



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph7319>

**PENGARUH EDUKASI MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PERSEPSI  
REMAJA TENTANG PENCEGAHAN DEPRESI**

<sup>K</sup>Fitriani<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan, Fakultas Kedokteran, PSDKU Universitas Muhammadiyah

Email Penulis Korespondensi (<sup>K</sup>): [fitrianiachmad.f@gmail.com](mailto:fitrianiachmad.f@gmail.com)

[fitrianiachmad.f@gmail.com](mailto:fitrianiachmad.f@gmail.com)<sup>1</sup>

ABSTRAK

Depresi merupakan salah satu gangguan kesehatan mental yang sering terjadi pada remaja dan dapat berdampak terhadap prestasi akademik, hubungan sosial, serta kualitas hidup. Rendahnya pemahaman dan persepsi remaja mengenai depresi dapat menghambat upaya pencegahan sejak dini. Salah satu media edukasi yang dapat digunakan untuk meningkatkan persepsi remaja adalah booklet. Dengan hal ini kita dapat mengetahui dampak edukasi menggunakan media booklet sebagai upaya pencegahan depresi terhadap peningkatan persepsi remaja di Madrasah Aliyah Muhammadiyah Sengkang Kabupaten Wajo. Penelitian ini menggunakan desain kuasi eksperimen dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Populasi penelitian berjumlah 50 siswa dengan sampel sebanyak 33 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner persepsi sebelum dan sesudah intervensi edukasi menggunakan media booklet. Analisis data dilakukan menggunakan uji Paired Sample t-Test dan regresi linear sederhana dengan tingkat signifikansi 95%. Hasil Sebelum intervensi, sebagian besar responden memiliki persepsi kategori sedang sebanyak 17 orang (51,5%), sedangkan kategori tinggi sebanyak 8 orang (24,2%). Setelah diberikan edukasi menggunakan media booklet, persepsi kategori tinggi meningkat menjadi 23 orang (69,7%) dan tidak terdapat lagi responden pada kategori rendah. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan nilai  $p=0,007$  ( $p<0,05$ ) yang menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media booklet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan persepsi remaja mengenai pencegahan depresi. Edukasi menggunakan media booklet efektif meningkatkan persepsi remaja tentang pencegahan depresi dan dapat digunakan sebagai media promosi kesehatan mental di lingkungan sekolah.

Kata kunci: Booklet; depresi; persepsi; edukasi

Article history :

**PUBLISHED BY :**

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal  
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

**Address :**

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)  
Makassar, Sulawesi Selatan.

**Email :**

[jurnal.woph@umi.ac.id](mailto:jurnal.woph@umi.ac.id)

Received : 16 Desember 2025

Received in revised form : 18 Desember 2025

Accepted : 29 Mei 2026

Available online : 10 Juni 2026

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



---

**ABSTRACT**

*Depression is one of the most common mental health disorders among adolescents and may negatively affect academic performance, social relationships, and quality of life. Limited understanding and inadequate perceptions regarding depression can hinder early prevention efforts. Educational booklets may serve as an effective medium to improve adolescents' awareness and perceptions of depression prevention. To determine the impact of educational booklets on improving adolescents' perceptions of depression prevention at Madrasah Aliyah Muhammadiyah Sengkang, Wajo Regency. This study employed a quasi-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The study population consisted of 50 students, with 33 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using perception questionnaires administered before and after the educational intervention. Data analysis was conducted using Paired Sample t-Test and simple linear regression with a significance level of 95%. Results: Prior to the intervention, most respondents demonstrated moderate perceptions (51.5%), while 24.2% showed high perceptions. Following the educational intervention, the proportion of respondents with high perceptions increased to 69.7%, and no respondents remained in the low-perception category. Simple linear regression analysis showed a significant effect of booklet-based education on adolescents' perceptions regarding depression prevention ( $p=0.007$ ). Educational booklets effectively improved adolescents' perceptions regarding depression prevention and may be utilized as an alternative health promotion medium in school settings.*

*Keywords: Booklet; depression; perception; education.*

---

**PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, emosional, dan sosial yang berlangsung secara cepat. Pada fase ini remaja menghadapi berbagai tantangan perkembangan yang dapat memengaruhi kesehatan mental. Salah satu gangguan kesehatan mental yang paling banyak ditemukan pada kelompok usia remaja adalah depresi. Depresi menjadi salah satu penyebab utama disabilitas dan beban penyakit pada kelompok usia remaja di seluruh dunia.<sup>(1)</sup>

Depresi pada remaja merupakan gangguan mental yang ditandai dengan suasana hati yang sedih atau mudah tersinggung (irritable mood), kehilangan minat atau kesenangan terhadap aktivitas sehari-hari, serta disertai perubahan pada fungsi kognitif, emosional, dan fisik yang menyebabkan gangguan bermakna pada fungsi sosial, akademik, maupun kehidupan sehari-hari. Gejala tersebut berlangsung setidaknya selama dua minggu dan memenuhi kriteria diagnostik gangguan depresi mayor.<sup>(2)</sup>

World Health Organization melaporkan bahwa sekitar satu dari tujuh remaja usia 10–19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental, dengan depresi dan kecemasan sebagai masalah yang paling sering ditemukan. Kondisi tersebut dapat berdampak terhadap prestasi akademik, hubungan sosial, produktivitas, kualitas hidup, bahkan meningkatkan risiko perilaku menyakiti diri sendiri dan bunuh diri apabila tidak ditangani secara tepat.<sup>(3)</sup>

Sebuah systematic review dan meta-analysis yang dilakukan oleh Shorey, Ng, dan Wong terhadap 72 penelitian dari berbagai negara melaporkan bahwa prevalensi global gejala depresi pada remaja mencapai 34%. Selain itu, prevalensi major depressive disorder (MDD) diperkirakan sebesar 8%, sedangkan distimia sebesar 4%. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa prevalensi gejala depresi meningkat dari 24% pada periode 2001–2010 menjadi 37% pada periode 2011–2020. Remaja perempuan memiliki prevalensi gejala depresi yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki, dan wilayah Timur Tengah, Afrika, serta Asia termasuk kawasan dengan prevalensi yang relatif tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa depresi pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang terus meningkat dan

memerlukan upaya pencegahan serta intervensi sejak dini.<sup>(4)</sup>

Hasil systematic review dan meta-analysis yang dilakukan oleh Lu menunjukkan bahwa sekitar satu dari lima anak dan remaja di seluruh dunia mengalami depresi atau gejala depresi. Temuan tersebut juga mengindikasikan bahwa prevalensi depresi pada kelompok usia anak dan remaja terus mengalami peningkatan dari waktu ke waktu, sehingga depresi menjadi salah satu masalah kesehatan mental yang memerlukan perhatian serius melalui upaya promotif, preventif, dan deteksi dini.<sup>(5)</sup>

Masalah kesehatan mental pada remaja masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia. Hasil *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022* menunjukkan bahwa sekitar 34,9% remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir dan 5,5% memenuhi kriteria mengalami gangguan mental. Rendahnya literasi kesehatan mental menyebabkan banyak remaja belum mampu mengenali gejala depresi, memahami faktor risiko, maupun mengetahui cara memperoleh bantuan yang tepat.<sup>(6)</sup>

Selain itu, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 juga menunjukkan bahwa kesehatan jiwa masih menjadi salah satu prioritas pembangunan kesehatan nasional sehingga diperlukan upaya promotif, preventif, deteksi dini, dan penanganan yang komprehensif, terutama pada kelompok remaja. Lebih dari 40% yang mengalami depresi pada remaja namun tidak terdeteksi dan tidak mendapatkan pengobatan, sehingga angka kejadian gangguan mental emosional tahun ke tahun meningkat.<sup>(7)</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Muflih dan Fitriawan terhadap 1.873 remaja berusia 14–18 tahun dari 16 sekolah menengah negeri di lima provinsi Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada remaja mencapai 37,3%. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa remaja perempuan, memiliki penyakit kronis, harga diri yang rendah, dukungan keluarga dan teman yang rendah, serta tingkat kesepian yang tinggi memiliki risiko yang lebih besar mengalami depresi. Temuan ini menunjukkan bahwa depresi pada remaja merupakan masalah kesehatan mental yang dipengaruhi oleh berbagai faktor biologis, psikologis, dan sosial, sehingga diperlukan upaya deteksi dini dan pencegahan secara komprehensif di lingkungan sekolah maupun keluarga.<sup>(8)</sup>

Persepsi merupakan salah satu faktor yang memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Persepsi yang baik mengenai depresi dapat membantu remaja mengenali faktor risiko, memahami tanda dan gejala, serta meningkatkan kesadaran untuk melakukan tindakan pencegahan sejak dini. Sebaliknya, persepsi yang kurang tepat dapat menyebabkan remaja mengabaikan gejala depresi dan enggan mencari bantuan profesional. Oleh karena itu, diperlukan strategi edukasi yang efektif untuk meningkatkan persepsi remaja mengenai pencegahan depresi.<sup>(9)</sup>

Pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan seseorang, sehingga dapat melakukan gaya hidup dengan baik. Salah satu media edukasi yang dapat digunakan adalah media booklet. Booklet merupakan media cetak yang menyajikan informasi secara ringkas, sistematis, menarik, dan mudah dipahami. Media ini memiliki keunggulan karena dapat dibaca berulang kali sehingga membantu meningkatkan pemahaman dan retensi informasi kesehatan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan pada berbagai kelompok sasaran termasuk remaja.<sup>(10)</sup>

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi literasi kesehatan mental berbasis sekolah mampu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta persepsi positif remaja mengenai kesehatan mental. Peningkatan literasi tersebut berkontribusi terhadap kemampuan remaja dalam mengenali gejala gangguan mental, mengurangi stigma, serta meningkatkan sikap positif terhadap pencarian bantuan profesional. Dengan demikian, intervensi literasi kesehatan mental diharapkan dapat meningkatkan persepsi remaja terhadap depresi sehingga mendorong upaya pencegahan dan pemeliharaan kesehatan mental yang lebih baik.<sup>(11)</sup>

Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji dampak edukasi menggunakan media booklet terhadap persepsi remaja mengenai pencegahan depresi masih terbatas, khususnya pada lingkungan sekolah menengah atas atau yang sederajat di Kabupaten Wajo. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji efektivitas booklet sebagai media edukasi dalam upaya pencegahan depresi dan juga bertujuan untuk menganalisis dampak edukasi menggunakan media booklet dalam pencegahan depresi terhadap peningkatan persepsi remaja di Madrasah Aliyah Muhammadiyah Sengkang Kabupaten Wajo.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain kuasi eksperimen (quasi experimental) melalui pendekatan one group pretest-posttest design.<sup>(12)</sup> Penelitian dilaksanakan di Madrasah Aliyah Muhammadiyah Sengkang Kabupaten Wajo pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Madrasah Aliyah Muhammadiyah Sengkang yang berjumlah 50 orang. Sampel penelitian sebanyak 33 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan peneliti.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner persepsi mengenai pencegahan depresi yang diberikan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) intervensi edukasi menggunakan media booklet. Intervensi dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai pengertian depresi, faktor risiko, tanda dan gejala, dampak, serta upaya pencegahan depresi pada remaja. Data yang diperoleh selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan Statistical Package for Social Science (SPSS) versi 25.

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi persepsi sebelum dan sesudah intervensi. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji Paired Sample t-Test, sedangkan pengaruh edukasi menggunakan media booklet terhadap peningkatan persepsi remaja dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ . Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etik penelitian yang meliputi informed consent, kerahasiaan identitas responden, dan hak responden untuk mengundurkan diri selama penelitian berlangsung.

## HASIL

Penelitian ini dilakukan pada 33 responden di Madrasah Aliyah Muhammadiyah Sengkang Kabupaten Wajo. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk distribusi persepsi responden sebelum dan sesudah pemberian edukasi menggunakan media booklet serta hasil analisis statistik untuk mengetahui pengaruh intervensi terhadap peningkatan persepsi remaja mengenai pencegahan depresi.

**Tabel 1.** Distribusi Persepsi Remaja Sebelum Edukasi Menggunakan Media Booklet

Kategori Persepsi	Pretest n (%)	Posttest n (%)
Tinggi	8 (24,2)	23 (69,7)
Sedang	17 (51,5)	10 (30,3)
Rendah	8 (24,2)	0 (0,0)
<b>Total</b>	<b>33 (100)</b>	<b>33 (100)</b>

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi menggunakan media booklet sebagian besar responden memiliki persepsi kategori sedang sebanyak 17 responden (51,5%), sedangkan kategori tinggi dan rendah masing-masing sebanyak 8 responden (24,2%). Setelah diberikan edukasi menggunakan media booklet terjadi peningkatan jumlah responden yang memiliki persepsi kategori tinggi menjadi 23 responden (69,7%), sedangkan kategori sedang menurun menjadi 10 responden (30,3%) dan tidak terdapat lagi responden dengan kategori persepsi rendah.

**Tabel 2.** Hasil Uji Paired Sample t-Test Persepsi Remaja Sebelum dan Sesudah Edukasi Menggunakan Media Booklet

Variabel	p-value
Persepsi sebelum dan sesudah edukasi	0,000

Hasil uji Paired Sample t-Test menunjukkan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara persepsi remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media booklet. Dengan demikian, edukasi menggunakan media booklet terbukti mampu meningkatkan persepsi remaja mengenai pencegahan depresi.

**Tabel 3.** