

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA

2024

**Gambaran Literasi Kesehatan Mental Pada Remaja Pertengahan Pengguna
Handphone Di SMK Warga Surakarta Jurusan Teknik Kendaraan Ringan**

Ferdi Muhammad Rif'an¹⁾, Sigit Yulianto²⁾, Diyanah Syolihan Rinjani Putri³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Kusuma Husada Surakarta

^{2),3)} Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email: muhammadrifanferdi@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan kondisi individu yang dapat bekerja secara produktif, dapat mengatasi tekanan, serta dapat menyadari kemampuannya sendiri. Masalah kesehatan mental dapat diminimalisir dengan adanya tingkat literasi kesehatan mental yang baik. Tingkat literasi kesehatan mental dipengaruhi oleh aspek pengetahuan, sikap, dan kepercayaan terhadap masalah kesehatan mental. Adanya *handphone* sebagai perkembangan teknologi dapat mendorong luasnya informasi tentang kesehatan mental terutama pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran literasi kesehatan mental pada remaja pertengahan pengguna *handphone* di SMK Warga Surakarta jurusan teknik kendaraan ringan, penelitian dengan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi penelitian ini adalah siswa SMK Warga Surakarta. Teknik ini menggunakan teknik *total sampling* dan didapatkan responden sebesar 120 responden instrument penelitian ini menggunakan kuisioner *mental health knowledge questionnaire* (MHKQ). Data dianalisis menggunakan analisa univariat. Hasil tingkat literasi kesehatan mental responden penelitian di SMK Warga Surakarta yaitu berada pada tingkat literasi tinggi sebanyak 82 siswa (91,1%). Responden dengan kategori literasi kesehatan mental sedang sebanyak 8 siswa (8,9%). Jadi, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian yang didapatkan oleh peneliti bahwa siswa SMK Warga Surakarta yang menggunakan *handphone* memiliki tingkat literasi kesehatan mental tinggi.

Kata kunci: Remaja pertengahan, Literasi Kesehatan Mental, *Handphone*

Daftar Pustaka: 20 (2018-2020)

NURSING STUDY PROGRAM OF UNDERGRADUATE PROGRAMS
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024

**THE ASSESSMENT OF MENTAL HEALTH LITERACY AMONG MIDDLE
ADOLESCENTS AS MOBILE PHONE USERS IN LIGHT VEHICLE
ENGINEERING DEPARTMENT OF SMK WARGA SURAKARTA**

Ferdi Muhammad Rif'an¹⁾, Sigit Yulianto²⁾, Diyanah Syolihan Rinjani Putri³⁾

¹⁾ Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma
Husada Surakarta

²⁾³⁾ Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma
Husada Surakarta

Email: muhammadrifanferdi@gmail.com

ABSTRACT

Mental health refers to the state enabling individuals to function effectively. It encompassed the capacity to maintain productivity in work or other objectives, manage stress adaptively, and maintain a realistic self-awareness of their capabilities. Enhanced mental health literacy has the potential to reduce the prevalence of mental health issues. Mental health literacy is developed by individuals' knowledge, attitudes, and beliefs regarding mental health issues. The development of technology, especially mobile phones, can expand access to information about mental health, especially among adolescents. This study aimed to define mental health literacy in adolescent cellphone users in the Light Vehicle Engineering department at SMK Warga Surakarta. The type of research adopted a quantitative and descriptive approach. The population consisted of 120 students of SMK Warga Surakarta, using total sampling. The research instrument utilized the *mental health knowledge questionnaire* (MHKQ), and the data were analyzed by univariate analysis. The results demonstrated that 82 students (91.1%) had a high level of mental health literacy, while eight students (8.9%) had a moderate level of literacy. Thus, it concluded that adolescent cellphone users at SMK Warga Surakarta have a high level of mental health literacy.

Keywords: Adolescents, Mental Health Literacy, Mobile Phone

Bibliography: (20 references, 2018-2020)

Translate by Bambang A Syukur, M.Pd
HPI Number: 01-20-3697

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan kondisi individu yang dapat bekerja secara produktif, dapat mengatasi tekanan, serta dapat menyadari kemampuannya sendiri. Kondisi mental yang tidak sehat, akan mengakibatkan permasalahan yang juga dapat mengarah kepada masalah kejiwaan dan dapat dialami oleh siapa saja. Kesehatan mental khususnya untuk remaja masalah yang perlu menjadi fokus utama. Mengingat masa remaja merupakan fase dimana seseorang mengalami transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa (Rindu *et al.*, 2022).

Angka gangguan kesehatan mental di dunia berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) 2018 diperkirakan 3,6% anak usia 10-14 tahun, dan 15-19 tahun mengalami gangguan emosional. Depresi diperkirakan terjadi 1,1% remaja berusia 10-14 tahun, dan 2,8% pada remaja berusia 15- 19 tahun. menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018), prevalensi angka gangguan mental emosional pada usia \geq 15 tahun ke atas di Indonesia mencapai 9,8% atau kurang lebih 19 juta penduduk. dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Menurut laporan (Riskesdas, 2018) penduduk Provinsi Jawa Tengah yang mengalami gangguan mental emosional yaitu sekitar 67.057 atau sekitar 7,71% dari jumlah populasi. Sementara itu, yang mengalami gangguan kesehatan mental emosional di kabupaten Surakarta adalah 1,056 atau 5,51% dari jumlah populasi. Masalah kesehatan mental remaja sangat meningkat, meningkat remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa.

Menurut Rindu *et al.* (2022) masalah mental emosional merupakan masalah kesehatan mental yang paling sering terjadi pada remaja, mengingat masa remaja merupakan masa peralihan

dari anak menuju dewasa, dimana pada masa ini terjadi berbagai perubahan yang cukup bermakna baik secara fisik, mental, dan emosional maupun psikososial (Alini *et al.*, 2022). Gangguan mental pada remaja lebih cenderung meningkat sejalan dengan permasalahan kehidupan dan kemasyarakatan yang semakin kompleks. Perilaku remaja sangat rentang terhadap pengaruh lingkungan salah satu bagian perkembangan masa remaja yang tersulit adalah penyesuaian terhadap lingkungan sosial. Masa ini merupakan periode transisi perkembangan antara masa anak-anak dengan dewasa, sehingga melibatkan perubahan dari segi biologis, kognitif dan emosional (Rindu *et al.*, 2022). Seiring dengan perkembangan teknologi yang sangat pesat, tidak dapat di pungkiri bahwa remaja akan menggunakan fasilitas yang disediakan oleh teknologi tersebut. Penggunaan *handphone* yang masif pada remaja akan menimbulkan dampak positif dan negatif, sehingga remaja perlu bijak dalam menggunakan *handphone* (Doni, 2018).

Angka pengguna *handphone* di dunia berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) 2018 mencapai 6,9 miliar dengan jumlah populasi sebanyak 7,676 miliar. Menurut riset kesehatan dasar (Riskesdas 2018) pengguna *handphone* di Indonesia mencapai 143,2 juta jiwa. Dengan jumlah populasi sebanyak 171,1 juta jiwa. Sedangkan di Jawa Tengah menurut laporan (Riskesdas, 2018) pengguna *handphone* mencapai 77,52% atau 28,48 juta jiwa menggunakan *handphone*. Dan di Surakarta menurut (Riskesdas, 2018) pengguna *handphone* mencapai 88,89% dari total penduduk di Surakarta artinya sebanyak 465,125 warga Surakarta menggunakan *handphone*.

Dampak negatif dari pesatnya perkembangan *handphone* pada remaja pertengahan adalah timbulnya

penyalahgunaan *handphone* untuk hal-hal seperti kegiatan pornografi, pinjaman *online*, atau judi *online*, namun disisi lain perkembangan *handphone* juga memberikan dampak positif pada remaja pertengahan seperti akses informasi yang mudah bagi semua orang. Akses informasi yang mudah akan berpengaruh pada tingkat literasi kesehatan mental (Jamun, 2018). Literasi kesehatan mental merupakan pengetahuan dan keyakinan gangguan mental yang berpengaruh pada respon seseorang untuk mengenal, mengelola, dan mencegah terjadinya masalah kesehatan mental (Handayani *et al.*, 2021). Masalah kesehatan mental sering terjadi dari rentang usia 12-18 tahun, mengingat pada usia tersebut, terkadang seseorang tidak menyadari adanya tanda-tanda masalah kesehatan mental.

Masalah kesehatan mental pada remaja muncul pada kondisi perilaku yang tidak sesuai norma sehingga seringkali memicu konflik internal pada diri remaja. Kondisi tersebut apabila tidak dapat terselesaikan akan memberikan dampak negatif terutama pada proses pematangan karakternya. Dalam keadaan serba tanggung ini seringkali terjadinya konflik antara remaja dengan dirinya sendiri, kondisi ini sangat bervariasi yang bersifat individual, sehingga setiap remaja mampu menyelesaikan diri mereka dengan tuntuan lingkungannya (Alini *et al.*, 2022). Maka dari itu perlunya penyeimbangan yaitu dengan meningkatkan literasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan kepercayaan dalam mengenali atau mengelola serta mencegah gangguan mental tersebut (Fuady *et al.*, 2019).

Menurut penelitian Ramadhani (2021) menunjukkan terdapat 53,4% responden memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi dan 46,6% responden memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang rendah. menurut

data diatas semakin tinggi tingkat literasi semakin baik seseorang individu mempunyai kesehatan mental dan sebaliknya semakin rendah tingkat literasi semakin buruk seseorang individu banyak mengalami gangguan mental. Hal tersebut berkaitan dengan semakin tinggi literasi kesehatan mental, maka kemampuan seseorang untuk mengelola faktor penyebab masalah kesehatan mental akan semakin baik. Sedangkan menurut (Handayani *et al.*, 2021) menunjukkan mayoritas tingkat literasi kesehatan mental seseorang dengan usia 14 tahun adalah tingkat literasi sedang sebesar 25%. Menurut data diatas dengan usia 14 tahun masuk dalam kategori tingkat literasi rendah untuk keingintahuan tentang literasi kesehatan mental peserta didik dikarenakan kurangnya informasi di dapat dari sekolah dan tidak adanya keingintahuan dalam mencari informasi tentang kesehatan mental.

Upaya meningkatkan literasi kesehatan mental pada remaja dapat dilakukan dengan menggunakan *handphone* terkait kesehatan mental. Teknologi merupakan kegiatan untuk membantu individu kelompok masyarakat dalam meningkatkan ilmu pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk mencapai kehidupan yang sehat seoptimal mungkin (Rindu *et al.*, 2022). Salah satu media yang dapat digunakan adalah *handphone* yaitu internet. Seiring dengan perkembangan *handphone*, mulai dikembangkan untuk kegiatan penyuluhan. Salah satu alasannya yaitu, *handphone* mampu membuahkan hasil belajar yang lebih baik dalam mengingat, dan diiringi dengan mudahnya akses teknologi saat ini (Rachmayani, *et al.*, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara langsung terhadap 13 siswa SMK Warga Surakarta pada tanggal 17 Januari 2024

mendapatkan hasil 12 dari 13 siswa sangat sering mengakses *handphone*. Rata-rata aplikasi yang digunakan oleh siswa adalah Tiktok 60%, Instagram 20%, dan youtube 20%. Dari ke tiga jenis aplikasi itu siswa paling banyak mengakses aplikasi tiktok dalam penggunaan mencapai 5-8 jam dalam setiap hari. Dari 12 mahasiswa yang sering mengakses *handphone* tidak terdapat siswa yang membuka konten atau aplikasi seputar dunia kesehatan, kebanyakan siswa membuka konten lucu-lucuan. Salah satu siswa mengatakan tidak tertarik dengan konten kesehatan karena tidak menarik dan terkesan membosankan.

Berdasarkan permasalahan latar belakang di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran literasi Kesehatan mental pada remaja pertengahan pengguna *handphone* di SMK Warga Surakarta”. Peneliti ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menggambarkan literasi Kesehatan mental pada remaja pertengahan pengguna *handphone* di SMK Warga Surakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif observasional dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini akan mendeskripsikan gambaran tingkat literasi kesehatan mental pada remaja pertengahan pengguna teknologi di SMK Warga Surakarta Jurusan Teknik Kendaraan Ringan.

Populasi pada penelitian ini adalah siswa SMK Warga Surakarta Jurusan Teknik kelas X kendaraan ringan. Dengan populasi sebanyak 120 siswa. Dalam penelitian ini seluruh populasi yang memenuhi kriteria akan dijadikan sampel sehingga metode yang digunakan yaitu teknik *total sampling*. Dengan kriteria inklusi: a) Siswa SMK Warga Surakarta Jurusan Teknik Kendaraan

Ringan kelas X tahun ajaran 2023/2024; b) Siswa yang masuk dalam rentang usia remaja 15-18 tahun; c) Siswa pengguna teknologi berupa *handphone*; d) Siswa yang bersedia menjadi responden. Dan kriteria ekklusi: a) Siswa yang tidak masuk sekolah lebih dari 3 hari ketika proses pengambilan data; b) Remaja yang berusia lebih dari 18 tahun.

Pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, yang artinya seluruh populasi dijadikan sampel penelitian yaitu sejumlah 120 siswa. Namun hanya terdapat 90 siswa yang termasuk kedalam kriteria inklusi, 15 lainnya bukan merupakan usia rentang 15-18 tahun, 10 siswa tidak membawa *handphone*, dan 5 siswa tidak mau menjadi responden.

Penelitian ini dilakukan di SMK Warga Surakarta dan telah dilaksanakan pada bulan Maret 2024. Dengan menggunakan alat ukur berupa kuisioner *Mental Health Knowledge Questionnaire (MHKQ)* (Mahardika, 2021). Peneliti menggunakan analisis univariat dengan data karakteristik usia dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk *mean, standard deviasi, median, min, dan max*. tingkat literasi kesehatan mental disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia (n=90)

	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Median</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Usia	15,78	0,650	16	15	18

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 1 diketahui karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan kategori rata-rata (*mean*) usia responden adalah 15,78 tahun ($\pm 0,650$). Kategori usia paling rendah (*min*)

adalah 15 tahun dan paling tinggi (*max*) adalah 18 tahun. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Mangindaan, *et al.*, 2024) mayoritas usia 16 tahun merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap tingkat literasi kesehatan mental.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hardianti, *et al.*, 2021) mayoritas responden berusia 16 tahun. Selain itu, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pramithari, 2022) Dimana responden merupakan remaja pertengahan dan mayoritas berusia 15 tahun.

Usia remaja merupakan masa peralihan di mana pada masa itu terjadi pertumbuhan yang pesat termasuk sehingga mempengaruhi terjadinya perubahan-perubahan perkembangan fisik, mental, maupun peran sosial (Adila *et al.*, 2020). Proses perjalanan hidup dari masa kanak-kanak hingga usia remaja banyak memberikan pelajaran dan pengalaman seseorang (Suprayitna *et al.*, 2020). Seiring dengan meningkatnya pengetahuan yang positif maka aspek literasi kesehatan mental juga semakin terpenuhi sehingga tingkat literasi kesehatan mental pada remaja cenderung meningkat kearah yang lebih baik (Widyana, 2019).

Tingkat literasi kesehatan mental pada remaja cenderung lebih baik. Mengingat masa remaja memiliki pengalaman yang lebih luas dan memiliki informasi yang lebih baik (Daulay *et al.*, 2023). Remaja dengan pengetahuan dan pengalaman yang sudah mulai banyak akan berdampak pada tingkat literasi kesehatan mental yang semakin baik (Widyana, 2019).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor usia dapat berpengaruh pada tingkat literasi kesehatan mental. Peningkatan pengetahuan tentang kesehatan mental

pada remaja berpengaruh pada tingkat literasinya. Dimana usia remaja cenderung memiliki wawasan yang luas sehingga aspek pengetahuan pada literasi kesehatan mental dapat terpenuhi. Hal ini berkaitan dengan aspek-aspek yang membentuk literasi kesehatan mental bisa dicapai sehingga tingkatan literasi kesehatan mental remaja dapat menginjak kategori baik.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Literasi Kesehatan Mental (n=90)

Literasi Kesehatan Mental	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Ringan	0	0%
Sedang	8	8,9%
Tinggi	82	91,1%
Total	91	100 %

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa Tingkat Literasi Kesehatan Mental responden penelitian di SMK Warga Surakarta mayoritas berada pada tingkat literasi tinggi sebanyak 82 siswa (91,1%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Amalia, *et al.*, 2022) mengemukakan bahwa mayoritas tingkat literasi termasuk dalam kategori baik sebanyak 61 responden (61%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Komala *et al.*, 2023) mengemukakan bahwa responden dengan tingkat literasi baik sebanyak (74,4%). Selain itu, hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fuady *et al.*, 2019) menunjukkan bahwa mayoritas responden termasuk dalam kategori yang mempunyai tingkat literasi baik sebanyak 271 responden (54,1%).

