

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 31–39. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- Afiffah, N. P. (2023). Resiliensi Akademik Dengan Stres, Kecemasan dan Depresi Remaja SMA Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 8(1), 41. <https://doi.org/10.32419/jppni.v8i1.366>
- Akib, N. T., Yuliana, I., Anggriani, R., & Jati, L. J. (2025). Impulsive Buying pada Pengguna Shopee Generasi Z: Gaya Hidup, Fitur Spaylater dan Word of Mouth. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Ekonomi & Bisnis*, 5(2), 937–946. <https://doi.org/10.37481/jmeh.v5i2.1375>
- Andriyanti, A., Setyo, A., & Lestari, B. (2025). *Systematic Literature Review : Eksplorasi Variasi Terminologi Dalam Penelitian Kesalahan Systematic Literature Review : Eksplorasi Variasi*. 3(5).
- Annisa, R., Ching Cing, M. T. G., & Noveni, N. A. (2024). Upaya Pelayanan Kesehatan Remaja di SMP Muhammadiyah Rawalo. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(4), 43–46. <https://doi.org/10.26714/jipmi.v3i4.401>
- Ardiyansyah. (2023). Buku ajar kesehatan mental. In *UPT UNDIP Press Semarang*.
- Aronsson, A. E., Thern, E., Matilla-Santander, N., Kwart, S., Hernandorodriguez, J. C., Badarin, K., Julià, M., Alfayumi-Zeadna, S., Gunn, V., Kreshpaj, B., Muntaner, C., Bodin, T., & Mangot-Sala, L. (2025). Parental precarious employment and the mental health of adolescents: a Swedish registry study. *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health*, 51(2), 59–67. <https://doi.org/10.5271/sjweh.4210>
- Athia, C., Tanjungpura, U., Tanjungpura, U., & Tanjungpura, U. (2025). *Cognitive behavioral therapy guna menekan kecanduan gadget siswa kelas vii smp negeri 13 pontianak manusia , sebab kemajuan ilmu pengetahuan akan selalu berjalan beriringan dengan mengindikasikan bahwasanya 50 % remaja mengaplikasikan gadget lebih dari 6 . 3(April)*, 109–119.
- Audia, E., Sustrami, D., & Astuti, N. M. (2025). Hubungan Spiritualitas Dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya Pendahuluan Metode. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 20(1), 49–54.
- Ayuningtiyas, R., Faisal, Octariany, & Siagian, D. S. (2024). Penyuluhan Kesehatan Untuk Pencegahan Sedentary Lifestyle Pada Pelajar SMA. *Jdistira*, 4(1), 87–91. <https://doi.org/10.58794/jdt.v4i1.891>
- Azzahra, A. A., Shamhah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i3.37832>

- Dalimunthe, S. I., & Daulay, A. A. (2024). Perbedaan Strategi Coping Mahasiswa Akhir Dalam Menghadapi Stres Akademik Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Ganaya : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 7(4), 91–102. <https://doi.org/10.37329/ganaya.v7i4.3474>
- Darmawati, S. F. (2025). Pemanfaatan Platform Media Sosial Tiktok Terhadap Gaya Hidup Remaja Pada Sma Alfityah Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 4(1), 1–23.
- Di, G. Z., & Soebandi, U. (2025). *Hubungan gaya hidup dengan kesehatan mental*.
- Dini, D., Harahap, F. S. D., Syahuri, F., Almayda, P., & Divani, D. A. (2022). Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Jebus. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 13(1), 25–30. <https://doi.org/10.23887/jibk.v13i1.43679>
- Dzulfian Syafrian, dkk. (2025a). Pengaruh keterlibatan ayah dengan regulasi emosi gen z. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.
- Dzulfian Syafrian, dkk. (2025b). PERBEDAAN POLA ASUH IBU BEKERJA DAN IBU TIDAK BEKERJA TERHADAP ANAK DI MTs SWASTA MUHAMMADIYAH BATU BULAT KEC. LINTAU BUO UTARA KAB. TANAH DATAR. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.
- Erskine, H. E., Wado, Y. D., Loi, V. M., Hoa, D. T. K., Wahdi, A. E., Li, M., & Scott, J. G. (2025). Beyond survey design: Lessons from conducting the National Adolescent Mental Health Surveys. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 19(Suppl 1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00925-1>
- 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>
- Firdaus, M. R., Haq, M. I., Fahmi, F. A., Supratama, R., & Firdaus, M. R. (2025). *Peran pendidikan agama islam dan kesehatan mental di kalangan siswa Corresponding Author : Muhammad Riziq Firdaus*. 2(1).
- Fitriana, A. S. (2025). Efektivitas Konseling Integratif dalam Mengurangi Stres Akademik pada Pelajar SMA. *JBK Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(01), 20–26.
- Gerald Corey. (2021). Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. *History of Indian Philosophy*, 561–568.
- Gintari, K. W., Desak Made Ari Dwi Jayanti, Laksmi, I. G. A. P. S., & Sintari, S. N. N. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 2(3), 167–183. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i3.49>
- Hakim Universitas A Wahab Hasbullah, D. K., & Atuzzakiyatul Komilah Universitas A Wahab Hasbullah, I. K. (2024). Pediaqu : Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 145–163.
- Hamidah, Z., Istiqomah, K., Haliza, N. D., & Kusmawati, A. (2025). Implementasi Teori

Psikodinamika dalam Mengatasi Kesehatan Mental. *Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 3(5), 38–45.

Haniyah, F. N., Novita, A., & Ruliani, S. N. (2022). Hubungan Antara Pola Asuh Orangtua, Teman Sebaya, Lingkungan Tempat Tinggal dan Sosial Ekonomi Dengan Kesehatan Mental Remaja. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(7), 242–250. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i7.51>

Hasibuan, Y. A., Napitupulu, E., & Rahman, A. (2025). *Pengaruh model project based learning berbasis profil pelajar pancasila dan motivasi belajar terhadap berpikir kreatif siswa sekolah dasar*. 10(1), 85–90.

Jati, S. (2025). Penelitian Kualitatif: Metode Penelitian Kualitatif. *Jurnal EQUILIBRIUM*, 5(January), 1–7.

Kaligis, F., Ismail, R. I., Wiguna, T., Prasetyo, S., Indriatmi, W., Gunardi, H., Pandia, V., & Magdalena, C. C. (2021). Mental health problems and needs among transitional-age youth in Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph18084046>

Khairunnisa Haqila, Nanda, F., & Anggraini, D. (2024). Literature Review: Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Nusantara Hasana Journal*, 4(1), 90–102.

Kurniadi, R., & Ihsan, M. (2025). 1, 2 1,2. 4(8), 6059–6068.

Laberty Ibad, Y., Ratu Sehati, I., Lestari, C., Safitri, S., & Sriwijaya, U. (2025). Peran Lingkungan Sekolah dalam Mendukung Kesehatan Mental dan Prestasi Akademik Siswa. *Al-Hanif: Jurnal Pendidikan Anak Dan Parenting*, 5(1), 11–17.

Lubis, F. M., & Mahendika, D. (2023). Hubungan Parenting Style, Peer Pressure, Self-Esteem, dan Kesehatan Mental pada Remaja Indonesia di Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(02), 90–104. <https://doi.org/10.58812/jpkws.v1i02.262>

Mawaddah, N., & Prastya, A. (2023). Improving Adolescent Mental Health Through Stimulation of Psychosocial Development in Adolescents. *Dedikasi Saintek*, 2(2), 115–125.

Muzadi, M. H., & Febriani, Z. (2025). Hubungan antara Gaya Hidup Sehat dan Kepuasan Hidup pada Usia Madya. *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan*, 84–96. <https://doi.org/10.33476/knpk.v5i1.5165>

Nelly, T. N. F., & Mamun Hanif. (2024). Pandangan Psikologi Pendidikan Terhadap Faktor Pembawaan Anak Usia Remaja Dalam Keluarga. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM*, 12(2), 1–19. <https://doi.org/10.37721/psi.v12i2.1551>

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT RINEKA CIPTA.

Novita, N. (2025). Pengaruh Kepribadian Dan Media Sosial Terhadap Tekanan Sosial Mahasiswa Perempuan Dalam Menghadapi Dinamika Teknologi. *Jurnal Daya Saing*,

11(1), 22–30. <https://doi.org/10.35446/dayasaing.v11i1.2044>

- Penelitian Sains dan Kesehatan Avicenna, J., Azzahra Salsabila, A., Natasya Putri, D., Assyifa, R., Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, P., & Artikel Abstrak, I. (2025). *Pengaruh Broken Heart Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa UINSU*. 4(2), 132–137.
- Permatasari, D., Sina Putriningsih, R., Sat Titi Hamranani, S., Elsera, C., & Dhian, A. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Menstrual Distress pada Remaja Putri di Klaten. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 15(1), 1–6. <https://doi.org/10.61902/involusi.v15i1.1285>
- Pratiwi, S. D., Djuwita, R., Studi, P., Epidemiologi, M., Masyarakat, K., Indonesia, U., & Epidemiologi, D. (n.d.). *Hubungan Gaya Hidup dengan Kesehatan Mental Remaja di Indonesia (Analisis Data Global School-Based Student Health Survey Indonesia 2015)*.
- Putra, O., Affiqoh, A., Iskandar, N., Saki, V. Y., & Nursyarofah, N. (2025). Analisis Sistematis Dampak School Bullying terhadap Perkembangan Sosial Remaja melalui Tinjauan Literatur 2020–2023. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 5(2), 2177–2184. <https://doi.org/10.54082/jupin.1429>
- Qur, I. A. I. A.-, Ilir, O., Selatan, S., Pengetahuan, P., Tentang, S., & Syariah, P. (2025). *Jurnal LARIBA Jurnal Perbankan Syari'ah Program Studi Perbankan Syari'ah Jurnal LARIBA Jurnal Perbankan Syari'ah Program Studi Perbankan Syari'ah*. 6(02).
- Rahmah, A., Azizah, N., & Uyun, A. Q. (2024). Study Literatur : Perkembangan Spiritual Dan Peran Agama Dalam Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja. *Risalah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 10(4), 1384–1398.
- Rahman, F., Navijay, A., Nuralpisah, N., Sepdavayatie, C., Azzahra, F., Fitriyani, F., Fitriani, N. N., Anjani, R., Arifin, S., Wati, R. M., & Biworo, A. (2025). Menu Sehat untuk Masa Depan: Edukasi Gizi Seimbang untuk Cegah Obesitas Remaja di Era Modern. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 4(1), 38–46. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v4i1.343>
- Rahmita, N., Eilma, S., Layly, S. F., Anisya, K., Ewalde, Dian, Y., Dewi, R., Zihrotulwida, & Mubarak, M. F. (2025). Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*, 1(1), 39–48.
- Ramadhan, M. F., Siroj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Validitas and Reliabilitas. *Journal on Education*, 6(2), 10967–10975. <https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.4885>
- Restiyana, S., Utari, N., & Yuspita, Y. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seksual remaja SMA. *Journal of Psychological Perspective*, 1(2), 49–57. <https://doi.org/10.47679/jopp.12502019>
- Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, I. I. J. (2024). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. 2, 306–312.
- Rifky, P. M., & Jannatin, I. S. (2025). Kajian Literatur tentang Pengaruh Aplikasi Kesehatan Sateusahat Mobile dan Mobile JKN terhadap Kesadaran Gaya Hidup Sehat di Indonesia

(2019-2023). *Jurnal Penelitian Inovatif*, 5(1), 327–352.
<https://doi.org/10.54082/jupin.920>

Ritonga, L. S., & Adiati, R. P. A. (2022). Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Pengaruh Gaya Hidup Hedonis dan Self-Esteem terhadap Perilaku Konsumtif pada Remaja di Surabaya. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2(1), 476–485.

Rohmah, F. T., Silviahana, F., Titasyfa, A., Ibrahim, Z., & Hidayat, W. (2024). Pengaruh gaya hidup dan perilaku konsumtif belanja online pada remaja. *JIIC: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 4, 3047–7824.

Saepudin, A., Hidayat, W., & Supriatna, E. (2022). Gambaran Body Image Pada Siswa Kelas Xi Sman 1 Margaasih. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 5(4), 304–309. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i4.8654>

Safarina, N. A., Cut Ita Zahara, Cut Natasya Mairiva Syakilla, Indah Utari, Kania Alisyah Fatimah, Suhaibatul Aslamiyah, Cut Nurul Munawarah, & Dian Fazila. (2024). Psikoedukasi Kesehatan: Pentingnya Menerapkan Pola Hidup Sehat Pada Remaja Pemain Game Online Di Lhokseumawe. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 2(3), 893–899. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v2i3.849>

Safitri, D. D., & Widodo, A. (2024). Analisis Validitas Self Reporting Questionnaire (SRQ) Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 754–760. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/24841%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/download/24841/18540>

Saifunnur, M. A., Shanie, A., Maulvi, Z. A., Maula, A. I., Zadha, N., Maulina, A. R., & Ramadhani, A. F. (2025). Peran Guru PAI Dalam Menjaga Kesehatan Mental Peserta Didik di SDN Tambakaji 03 Bringin Semarang. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 02(12), 138–146.

Satria, D., Silva, D., Panis, M. P., Ratu, F., & Anakaka, D. L. (2025). *Kebersyukuran (Gratitude) Pada Remaja Dengan Orang Tua Pekerja Rantau*. 3(10), 948–964.

Satriyandari, Y., Mahmudah, N., & Julianti, S. (2025). Kesehatan mental dalam perspektif gender: siapa yang lebih rentan. *Journal of Midwifery Care*, 6(01), 11–19. <https://doi.org/10.34305/jh2q8v89>

Septiansyah, D., Windarwati, H., & Haryanti, T. (2025). Psikoterapi Sebagai Intervensi Peningkatan Perkembangan Emosi Remaja: a Systematic Review. *Jurnal Keperawatan*, 17(2), 427–440.

Setiawati, N. A., Ramadhita, S. U., Zanwar, A., & Noviandina, N. (2024). Teknik Relaksasi untuk Kecemasan dan Stres Pada Remaja: Kajian Sistemik. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 14. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2581>

Silviana, H. (2021). *Keterlibatan Ayah dan Kaitannya dengan Emotional Well-Being pada Remaja Akhir*. 4(4), 167–186.

Sugiyono. (2020). *metode penelitian kesehatan*. ALFABETA.CV.

- Tusyadiah, N. H., Yusri, M. H., & Nurhasyifa, N. (2024). Implementasi analisis hipotesis asosiatif untuk mengetahui kepuasan pelanggan pada layanan jasa pendidikan. *Al Ittihadu Jurnal Pendidikan*, 3(1), 80–92.
- Utami, M. P., & Nurjannah, N. (2024). Konseling dengan Pendekatan Teknik Strength Bombardment dan Syukur untuk Mengatasi Insecure pada Remaja. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 7(2), 569–586.
- Wulandari, F. Y., Negeri, U., Sjech, I., Djambek, M. D., Negeri, U., Sjech, I., Djambek, M. D., Negeri, U., Sjech, I., Djambek, M. D., Ariani, T., Negeri, U., Sjech, I., Djambek, M. D., Syam, H., Negeri, U., Sjech, I., & Djambek, M. D. (2025). Tekanan Ekonomi dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental Anggota Keluarga. *KAMPUS AKADEMIK PUBLISING Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2(4), 84–95.
- Yenti, M., Putri, A. P. P., & Alhamda, N. (2025). Hubungan Dukungan Teman Dan Peran Keluarga Terhadap Perilaku Gaya Hidup Sehat Pada Remaja Di Kota Padang. *Ikesma*, 21(2), 115–123. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v21i2.45833>