

GAMBARAN PERSEPSI MAHASISWA FARMASI TENTANG KESEHATAN MENTAL

Nur Rasdianah^{1*}, Madania², Teti Sutriyati Tuloli³, Multiani S. Latif⁴, Nurul Handayanti Mayang⁵

^{1,2,3,4,5}Jurusan Farmasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Jl. Jendral Sudirman No 06 Kota Gorontalo 96128, Indonesia

Info Artikel	ABSTRACT
Diterima: 12-02-2025 Direvisi: 28-04-2025 Diterbitkan: 24-07-2025 *Penulis Korepondensi: Nur Rasdianah Nur.rasdianah@ung.ac.id Kata Kunci: Kesehatan Mental, Mahasiswa Farmasi, Persepsi	Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam kesejahteraan individu, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri, lingkungan, dan pengalaman hidup. Persepsi yang positif dapat mendukung kesehatan mental, sementara persepsi negatif meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti stres dan depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi mahasiswa tentang kesehatan mental dan hubungan karakteristik mahasiswa Farmasi Universitas Negeri Gorontalo tentang kesehatan mental. Penelitian ini dilakukan survei online melalui kuesioner yang dibagikan secara online dengan jumlah sampel sebanyak 248 mahasiswa Jurusan Farmasi. Data di analisa secara univariat (persentasi) dan bivariate (korelasi). Hasil penelitian menunjukan bahwa mayoritas mahasiswa Jurusan Farmasi memiliki persepsi kesehatan mental yang tinggi (positif) sebanyak 189 mahasiswa (76,2%) dan sebanyak 59 mahasiswa (23,8%) memiliki persepsi kesehatan mental yang sedang (netral) serta tidak ada mahasiswa yang memiliki persepsi kesehatan mental yang rendah (negatif). Tidak ada hubungan yang signifikan antara karakteristik responden dengan persepsi kesehatan mental mahasiswa Farmasi Universitas Negeri Gorontalo ($p\text{-value}>0,05$).
Article Info	ABSTRACT
Received: 12-02-2025 Revised: 28-04-2025 Accepted: 24-07-2025 *Corresponding author: Nur Rasdianah Nur.rasdianah@ung.ac.id Keywords: Perception, Pharmacy Students, Mental Health	<i>Mental health is an essential aspect of an individual's well-being, which is influenced by certain factors, including a person's perception of themselves, their environment, and life experiences. Positive perceptions can support mental health, while negative perceptions increase the risk of psychological disorders, such as stress and depression. This study aims to determine student perceptions about mental health and the relationship between the characteristics of Universitas Negeri Gorontalo Pharmacy students regarding mental health. This research was conducted using an online survey via a questionnaire distributed online with a sample size of 248 students of the Department of Pharmacy. The data in this study were analyzed univariate (percentage) and bivariate (correlation). Based on the analysis, 189 students (76.2) of the Department of Pharmacy had a high perception of mental health (positive), 59 (23.8%) had a moderate (neutral), and no student had a low (negative) perception of mental health. Based on these results, there was no significant relationship between respondent characteristics and the perception of mental health of Pharmacy student at Universitas Negeri Gorontalo ($p\text{-value}>0.05$).</i>

PENDAHULUAN

Kesehatan mental seseorang sangat penting bagi kehidupan mereka, dan dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, termasuk persahabatan, keluarga, gaya hidup, dan masih banyak lagi. Mengetahui kesehatan mental seseorang sangat penting karena dapat memberikan dampak positif dan negatif bagi mereka. Kualitas hidup seseorang dapat terpengaruh secara negatif oleh kesehatan mental yang buruk, sedangkan kualitas hidup seseorang dapat dipengaruhi secara positif oleh kesehatan mental yang baik [1].

Menurut [2] kesehatan mental seseorang sangatlah penting karena memengaruhi kesehatan fisik dan kesejahteraan umum mereka. Data dari penelitian [3] terhadap mahasiswa menunjukkan bahwa mahasiswa tertentu berjuang dengan masalah kesehatan emosional dan mental. Pada masa sekarang, berbagai keadaan hidup dapat menyebabkan masalah kesehatan mental. Salah satu kelompok demografi yang baru saja menginjak usia dewasa adalah mahasiswa. Mereka sering mengalami stres dan kebingungan terkait studi, keluarga, dan aspek kehidupan lainnya. Kesehatan mental merupakan masalah kesehatan masyarakat yang penting di seluruh dunia yang memengaruhi individu dari segala usia dan latar belakang. Organisasi Kesehatan Dunia mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi kesejahteraan di mana seorang individu mengenali potensi dirinya sendiri, menangani stres sehari-hari secara efektif, berkinerja baik di tempat kerja, dan berkontribusi terhadap komunitasnya. Meskipun nilai kesehatan mental semakin diakui secara luas, stigma dan kesalahpahaman tentang penyakit mental masih ada di banyak budaya, terutama di kalangan mahasiswa [4].

Sejumlah hal dapat memengaruhi kesehatan mental siswa. Di antaranya adalah gaya hidup, lingkungan sosial, pertemanan, keluarga, genetika, dan lain-lain [5]. Tantangan hidup yang ekstrem membuat seseorang memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kondisi kesehatan mental. Peristiwa hidup yang ekstrem seperti trauma psikologis, stres ekstrem, atau kehilangan mungkin menjadi penyebab utama masalah kesehatan mental [6].

Menurut penelitian [7] tentang masalah kesehatan mental, penyakit mental seperti kecemasan dan depresi sangat umum di seluruh dunia dan memiliki pengaruh besar pada orang dan masyarakat. Depresi adalah penyebab utama kecacatan secara global dan bahwa masalah kesehatan mental berkontribusi terhadap beban penyakit global yang signifikan. Akses yang memadai terhadap layanan kesehatan mental dan dukungan sosial yang kuat terbukti penting untuk mengurangi dampak negatif dari gangguan ini yang disebabkan dari genetika, ketidakseimbangan kimia di otak, dan faktor lingkungan seperti stres dan trauma masa kecil [8].

Menggunakan tekanan psikologis dan kesejahteraan psikologis sebagai dua metrik untuk mengukur kesehatan mental. Salah satu hal yang menghalangi seseorang untuk mengoptimalkan dirinya adalah gangguan kesehatan mental [9]. Kontrol perilaku, kecemasan, dan gejala depresi merupakan penekanan utama dari tekanan psikologis. Karena tidak mampu mencapai kesejahteraan emosional, orang yang tidak menyadari penyakit tersebut akan menderita masalah mental. Depresi dan gangguan kesehatan mental lainnya dapat diperburuk oleh hal ini. Akan ada masalah suasana hati, kesulitan fokus, dan emosi yang tidak terkendali ketika kesehatan mental seseorang terganggu. Di sisi lain, kesejahteraan psikologis adalah kondisi merasa puas dan menikmati hidup. Suasana hati yang tenang merupakan tanda kesehatan mental yang baik, agar seseorang dapat menghargai hidup. Kondisi mental yang sehat akan memungkinkan seseorang untuk mencapai potensi penuhnya dalam mengatasi rintangan dan membina hubungan yang konstruktif dengan orang lain [10].

Persepsi kesehatan mental mahasiswa farmasi dipengaruhi oleh berbagai indikator kesehatan mental yang dapat diukur melalui enam indikator, yaitu : Kecemasan (*Anxiety*): Tingkat kecemasan yang dialami oleh individu. Depresi (*Depression*): Tingkat gejala depresi yang dialami. Kehilangan Kontrol Perilaku (*Loss of Behavioral/Emotional Control*): Ketidakmampuan untuk mengendalikan emosi atau perilaku. Kepuasan Kehidupan (*Life Satisfaction*): Tingkat kepuasan umum terhadap hidup. Kondisi Emosional (*Emotional Ties*): Kualitas hubungan emosional dengan orang lain. Adanya Perasaan Positif Secara Umum (*General Positive Effect*): Dengan memantau indikator-indikator ini, dapat dipahami bagaimana kondisi mental mahasiswa farmasi dan bagaimana intervensi atau dukungan yang tepat dapat diberikan untuk meningkatkan kesejahteraan mental mereka [11].

METODE

1. Rancangan Penelitian

Metode penelitian ini dilakukan secara survei online dengan menggunakan kuesioner yang dibagikan secara online kepada mahasiswa Farmasi Universitas Negeri Gorontalo. Kuesioner yang digunakan telah diuji tingkat validitas dan reliabilitasnya.

2. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi Penelitian

Populasi target dalam penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa jurusan Farmasi di Universitas Negeri Gorontalo. Populasi studi penelitian ini adalah mahasiswa jurusan farmasi sebanyak 696 mahasiswa

Sampel Penelitian

Menggunakan fitur kalkulator ukuran sampel di situs web www.raosoft.com, ukuran sampel ditentukan. Ukuran sampel sebanyak 248 siswa dihasilkan dengan mengambil sampel dari 696 siswa dengan tingkat keyakinan 95%, distribusi respons 50%, dan margin kesalahan 5%.

3. Metode Analisis Data

Instrumen Penelitian

Instrumen yang akan digunakan yaitu lembar data karakteristik dan kuesioner persepsi kesehatan mental.

Metode Pengumpulan Data

Cara pengumpulan data di dalam penelitian ini adalah Survei online sukarela dilakukan secara anonim dan didistribusikan kepada mahasiswa Farmasi di Universitas Negeri Gorontalo. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang diisi sendiri secara elektronik dan dapat diakses sepanjang kuesioner dibuka melalui gooogle form yang dapat di akses melalui link <https://forms.gle/4qzNf6V2r9Hj615K8>. Metode pengumpulan data dibagi menjadi dua antara prodi S1 dan prodi D3.

Analisis Data

Versi 22 dari *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) digunakan untuk memproses dan menganalisis hasil kuesioner. Statistik deskriptif dan inferensial digunakan untuk menganalisis data. Kuesioner selanjutnya disajikan dalam kategori berdasarkan frekuensi, persentase dan mean $\pm$ standar deviasi untuk analisis deskriptif

Penelitian ini mematuhi etika penelitian dan telah disetujui oleh Komite Etik Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stikes Guna Bangsa Yogyakarta (nomor 011/KEPK/XI/2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Data Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas

Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji validitas yang dilakukan kepada 30 mahasiswa kesehatan Universitas Negeri Gorontalo yang bukan peserta penelitian, dari tiga puluh soal yang diujikan, tiga soal dinyatakan tidak valid, sedangkan dua puluh tujuh soal sisanya dinyatakan valid. Jika nilai r hitung (Corrected Item Total Correlation) melebihi r tabel sebesar 0,361, $\alpha = 5\%$, maka instrumen dinyatakan valid [12].

Semua butir soal yang valid diuji reliabilitasnya, sebagaimana dibuktikan oleh hasil uji reliabilitas yang dilakukan kepada 30 mahasiswa kesehatan Universitas Negeri Gorontalo yang bukan responden penelitian dan berjumlah 30 butir soal. Semua soal dikatakan reliabel jika nilai Cronbach-nya lebih besar dari 0,6, dan semua soal dikatakan reliabel jika nilai Cronbach's alpha (α)-nya lebih besar dari 0,60 [12].

2. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia dan Angkatan

Karakteristik Responden		Prodi S1		Prodi D3	
		Jumlah (N)	Persentase (%)	Jumlah (N)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	52	41,9%	42	33,9%
	Perempuan	72	58,1%	82	66,1%
Usia	18	2	1,6%	1	0,8%
	19	42	33,9%	46	37,1%
	20	21	16,9%	19	15,3%
	21	40	32,3%	34	27,4%
	22	17	13,7%	21	16,9%
	23	2	1,6%	3	2,4%
	2020	31	25,0%	31	25,0%
	2021	31	25,0%	31	25,0%
	2022	31	25,0%	31	25,0%
	2023	31	25,0%	31	25,0%
Angkatan					

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki. Jenis kelamin perempuan yang paling banyak pada prodi D3 yaitu 82 responden (66,1%) dan jenis kelamin laki-laki yang banyak pada prodi S1 yaitu sebanyak 52 responden (41,9%). Dari ciri usia responden terlihat bahwa kelompok usia terbanyak pada program studi D3 adalah 19 tahun, yakni sebanyak 46 responden (37,1%) yang termasuk dalam rentang usia tersebut, dan usia responden yang terendah adalah berusia 18 tahun pada prodi D3 hanya 1 responden (0,8%). Pada karakteristik responden berdasarkan angkatan dapat diketahui bahwa dari angkatan 2020-2023 prodi S1 maupun D3 sama banyaknya yaitu 31 mahasiswa (25,0 %).

3. Persepsi Mahasiswa

Tabel 2. Persepsi Kesehatan Mental Mahasiswa Farmasi Berdasarkan Prodi

Kesehatan Mental	Prodi S1		Prodi D3	
	Jumlah N=124	Persentase (%)	Jumlah N=124	Persentase (%)
Rendah	0	0	0	0
Sedang	30	24,2 %	29	23,4%
Tinggi	94	75,8 %	95	76,6%

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa mahasiswa prodi D3 Farmasi memiliki tingkat persepsi kesehatan mental yang tinggi yaitu sebanyak 95 mahasiswa (76,6%). Sedangkan sebanyak 30 mahasiswa prodi S1 (24,2%) memiliki tingkat persepsi kesehatan mental yang sedang serta tidak ada mahasiswa yang memiliki tingkat persepsi kesehatan mental yang rendah baik prodi S1 maupun D3.

4. Hubungan Persepsi Dengan Kesehatan Mental

Tabel 3. Hubungan Antara Jenis Kelamin Dengan Kesehatan Mental

Prodi	Jenis Kelamin	Kesehatan Mental				Total		P-Value
		Sedang		Tinggi				
		n	%	n	%	N	%	
S1	Laki-Laki	13	10,5	39	31,5	52	41,9	0,860
	Perempuan	17	13,7	55	44,4	72	58,1	
D3	Laki-laki	8	6,5	34	27,4	42	33,9	0,418
	Perempuan	21	16,9	61	49,2	82	66,1	

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 3, diperoleh nilai hubungan antara jenis kelamin dengan persepsi kesehatan mental pada mahasiswa farmasi. Jenis kelamin paling banyak yang memiliki persepsi kesehatan mental yang tinggi yaitu perempuan sebanyak 61 mahasiswa (49,2) pada prodi D3. Dan jenis kelamin paling sedikit yang memiliki persepsi kesehatan mental yang tinggi yaitu laki-laki sebanyak 34 mahasiswa (27,4) pada prodi D3. Sedangkan jenis kelamin paling banyak yang memiliki persepsi kesehatan mental yang sedang yaitu perempuan sebanyak 21 mahasiswa (16,9) pada prodi D3. Dan jenis kelamin paling sedikit yang memiliki persepsi kesehatan mental yang sedang yaitu laki-laki sebanyak 8 mahasiswa (6,5) pada prodi D3. Nilai uji statistik Spearman-rho untuk program studi S1 dan D3 masing-masing adalah 0,860 dan 0,418, menurut tabel di atas. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan (nilai- $p > 0,05$) antara persepsi mahasiswa farmasi tentang kesehatan mental dan jenis kelamin mereka.

Menurut [13] menunjukkan bagaimana unsur-unsur lain, seperti lingkungan sosial, pengalaman hidup, dan kondisi ekonomi, memiliki pengaruh lebih besar pada bagaimana orang memandang kesehatan mental. Meskipun beberapa studi menemukan bahwa perempuan cenderung melaporkan lebih banyak gejala stres atau kecemasan, hal ini bukan semata-mata disebabkan oleh perbedaan jenis kelamin, melainkan karena faktor sosial dan budaya yang mempengaruhi bagaimana laki-laki dan perempuan mengekspresikan emosi mereka. Dengan kata lain, faktor psikososial memainkan peran lebih besar dibandingkan jenis kelamin dalam menentukan bagaimana seseorang memandang kesehatannya sendiri secara mental.

Tabel 4. Hubungan Antara Usia Dengan Kesehatan Mental

Prodi	Umur (Th)	Kesehatan Mental				Total		P-Value
		Sedang		Tinggi				
		n	%	n	%	N	%	
S1	18	1	0,8	1	0,8	2	1,6	0,407
	19	9	7,3	33	26,6	42	33,9	
	20	3	2,4	18	14,5	21	16,9	
	21	11	8,9	29	23,4	40	32,3	
	22	5	4,0	12	9,7	17	13,7	
	23	1	0,8	1	0,8	2	1,6	

D3	18	0	0	1	0,8	1	0,8	0,476
	19	10	8,1	36	29,0	46	37,1	
	20	3	2,4	16	12,9	19	15,3	
	21	10	8,1	24	19,4	34	27,4	
	22	5	4,0	16	12,9	21	16,9	
	23	1	00,8	2	1,6	3	2,4	

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4, diperoleh nilai hubungan antara usia dengan persepsi kesehatan mental pada mahasiswa farmasi. Usia paling banyak yang memiliki persepsi kesehatan mental yang tinggi yaitu usia 19 sebanyak 36 mahasiswa (29,0) pada prodi S1 & D3. Dan usia paling sedikit yang memiliki persepsi kesehatan mental yang tinggi yaitu usia 18 & 23 sebanyak 1 mahasiswa (0,8) pada prodi S1 & D3. Sedangkan usia paling banyak yang memiliki persepsi kesehatan mental yang sedang yaitu usia 21 sebanyak 11 mahasiswa (8,9) pada prodi S1. Dan usia paling sedikit yang memiliki persepsi kesehatan mental yang sedang yaitu usia 18 & 23 sebanyak 1 mahasiswa (0,8) pada prodi S1 & D3. Dari tabel diatas juga diperoleh nilai uji statistik *spearman-rho* prodi S1 sebesar 0,407 dan prodi D3 sebesar 0,476. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada korelasi signifikan (nilai- $p > 0,05$) antara persepsi mahasiswa farmasi tentang kesehatan mental dan usia mereka.

Tidak ada bukti kuat yang menunjukkan bahwa usia secara langsung mempengaruhi persepsi seseorang terhadap kesehatan mentalnya. Menurut penelitian, kejadian dalam hidup, dukungan sosial, dan masalah kesehatan fisik memiliki dampak lebih besar pada persepsi seseorang terhadap kesehatan mental dibandingkan usia. Misalnya, seseorang yang lebih tua tidak selalu memiliki persepsi yang lebih buruk tentang kesehatan mentalnya dibandingkan orang yang lebih muda, tergantung pada faktor-faktor seperti kesejahteraan sosial dan emosional mereka. Perbedaan dalam persepsi kesehatan mental sering kali lebih terkait dengan pengalaman hidup, bukan karena usia biologis semata [14].

Tabel 5. Hubungan Antara Angkatan Dengan Kesehatan Mental

Tabel 3.1. Hasil Analisis Rata-rata Tinggalkan Dengan Kesehatan Mental								
Prodi	Angkatan	Kesehatan Mental				Total		P-Value
		Sedang		Tinggi				
		n	%	n	%	N	%	
S1	2021	10	8,1	21	16,9	31	25,0	0,352
	2022	6	4,8	25	20,2	31	25,0	
	2023	8	6,5	23	18,5	31	25,0	
	2024	6	4,8	25	20,2	31	25,0	
D3	2021	6	4,8	25	20,2	31	25,0	0,925
	2022	9	7,3	22	17,7	31	25,0	
	2023	7	5,6	24	19,4	31	25,0	
	2024	7	5,6	24	19,4	31	25,0	

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 5, diperoleh nilai hubungan antara angkatan dengan persepsi kesehatan mental pada mahasiswa farmasi. Angkatan paling banyak yang memiliki persepsi kesehatan mental yang tinggi yaitu angkatan 2021 2022 2024 sebanyak 25 mahasiswa (20,2) pada prodi S1 & D3. Dan angkatan paling sedikit yang memiliki persepsi kesehatan mental yang tinggi yaitu angkatan 2021 sebanyak 21 mahasiswa (16,9) pada prodi S1. Sedangkan angkatan paling banyak yang memiliki persepsi kesehatan mental yang sedang yaitu angkatan 2021 sebanyak 10 mahasiswa (8,1) pada prodi S1. Dan angkatan paling sedikit yang memiliki persepsi kesehatan mental yang sedang yaitu angkatan 2021 2022 2024 sebanyak 6 mahasiswa (4,8) pada prodi S1 & D3. Dari tabel diatas juga diperoleh nilai uji statistik *spearman-rho* prodi S1 sebesar 0,352 dan prodi D3 sebesar 0,925. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada korelasi berarti antara persepsi mahasiswa farmasi tentang kesehatan mental mereka dan kelas mereka (nilai- $p > 0,05$).

Meskipun setiap generasi mungkin menghadapi kesulitan yang unik [15] menegaskan bahwa tidak ada korelasi antara persepsi kesehatan mental dan generasi. Karakteristik individu termasuk lingkungan sosial, keadaan keuangan, dan pengalaman hidup memiliki dampak yang lebih besar pada bagaimana orang memandang kesehatan mental mereka daripada generasi atau tahun kelahiran mereka. Misalnya, meskipun Generasi Z mungkin lebih terbuka terhadap isu kesehatan mental dibandingkan generasi sebelumnya, hal ini lebih terkait dengan perubahan budaya dan kesadaran akan kesehatan mental, bukan karena mereka berasal dari generasi tertentu. Dengan demikian, persepsi kesehatan mental dipengaruhi oleh konteks sosial dan budaya yang dihadapi oleh individu, bukan oleh angkatannya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan judul gambaran persepsi mahasiswa Farmasi Universitas Negeri Gorontalo tentang kesehatan mental maka dapat disimpulkan bahwa Persepsi mahasiswa farmasi tentang kesehatan mental dengan kategori tinggi (positif) yaitu sebanyak 189 mahasiswa (76,2%) dan sedang (netral) sebanyak 59 mahasiswa (23,8%) serta tidak ada mahasiswa yang memiliki persepsi kesehatan mental yang rendah (negatif) dan Persepsi mahasiswa farmasi Universitas Negeri Gorontalo tentang kesehatan mental mereka tidak berkorelasi signifikan dengan atribut responden ($p\text{-value} > 0,05$).

REFERENSI

- [1] Rochimah, Fitria Amalia. 2020. "Dampak Kuliah Daring Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Ditinjau Dari Aspek Psikologi."
- [2] Unicef. 2022. "Kesehatan Mental Dan Kesejahteraan Hidup Mendukung Kesejahteraan Emosional Dan Sosial Anak, Orang Tua, Serta Pengasuh." *Unicef Indonesia*.
- [3] Ihme. 2019. *Global Health Data Exchange (GhdX). Institute Of Health Metrics And Evaluation*
- [4] Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. "Ilmu Perilaku Kesehatan." *Jakarta: Rineka Cipta* 200:26–35.
- [5] Isti Nurhafiyah, Hendra Marcos. 2023. *Sistem Pakar Diagnosis Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Universitas Amikom Purwokerto*. , Informatika, Universitas Amikom Purwokerto
- [6] Kuehner, C. 2017. "Why Is Depression More Common among Women than among Men? *Lancet Psychiatry* 4 (2): 146–158."
- [7] Aisyah Dzil Kamalah, Novianasari, Hana Nafiah. 2023. *Gejala Mental Emosional Dan Upaya Dalam Meningkatkan Kesehatan Jiwa Remaja*. Universitas Muhammadiyah Pekajangan, Jawa Tengah, Indonesia
- [8] Vos, Theo, Christine Allen, Megha Arora, Ryan M. Barber, Zulfiqar A. Bhutta, Alexandria Brown, Austin Carter, Daniel C. Casey, Fiona J. Charlson, and Alan Z. Chen. 2016. "Global, Regional, and National Incidence, Prevalence, and Years Lived with Disability for 310 Diseases and Injuries, 1990–2015: A Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study 2015." *The Lancet* 388(10053):1545–1602.
- [9] Hussain, R., & Iqbal, A. (2019). Academic Stress And Its Determinants Among Pharmacy Students. *Journal Of Pharmacy Education And Research*, 50(2), 150-158.

- [10] Sembiring, Elmispa Rabuni Br, Nyoman Dantes, and Kadek Suranata. 2023. "Pengembangan Instrumen Pengukuran Kesehatan Mental (Mental Health Inventory) Setelah Pandemi Covid-19 Pada Siswa SMP." *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia* 9(1):116–25.
- [11] Elmispa Rabuni Br Sembiring, Nyoman Dantes, Kadek Suranata. 2023. *Pengembangan Instrumen Pengukuran Kesehatan Mental (Mental Health Inventory) Setelah Pandemi Covid-19 Pada Siswa SMP*. Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia Vol. 9, No. 1, 2023, Pp. 116-125
- [12] Sugiyono, Sugiyono. 2016. "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D." *Bandung: Alfabeta* 1–11.
- [13] Rosenfield, Sarah, and Dawne Mouzon. 2013. "Gender and Mental Health." *Handbook of the Sociology of Mental Health* 277–96.
- [14] George, Linda K. 2010. "Still Happy after All These Years: Research Frontiers on Subjective Well-Being in Later Life." *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 65(3):331–39.
- [15] Twenge, Jean M., and W. Keith Campbell. 2018. "Associations between Screen Time and Lower Psychological Well-Being among Children and Adolescents: Evidence from a Population-Based Study." *Preventive Medicine Reports* 12:271–83.