Tingkat literasi kesehatan mental pada remaja cenderung baik. mengingat remaja sudah mengalami proses perjalanan hidup dari masa kanak-kanak hingga usia remaja sehingga sedikit banyak memberikan pelajaran dan pengalaman pada remaja (Suprayitna *et al.*, 2020). Terdapat banyak faktor yang

mempengaruhi tingkat literasi kesehatan mental remaja seperti aspek Pendidikan tingkat literasi yang baik juga dapat dipengaruhi oleh tingkatan Pendidikan karena Pendidikan berhubungan dengan kemampuan seseorang dalam menguasai berbagai hal serta memperoleh berbagai informasi, dalam meningkatkan literasi juga bisa melalui akses informasi kesehatan melalui berbagai media, konten-konten kesehatan mental, dan sebagainya (Ariyanti, 2022).

Literasi kesehatan mental terbentuk dari 3 aspek yaitu pengetahuan, kepercayaan dan sikap. Pengetahuan dapat menjadi upaya dalam memahami faktor – faktor resiko, penyebab, *self-treatments*, dan keberadaan profesional untuk membantu dalam menangani masalah kesehatan mental (Widyana, 2019). Aspek kepercayaan membangun rasa percaya diri seseorang dalam mengakui adanya permasalahan kesehatan mental dan melakukan upaya pencarian pertolongan (Sari, 2022). Sedangkan aspek sikap merupakan kebiasaan yang mendukung upaya pencarian bantuan dalam menghadapi permasalahan kesehatan mental secara tepat (Mahardika, 2021)

Tingkat literasi kesehatan mental akan meningkat seiring dengan aspek literasi kesehatan mental yang terpenuhi. Aspek pengetahuan bisa didapatkan melalui berbagai informasi yang didapat dari media elektronik seperti handphone (Wela *et al.*, 2020). Kurangnya informasi dan kesadaran responden terhadap kesehatan mental akan berdampak pada rendahnya literasi kesehatan mental. Sebaliknya, semakin banyak informasi yang diperoleh maka pengetahuan seseorang juga akan semakin baik (Setianingrum *et al.*, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian Wahyuni, *et al* (2022) bahwa peningkatan literasi kesehatan mental dapat dilakukan dengan penyampaian informasi tentang

kesehatan mental melalui media psikoedukasi.

Informasi mengenai kesehatan mental dapat diperoleh dari artikel dan konten yang banyak ditemukan di internet (Grace *et al.*, 2019). Hal tersebut merupakan salah satu hal positif yang dapat dimanfaatkan dari adanya *handphone*, mengingat penerimaan informasi kesehatan mental dapat diperoleh melalui handphone (Demelia *et al.*, 2023). Remaja cenderung memiliki durasi penggunaan *handphone* yang lebih tinggi jika dibandingkan usia dewasa maupun lansia (Isni, *et al.*, 2022). Hal tersebut menjadi faktor utama baiknya literasi kesehatan mental remaja. Alasan kemudahan dalam akses informasi seringkali menjadikan *handphone* sebagai media pendukung pembelajaran untuk mempermudah dan menambah wawasan (Rahmad, 2022).

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja pertengahan cenderung memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang baik. Hal ini berkaitan dengan kemudahan remaja dalam akses informasi, terutama informasi mengenai kesehatan mental. Adanya *handphone* sebagai salah satu bentuk perkembangan teknologi menjadi faktor pendukung terpenuhinya aspek kesehatan mental remaja. Sehingga tingkat literasi kesehatan mental pada remaja cenderung lebih baik

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang gambaran literasi kesehatan mental pada remaja pertengahan pengguna *handphone* di SMK Warga Surakarta Jurusan Teknik Kendaraan Ringan dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Karakteristik Responden berdasarkan usia pada penelitian ini adalah 15,78 tahun dengan usia paling rendah

adalah 15 tahun dan paling tinggi adalah 18 tahun.

