



Edukasi Kesehatan Mental melalui Video Animasi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja

Riska Saputri¹, Noor Yunida Triana¹, Ikit Netra Wirakhmi¹

¹Department of Nursing, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

Correspondence author: Riska Saputri

Email: riskasaputriblt12@gmail.com

Address: Gading Sari, Mesuji Makmur, Ogan Komering Ilir, Sumatra Selatan, Indonesia, Telp. 081532946484

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i3.870>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Mental health is an important aspect of adolescent development that affects physical, emotional, and social well-being. Adolescents are vulnerable to mental health problems due to academic pressure, social challenges, and developmental changes, while students at SMK Negeri 1 Bukateja were found to have limited understanding of basic mental health concepts.

Objective: The purpose of this service was to increase adolescents' knowledge and awareness of mental health through educational interventions using animated video media.

Method: This public service was conducted among 35 students of class XI DPB 2 at SMK Negeri 1 Bukateja using animated videos supported by lectures and discussions, with a pretest-posttest design to evaluate knowledge improvement.

Result: The results showed a significant increase in students' knowledge after the educational intervention. Before the program, 11.42% of students had poor knowledge, 51.42% had moderate knowledge, and 37.14% had good knowledge. After the intervention, the proportion of students with good knowledge increased to 88.57%, while 11.42% remained in the moderate category, and none were classified as having poor knowledge.

Conclusion: Mental health education delivered through animated video media was effective in improving adolescents' knowledge and supporting mental health awareness in the school setting.

Keywords: adolescent, animated video, education, mental health

Latar Belakang

Remaja berada pada fase perkembangan yang ditandai oleh dinamika perubahan psikologis, emosional, dan sosial yang berlangsung secara cepat. Pada tahap ini, remaja mulai membentuk identitas diri serta menghadapi berbagai tuntutan perkembangan yang memengaruhi pola pikir, pengambilan keputusan, dan perilaku sehari-hari. Kompleksitas perubahan tersebut menjadikan remaja sebagai kelompok yang memiliki kerentanan tinggi terhadap berbagai permasalahan psikososial, termasuk kesehatan mental (Ilyas *et al.*, 2025). Kondisi tersebut menjadikan remaja sebagai kelompok yang rentan terhadap berbagai permasalahan, khususnya kesehatan mental. Ketidakbergaulan dengan teman yang tepat dapat berdampak negatif pada kesehatan mental (Farika *et al.*, 2024).

Kesehatan mental pada remaja sekolah menengah kejuruan berkaitan erat dengan kemampuan mereka dalam mengelola tekanan akademik, tuntutan praktik keterampilan, serta interaksi sosial di lingkungan sekolah (Ardiratna *et al.*, 2025). Kondisi kesehatan mental yang baik berperan penting dalam mendukung kemampuan berpikir rasional, pengendalian emosi, dan adaptasi terhadap berbagai situasi kehidupan (Tangke, 2023). Apabila kesehatan mental tidak terjaga, remaja berisiko mengalami berbagai dampak negatif, seperti penurunan prestasi belajar, gangguan interaksi sosial, serta menurunnya kualitas hidup (Putra *et al.*, 2024). Tekanan akademik, dinamika hubungan sosial, pengaruh lingkungan keluarga, serta paparan media digital menjadi faktor yang dapat memperberat kondisi psikologis remaja (Rahmawati *et al.*, 2025). Ditambah dengan perubahan hormonal dan proses pembentukan identitas diri, remaja menjadi lebih rentan mengalami kecemasan, stres, dan gangguan suasana hati (Sumbawa, 2024).

Berbagai laporan internasional dan nasional menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan mental pada remaja masih menjadi isu yang memerlukan perhatian serius. Tingginya jumlah remaja yang mengalami gangguan emosional dan psikologis mengindikasikan bahwa upaya pencegahan dan penanganan belum sepenuhnya menjangkau kelompok usia sekolah. Kondisi ini diperparah oleh rendahnya pemanfaatan layanan kesehatan mental profesional, yang mencerminkan keterbatasan akses, kurangnya kesadaran, serta masih kuatnya stigma terhadap gangguan mental.

Pada tingkat regional, Profil Kesehatan Jawa Tengah tahun 2024 mencatat terdapat 94.813 orang dengan gangguan jiwa berat, dengan cakupan pelayanan sesuai standar sebesar 91,4%. Prevalensi tertinggi tercatat di Kabupaten Banjarnegara, sementara Kabupaten Banyumas berada pada peringkat ke-30 dari 35 kabupaten/kota (Suminar *et al.*, 2024). Data ini menunjukkan masih adanya kesenjangan pelayanan kesehatan jiwa antarwilayah. Pengetahuan dan kepercayaan masyarakat terhadap gangguan mental berperan penting dalam deteksi dini dan pencarian bantuan. Kurangnya pemahaman remaja tentang kesehatan mental menyebabkan mereka enggan mencari pertolongan karena stigma, rasa malu, atau anggapan bahwa masalah yang dialami merupakan hal wajar. Minimnya edukasi juga membuat remaja kurang memiliki keterampilan dalam mengenali dan mengelola emosi, sehingga berkontribusi terhadap meningkatnya gangguan mental seperti depresi dan kecemasan (Kahar *et al.*, 2025).

Kurangnya edukasi kesehatan mental dapat menimbulkan berbagai konsekuensi, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Remaja berpotensi mengalami gangguan konsentrasi belajar, masalah tidur, serta penurunan kepercayaan diri. Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi gangguan mental yang lebih serius. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukatif yang mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental sejak dini (Salakory *et al.*, 2024).

Pemilihan media edukasi yang sesuai dengan karakteristik remaja menjadi faktor penting dalam keberhasilan penyampaian informasi kesehatan mental. Media audiovisual, khususnya video animasi, dinilai mampu menyajikan informasi secara menarik dan mudah dipahami. Penyajian visual yang dinamis dapat membantu remaja memahami konsep yang kompleks, meningkatkan daya ingat terhadap materi, serta memberikan fleksibilitas dalam proses pembelajaran (Anggraini *et al.*, 2022). Video animasi membantu menjelaskan konsep kompleks secara sederhana serta meningkatkan retensi informasi (Kartikasari *et al.*, 2025). Selain itu, fleksibilitas akses memungkinkan remaja belajar sesuai dengan kebutuhan mereka (Karimah *et al.*, 2024).

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan media audiovisual dalam edukasi kesehatan mental dapat meningkatkan pengetahuan dan literasi remaja secara signifikan. Media video animasi juga dilaporkan menjadi pilihan yang diminati oleh remaja karena dianggap lebih menarik dan mudah diakses dibandingkan metode edukasi konvensional. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang melibatkan 50 remaja putri menunjukkan peningkatan pengetahuan kesehatan mental sebesar 42% setelah edukasi menggunakan media audiovisual (Saputri *et al.*, 2023). Penelitian lain juga menemukan bahwa 95,3% remaja memilih video animasi sebagai media edukasi yang efektif (Fajar *et al.*, 2023). Selain itu, penggunaan video animasi terbukti meningkatkan literasi kesehatan mental remaja secara signifikan (Suyito *et al.*, 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMK Negeri 1 Bukateja pada Juli 2025, diketahui bahwa sekolah tersebut belum pernah menyelenggarakan penyuluhan kesehatan mental. Hasil *prasurvei* menunjukkan siswa kelas XI DPB 2 mengalami tekanan psikologis akibat tuntutan akademik, praktik keterampilan, serta kecemasan menjelang Praktik Kerja Lapangan (PKL). Permasalahan tersebut sering tidak ditangani secara tepat karena keterbatasan pemahaman tentang kesehatan mental. Oleh karena itu, penulis tertarik melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Edukasi Kesehatan Mental melalui Video Animasi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja”.

Tujuan

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di SMK Negeri 1 Bukateja adalah untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan mental sebelum diberikan edukasi, memberikan edukasi kesehatan mental melalui media video animasi, serta mengidentifikasi tingkat pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi melalui video animasi di SMK Negeri 1 Bukateja.

Metode

Pada tahap awal kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM), dilakukan uji validitas terhadap media video animasi yang akan digunakan sebagai sarana edukasi kesehatan mental. Uji validitas dilaksanakan pada Senin, 25 Agustus 2025 di SMK Negeri 1 Bukateja dengan menilai aspek kejelasan materi, kecepatan penyampaian, serta tingkat keterpahaman media oleh remaja sebagai sasaran kegiatan. Hasil penilaian menunjukkan bahwa video animasi memiliki alur penyampaian yang jelas, tempo yang sesuai, serta mudah dipahami, sehingga dinyatakan layak digunakan dalam kegiatan edukasi kesehatan mental.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dalam dua kali pertemuan, yaitu pada Kamis, 16 Oktober 2025 pukul 11.00-12.00 dan Rabu, 22 Oktober 2025 pukul 09.45-10.45. Kegiatan ini diikuti oleh 35 remaja kelas XI DPB 2 di SMK Negeri 1 Bukateja yang berlokasi di Desa

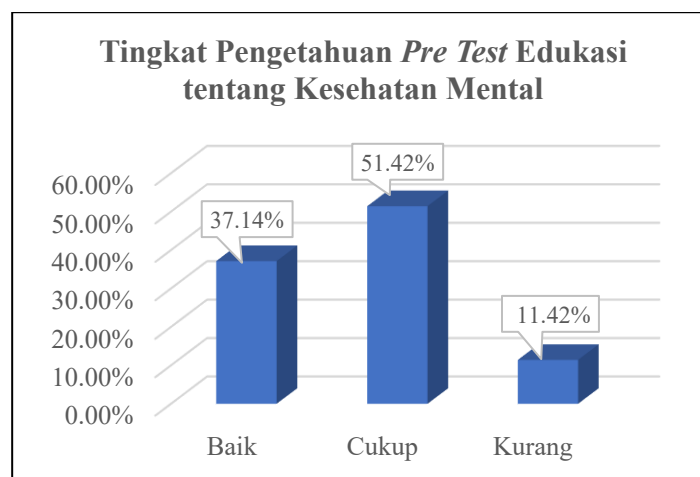
Majasari, Kabupaten Purbalingga. Pada awal pelaksanaan, peserta diminta mengisi kuesioner pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai kesehatan mental, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian pengantar berupa gambaran umum permasalahan kesehatan mental remaja.

Selanjutnya, edukasi kesehatan mental disampaikan menggunakan media video animasi yang dirancang secara visual dan komunikatif agar sesuai dengan karakteristik remaja. Setelah pemutaran video, peneliti memberikan umpan balik dengan mengulas kembali poin-poin utama materi. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab untuk memperdalam pemahaman peserta. Pada tahap akhir, peserta diminta mengisi kuesioner posttest dengan pendampingan dua anggota tim guna menilai perubahan tingkat pengetahuan setelah diberikan edukasi.

Media video animasi yang digunakan memuat materi edukatif meliputi pengertian kesehatan mental, tanda-tanda kesehatan mental, faktor-faktor yang memengaruhi, jenis-jenis masalah kesehatan mental, serta strategi pencegahan dan penanganannya. Penggunaan media ini dinilai lebih efektif dalam menarik perhatian dan meningkatkan pemahaman remaja dibandingkan media cetak maupun presentasi konvensional (Anggraini *et al.*, 2022).

Hasil

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan adanya perubahan tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan mental setelah diberikan edukasi. Pada tahap pretest, sebagian besar siswa berada pada kategori pengetahuan cukup, sementara sebagian lainnya masih berada pada kategori kurang. Temuan ini mengindikasikan bahwa pemahaman awal siswa terkait konsep, faktor risiko, serta upaya pencegahan dan penanganan kesehatan mental masih terbatas.



Gambar 1. Hasil Nilai *Pre Test* Edukasi tentang Kesehatan Mental

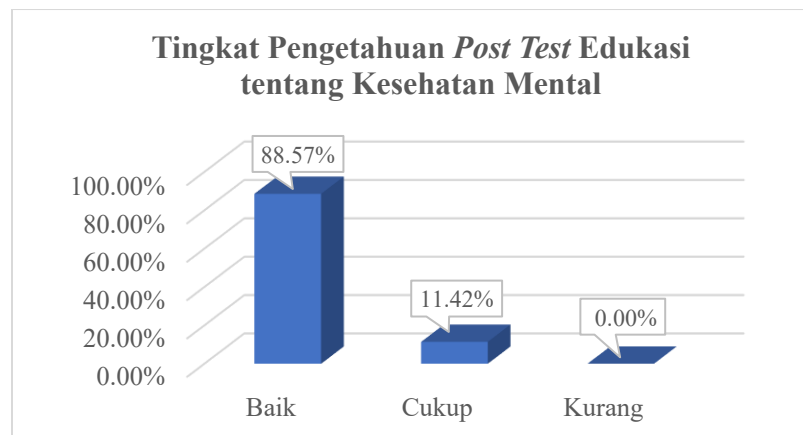
Berdasarkan hasil pretest terhadap 35 responden, diketahui bahwa 51,42% siswa berada pada kategori pengetahuan cukup, 37,14% pada kategori baik, dan 11,42% pada kategori kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi edukasi, pemahaman siswa mengenai kesehatan mental belum optimal dan masih memerlukan peningkatan, sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 1.

Kegiatan edukasi kesehatan mental melalui media video animasi dilaksanakan dalam dua kali pertemuan, yaitu pada hari Kamis, 16 Oktober 2025 pukul 11.00-12.00 dan Rabu, 22 Oktober 2025 pukul 09.45-10.45. Kegiatan ini diikuti oleh 35 remaja kelas XI DPB 2 di SMK Negeri 1 Bukateja yang berlokasi di Desa Majasari, Kabupaten Purbalingga. Pada awal kegiatan, peserta diminta untuk mengisi kuesioner *pretest* sebagai gambaran awal tingkat pengetahuan mereka mengenai kesehatan mental. Selanjutnya, peneliti menyampaikan prolog berupa gambaran kondisi serta data terkait permasalahan kesehatan mental remaja sebagai pengantar sebelum penyampaian materi inti.



Gambar 2. Penyampaian Edukasi dan pengisian kuisisioner

Penyampaian materi edukasi dilakukan menggunakan media video animasi yang dirancang secara visual dan komunikatif agar mudah dipahami serta menarik perhatian peserta. Setelah pemutaran video, peneliti memberikan umpan balik dengan mengulas kembali poin-poin penting yang terdapat dalam materi, meliputi pengertian kesehatan mental, tanda-tanda kesehatan mental, faktor yang memengaruhi, jenis-jenis gangguan kesehatan mental, serta upaya pencegahan dan penanganannya. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab guna menggali pemahaman peserta serta memberikan kesempatan bagi peserta untuk menyampaikan pertanyaan maupun pengalaman terkait kesehatan mental. Pada tahap akhir kegiatan, peserta diminta untuk mengisi kuesioner *posttest* dengan pendampingan dua anggota tim sebagai upaya untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi.



Gambar 3. Hasil Nilai *Post Test* Edukasi tentang Kesehatan Mental

Hasil *posttest* menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan yang signifikan setelah pelaksanaan edukasi. Sebanyak 88,57% responden berada pada kategori pengetahuan baik dan 11,42% pada kategori cukup, tanpa adanya responden pada kategori kurang. Temuan pada Gambar 5 menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental melalui media video animasi efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan mental.

