



**PENINGKATAN PENGETAHUAN SEHAT MENTAL UNTUK KELOMPOK GURU
DENGAN APLIKASI BERBASIS WEB DI SEKOLAH MENENGAH ATAS
PESANGGRAHAN JAKARTA SELATAN**

*Improving Mental Health Knowledge for Teachers' Groups with Web-Based Applications
at Pesanggrahan Senior High School, South Jakarta*

Nawindah^{*1}, Retno Wulandari¹, Mulyati²

¹Sistem Informasi Universitas Budi Luhur, ²Ilmu Komunikasi Universitas Budi Luhur
Jalan Ciledug Raya Petukangan Utara Jakarta Selatan Indonesia

*Alamat korespondensi: nawindah@budiluhur.ac.id

(Tanggal Submission: 14 November 2025, Tanggal Accepted : 26 Februari 2026)



Kata Kunci : <i>Peningkatan, Pengetahuan, Sehat Mental, Guru, Siswa</i>	Abstrak : Pengetahuan kesehatan mental bagi guru disekolah sangat dibutuhkan hal ini terlihat dari persentase stres remaja di Indonesia yang mencapai 9,8%. Sekolah merupakan salah satu tempat yang dapat menanggulangnya salah satu caranya dengan melakukan peningkatan pengetahuan sehat mental untuk kelompok guru yang dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 108 Jakarta. Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah menentukan permasalahan, melakukan studi literatur, memberikan solusi, melakukan pelaksanaan kegiatan dengan persiapan, pelaksanaan solusi kegiatan, penerapan teknologi dan evaluasi. Hasil kegiatan ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan kesehatan mental bagi guru dengan nilai tinggi, sedangkan untuk siswa yang telah melakukan skrining dengan menggunakan aplikasi berbasis web yaitu terdapat gejala gangguan kesehatan mental dengan presentase terbanyak pada pertanyaan nomor 1,4,12 sebanyak 55,6% yang terkait dengan faktor energi, kecemasan dan kognitif. Kesimpulannya bahwa terjadi peningkatan pengetahuan kesehatan mental Bapak/Ibu Guru dan dapat menggunakan aplikasi kesehatan mental berbasis web sebagai alat bantu skrining untuk siswa sehingga Bapak/Ibu guru dapat memberikan saran serta solusi yang dihadapi oleh siswa yang terdeteksi gangguan kesehatan mental dengan lebih mudah.
Key word : <i>Improving, Knowledge, Mental Health,</i>	Abstract : Mental health knowledge for teachers in schools is very necessary, this is evident from the percentage of adolescent stress in Indonesia which reaches 9.8%. Schools are one place that can overcome it, one way is by increasing mental health knowledge for groups of teachers, which was carried out at State



Teacher,
Student

Senior High School 108 Jakarta. The methods used in this activity were identifying problems, conducting literature studies, providing solutions, carrying out activities with preparation, implementing activity solutions, implementing technology and evaluation. The results of this activity were an increase in mental health knowledge for teachers with high scores, while for students who had been screened using a web-based application, there were symptoms of mental health disorders with the highest percentage in questions number 1, 4, 12 as much as 55.6% related to energy, anxiety and cognitive factors. The conclusion is that there has been an increase in mental health knowledge of teachers and can use web-based mental health applications as a screening tool for students so that teachers can provide advice and solutions faced by students who are detected with mental health disorders more easily.

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7th edition) :

Nawindah, Wulandari, R., Mulyati. (2026). Peningkatan Pengetahuan Sehat Mental Untuk Kelompok Guru Dengan Aplikasi Berbasis Web di Sekolah Menengah Atas Pesanggrahan Jakarta Selatan. *Jurnal Abdi Insani*, 13(2), 1124-1131. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v13i2.3555>

PENDAHULUAN

Kehidupan saat ini mengalami perubahan yang sangat cepat, remaja merupakan pribadi yang sangat aktif dalam penggunaan teknologi banyaknya informasi positif dan negatif di media sosial, internet membuat remaja harus mampu dan tangguh dalam membentengi diri dari pengaruh negatif, begitu pula terhadap kesehatan mentalnya. Tingkat stres yang terjadi terhadap remaja salah satunya sangat dipengaruhi oleh kecanduan penggunaan media sosial (Purwandini *et al.*, 2023; Najwa *et al.*, 2025). Persentase stres, depresi dan gangguan kecemasan pada remaja di Indonesia mencapai angka 9,8%. Paparan informasi teknologi negatif yang diterima secara berlebihan dapat berpengaruh terhadap kesehatan remaja. Institusi pendidikan merupakan salah satu tempat yang dapat meningkatkan serta mempromosikan kesehatan mental siswa. Berbagai masalah kesehatan mental siswa sering kali mengganggu kegiatan belajar mengajar disekolah, guru menjadi garda terdepan yang tentunya dapat membimbing dan memberikan solusi yang tepat bagi peserta didiknya. Problematika yang sering terjadi diantaranya waktu mengajar belum optimal, tidak ada kerja sama yang optimal antara siswa, orang tua dan pihak di luar sekolah, rendahnya bimbingan konseling, adanya persepsi negatif sehingga takut untuk menemui guru bimbingan konseling sehingga tidak menemukan tempat yang tepat untuk memberikan solusi bagi siswa (Nugroho *et al.*, 2021). Terdapat beberapa teknik yang digunakan dalam meredam stres dengan teknik guided imagery, dengan teknik ini membuat perasaan menjadi senang dan gembira sehingga stres dapat diredam atau dikurangi (Zikry *et al.*, 2020). Tingkat literasi kesehatan mental yang rendah menjadi masalah, perlunya peningkatan pengetahuan kesehatan mental guru agar berdampak pada kesehatan mental siswa (Yulianti *et al.*, 2021).

Tujuan kegiatan ini adalah dapat memberikan pengetahuan kesehatan mental kepada Bapak/Ibu Guru, siswa serta dapat menggunakan alat bantu untuk melakukan deteksi dini kesehatan mental menggunakan aplikasi berbasis web.

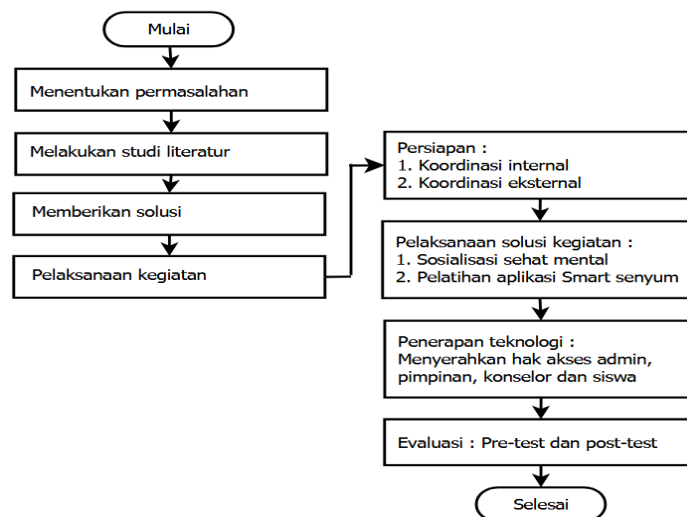
Salah satu kegiatan yang dapat diimplementasikan di sekolah-sekolah untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan mental adalah dengan melakukan psikoedukasi literasi kesehatan mental. Materi yang diberikan berupa diskusi, simulasi, dan praktik keterampilan psikologis (Fatimah *et al.*, 2024). Remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental perlu mendapatkan penanganan khusus, remaja yang umumnya sedang menempuh pendidikan di sekolah menengah juga memiliki permasalahan yang sama. Perhatian guru menjadi hal paling dinanti terutama bantuan dalam penanganan siswa bermasalah untuk dapat membantu siswa tentunya diperlukan pemberdayaan guru

untuk meningkatkan pengetahuannya dalam penanganan gangguan kesehatan mental melalui pelatihan secara berkala, mengoptimalkan bimbingan dan konseling serta mengoptimalkan usaha kesehatan sekolah dengan berkolaborasi dengan institusi kesehatan serta orang tua siswa (Ekayani *et al.*, 2024). Guru bimbingan konseling berperan untuk memberikan bimbingan berkelanjutan kepada siswa dengan peran sebagai konselor memberikan dukungan emosional, sebagai mediator dalam membangun komunikasi antar siswa dengan lingkungannya, menjadi motivator dalam membangun kepercayaan diri dan kegiatan belajar (Sari *et al.*, 2025). Jika dilihat dari perannya yang sangat penting guru bimbingan konseling perlu memperhatikan kesehatan dirinya karena baik dan buruknya kinerja guru sangat dipengaruhi oleh kesehatan guru bimbingan konseling dan gaya kepemimpinan kepala sekolah (Bahri *et al.*, 2022). Peningkatan pemahaman guru bimbingan dan konseling melalui pelatihan menjadi penting dilakukan dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, sinema edukasi dan biblioedukasi. Pelatihan ini dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan guru sehingga dapat merancang layanan bimbingan konseling yang dapat meningkatkan kesehatan mental siswa (Utami & Radjah, 2023).

Solusi yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan sosialisasi penyuluhan sehat mental, pelatihan penggunaan aplikasi untuk kelompok Bapak/Ibu guru sehingga dapat bermanfaat bagi siswa-siswi disekolah. Tujuan kegiatan ini adalah dapat memberikan pengetahuan kesehatan mental kepada Bapak/Ibu Guru, siswa serta dapat menggunakan alat bantu untuk melakukan deteksi dini kesehatan mental menggunakan aplikasi berbasis web. Manfaat kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan sehat mental dan dapat menggunakan aplikasi berbasis web untuk mempermudah melakukan deteksi dini kesehatan mental. Harapan dalam melakukan kegiatan ini adalah Bapak/Ibu guru dapat secara terus menerus meningkatkan pengetahuan kesehatan mental dan siswa-siswi dapat dengan mudah melakukan deteksi dini kesehatan mental kemudian mendapatkan saran dan solusi yang tepat dari Bapak/Ibu guru.

METODE KEGIATAN

Dalam melakukan kegiatan ini diperlukan sebuah metode agar dalam pelaksanaannya dapat sesuai yang diharapkan. Adapun pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada hari Selasa tanggal 12 Agustus 2025 di laboratorium komputer SMA Negeri 108 Jakarta. Dihadiri oleh 4 orang guru dengan 9 orang siswa. Terdapat 3 orang guru bimbingan dan konseling dan siswa yang hadir adalah siswa kelas XI. Adapun metode yang digunakan pada kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 2 berikut ini:



Gambar 1. Metode Kegiatan Pelaksanaan

Dalam melakukan kegiatan ini terlebih dahulu menentukan permasalahan yang ada yaitu perlunya peningkatan pengetahuan kesehatan mental bagi kelompok Bapak/Ibu guru dalam penanganan siswa yang memiliki masalah akademik maupun non akademik. Diperlukan peningkatan pengetahuan peserta didik dalam mendeteksi dirinya bahwa mentalnya sedang baik-baik saja. Setelah diketahui solusi yang akan dilaksanakan maka dilanjutkan dengan tahap pelaksanaan kegiatan dengan langkah sebagai berikut:

- a) **Tahap persiapan**, pada tahap ini dilakukan persiapan secara internal maupun eksternal. Kegiatan persiapan internal dilakukan dengan melakukan koordinasi kepada tim pengabdian masyarakat mulai dari menyiapkan materi, koordinasi pelaksanaan, teknis dokumentasi, pembuatan banner, link google form untuk pre-test dan post-test bagi guru dan siswa, pembuatan username untuk user pada aplikasi Smart senyum. Untuk kegiatan persiapan eksternal melakukan koordinasi dengan pihak sekolah SMAN 108 Jakarta.
- b) **Tahap pelaksanaan**, dengan melakukan **sosialisasi pentingnya deteksi dini kesehatan mental** kepada **Bapak/Ibu guru dan siswa** dengan materi definisi dan pengertian sehat mental, peran petugas penanganan kesehatan mental. Kegiatan selanjutnya yaitu **pelatihan**, penggunaan aplikasi berbasis web **untuk Bapak/Ibu guru dan peserta didik**.
- c) **Penerapan teknologi**, penerapan teknologi informasi sangat memberikan manfaat dalam pelayanan kesehatan bagi masyarakat (Putra, 2023). Penerapan aplikasi ini diawali dengan pemberian username admin, pimpinan, konselor dan siswa, untuk dapat mengakses aplikasi ini. lakukan : klik *browser* ketikkan domain aplikasi *smartsenyum.id* ketikkan *username* dan *password* yang telah diberikan oleh *administrator*.
- d) **Evaluasi**, informasi dan data yang dikumpulkan dapat digunakan untuk menentukan apakah tujuan pembelajaran sudah tercapai atau belum (Idrus, 2019). Evaluasi yang dilakukan pada kegiatan ini berdasarkan *pre-test* dan *post-test* yang kepada peserta kegiatan sosialisasi sehat mental dan aplikasi Smart Senyum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan terhadap kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat diuraikan sebagai berikut:

- a) Dalam melakukan persiapan internal kami melakukan koordinasi sesama tim pengabdian kepada masyarakat, dua orang mahasiswa jurusan sistem informasi fakultas teknologi informasi, dua orang mahasiswa lab. Media komunikasi untuk membicarakan kebutuhan dalam pelaksanaan kegiatan. Untuk persiapan eksternal kami melakukan koordinasi dengan ibu wakil kepala sekolah perihal waktu pelaksanaan, pemasangan spanduk dan teknis kegiatan lainnya.
- b) Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Selasa tanggal 12 Agustus 2025 bertempat di ruang laboratorium komputer Lantai 1 SMA Negeri 108 Jakarta. Dengan jumlah peserta yang hadir sebanyak 13 yang terdiri dari 4 orang guru dan 9 orang siswa. Untuk peserta guru berkurang satu orang karena ada jadwal mengajar sehingga tidak dapat mengikuti kegiatan. Dalam pelaksanaannya peserta terlebih dahulu mengisi *pre-test* dan *post-test* kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi kesehatan mental oleh narasumber. Materi yang disampaikan meliputi : definisi dan pengertian sehat mental, apakah kesehatan mental, contoh mental yang sehat, bagaimana kondisi kesehatan mental terbentuk, bagaimana kondisi kesehatan mental dapat terganggu, mendeteksi kondisi kesehatan mental, definisi energi dan depresi, fisiologis dan kecemasan, kognitif, kuesioner lapor diri / self reporting questionnaire (SRQ), definisi operasional – norma alat ukur. Dalam aplikasi terdapat 5 faktor yang dapat di deteksi yaitu faktor energi untuk pertanyaan nomor 1, 2, 3, 11, 18, 20, faktor 2 kognitif untuk pertanyaan nomor 8, 12, 13, 14. Faktor fisiologis : 7 dan 19. Berikutnya faktor depresi : 9, 10, 15,16,17. Faktor kecemasan: 4, 5, 6 (Prasetyo *et al.*, 2022). Kegiatan pelatihan berlangsung dengan lancar berikut ini ditampilkan foto kegiatan pengabdian kepada masyarakat :



Gambar 2. Guru dan Siswa Sedang Mengoperasikan Aplikasi

Dari gambar 3 terlihat guru dan siswa sedang mengoperasikan aplikasi kesehatan mental berbasis web yang didampingi oleh tim pelaksana dan mahasiswa. Adapun demografi peserta yang mengikuti pelatihan seperti yang tertera pada Tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Demografi siswa

Data umum	Jumlah
1. Jenis kelamin	
Laki-laki	1
Perempuan	8
2. Kelas	
XI-A	1
XI-B	3
XI-D	2
XI-E	3

Dari Tabel 1 tersebut terlihat peserta berjenis kelamin wanita sebanyak 8 siswa dan 1 siswa laki-laki yang berasal dari kelas XI-A, XI-B, XI-D dan XI-E yang mengikuti kegiatan tersebut.

- c) Penerapan teknologi dan penggunaannya dilakukan dengan melakukan penandatanganan berita acara serah terima berupa aplikasi kesehatan mental Smart senyum termasuk hak aksesnya, modul deteksi dini kesehatan mental dan tutorial penggunaan aplikasi berupa modul, video tutorial untuk user siswa, user konselor yang dapat digunakan. Berikut ini foto berita acara serah terima terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Serah Terima

- d) Melakukan evaluasi, evaluasi dilakukan terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test* kepada Bapak/Ibu guru yang mengikuti kegiatan. Adapun perhitungan *pre-test* dan *post-test* menggunakan N-Gain dengan perhitungan sebagai berikut:

Menghitung hasil *pre-test* dan *post-test* Bapak/Ibu guru dan siswa menggunakan uji normalitas Gain menurut Meltzer dengan formula :

$$N - Gain = \frac{Score\ PostTest - Score\ PreTest}{Score\ Maximum\ Ideal - Score\ PreTest}$$

Keterangan:

N-Gain menyatakan nilai uji normalitas gain

Score PreTest menyatakan skor *pre-test*

Score PostTest menyatakan skor *post-test*

Score Maximum Ideal menyatakan skor maksimal

Untuk mengukur keefektifan nilai normalitas maka dilakukan Uji N-Gain, pengujian ini dilakukan untuk mengukur efektivitas suatu pembelajaran atau intervensi dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik. Metode ini memberikan landasan yang kuat untuk mengevaluasi sejauh mana suatu program pembelajaran telah memberikan kontribusi terhadap pemahaman peserta (Sukarelawan *et al.*, 2024; Oktavia *et al.*, 2019).

Adapun kriteria keefektifan yang terinterpretasi dari nilai normalitas Gain menurut dapat dilihat pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Klasifikasi nilai normalitas Gain

Nilai N Gain	Kriteria
$0,70 \leq N-Gain \leq 1,00$	Tinggi
$0,30 \leq N-Gain < 0,70$	Sedang
$0,00 < N-Gain < 0,30$	Rendah
$N-Gain=0,00$	Tetap
$-1,00 \leq N-Gain \leq 0,00$	Terjadi penurunan

Berikut ini ditampilkan hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Tabel 3 berikut ini :

Tabel 3. Hasil *pre-test* dan *post-test* Bapak/Ibu guru

Score	Pre-test	Post-test	N-Gain
G1	80	100	Tinggi
G2	100	100	Tetap
G3	50	100	Tinggi
G4	90	75	Terjadi penurunan

Dari Tabel 2 dapat dilihat terjadi peningkatan pengetahuan sehat mental bagi bapak/Ibu guru. Dalam SRQ-20 terdapat pengelompokan untuk masing-masing. Tahap selanjutnya siswa mengisi beberapa pertanyaan *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20) dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Gejala gangguan kesehatan mental siswa

No.	Gejala	Ya (%)	Tidak (%)
1	Apakah saudara sering menderita sakit kepala ?	55,6	44,4
2	Apakah nafsu makan saudara menurun ?	22,2	77,8

3	Apakah saudara tidak bisa tidur nyenyak ?	22	78
4	Apakah saudara mudah merasa takut ?	55,6	44,4
5	Apakah tangan saudara gemetar ?	11,1	88,9
6	Apakah saudara merasa cemas/tegang/khawatir ?	44	56
7	Apakah pencernaan saudara buruk ?	11,1	88,9
8	Apakah saudara kesulitan untuk berpikir jernih ?	22,2	77,8
9	Apakah saudara merasa tidak bahagia ?	0	0
10	Apakah saudara lebih sering menangis dari biasanya ?	33,3	66,7
11	Apakah saudara sulit menikmati kegiatan sehari-hari ?	0	0
12	Apakah saudara mengalami kesulitan untuk mengambil keputusan ?	55,6	44,4
13	Apakah hasil kerja sehari-hari saudara memburuk ?	11,1	88,9
14	Apakah saudara kehilangan minat untuk melakukan hal yang bermanfaat dalam hidup ?	11,1	88,9
15	Apakah saudara kehilangan minat untuk melakukan berbagai macam hal ?	22,2	77,8
16	Apakah saudara merasa sebagai orang yang tidak berharga ?	11,1	88,9
17	Apakah saudara mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup saudara ?	11,1	88,9
18	Apakah saudara merasa lelah sepanjang waktu ?	44,4	55,6
19	Apakah saudara merasakan perasaan tidak nyaman di perut ?	11,1	88,9
20	Apakah saudara mudah merasa lelah ?	44,4	55,6

Dari Tabel 4 dapat terlihat persentase terbanyak pada pertanyaan nomor 1, 4, 12 sebanyak 55,6% yang terkait dengan faktor energi, kecemasan dan kognitif. Dengan diketahuinya hasil skrining diharapkan guru bimbingan konseling dapat memberikan arahan dan solusi yang tepat kepada siswa sehingga kegiatan belajar dan mengajar dapat berjalan dengan baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan sesuai dengan harapan yaitu terjadi peningkatan pengetahuan kesehatan mental dan dapat menggunakan aplikasi kesehatan mental berbasis web sehingga mempermudah Bapak/Ibu guru dalam memberikan saran serta solusi yang dihadapi oleh siswa yang terdeteksi gangguan kesehatan mental.

Saran yang dapat disampaikan adalah hendaknya sekolah dapat memanfaatkan aplikasi kesehatan mental ini sehingga siswa dapat melakukan skrining secara rutin dimana pun mereka berada dengan syarat terkoneksi dengan internet sehingga dapat terdeteksi lebih awal dan mudah dalam penanggulangannya dan dapat tercipta suasana dan semangat belajar yang lebih optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Riset dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Budi Luhur yang telah memberikan pendanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan SMA Negeri 108 Jakarta yang telah bekerja sama dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bahri, S., Nurhasanah, N., & Sauqi, M. (2022). Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling Pada Sekolah Menengah Atas di Aceh Besar. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 52. <https://doi.org/10.24014/ittizaan.v5i2.16448>
- Ekayani, N. W. D., Primatanti, P. A., & Ningrum, R. K. (2024). Pelatihan Guru untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Amlapura. *Warmadewa*



- Minesterium Medical Journal*, 3(2), 97–102.
- Fatimah, M., Dewi, R. P., Aini, L. N., Psikologi, P. S., Mercuri, U., & Yogyakarta, B. (2024). *Psikoedukasi Literasi Kesehatan Mental pada Generasi Z*. 5(2), 37–44.
- Idrus, L. (2019). Evaluasi Dalam Proses Pembelajaran. *Evaluasi Dalam Proses Pembelajaran*, 9(2), 344.
- Najwa, A. A. A., Zidni Fauziyyah Al Ghifari, Naiima Khairiya Ismah, & Ati Kusmawati. (2025). Pengaruh Media Sosial Terhadap Tingkat Stres Remaja. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2(4), 657–661. <https://doi.org/10.61722/jmia.v2i4.5778>
- Nugroho, D. A., Khasanah, D. N., Pangestuti, I. A. I., & Kholili, M. I. (2021). Problematika Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di SMA: A Systematic Literature Review (SLR). *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 87–96. <https://doi.org/10.26539/teraputik.51647>
- Oktavia, M., Prasasty, A. T., & Isroyati. (2019). Uji Normalitas Gain untuk Pemantapan dan Modul dengan One Group Pre and Post Test. *Simposium Nasional Ilmiah Dengan Tema: (Peningkatan Kualitas Publikasi Ilmiah Melalui Hasil Riset dan Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 11, 596–601. <https://doi.org/10.30998/simponi.v0i0.439>
- Prasetyo, C. E., Triwahyuni, A., Gimmy, A., & Siswadi, P. (2022). Psychometric Properties of Self-Report Questionnaire-20 (SRQ-20) Indonesian Version. *Jurnal Psikologi*, 49(1), 69–86. <https://doi.org/10.22146/jpsi.69782>
- Purwandini, A. P., Syafitri, E. N., Widayati, R. W., & Wiyani, C. (2023). Kecanduan Penggunaan Media Sosial Tik Tok Dengan Tingkat Stres Pada Siswa SMA Kelas X di SMA Kolombo Sleman Yogyakarta. *Jurnal Stikes Bethesda*, 2(1), 83–94. <https://jurnal.stikesbethesda.ac.id/index.php/p/article/view/422>
- Putra, R. S. (2023). Kajian Penerapan Teknologi Informatika pada Dunia Kesehatan. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 3(3), 180–187. <https://doi.org/10.37481/jmh.v3i3.813>
- Sari, T. U., Syaputra, A., Syabila, Y., Ulya, S., & Afrianti, D. (2025). Analisis Peran Guru BK Dalam Menangani Siswa Yang Mengalami Broken Home di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1, 58–71.
- Sukarelawan, M. I., Indratno, T. K., & Ayu, S. M. (2024). N-Gain vs Stacking Analisis Perubahan Abilitas Peserta Didik dalam Desain One Group Pretest-Posttest. In *Surya Cahya*.
- Utami, N. W., & Radjah, C. L. (2023). Peningkatan Kemampuan Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Memahami Kesehatan Mental Siswa. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 81–87. <https://doi.org/10.17977/um050v6i22023p81-87>
- Yulianti, P. D., Surjaningrum, E. R., Sugiharto, D. Y. P., & Hartini, N. (2021). Mental Healthy Literacy of Teachers: a Systematic Literature Review. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 10(2), 339. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v10i2.20512>
- Zikry, A., Mentari, B., Liana, E., & Pristya, T. Y. R. (2020). Teknik Manajemen Stres Yang Paling Efektif Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12, 2020.