

UPAYA PENCAPAIAN PERKEMBANGAN MENTAL REMAJA MELALUI TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK

Jumaini¹, Sri wahyuni², Niken Yuniar Sari³, Nurul Huda⁴, Yulia Rizka⁵

^{1,3,5)} Program Studi Sarjana Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

⁴⁾ Program Studi Ners Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

²⁾ Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

e-mail: jumaini@lecturer.unri.ac.id

Abstrak

Remaja merupakan tahapan usia transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada usia remaja, seseorang akan mengalami berbagai perubahan berkaitan dengan proses transisi menuju kedewasaan. Kemampuan beradaptasi terhadap berbagai perubahan ini sangat penting sehingga yang menunjang pencapaian perkembangan dan kesehatan mental remaja. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan terapi kelompok terapeutik kepada remaja untuk meningkatkan perkembangan mentalnya. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Sri Meranti dengan rentang usia remaja 12-19 tahun. Remaja yang terlibat sebanyak 30 orang. Peserta diberikan *pre test* sebelum dilakukan terapi dan *post test* sesudah diberikan terapi. Hasil kegiatan menunjukkan skor rata-rata sebelum diberikan terapi kelompok terapeutik adalah 42 sedangkan skor rata-rata setelah diberikan terapi kelompok terapeutik adalah 59. Hal ini menunjukkan terdapat peningkatan skor perkembangan mental sebesar 17 setelah remaja mendapatkan terapi kelompok terapeutik. Dampak dari pengabdian masyarakat ini terjadi peningkatan perkembangan mental remaja dan diharapkan remaja terus beradaptasi terhadap perubahan yang dialami sehingga dapat berperilaku yang menunjukkan sebagai remaja yang sehat mental.

Kata kunci: Perkembangan mental, remaja, terapi kelompok terapeutik

Abstract

Adolescence is a transitional age stage from children to adults. In adolescence, a person will experience various changes related to the transition process to adulthood. The ability to adapt to various changes is very important so that it supports the achievement of development and mental health of adolescents. The aim of this community service activity is to provide therapeutic group therapy to teenagers to improve their mental development. The activity was carried out in Sri Meranti Village with a youth age range of 12-19 years. There were 30 teenagers involved. Participants were given a pre-test before therapy and a post-test after therapy. The results of the activity showed that the average score before being given therapeutic group therapy was 42, while the average score after being given therapeutic group therapy was 59. This shows that there was an increase in mental development scores of 17 after teenagers received therapeutic group therapy. The impact of this community service is an increase in the mental development of teenagers and it is hoped that teenagers will continue to adapt to the changes they are experiencing so that they can behave in a way that shows they are mentally healthy teenagers.

Keywords: adolescents, mental development, therapeutic group therapy

PENDAHULUAN

Remaja merupakan tahapan usia transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada usia remaja, seseorang akan mengalami berbagai perubahan berkaitan dengan proses transisi menuju kedewasaan seperti dari segi fisik, kognitif, psikososial, emosional, dan spiritual (Stuart, 2016). Kondisi sehat fisik dan mental bagi seorang remaja menjadi hal yang sangat penting, karena akan menentukan kualitas remaja sebagai menjadi generasi penerus bangsa di masa yang akan datang.

Prevalensi remaja di dunia saat ini adalah 1,3 miliar atau 16% dari jumlah populasi di dunia (UNICEF, 2021). Di Indonesia, sekitar 16% dari jumlah penduduk berada pada rentang usia remaja, dimana menurut data BPS (2021) remaja usia 10-19 tahun adalah sebanyak 44.135.000 orang. Di Kota Pekanbaru, jumlah remaja usia 10-14 tahun laki-laki dan perempuan sebanyak

80.212 orang (BPS Kota Pekanbaru, 2020). Jumlah ini terus meningkat dibandingkan pada tahun-tahun sebelumnya sehingga perhatian terhadap kesehatan remaja dan pemahaman tugas

perkembangan remaja yang akan membentuk kesehatan mental remaja perlu ditingkatkan.

Tugas perkembangan yang harus diselesaikan oleh remaja untuk pembentukan kesehatan mentalnya menurut Erikson (2000, dalam Keliat, Helena, & Farida, 2019) adalah pembentukan identitas diri sebagai dasar pembentukan pada masa dewasa dan tahap perkembangan selanjutnya. Identitas diri meliputi identitas pekerjaan, politik, spiritual, prestasi atau intelektual, seksual, relasional, budaya/etnik, kepribadian, minat dan fisik (Santrock, 2012). Sementara itu, perkembangan psikososial remaja dalam mencapai identitas diri ini terdiri dari peran, tujuan pribadi, keunikan, serta ciri khas dirinya (Keliat dkk, 2019). Apabila pencapaian identitas diri terjadi hambatan, remaja dapat mengalami krisis pada identitas dirinya sehingga dapat muncul perilaku berupa tindakan destruktif yang dapat berlanjut pada permasalahan kesehatan mental (Hidayah & Huriati, 2016).

Saat ini telah banyak data yang menunjukkan berbagai masalah yang berpengaruh pada kesehatan remaja terkait dengan masalah fisik, psikologis dan sosial. Masalah fisik yang ditemukan beberapa diantaranya yaitu; pengguna rokok oleh remaja meningkat menjadi 18,8% dari tahun sebelumnya (WHO SEARO, 2019); pengguna rokok remaja (15-19 tahun) pertama kali <15 tahun sebesar 57,8% (Badan Pusat Statistik et al, 2018); remaja (usia <15-19 tahun) tersangka narkoba dengan kasus narkoba sebanyak 2.918 orang (BNN, 2021). Selanjutnya beberapa masalah psikologis/mental menunjukkan depresi pada remaja di Indonesia ditemukan sebesar 6,2% (Risksesdas, 2018); percobaan bunuh diri (usia 13-15 tahun) yang meningkat menjadi 6,2% (remaja laki-laki) dan 4% (remaja perempuan) (WHO, 2015); prevalensi pengalaman perilaku kekerasan (usia 13-17 tahun) sebesar 62% (Kemen PPPA, 2018); prevalensi perundungan di sekolah; 27% (SD), 32% (SMP), 20% (SMA) (Kemen PPPA, 2018). Berdasarkan data ini kesehatan remaja sangat penting untuk diperhatikan agar tetap sehat dalam proses perkembangannya.

Sri Meranti merupakan salah satu kelurahan di Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru dengan luas wilayah 632,26 km² yang terdiri dari 18 RW dan 88 RT. Sebagaimana komposisi penduduk Kota Pekanbaru dan Indonesia secara umum, jumlah penduduk usia remaja relatif tinggi. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, aktivitas remaja secara umum selain ke sekolah pada jam sekolah, remaja banyak menghabiskan waktu dengan bermain *gadget* dan berkumpul dengan teman-teman sebaya tanpa tujuan yang jelas, mengkonsumsi *junk food*, makanan siap saji menjadi kebiasaan remaja dan beberapa remaja berkata kasar saat bersama teman kelompoknya. Rata-rata remaja belum mengetahui tugas perkembangan remaja yang perlu dicapai sesuai usianya dan belum pernah mengikuti kegiatan terkait kesehatan mental/jiwa remaja. Beberapa RW di Kelurahan Sri Meranti telah dibentuk/memiliki wadah untuk pengembangan kelompok usia remaja, namun edukasi atau pelatihan dan terapi tentang perkembangan mental remaja belum pernah dilakukan.

Sekolah jenjang SMP dan SMA secara umum memiliki Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), namun aktivitas UKS sejauh ini masih terbatas masalah kesehatan fisik, belum menyentuh masalah-masalah kesehatan mental/jiwa siswa (remaja). Remaja belum mendapatkan bekal untuk perkembangan mental yang sehat baik di sekolah maupun di lingkungan tempat tinggalnya, oleh karena itu diperlukan upaya atau intervensi yang mendukung pencapaian dan pengoptimalan perkembangan mental pada usia remaja, salah satunya dengan pemberian Terapi Kelompok Terapeutik (TKT).

Terapi kelompok terapeutik merupakan terapi untuk melakukan stimulasi perkembangan individu. Terapi kelompok terapeutik dapat diartikan sebagai terapi yang diberikan kepada kelompok yang anggotanya memiliki hubungan satu dengan lainnya, saling ketergantungan, dan mempunyai norma yang sama (Stuart, 2013). Kelompok terapeutik lebih berfokus pada hubungan didalam kelompok interaksi antara anggota kelompok, dan mempertimbangkan isu yang selektif (Townsend, 2009). Salah satu fokus kelompok terapeutik adalah perkembangan dan penyesuaian sosial (Shives, 2007). Terapi kelompok terapeutik merupakan salah satu terapi kelompok yang memberi kesempatan kepada anggotanya untuk saling berbagi pengalaman dan membantu dalam menemukan, menyelesaikan, serta mengantisipasi masalah dengan mengajarkan cara yang efektif. Kegiatan ini dilakukan sebagai bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan mengetahui hasil penerapan terapi kelompok terapeutik terhadap perkembangan mental kelompok usia remaja di wilayah Kelurahan Sri Meranti.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan melibatkan jajaran Kelurahan Sri Meranti, khususnya pengurus RW, Kader kesehatan, ketua remaja RW dan petugas penanggungjawab kesehatan jiwa Puskesmas Umban Sari sebagai institusi kesehatan yang bertanggung jawab terhadap wilayah Kelurahan Sri Meranti. Tahapan kegiatan yang dilaksanakan meliputi koordinasi teknis, pelaksanaan *pre-test*, pemberian terapi, dan pelaksanaan *post-test*. Berikut adalah tahapan secara rinci:

1. Koordinasi teknis di lapangan dengan pihak terkait. Tim pelaksana melakukan koordinasi dengan pengurus RW, RT, kader kesehatan di Kelurahan Sri Meranti untuk menentukan jadwal, lokasi, dan teknis pelaksanaan kegiatan. Dalam tahap ini, peserta yang memenuhi kriteria ditentukan, serta dilakukan dilakukan penyiapan sarana dan prasarana pendukung, seperti ruang pertemuan yang nyaman, alat bantu visual (*PowerPoint*, poster, buku kerja peserta, dan video edukasi), materi edukasi berbasis literatur terkini, serta perangkat evaluasi berupa kuesioner. Agenda kegiatan disusun secara rinci, termasuk alokasi waktu untuk setiap sesi.
2. Pelaksanaan *pre-test*. Sebelum kegiatan dimulai, peserta diberikan kuesioner *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mereka tentang hipertensi, kecemasan, dan pengelolaannya. Hasil *pre-test* digunakan sebagai dasar untuk melihat peningkatan pemahaman dan perkembangan mental peserta setelah kegiatan.
3. Pemberian materi dan terapi kelompok terapeutik. Penyampaian materi perkembangan remaja disampaikan oleh tim pelaksana menggunakan metode interaktif yang melibatkan diskusi, ceramah, dan tanya jawab. Materi perkembangan remaja yang disampaikan meliputi fisik dan psikoseksual; kognitif dan bahasa; moral, sosial, dan spiritual; emosi dan kepribadian; serta bakat dan kreativitas. Peserta juga diberikan buku kerja yang harus diisi secara mandiri selama 1 minggu sebagai bagian dari TKT.
4. Pelaksanaan *post-test* dilakukan setelah peserta mengisi buku kerja masing-masing selama 1 minggu. Kuesioner *post-test* untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan dan peningkatan perkembangan mental remaja. Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* digunakan sebagai indikator keberhasilan kegiatan. Melalui tahapan ini, kegiatan pengabdian diharapkan dapat memberikan dampak yang nyata dalam meningkatkan perkembangan mental remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada bulan September 2024 dengan melibatkan mahasiswa profesi Ners dan mahasiswa MBKM Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Peserta (remaja) yang mengikuti kegiatan pengabdian ini sebanyak 30 orang remaja. Hasil kegiatan pengabdian sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Remaja Kelurahan Sri Meranti Tahun 2024 (n=30)

| No | Variabel | Jumlah | Presentase (%) |
|----------|----------------------------------|--------|----------------|
| 1 | Usia | | |
| | Remaja awal (12-14 th) | 21 | 70 |
| | Remaja pertengahan (15-18 tahun) | 8 | 26.7 |
| | Remaja akhir (19 tahun) | 1 | 3.3 |
| 2 | Jenis Kelamin | | |
| | Laki-Laki | 15 | 50 |
| | Perempuan | 15 | 50 |
| 3 | Pendidikan | | |
| | SD | 6 | 20 |
| | SMP | 16 | 53.4 |
| | SMA | 8 | 26.6 |
| 4 | Urutan Kelahiran | | |
| | Anak Pertama | 11 | 36.7 |
| | Anak Kedua | 9 | 30 |
| | Anak Ketiga | 6 | 20 |
| | Anak Keempat | 4 | 13.3 |

| 5 | Pekerjaan Orang Tua | | |
|---|---------------------|----|------|
| | Karyawan Swasta | 2 | 6.7 |
| | Wiraswasta/Dagang | 3 | 10 |
| | Buruh | 20 | 66.7 |
| | Lain-lain | 5 | 16.7 |

Tabel 1 menunjukkan dari 30 remaja sebagian besar berusia 12-14 tahun (remaja awal), jenis kelamin sama antara laki-laki dan perempuan, pendidikan SMP paling banyak dari pada SD dan SMA yaitu 53,4%, sebagian besar sebagai anak pertama sebanyak 11 orang (36,7%), dan sebagian besar pekerjaan orang tua adalah buruh sebanyak 20 orang (66,7%).

Tabel 2. Skor rata-rata sebelum dan sesudah pemberian Terapi Kelompok Terapeutik (TKT)

| Kegiatan | Jumlah peserta | Rata-rata | Min-Max |
|--------------------------------|----------------|-----------|---------|
| Sebelum TKT | | 42 | 28-49 |
| Sesudah TKT | 30 | 59 | 36-62 |
| Selisih skor sesudah - sebelum | | 17 | 4-13 |

Berdasarkan penilaian diperoleh skor rata-rata perkembangan mental remaja sebelum diberikan TKT adalah 42 sedangkan skor rata-rata setelah diberikan TKT adalah 59 artinya terdapat kenaikan skor sebesar 17 poin setelah remaja mendapatkan TKT.



Gambar 1. Penyampaian materi tentang perkembangan aspek biologis dan psikoseksual remaja



Gambar 2. Peserta mengisi *pre test* dan kelompok peserta dengan tim pendamping



Gambar 4. Peserta dan Tim Pengabdian Masyarakat FK Unri berfoto bersama

Kegiatan pengabdian berlangsung dengan baik sesuai dengan rencana yang telah disusun. berdasarkan hasil evaluasi (*pre test* dan *post test*) didapatkan terjadi peningkatan perkembangan mental remaja peserta kegiatan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian ini berhasil dan efektif.

Selama pelaksanaan kegiatan seluruh peserta juga Nampak antusias dan aktif mengikuti seluruh rangkaian kegiatan.

Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) merupakan kegiatan *peer group* remaja dalam mencapai identitas diri yang menggambarkan perkembangan kesehatan mentalnya melalui sharing pengalaman dalam mengatasi suatu masalah, pencarian makna, dan hal positif dalam menghadapi suatu masalah (Townsend, 2019; Stuart, Keliat, & Pasaribu, 2019). Pada TKT sekelompok remaja diberikan edukasi dan stimulasi perkembangan seluruh aspek, meliputi fisik dan psikoseksual; kognitif dan bahasa; moral, sosial, dan spiritual; emosi dan kepribadian; serta bakat dan kreativitas (Keliat, Mulia, & Fitriani, 2019). Edukasi dan stimulasi berbagai aspek ini membantu remaja memahami dan beradaptasi sesuai perubahan-perubahan aspek tersebut sehingga remaja dapat berkembang dan beradaptasi sesuai tahapan usianya. Keberhasilan adaptasi remaja ini akan membantu mencapai perkembangan dan kesehatan mental remaja.

Hasil penelitian Maryatun (2014) menunjukkan adanya perkembangan diri yang meningkat secara bermakna pada remaja yang diberikan TKT dibandingkan kelompok kontrol. Hasil penelitian Astutik, Keliat, dan Putri (2019) mengungkapkan bahwa terjadi peningkatan secara bermakna pada kecerdasan emosional remaja setelah diberikan TKT. Penelitian lainnya oleh Silalahi (2019) menunjukkan TKT berhasil menurunkan angka prodorma bagi remaja dengan kasus orang tua bercerai. Penelitian tersebut menunjukkan TKT memberikan manfaat bagi perkembangan psikososial remaja.

Pada pelaksanaan TKT remaja dilakukan stimulasi aspek-aspek perkembangan pada remaja secara berkelompok, yaitu aspek fisik/biologis terkait psikoseksual, aspek kognitif, bahasa, moral, spiritual, emosional, serta bakat dan kreatifitas. Perkembangan psikoseksual positif pada masa remaja sangat penting untuk kesehatan seksual. Bukti menunjukkan bahwa perkembangan psikoseksual remaja dipengaruhi oleh konsep diri seksual, keterampilan relasional, sikap terhadap kesenangan seksual, dan praktik seksual (Kotiuga, Yampolsky, dan Martin, 2022). Jika dibandingkan dengan anak perempuan, anak laki-laki menunjukkan konsep diri seksual yang lebih positif serta persepsi yang kurang positif tentang keterampilan relasional.

Kognitif pada remaja berkembang seiring dengan memiliki kemampuan berpikir sehingga mampu merencanakan hal yang akan dicapai pada masa yang akan datang (Santrock, 2012). Remaja dalam perkembangannya kognitifnya berlatih untuk mampu mengatur informasi yang datang sehingga perencanaan yang dimiliki lebih dapat dikendalikan (Stuart, Keliat & Pasaribu, 2016). Piaget (dalam Hasanah, et al, 2019) menyatakan bahwa fase remaja akan mengalami perubahan cara berpikir menjadi lebih formal. Berpikir operasional formal yaitu dapat berpikir secara abstrak, memikirkan tentang suatu hipotetis, membayangkan situasi dengan cara memandang perspektif masa depan, dan dapat memvisualisasikan sebab dan akibat dari suatu kejadian.

Kemampuan berbahasa remaja lebih berkembang dibandingkan pada masa perkembangan sebelumnya. Kemampuan remaja dalam menyampaikan ide, membentuk kalimat, menghubungkan dengan kalimat lain, dan menyelesaikan bacaan dan informasi yang diterima (Santrock, 2012). Pemahaman dan pembelajaran moral dan spiritual ini diperoleh remaja dari orang tua, teman sebaya, kelompok/kegiatan di sekolah dan untuk saat ini melalui akses media online. Spiritualitas merupakan sumber kekuatan karakter yang mendasar dan penting bagi perkembangan yang positif (Kor et al, 2019). Moral dan spiritual menjadi landasan bagi remaja untuk mencegah perilaku ke arah perkembangan yang negatif atau maladaptif.

Perubahan fisik pada remaja berhubungan masa pubertas yang mereka alami (Best, et al. (2021). Berbagai emosi muncul di kalangan remaja karena masa pubertas, dimana terjadi perubahan hormon baik pada remaja laki-laki maupun remaja perempuan serta berbagai masalah yang dihadapi terkait dengan berbagai perubahan kondisi remaja. Oleh karena itu, emosi perlu dilatih sehingga remaja mampu beradaptasi dengan masalah yang muncul. Perkembangan aspek kreativitas berhubungan dengan perkembangan kognitif, kemampuan belahan otak kanan dan kiri. Kreativitas, wawasan dan pengetahuan tentang inisiatif, berpikir kritis, mengungkapkan pendapat, keinginan untuk pengalaman baru, minat untuk menyelesaikan tugas-tugas sulit, rasa ingin tahu yang tinggi, energi dan kepercayaan diri yang tinggi, serta rasa humor (Bahari, et al, 2010). Berdasarkan hasil identifikasi, remaja memiliki kreatifitas cukup baik dan diberikan motivasi untuk terus melakukan hal-hal yang positif dan bermanfaat.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilakukan berjalan lancar dan mencapai hasil yang diharapkan. Peserta yang hadir berjumlah 30 orang. Peserta sangat antusias bertanya dan menjelaskan tentang materi yang diberikan. Berdasarkan evaluasi terdapat peningkatan pengetahuan dan perkembangan kesehatan mental. Pada kegiatan ini pengukuran keberhasilan pada aspek kognitif dan sikap, hal ini dapat dilanjutkan dengan mengukur perilaku remaja secara langsung dan berkelanjutan yang mencerminkan remaja sehat mental.

SARAN

Hasil pengabdian masyarakat ini diharapkan akan dapat berdampak terhadap peningkatan kesehatan mental/jiwa remaja. Kegiatan ini dapat ditindaklanjuti oleh pihak Puskesmas Umban Sari sebagai mitra untuk dapat diterapkan pada remaja lain di wilayah kerja Puskesmas Umban Sari, Kota Pekanbaru

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terimakasih kepada Fakultas Keperawatan dan LPPM Universitas Riau yang telah mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Bahari, K., Keliat, B. A., & Gayatri, D. (2010). Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik terhadap Perkembangan Identitas Remaja di Kota Malang. FIK-UI.

BPS Kota Pekanbaru (2020). Jumlah Penduduk Kota Pekanbaru menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin (Jiwa), 2018-2020. <https://pekanbarukota.bps.go.id/>

Hasanah, Uswatun, et al. (2019). Penerapan Terapi Spesialis Kelompok Terapeutik dan Psikoedukasi Keluarga dalam Menstimulasi Perkembangan Identitas Diri Remaja Menggunakan Pendekatan Teori Stuart dan King. Laporan Penelitian Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Hidayah, N., Huriati. (2016). Krisis Identitas Diri pada Remaja"Identity Crisis of Adolescences". Sulesana Vol.10 No 1.

Hockenberry, M. J., Wilson, D., & Rodgers, C. C. (2017). *Wong's essentials of pediatric nursing Edisi 10*. Kanada: Elsevier.

Hurlock, E. B. (2016). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi ke-lima. Jakarta : Erlangga

Keliat BA, Helena N, Farida P (2011). Manajemen keperawatan psikososial & kader kesehatan jiwa. Jakarta: EGC

Keliat, B. A., Daulima, N. H. C., & Farida, P. (2019). Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas CMHN (Advanced Course). Jakarta: EGC.

Keliat, B. A. Mulia, M & Fitriani, N. (2019) Promosi Kesehatan Jiwa Terapi Kelompok Terapeutik, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2018). Fakta kekerasan terhadap anak di Indonesia: Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja tahun 2018. Diakses dari <https://www.kemenpppa.go.id/lib/uploads/slider/49b98infografis-snphar2018.pdf>.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2020). SIMFONI (Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan and Anak). Diakses dari <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>

Shives LR. (2007). Basic concepts of psychiatric-mental health nursing. Lippincott Williams & Wilkins.

Stuart, Gail W. (2013). *Principles & Practice of Psychiatric Nursing(10^{ed})*. Philadelphia: Elsevier Mosby.

Townsend, C.M. (2009) *Essentials of psychiatric mental health nursing 3th Ed*.Philadelphia: F.A Dafis Company.

UNICEF. (2021). Profil Remaja 2021. Diakses pada 15 April 2023 dari <https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil%20Remaja.pdf>

World Health Organization (2015). Global School-based Student Health Survey. Diakses dari

<https://www.who.int/ncds/surveillance/gshs/indonesia/en/>.
World Health Organization Regional Office for South-East Asia (2019). Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Indonesia Report 2019. New Delhi: WHO-SEARO.