- 2) Gambaran literasi kesehatan mental pada remaja pertengahan pengguna *handphone* di SMK Warga Surakarta mayoritas responden memiliki tingkat literasi kesehatan mental tinggi sebanyak 82 siswa (91,1%) dari 90 responden.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi responden, penelitian ini dapat menjadi gambaran bagi responden untuk lebih memperhatikan kesehatan mental pada remaja pertengahan dan responden dapat menyetabilkan tentang tingkat literasinya.
2. Bagi keperawatan, penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi acuan dalam melakukan identifikasi terhadap tingkat literasi kesehatan mental khususnya pada remaja pertengahan.
3. Bagi tempat penelitian penelitian ini dapat menjadi acuan dalam membina siswa dan upaya meningkatkan literasi serta kesehatan mental pada remaja pertengahan.
4. Bagi peneliti lain, penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber data dan acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melaksanakan penelitian, seperti memberikan intervensi kepada responden untuk meningkatkan literasi kesehatan mental remaja.
5. Bagi peneliti, menjadi pengalaman berharga bagi peneliti dalam melakukan penelitian dan menambah pengetahuan tentang literasi kesehatan mental pada remaja pertengahan pengguna *handphone*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adila, W., Rinjani, M., & Cinderela, P. (2020). Tingkat pengetahuan remaja tentang personal hygiene. *Journal of Psychological Perspective*, 1(2), 59–66. <https://doi.org/https://doi.org/10.47679/jopp.12492019>
- Alini, & Meisyalla, L. N. (2022). Gambaran Kesehatan Mental Remaja SMPN Bangkinang Kota Kabupaten Kampar. *Jurnal Ners*, 6(23), 80–85. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Demelia, K., Nuramadan, Zaenal, M., Vera, F. F., & Desmanarti, Z. (2023). Ketergantungan Handphone Pada Remaja. *JKIFN*, 3(1), 31–36.
- Doni, F. R. (2018). Perilaku Penggunaan Media Sosial Pada Kalangan Remaja.
- Fuady, I. A., Puji, R., As-Sahih, A. A., Muhiddin, S., & Sumantri, M. A. (2019). Trend Literasi Kesehatan Mental Trend of Mental Health Literacy. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 12–20
- Grace, S. B., Tandra, A. G. K., & Mary. (2019). Komunikasi Efektif dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental. *Jurnal Komunikasi*, 12(2), 191–210. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24912/jk.v12i2.5948>
- Handayani, R., Wahyuni, E., & Marjo, H. K. (2021). Gambaran Tingkat Literasi Kesehatan Mental Pada Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ilmu Pendidikan Indonesia*, 9(2), 79–85. <https://doi.org/10.31957/jipi.v9i2.1717>
- Isni, K., & Laila, F. N. (2022). Pemberdayaan Remaja Guna Meningkatkan Minat Literasi

- Kesehatan Mental di Era Digital. PengabdianMu: *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(6), 759–766.
- Mahardika, H. F. (2021). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Mental Dengan Stigma Gangguan Jiwa Di Masyarakat Desa Soko Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo. Universitas dr. Soebandi Jember.
- Rachmayani, D., & Kurniawati, Y. (2018). Gambaran Literasi Kesehatan Mental Pada Remaja Pengguna Teknologi. *Prosiding SEMNAS Penguatan Individu Di Era Revolusi Informasi*, 91–99.
- Rahmad. (2022). Dampak Penggunaan Smartphone Terhadap Perilaku Sosial Siswa. *Edustream: Jurnal Pendidikan Dasar*, 6(2), 154–160.
- Ramadhani, F. (2021). Gambaran Literasi Kesehatan Mental pada Mahasiswa Kesehatan di Daerah Istimewa Yogyakarta. Universitas Gadjah Mada.
- Rindu, R., Mulachela, Z. H., Wardani, I. S., & Badriyah, L. (2022). Penyuluhan Kesehatan Mental Sebagai Upaya Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Kelas XII. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju*, 3(02), 54–59. <https://doi.org/10.33221/jpmim.v3i02.2056>
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Retrieved From <https://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasilriskesdas-2018.pdf>
- Sari, P. (2022). Gambaran Status Kesehatan Mental Dan Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Non Kesehatan Universitas Hasanuddin Dalam Masa Pandemi Covid-19. Universitas Hasanuddin Makasar
- Suprayitna, M., Fatmawati, B. R., & AB, M. I. (2020). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang HIV/AIDS Di Pondok Pesantren Assulami Lombok Barat. *Jurnal Ilmiah YARSI Mataram (JISYM)*, 10(2), 17–22. website: <http://Journal.stikesyarsimataram.ac.id%0agambaranpenget%0aAhu%0an>
- Wahyuni, E., & Fitri, S. (2022). Peningkatan Literasi Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi COVID-19 Melalui Psikoedukasi Online. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4, 393–398. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2778601>
- Wela, S., Fitriana, R. N., & Fitriyani, N. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video Animasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Bullying Verbal di SMP Kristen 3 Surakarta.
- WHO. (2018). *Adolescent Health*. Retrieved From World Health Organization: <https://www.who.int/health-topics/Adolescent-Health>
- Widyana, N. D. N. (2019). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Mental Dengan Mental Illness Stigma Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya. In Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (Vol. 8, Issue 5). Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya