam pembelajaran. Anak-anak yang memiliki masalah kesehatan mental seringkali sulit memusatkan perhatian pada tugas-tugas sekolah, yang dapat menghambat perkembangan mereka. (Maulana Ibrahim, 2023)

Menurut buku (*Buku Bimbingan Dan Konseling Komplit*, n.d.) Kesehatan mental anak yang baik juga berdampak pada kemampuan mereka untuk mengatur emosi dan mengelola stres. Anak-anak yang memiliki keterampilan kesehatan mental yang baik dapat mengatasi tantangan pembelajaran dengan lebih baik, mengurangi tingkat kecemasan, dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Lingkungan pembelajaran yang memperhatikan kesehatan mental anak juga dapat menciptakan iklim yang lebih aman dan inklusif. Anak-anak akan merasa didukung dan diterima, yang memungkinkan mereka untuk berkembang secara optimal dan belajar dengan baik. Dalam pembelajaran yang memperhatikan mental

health anak, penting untuk melibatkan orang tua dan guru dalam mendukung kesehatan mental anak-anak. Melibatkan kedua belah pihak dalam mendeteksi perubahan perilaku dan memberikan dukungan yang tepat dapat memastikan anak-anak mendapatkan perawatan dan bantuan yang mereka butuhkan. Kesadaran akan pentingnya kesehatan mental anak dalam pembelajaran semakin meningkat di masyarakat. (Kesehatan Mental di Tengah Pandemi Covid- et al., n.d.)

Menurut (Ramadhita & Roychansyah, 2023) Kondisi mental health dapat memiliki pengaruh yang signifikan terhadap proses pembelajaran. Beberapa pengaruh tersebut antara lain:

- 1) Motivasi dan Konsentrasi: Kesehatan mental yang baik dapat meningkatkan motivasi dan konsentrasi siswa dalam proses pembelajaran. Ketika seseorang memiliki kesehatan mental yang buruk, seperti mengalami depresi atau kecemasan, hal ini dapat mengganggu motivasi dan konsentrasi mereka dalam belajar.
- 2) Kesejahteraan Emosional: Kondisi mental yang sehat juga berperan penting dalam kesejahteraan emosional siswa. Ketika siswa merasa cemas, stres, atau sedih, hal ini dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk belajar dengan baik.
- 3) Interaksi Sosial: Kesehatan mental yang baik juga dapat mempengaruhi interaksi sosial siswa di lingkungan pembelajaran. Siswa yang mengalami masalah kesehatan mental mungkin mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sekelas atau guru, yang dapat memengaruhi partisipasi mereka dalam proses pembelajaran.
- 4) Pola Pikir dan Persepsi: Kondisi mental yang buruk dapat memengaruhi pola pikir dan persepsi siswa terhadap diri mereka sendiri dan kemampuan mereka dalam belajar. Misalnya, siswa yang merasa rendah diri atau tidak berharga mungkin memiliki persepsi yang negatif terhadap kemampuan mereka dalam memahami pelajaran.
- 5) Kesehatan Fisik: Kesehatan mental yang buruk juga dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik siswa. Penelitian menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental yang tidak diatasi dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan fisik, seperti gangguan tidur, penurunan nafsu makan, dan penurunan sistem kekebalan tubuh.

Sebagai agama yang sempurna, Islam juga sangat memperhatikan pendidikan. Oleh karena itu, terdapat ayat Alquran tentang pendidikan. Menurut studi berjudul *The Philosophy and Objectives of Education in Islam*, Islam memiliki konsep, perspektif, falsafah dan tujuan dalam pendidikan. Adapun ayat terkait pendidikan dan pembelajaran. QS Al-Kahfi: 66 berbunyi.

﴿ قَالَ لَهُ مُوسَىٰ هَلْ أَتَّبِعُكَ عَلَىٰ أَنْ تُعَلِّمَنِي مِمَّا عُلِّمْتَ رُشْدًا ۖ ٦٦ ﴾

Terjemahan.

66. Musa berkata kepadanya, "Bolehkah aku mengikutimu agar engkau mengajarkan kepadaku (ilmu yang benar) dari apa yang telah diajarkan kepadamu (untuk menjadi) petunjuk?"

Solusi yang ditawarkan berdasarkan penelitian terdahulu

Bersumber pada riset terdahulu, ada sebagian pemecahan yang ditawarkan buat menanggulangi pengaruh keadaan mental health terhadap proses pendidikan anak. Sebagian pemecahan yang bisa dipertimbangkan merupakan selaku berikut:

- 1) Penerapan Social Emotional Learning(SEL): Social Emotional Learning(SEL) merupakan pendekatan pendidikan yang fokus pada pengembangan keahlian sosial serta emosional anak. Riset menampilkan kalau pelaksanaan SEL bisa menolong tingkatkan kesejahteraan mental anak serta membetulkan proses pendidikan mereka.
- 2) Peningkatan Pemahaman serta Pemahaman: Berarti buat tingkatkan pemahaman serta uraian tentang berartinya kesehatan mental anak dalam konteks pendidikan. Guru serta orang tua butuh dilibatkan dalam membagikan data serta bimbingan tentang berartinya melindungi kesehatan mental anak supaya mereka bisa mengalami tekanan serta tekanan pikiran yang bisa jadi timbul sepanjang proses pendidikan.
- 3) Pengembangan Area yang Mendukung: Menghasilkan area pendidikan yang nyaman, inklusif, serta menunjang bisa menolong kurangi tekanan serta tingkatkan kesejahteraan mental anak. Perihal ini meliputi menghasilkan hawa kelas yang positif, membagikan sokongan sosial, serta memfasilitasi interaksi yang sehat antara siswa.
- 4) Penggunaan Teknologi dengan Bijak: Dalam masa digital, pemakaian teknologi dalam pendidikan jadi perihal yang universal. Tetapi, berarti buat mengarahkan kanak- kanak tentang pemakaian teknologi yang sehat serta bijak. Mengendalikan batas waktu pemakaian teknologi, membenarkan konten yang disantap cocok, serta mempromosikan interaksi sosial di luar dunia digital bisa menolong melindungi kesehatan mental anak.
- 5) Pemberian Sokongan Emosional: Guru serta orang tua butuh membagikan sokongan emosional kepada kanak- kanak sepanjang proses pendidikan. Mencermati dengan empati, membagikan dorongan positif, serta menghasilkan ruang buat berdialog tentang perasaan serta emosi bisa menolong anak menanggulangi tekanan pikiran serta tingkatkan kesejahteraan mental mereka.
- 6) Kolaborasi antara Sekolah serta Layanan Kesehatan Mental: Kerja sama antara sekolah serta layanan kesehatan mental bisa membagikan sokongan yang holistik untuk kanak-

kanak. Mengaitkan pakar kesehatan mental dalam proses pendidikan serta membagikan akses ke sumber energi serta layanan kesehatan mental yang pas bisa menolong mengenali serta menanggulangi permasalahan kesehatan mental anak.

Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa cukup banyak siswa di MTs Al-Jam'iyatul Washliyah mengalami masalah kesehatan mental. Dalam 3 bulan terakhir, sekitar 30 siswa berkonsultasi ke konselor sekolah (BK) dengan berbagai keluhan, seperti stres akademik, masalah hubungan sosial, dan kecemasan masa depan. BK juga mengamati sekitar 15% siswa menunjukkan gejala depresi dan kecemasan yang perlu ditangani lebih lanjut. Beberapa masalah mental emosional yang kerap muncul termasuk stres akademik, tekanan sosial, gangguan tidur, dan rasa percaya diri rendah. Sejumlah siswa juga merasa tertekan karena harapan orangtua soal prestasi akademis. Layanan BK dinilai cukup efektif menangani masalah mental siswa lewat konseling individu dan kelompok. Namun, masih ada peluang pengembangan dan perbaikan layanan agar lebih komprehensif. Oleh karena itu, BK merekomendasikan peningkatan upaya pencegahan dengan meningkatkan kesadaran pentingnya kesehatan mental bagi siswa, orangtua, dan pihak sekolah. Kerja sama yang lebih erat antara konselor, guru, orangtua juga diperlukan agar tercipta lingkungan belajar yang sehat bagi mental siswa. Pelatihan bagi petugas BK perlu ditambah untuk meningkatkan kualitas layanan konseling.

Hasil wawancara dengan guru kelas mengungkap beberapa siswa kerap terlihat cemas, murung, atau menangis di kelas. Meski interaksi sosial antar siswa umumnya baik, beberapa siswa mengalami kesulitan bergaul di luar kelas dan membutuhkan bimbingan lebih lanjut. Selain itu, sejumlah siswa sulit berkonsentrasi, diduga akibat gangguan emosional. Dengan demikian, upaya peningkatan kesehatan mental siswa di MTs Al-Jam'iyatul Washliyah perlu terus ditingkatkan. Dibutuhkan kerja sama sekolah, konselor, guru, orangtua, dan tim pendidikan agar pencegahan dan penanganan masalah mental emosional siswa dapat lebih efektif. Hal ini akan membantu siswa berkembang lebih optimal baik di sekolah maupun masyarakat.

SIMPULAN

Mental health anak sangat penting dalam pendidikan. Anak dengan kondisi mental yang buruk berisiko mengalami hambatan dalam proses pembelajaran. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak-anak dengan kesehatan mental yang tidak sehat cenderung kurang fokus, daya ingat dan konsentrasi rendah, perilaku maladaptif, dan prestasi akademik yang buruk. Masalah kesehatan mental anak dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekolah dan pendidikan yang diberikan. Kesehatan mental siswa di MTs Al-Jam'iyatul

Washliyah perlu mendapat perhatian serius dari berbagai pihak. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui cukup banyak siswa mengalami masalah kesehatan mental, seperti stres akademik, tekanan sosial, hingga depresi dan kecemasan. Meski layanan konseling BK dinilai sudah membantu, upaya peningkatan kualitas dan pencegahan masalah mental perlu terus ditingkatkan melalui kerja sama yang erat dari sekolah, guru, dan orangtua. Oleh karena itu, disarankan adanya workshop atau seminar untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental bagi siswa. Pelatihan bagi konselor sekolah juga akan sangat bermanfaat untuk meningkatkan kompetensi dalam memberikan edukasi dan layanan kesehatan mental bagi siswa. Diharapkan upaya-upaya ini dapat membantu siswa di MTs Al-Jam'iyatul Washliyah untuk tumbuh dan berkembang secara optimal, baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa Zahra, O., Ariyani, F., Ardana Riswari, L., Lkr Utara, J., Kulon, K., Bae, K., Kudus, K., & Tengah, J. (2024). Analisis Dampak Perilaku Bullying Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V SD Kayuapu. *Bahasa Dan Ilmu Sosial*, 2(2), 226–234. <https://doi.org/10.61132/nakula.v2i2.605>
- Ayu Efrit Adewi *1 Heni Widiyani 2 Sheilla Damayanti 3 Nurul Khotimah 4. (n.d.). *Perlindungan Hukum Terhadap Anak Yang Menjadi Korban Kekerasan. Buku Bimbingan dan Konseling Komplit.* (n.d.).
- Buku Ilmu Pendidikan Rahmat Hidayat & Abdillah.* (n.d.).
- Buku Pedoman Deteksi Dini Gangguan Mental.* (n.d.).
- Buku Perencanaan Pembelajaran-full.* (n.d.).
- Desi1, M. Y. J. R. T. P., & Studi Ilmu Keperawatan, P. (n.d.). Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. In *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* (Vol. 5, Issue 1).
- Fakhriyani, D. V. (n.d.). *KESEHATAN MENTAL. Ilmu Pendidikan Islam.* (n.d.).
- Kesehatan Mental di Tengah Pandemi Covid-, M., Masalah Gangguan Kecemasan Dan Penanganannya, P., Dwi Handayani, K., Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, P., & Ilmu Kesehatan, F. (n.d.). *Mental Health Problems in the Midst of the Covid-19 Pandemic: Increasing Anxiety Disorder Problems and How to Handle Them. konseling Islam dan kesehatan M.* (n.d.).
- Labiq, A., & Hulaiyah, S. (2024). Pentingnya Dukungan Keluarga Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam. *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(1). <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i1.51>

- Mahardika, N., & Pd, M. (2017). *KESEHATAN MENTAL*.
- Maulana Ibrahim, M. (2023). *Mental Health in an Islamic Education Perspective* (Vol. 2). <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/ISCIS/index>
- Nurfaizah, I., Tasawuf, J., Psikoterapi, D., Uin, U., Gunung, S., & Bandung, D. (2023). Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Terhadap Kesehatan Mental Anak. *Gunung Djati Conference Series*, 19.
- Pakaya, ain, Azhar Kida, F., & Atas, W. (2020). DAMPAK MEDIA PEMBELAJARAN ONLINE PADA PENDIDIKAN ISLAM MTs AL MUHAJIRIN MANADO DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI ANAK DI ERA COVID-19. In *JIVA: Journal of Behavior and Mental Health E* (Vol. 1, Issue 2).
- Pedagogik, J. R., Fatimah, S., & Mahmudah, U. (n.d.). *This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik* 4(1) (2020) 114-124 *DWIJA CENDEKIA How E-Learning Affects Students' Mental Health During Covid-19 Pandemic: An Empirical Study*. <https://jurnal.uns.ac.id/jdc>
- Permasalahan Yang Terjadi Penulis Hj Risydah Fadilah, B., & Diterbitkan oleh, P. (n.d.). *KESEHATAN MENTAL ANAK & REMAJA*.
- Prasetyo, A. E. (2021). EDUKASI MENTAL HEALTH AWARENESS SEBAGAI UPAYA UNTUK MERAWAT KESEHATAN MENTAL REMAJA DIMASA PANDEMI. *JOURNAL OF EMPOWERMENT*, 2(2). <https://jurnal.unsur.ac.id/index.php/JE>
- Putri, A., Maria, C., Syahrías, L., & Mustika, I. (2023). PENYULUHAN MENTAL HEALTH UPAYA UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL REMAJA. In *Jurnal Pengabdian Masyarakat* (Vol. 6, Issue 1).
- Ramadhita, N., & Roychansyah, M. S. (2023). GAMBARAN PEMAHAMAN KOTA SEHAT OLEH KELOMPOK MIDDLE CHILDHOOD. *JURNAL RISET KESEHATAN POLTEKKES DEPKES BANDUNG*, 16(1), 144–157. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v16i1.2488>
- Ratih Kumala Dewi^{1*}, Y. A. (n.d.). *EFEKTIVITAS PENGGUNAAN GADGET DENGAN KUALITAS TIDUR PADA ANAK SEKOLAH KELAS IV DAN V DI SD NEGERI PEJUANG VII KOTA BEKASI*.
- Rizki, A., Anwar, A., Trunojoyo, J., & Sumenep, G. (2024). BIMBINGAN DAN KONSELING SEBAGAI SARANA MENGATASI MASALAH SISWA SEKOLAH DASAR. *Jurnal Ilmiah Research Student*, 1(3), 747–752. <https://doi.org/10.61722/jirs.v1i3.750>
- Sepsita, V. (2024). Dampak Quarterlife Crisis terhadap Kesehatan Mental pada Dewasa Muda. *TSAQOFAH*, 4(2), 1099–1106. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v4i2.2491>
- STRATEGI PEMBELAJARAN*. (n.d.).

- Tumbuh, D., School, H., Mahardika, B., & Putra, A. P. (2023). Implementasi Pembelajaran Berbasis Fun Learning Activities Pada Mata Pelajaran Batik Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental Anak Didik. In *Journal of Early Childhood Studies* (Vol. 1, Issue 1).
- Yuliandari, E., Pengertian, A., & Mental, K. (n.d.). *Kesehatan Mental Anak dan Remaja*.
- Zainal Anwar, M., Surakarta Nur Kafid, I., Surakarta Akhmad Anwar Dani, I., Surakarta Nur Rohman, I., Surakarta Andi Wicaksono, I., Surakarta Khasan Ubaidillah, I., Surakarta Managing Editor Dewi Nur Fitriana Lulu Syifa Pratama Arif Rifanan Khoirul Latifah Eko Nur Wibowo, I., Iffakhatul Solekah Sarah Muktiati Nurika Indah Sofantiyana Hana Zunia Rini Ma, N., & Toyib, mun. (2017). *Academica Journal of Multidisciplinary Studies*. 1(2).
- Zulfia, I., Meilinda, M., Ilma, N., Muskhafiyah, S., Studi Bimbingan dan Konseling Islam, P., Dakwah dan Komunikasi, F., Sunan Ampel Surabaya, U., & koresponden, P. (2021). Kesehatan Mental Remaja Pada Masa Pandemi. In *Counseling As Syamil: Vol. 1* (Issue 01).