Diskusi

Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang dilaksanakan di SMK Negeri 1 Bukateja pada tanggal 16 Oktober 2025 dan 22 Oktober 2025 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan awal remaja mengenai kesehatan mental masih berada pada kategori belum optimal. Hasil pengukuran *pre-test* menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan cukup sebesar 51,42% (18 responden), diikuti kategori baik sebesar 37,14% (13 responden), serta kategori kurang sebesar 11,42% (4 responden). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa meskipun isu kesehatan mental telah banyak terekspos melalui media sosial dan lingkungan sekitar, pemahaman remaja masih cenderung bersifat umum dan belum mendalam. Hal ini sejalan dengan Tanuwijaya (2022) yang menyatakan bahwa kesehatan mental dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola asuh, lingkungan, dan kondisi sosial ekonomi, yang sering kali belum dipahami secara utuh oleh remaja.

Menurut analisis penulis, capaian nilai *pre-test* pada kategori cukup berkaitan dengan hasil prasurvei yang menunjukkan bahwa sebagian responden telah memperoleh informasi awal mengenai kesehatan mental melalui media sosial, seperti TikTok. Namun demikian, informasi yang diperoleh melalui media tersebut umumnya bersifat singkat, tidak terstruktur, dan kurang komprehensif, sehingga belum mampu membentuk pemahaman yang menyeluruh mengenai kesehatan mental. Kurangnya pengetahuan remaja juga dipengaruhi oleh minimnya edukasi formal di sekolah, terbatasnya akses terhadap sumber informasi yang valid, serta rendahnya literasi kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari (Mayliza *et al.*, 2025). Hal ini sejalan dengan pendapat Lukmana (2024) yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh usia, pendidikan, pengalaman, lingkungan, minat, serta sumber informasi yang diperoleh.

Tahap selanjutnya dalam kegiatan PkM ini adalah pelaksanaan edukasi kesehatan mental menggunakan media video animasi. Edukasi dilaksanakan secara tatap muka pada Kamis, 16 Oktober 2025 pukul 11.00-12.00 WIB dan Rabu, 22 Oktober 2025 pukul 09.45-10.45 WIB dengan melibatkan 35 siswa kelas XI DPB 2. Edukasi diawali dengan pengisian kuesioner *pre-test*, dilanjutkan penyampaian prolog terkait kondisi kesehatan mental remaja, pemutaran video animasi, pemberian umpan balik, serta sesi diskusi dan tanya jawab. Materi yang disampaikan mencakup pengertian kesehatan mental, faktor yang memengaruhi kesehatan mental, jenis-jenis masalah kesehatan mental, serta strategi pencegahan dan penanganannya.

Selama proses edukasi, peserta menunjukkan tingkat antusiasme dan keterlibatan yang tinggi, yang terlihat dari perhatian peserta saat pemutaran video serta keaktifan dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Media video animasi dinilai efektif karena mampu menyajikan informasi secara visual dan sistematis, sehingga memudahkan remaja memahami konsep kesehatan mental yang kompleks. Hal ini sejalan dengan Anggraini *et al.*, (2022) yang menyatakan bahwa media audiovisual lebih efektif dibandingkan media cetak dan presentasi konvensional karena mampu meningkatkan daya tarik, konsentrasi, dan daya ingat peserta.

Hasil pengukuran *post-test* menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi kesehatan mental menggunakan media video animasi. Kategori pengetahuan kurang menurun hingga 0%, kategori cukup berkurang menjadi 11,42%, sementara kategori baik mengalami peningkatan yang signifikan hingga mencapai 88,57%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental menggunakan media video animasi efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja secara komprehensif. Temuan ini sejalan dengan Suyito *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa penggunaan video animasi mampu meningkatkan literasi kesehatan mental remaja secara signifikan.

Peningkatan pengetahuan tersebut juga dipengaruhi oleh karakteristik usia responden yang berada dalam kelompok usia remaja. Menurut Yang dan Gan (2025), kelompok usia muda memiliki kemampuan pemrosesan informasi visual yang lebih baik dibandingkan kelompok usia lanjut, sehingga media multimedia seperti video animasi lebih mudah diterima dan dipahami. Selain itu, kombinasi visual, audio, dan narasi dalam video animasi mampu meningkatkan keterlibatan peserta serta membantu remaja memahami materi secara lebih mendalam dan berkelanjutan (Karimah *et al.*, 2024).

Hasil kegiatan PkM ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan melalui media audiovisual efektif meningkatkan pengetahuan dan literasi kesehatan (Utama *et al.*, 2022). Demikian, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan pada 16 dan 22 Oktober 2025 terbukti mampu meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan mental dan menunjukkan bahwa media video animasi merupakan sarana edukasi yang efektif serta relevan untuk diterapkan di lingkungan sekolah.

Kesimpulan

Edukasi kesehatan mental yang diberikan kepada remaja di SMK Negeri 1 Bukateja melalui media video animasi terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan mental. Sebelum pelaksanaan edukasi, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan cukup, yaitu sebesar 51,42% (18 responden). Setelah pelaksanaan edukasi yang memuat materi mengenai konsep kesehatan mental, terjadi peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan remaja, di mana sebanyak 88,57% (31 responden) berada pada kategori baik, meningkat dari 37,14% (13 responden) sebelum intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan media video animasi sebagai sarana edukasi merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan mental. Perubahan kategori pengetahuan dari cukup dan kurang menjadi baik mengindikasikan bahwa program edukasi ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperkuat pemahaman remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental.

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, remaja diharapkan mampu menerapkan pengetahuan kesehatan mental yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari serta membangun komunikasi yang terbuka dengan teman sebaya, guru, dan orang tua. Pihak mitra diharapkan dapat mengembangkan upaya promotif dan preventif kesehatan mental secara berkelanjutan melalui pelaksanaan edukasi rutin, penguatan peran guru Bimbingan dan Konseling, serta penciptaan lingkungan sekolah yang aman, suportif, dan bebas stigma. Bagi Universitas Harapan Bangsa, kegiatan ini diharapkan dapat menjadi referensi pembelajaran bagi mahasiswa, khususnya dalam bidang keperawatan anak terkait kesehatan mental, serta

meningkatkan kesiapan mahasiswa dalam mengaplikasikan ilmu di masyarakat Bagi penulis atau pelaksana kegiatan serupa, disarankan untuk menyusun dan melaksanakan sistem monitoring dan evaluasi yang lebih terstruktur dengan menggunakan instrumen terstandar, melakukan perencanaan kegiatan secara sistematis, serta mengonsultasikan pelaksanaan kegiatan kepada dosen pembimbing agar hasil evaluasi memiliki validitas dan akurasi yang lebih baik.

Daftar Pustaka

1. Anggraini, K. R., Lubis, R., & Azzahroh, P. (2022). Pengaruh video edukasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja awal tentang kesehatan reproduksi. *Menara Medika*, 5(1), 109–120. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i1.3511>
2. Ardiratna, R. F. A., Agustriyani, F., & Palupi, R. (2025). Hubungan perilaku bullying terhadap kesehatan mental di SMP 4 Gading Rejo. *Health Research Journal of Indonesia*, 3(4), 197–203.
3. Fajar, A. P., Ayuswantana, A. C., & Wulandari, S. (2023). Video animasi untuk menghadapi masalah kesehatan mental pada remaja. *Jurnal Imajinasi*, 7(2), 176. <https://doi.org/10.26858/i.v7i2.45517>
4. Farika, S. A., Mirza, M. N., & Romas, A. N. (2024). Promosi kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan mental pada remaja. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan*, 1(1), 69–77. <https://doi.org/10.70109/jupenkes.v1i1.10>
5. Ilyas, I., Pelu, M., Cahyawati, C., Sunik, S., Salakory, H. S., Marthin, H. S., Sonya, F., & Matulessy, M. (2025). Edukasi kesehatan mental pada remaja tingkat sekolah di wilayah kerja Puskesmas Belakang Soya. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 6(1), 1302–1310. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v6i1.5447>
6. Kahar, S. J. A., & Saleh, N. H. H. (2025). Literasi kesehatan mental pada remaja sebagai upaya preventif mengatasi masalah kesehatan mental di Kota Ternate. *Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 20(5), 740–785.
7. Karimah, A. F., Julia, J., Iswara, P. D., Ismail, A., Gusrayani, D., & Isrokatun, I. (2024). Penggunaan video animasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa sekolah dasar terhadap perundungan. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(1), 416–424. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v9i1.841>
8. Kartikasari, F., Pusparatri, E., Risnawati, I., & Jauhar, M. (2025). Peningkatan kesiapan menghadapi menopause melalui edukasi kesehatan berbasis media audiovisual pada kelompok pra lansia. *Jurnal Inovasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 110–117. <https://doi.org/10.53621/jippmas.v5i1.403>
9. Lukmana, D., & Maulida, U. (2024). Science literacy among students of Madrasah Ibtidaiyah based on gender and academic ability. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 4(2), 276–287. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v4i02.4435>
10. Mawaddah, N., & Prastya, A. (2023). Upaya peningkatan kesehatan mental remaja melalui stimulasi perkembangan psikososial pada remaja. *Dedikasi Saintek: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 115–125. <https://doi.org/10.58545/djpm.v2i2.180>
11. Mayliza, A. T., Triana, N. Y., & Cahyaningrum, E. D. (2025). Edukasi tentang kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 1 Rawalo. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(6), 1026–1035. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i6.721>
12. Putra, D. Y., Andriani, D. M., Maisarah, M., Nurlita, M., Madini, M., Fitria, N., Anisa, N., Urhidayatunnisak, U., Srinti, S. G., Andani, T. A., Rusnedy, R., Dewi, R. S., & Lestari, P. (2024).

Gambaran tingkat pengetahuan dan kondisi kesehatan mental pada remaja SMK Farmasi di Pekanbaru. *Jurnal Medika*, 3(2), 88–94. <https://doi.org/10.31004/c2p6wt09>

13. Rahmawati, A. P., Utami, R. N., Alifazahro, N. N., Bilqis, H. B., & Oktavia, D. (2025). Peran konseling Islam dalam membantu mengelola stres akademik siswa di SMK IPTEK Weru Sukoharjo. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(1), 55–64. <https://doi.org/10.55352/r5nn5896>
14. Salakory, H. S. M., Matulesy, F. S., & Tauran, R. I. (2024). Upaya promotif dalam mengatasi masalah kesehatan mental pada siswa SMA Negeri 26 Maluku Tengah. *Altifani: Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(6), 487–496. <https://doi.org/10.59395/altifani.v4i6.574>
15. Saputri, K., Romadhiyana, R., Pitaloka, I. K., Pratiwi, K., Kharisma, K., Nadhiffa, A. N., & Puji, P. (2023). Peningkatan pengetahuan remaja tentang kesehatan mental dengan menggunakan media audiovisual. *Abdimas Dewantara*, 6(1), 1–7. <https://doi.org/10.30738/ad.v6i1.13882>
16. Sumbawa, D. I. M. A. N. (2024). Edukasi kesehatan mental pada remaja di MAN 2 Sumbawa. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Samawa*, 1(2), 4–7.
17. Suminar, Y. D., Lutiarsi, R. T., Lestari, E. S., Aurorina, E., Windyarti, I., Rahmasari, F. H., Yusnita, L. E., Pamuji, D. C., & Julianto, D. (2024). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2024*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
18. Suyito, T. F. A., Yulianto, S., & Fitriana, R. N. (2023). Pengaruh audiovisual berbentuk video animasi terhadap peningkatan literasi kesehatan mental remaja di SMP Muhammadiyah Program Khusus Pracimantoro Tito [Skripsi, Universitas Kusuma Husada Surakarta].
19. Tangke, Y. (2023). Hubungan kesehatan mental remaja dengan hasil belajar siswa di SMP Katolik Rantepao. *Health Community Service*, 1(1), 32–36. <https://doi.org/10.47709/hcs.v1i1.3238>
20. Utama, B. T. F., Yunida, N., & Netra, I. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audiovisual terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang vulva hygiene di SMP Ma'arif NU 1 Patikraja. *Prosiding Seminar Nasional*, 390–395.
21. Yang, X., & Gan, F. (2025). Age-friendly design framework for information animations: A mixed-method research validation. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1557924. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1557924>