



Dyah Vierdiana¹

ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL DI KALANGAN MAHASISWA PERGURUAN TINGGI

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental di kalangan mahasiswa perguruan tinggi. Studi literatur digunakan sebagai metode untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai kompleksitas interaksi antara lingkungan akademik, hubungan sosial, dan gaya hidup mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan akademik, kualitas hubungan sosial, dan gaya hidup mahasiswa berperan penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis. Lingkungan akademik yang kompetitif dapat menjadi pemicu stres, sedangkan hubungan sosial yang positif dapat melindungi terhadap gangguan kesehatan mental. Gaya hidup yang seimbang juga terbukti memainkan peran signifikan dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa. Penelitian ini menyoroti perlunya intervensi holistik di tingkat perguruan tinggi, dengan meningkatkan layanan kesehatan mental, mengembangkan program pencegahan, dan memperkuat kolaborasi antara pihak akademik dan kesehatan.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Mahasiswa, Lingkungan Akademik, Hubungan Sosial, Gaya Hidup.

Abstract

This research aims to analyze the factors influencing mental health among university students. A literature review was employed as a method to gain an in-depth understanding of the intricate interplay between academic environment, social relationships, and student lifestyles. The findings reveal that academic pressure, the quality of social relationships, and student lifestyles play crucial roles in shaping psychological well-being. A competitive academic environment can act as a stressor, while positive social relationships serve as protective factors against mental health disorders. A balanced lifestyle has also proven to significantly contribute to maintaining students' mental health. The study emphasizes the need for holistic interventions at the university level, involving the enhancement of mental health services, the development of preventive programs, and strengthening collaboration between academic and health sectors.

Keywords: Mental Health, Students, Academic Environment, Social Relationships, Lifestyle.

PENDAHLUAN

Kesehatan mental, sebagai dimensi tak terpisahkan dari kesejahteraan individu, memainkan peran penting dalam menentukan produktivitas dan kualitas hidup seseorang. Kondisi psikologis yang baik tidak hanya mencakup ketahanan terhadap stres, tetapi juga melibatkan kemampuan untuk beradaptasi dan mengatasi berbagai tantangan kehidupan (Kurniawan et al., 2022). Dalam konteks ini, mahasiswa perguruan tinggi muncul sebagai kelompok yang rawan terhadap berbagai tekanan dan tantangan, dengan dinamika globalisasi yang semakin memperumit lanskap akademis. Adapun, di tengah era globalisasi yang melibatkan persaingan yang ketat, mahasiswa perguruan tinggi berada dalam lingkungan akademik yang kompetitif (Annisa & Ifdil, 2016). Persaingan ini menciptakan tekanan tambahan yang mungkin sulit diatasi, mengingat mahasiswa dihadapkan pada tuntutan kinerja yang tinggi dan ekspektasi yang semakin meningkat. Perubahan gaya hidup yang menyertainya juga dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap kerentanan mahasiswa terhadap masalah kesehatan mental. Oleh karena itu, sangat penting untuk memahami dengan lebih mendalam

¹Program Studi Diploma 3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta
email: diahvierdiana@gmail.com

faktor-faktor yang menjadi pemicu masalah kesehatan mental di kalangan mahasiswa perguruan tinggi.

Penelitian ini disusun dengan tujuan mendalam dan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental di kalangan mahasiswa perguruan tinggi (Meliyanti, 2022). Dalam menggali aspek-aspek ini, perlu dipahami bagaimana faktor-faktor seperti tekanan akademik, perubahan gaya hidup, dan harapan yang tinggi dapat saling berkaitan dan bersinergi dalam membentuk kondisi kesehatan mental mahasiswa. Analisis mendalam ini tidak hanya membuka wawasan terhadap kompleksitas tantangan yang dihadapi mahasiswa, tetapi juga memberikan landasan untuk pengembangan strategi intervensi yang lebih efektif (Nurochim, 2020). Dengan memahami kompleksitas faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa, dapat dibangun kerangka kerja yang lebih holistik untuk mendukung kesejahteraan mereka. Upaya-upaya ini dapat mencakup perbaikan sistem dukungan akademik, pengembangan program kesejahteraan mental di lingkungan kampus, dan promosi pola hidup sehat. Dengan demikian, penelitian ini bukan hanya sebatas analisis, tetapi juga merupakan langkah awal dalam upaya bersama untuk menciptakan lingkungan perguruan tinggi yang mendukung kesehatan mental mahasiswa, memberikan dampak positif tidak hanya pada tingkat produktivitas mereka tetapi juga pada kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Faktor lingkungan akademik, yang menjadi fokus utama dalam pembahasan pertama, tidak dapat dipisahkan dari dampaknya pada kesehatan mental mahasiswa. Peningkatan tekanan akademik, tuntutan tugas, dan persaingan yang intens di lingkungan perguruan tinggi dapat menciptakan beban psikologis yang signifikan. Mahasiswa, sebagai individu yang berada dalam tahap pembelajaran dan pengembangan diri, seringkali dihadapkan pada tekanan untuk mencapai standar tinggi dalam prestasi akademik (Isrokatun et al., 2022). Ketika harapan ini tidak terpenuhi atau diiringi oleh kecemasan performa, dampak negatif pada kesehatan mental mereka menjadi lebih terasa (Suwandaru & Hidayat, 2021). Oleh karena itu, upaya pemahaman yang mendalam terhadap cara lingkungan akademik memengaruhi kesehatan mental menjadi esensial dalam merancang solusi dan upaya pencegahan yang efektif.

Selanjutnya, membahas aspek sosial dan hubungan interpersonal sebagai fokus kedua memberikan dimensi lebih lanjut pada kompleksitas kesehatan mental mahasiswa. Perubahan lingkungan sosial selama masa perkuliahan dapat menjadi pencetus perasaan kesepian, isolasi, dan stres interpersonal. Dukungan sosial yang kurang atau kurangnya koneksi emosional dalam hubungan interpersonal dapat menjadi faktor risiko bagi gangguan kesehatan mental. Oleh karena itu, penting untuk melakukan analisis terperinci tentang bagaimana interaksi sosial dan kualitas hubungan interpersonal dapat memainkan peran penting dalam mendukung atau merugikan kesehatan mental mahasiswa (Kholig et al., 2022). Keterlibatan dalam jejaring sosial yang positif, dukungan dari teman sebaya, dan pembinaan hubungan yang sehat dapat menjadi strategi yang sangat relevan dalam mengatasi dampak negatif lingkungan sosial pada kesehatan mental mahasiswa. Dengan memahami keterkaitan erat antara lingkungan akademik yang kompetitif dan dinamika sosial yang kompleks, pendekatan holistik terhadap kesehatan mental mahasiswa dapat dirumuskan. Solusi yang efektif tidak hanya melibatkan peningkatan dukungan akademik, tetapi juga memperkuat jejaring sosial, mempromosikan kepedulian terhadap kesehatan mental, dan menciptakan lingkungan perguruan tinggi yang inklusif (Meliyanti, 2022). Dengan demikian, langkah-langkah yang diambil untuk meningkatkan kesehatan mental mahasiswa dapat menjadi lebih holistik dan komprehensif, melibatkan berbagai pemangku kepentingan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan kesejahteraan holistik mahasiswa (Zulfia et al., 2021).

Selanjutnya, gaya hidup mahasiswa, termasuk pola makan, olahraga, dan manajemen waktu, juga menjadi elemen penting dalam memahami kesehatan mental. Pola hidup yang tidak seimbang dan kurangnya perhatian terhadap aspek fisik dapat memperburuk kondisi kesehatan mental. Oleh karena itu, melibatkan aspek gaya hidup dalam penelitian ini akan memberikan gambaran komprehensif tentang dampaknya terhadap kesehatan mental mahasiswa. Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa, tetapi juga menggali potensi solusi dan intervensi yang dapat diterapkan di lingkungan perguruan tinggi. Dengan pemahaman yang mendalam tentang dinamika kompleks ini, diharapkan dapat dikembangkan strategi yang efektif untuk meningkatkan kesehatan mental mahasiswa dan menciptakan lingkungan akademik yang mendukung pertumbuhan holistik individu.

METODE

1. Pemilihan Tema dan Ruang Lingkup Studi Literatur: Penelitian ini dimulai dengan pemilihan tema utama, yaitu "Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental di Kalangan Mahasiswa Perguruan Tinggi". Dalam tahap ini, peneliti menentukan ruang lingkup studi literatur yang mencakup artikel ilmiah, buku, dan sumber-sumber akademis terkait kesehatan mental, lingkungan akademik, sosial, hubungan interpersonal, dan gaya hidup mahasiswa.
2. Identifikasi Kata Kunci dan Pencarian Literatur: Peneliti mengidentifikasi kata kunci yang relevan dengan topik penelitian, seperti "kesehatan mental mahasiswa", "lingkungan akademik", "hubungan sosial", "gaya hidup mahasiswa", dan sebagainya. Selanjutnya, penelitian literatur dilakukan melalui basis data akademis, perpustakaan digital, dan sumber-sumber online lainnya untuk mengumpulkan literatur yang relevan dengan topik penelitian.
3. Seleksi dan Evaluasi Sumber Literatur: Setelah mengumpulkan literatur yang cukup, peneliti melakukan seleksi dan evaluasi sumber literatur. Kriteria inklusi dan eksklusi ditetapkan untuk memastikan bahwa literatur yang digunakan memiliki kualitas akademis tinggi dan relevan dengan tujuan penelitian. Sumber literatur yang tidak memenuhi kriteria dieliminasi.
4. Ekstraksi dan Pengumpulan Data: Data relevan dari literatur diekstraksi sesuai dengan fokus penelitian. Ini mencakup temuan-temuan utama, metode penelitian yang digunakan dalam studi-studi yang relevan, dan hasil yang dapat mendukung atau menentang hipotesis penelitian. Data-data ini kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi pola dan tren yang berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa.
5. Analisis dan Sintesis Literatur: Data yang telah diekstraksi dianalisis secara sistematis. Peneliti menyusun sintesis literatur untuk menggambarkan temuan-temuan kunci dan tren yang berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Analisis ini melibatkan perbandingan dan kontras antara studi-studi yang berbeda serta penarikan kesimpulan yang dapat mendukung atau mengisi gap pengetahuan.
6. Penulisan Laporan Studi Literatur: Hasil analisis literatur digunakan untuk menyusun laporan penelitian yang mencakup pendahuluan, kerangka teoritis, metodologi studi literatur, temuan utama, dan kesimpulan. Laporan ini dirancang untuk menggambarkan pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa dan memberikan dasar bagi tahap-tahap berikutnya dalam pengembangan solusi dan intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis mendalam terhadap literatur yang relevan, penelitian ini memberikan wawasan yang kaya dan pemahaman mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental di kalangan mahasiswa perguruan tinggi. Berikut adalah temuan-temuan utama yang diidentifikasi melalui studi literatur:

1. Pengaruh Lingkungan Akademik Terhadap Kesehatan Mental: Literatur menunjukkan bahwa tekanan akademik, tuntutan tugas, dan persaingan yang ketat dapat menjadi beban signifikan bagi kesehatan mental mahasiswa. Adanya hubungan antara lingkungan akademik yang kompetitif dan risiko gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi diungkapkan secara konsisten dalam berbagai penelitian (Pratiwi et al., 2022).
2. Peran Hubungan Sosial dan Interpersonal: Temuan literatur menegaskan bahwa hubungan sosial yang sehat dan dukungan interpersonal memiliki dampak positif pada kesehatan mental mahasiswa. Sebaliknya, isolasi sosial dan ketidakmampuan menjalin hubungan interpersonal yang baik dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental. Penelitian menyoroti pentingnya memahami dan meningkatkan kualitas hubungan sosial dalam upaya meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa (Tinambunan et al., 2021).
3. Gaya Hidup Mahasiswa dan Kesehatan Mental: Literatur juga menyoroti peran gaya hidup mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental. Pola makan yang tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, dan manajemen waktu yang buruk dapat memberikan kontribusi negatif terhadap kesejahteraan mental. Oleh karena itu, memahami pola hidup mahasiswa dan mendorong gaya hidup sehat menjadi aspek penting dalam upaya pencegahan gangguan kesehatan mental (Bulu et al., 2021).
4. Identifikasi Celah Pengetahuan dan Tantangan: Selama analisis literatur, teridentifikasi beberapa celah pengetahuan dan tantangan dalam pemahaman faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Beberapa studi menyiratkan perlunya

penelitian lebih lanjut untuk memahami hubungan kausal antara variabel tertentu, sementara yang lain menekankan perlunya pendekatan holistik dalam merancang intervensi (Andre Tri Pratomo, 2017).

Hasil studi literatur ini memberikan landasan yang kokoh untuk pengembangan strategi intervensi dan program pencegahan yang dapat diimplementasikan di lingkungan perguruan tinggi. Melibatkan aspek-aspek yang telah diidentifikasi dalam temuan studi literatur ini dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental mahasiswa dan merangsang pertumbuhan holistik mereka selama masa studi.

Kesehatan mental di kalangan mahasiswa perguruan tinggi menjadi subjek penelitian yang menarik dan relevan di tengah kompleksitas tantangan yang dihadapi oleh generasi muda ini (Afriani & Mufdlilah, 2016). Penelitian ini mengeksplorasi faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa, mengungkapkan pandangan mendalam tentang interaksi yang kompleks antara lingkungan akademik, hubungan sosial, dan gaya hidup. Melalui studi literatur, penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi, tetapi juga memberikan dasar bagi pemahaman yang holistik dan solusi yang terinformasikan (Lestari et al., 2022). Lingkungan akademik yang kompetitif seringkali menjadi sumber utama tekanan yang membayangi mahasiswa. Studi literatur menyoroti bahwa tekanan akademik, termasuk tuntutan tugas yang tinggi dan persaingan yang ketat, dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap munculnya masalah kesehatan mental. Mahasiswa sering kali merasa terbebani oleh harapan yang tinggi untuk mencapai standar akademik yang ketat (Annisa & Ifdil, 2016). Dalam konteks ini, perluasan pemahaman terhadap cara lingkungan akademik ini memengaruhi kesehatan mental menjadi penting untuk merancang strategi intervensi yang efektif.

Hubungan sosial dan interpersonal juga menjadi elemen kunci dalam perdebatan mengenai kesehatan mental mahasiswa. Hasil studi literatur menunjukkan bahwa kualitas hubungan sosial dapat berperan sebagai pelindung atau risiko terhadap gangguan kesehatan mental (Muslihah, 2019). Mahasiswa yang merasa terhubung secara positif dengan sesama cenderung memiliki tingkat kesehatan mental yang lebih baik, sedangkan isolasi sosial dapat meningkatkan risiko stres dan depresi (Suwandar & Hidayat, 2021). Oleh karena itu, peningkatan pemahaman tentang dinamika hubungan sosial dalam konteks perguruan tinggi dapat membentuk dasar untuk upaya pencegahan (Hariyanto et al., 2016). Gaya hidup mahasiswa, meskipun terkadang dianggap sebagai aspek sekunder, ternyata memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental. Studi literatur menyoroti bahwa pola makan yang tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, dan manajemen waktu yang buruk dapat memperburuk kondisi kesehatan mental (Rusip & Boy, 2020). Pola hidup yang tidak sehat dapat menciptakan lingkungan internal yang tidak kondusif untuk kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, melibatkan gaya hidup mahasiswa dalam diskusi kesehatan mental memperkaya pemahaman kita tentang faktor-faktor yang saling terkait.

Pentingnya mengisi celah pengetahuan dalam literatur kesehatan mental mahasiswa tidak dapat diabaikan. Dalam mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, penelitian ini memberikan penekanan pada identifikasi celah pengetahuan yang masih memerlukan penelitian lebih lanjut (Zulfia et al., 2021). Beberapa hubungan kausal mungkin belum sepenuhnya dipahami, dan inilah yang membutuhkan perhatian khusus untuk mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam dan holistik tentang kesehatan mental di kalangan mahasiswa. Dalam keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi berharga dalam melihat lebih dekat pada realitas kompleks kesehatan mental mahasiswa perguruan tinggi (Pratiwi et al., 2022). Melalui studi literatur yang mendalam, kita dapat melihat bagaimana faktor-faktor seperti lingkungan akademik, hubungan sosial, dan gaya hidup saling berinteraksi dan berdampak pada kesehatan mental. Hasil penelitian ini memberikan dasar kuat untuk mengembangkan strategi intervensi yang lebih terarah dan mendukung upaya mewujudkan lingkungan perguruan tinggi yang mendukung kesejahteraan holistik mahasiswa.

SIMPULAN

Dalam simpulan, penelitian ini memberikan pemahaman mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa perguruan tinggi. Lingkungan akademik yang kompetitif, hubungan sosial, dan gaya hidup mahasiswa terbukti memiliki peran krusial dalam membentuk kesejahteraan psikologis. Penelitian ini merangkum bahwa intervensi

holistik perlu diterapkan untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung kesehatan mental mahasiswa.

SARAN

Dari hasil penelitian ini, disarankan agar institusi pendidikan tinggi lebih fokus pada pengembangan program pencegahan dan intervensi yang melibatkan aspek lingkungan akademik, hubungan sosial, dan gaya hidup mahasiswa. Sumber daya pendukung kesehatan mental, seperti layanan konseling dan dukungan sosial, perlu ditingkatkan. Selain itu, perlu adanya kolaborasi antara pihak akademik, mahasiswa, dan tenaga kesehatan untuk menciptakan lingkungan yang lebih ramah dan peduli terhadap kesejahteraan mental.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung penelitian ini. Terima kasih kepada dosen pembimbing yang memberikan panduan dan arahan yang berharga. Terima kasih juga kepada semua responden yang telah berpartisipasi dalam studi ini. Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Semua kontribusi dan dukungan tersebut sangat berarti bagi kelancaran penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, R., & Mufdlilah. (2016). Analisis Dampak Pernikana Dini Pada Remaja Putri di Desa Sidoluhur Kecamatan Godean Yogyakarta. *Rakernas Aipkema*, 235–243.
- Andre Tri Pratomo. (2017). Survei Sarana dan Prasarana Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Sekolah Menenga Pertama Negeri se-Kota Purbalingga. *Ilmu Pendidikan*, 1991, 36.
- Annisa, D. F., & Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93–99. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Bulu, B., Taqwa, T., Rajab, M., & Bulu, R. M. (2021). Sikap Peserta Didik pada Pembinaan Kesehatan Mental Berbasis Bimbingan dan Konseling Islam. *Jurnal Konsepsi*, 10(3), 174–186.
- Hariyanto, K. D., Naryoso, A., & Sos, S. (2016). Pengaruh intensitas mengakses fitur-fitur gadget dan tingkat kontrol orang tua terhadap kesehatan mental remaja. *Interaksi Online*, 4(2), 1–12.
- Isrokatun, I., Rahayu, M., & Dewi, W. P. (2022). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Basicedu*, 6(1), 834–851.
- Kholig, L. F., Supriadi, S., Andri, M., Erviyanti, T., & Oktavianti, V. (2022). Pembinaan Kesehatan Mental Remaja Di MTS Ngalaban Desa Bendet Kecamatan Diwek Jombang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, 1(1), 45–51.
- Kurniawan, Y., Subandowo, & Rohman, U. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual terhadap Peningkatan Hasil Shooting Bola Basket dalam Pembelajaran PJOK Siswa MAN Kota Surabaya. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(1), 231–236.
- Lestari, F., Guntari, L., Lestari, I. D., Darmi, Y., Sartika, A., Sonita, A., Ekowati, S., Diana, D., & Muntahanah, M. (2022). BAHAYA GADGET DALAM PENGARUH KESEHATAN MENTAL DAN AKHLAK PADA REMAJA DI MTS NEGRI 2 BAJAK 1 TABA PENANJUNG. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (JIMAKUKERTA)*, 2(3), 546–551.
- Meliyanti, N. (2022). Determinan Kesehatan Psikologis Dan Sosial Yang Mempengaruhi Perilaku Makan (Eating Habits) Pada Remaja Menurut HI Blum.
- Muslihah, A. (2019). pengaruh kesehatan mental siswa dan motivasi belajar terhadap hasil belajar pai siswa kelas x di sman 2 ponorogo tahun ajaran 2018/2019. *IAIN PONOROGO*.
- Nurochim, N. (2020). Optimalisasi program usaha kesehatan sekolah untuk kesehatan mental siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(3), 184–190.
- Pratiwi, U. N., Sulianto, J., & Artharina, F. P. (2022). Dampak Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas V Sd Negeri Wonomerto 01 Batang. *Praniti: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Dan Sastra*, 2(1), 100–111.
- Rusip, G., & Boy, E. (2020). Edukasi Olah Raga Di Rumah Saja Sebagai Upaya Memelihara

- Kebugaran Fisik Dan Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid 19 Bagi Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Implementa Husada*, 1(2), 152. <https://doi.org/10.30596/jih.v1i2.5035>
- Suwardaru, C., & Hidayat, T. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Prestasi Belajar Siswa Smk Negeri 1 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Volume 09 Nomor 01 Tahun 2021*, 113 – 119, 09, 113–119.
- Tinambunan, D., Agniaty, N., & Ekayuni, Y. (2021). Persoalan perkembangan dan kesehatan mental anak usia 6-12 tahun pada masa pandemi COVID-19: Analisis hasil-hasil penelitian lintas budaya. *Unusia Conference*, 1(1), 13–28.
- Zulfia, I., Meilinda, M., Ilma, N., & Muskhafiyah, S. (2021). Kesehatan Mental Remaja Pada Masa Pandemi. *Counseling AS SYAMIL: Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 11–19.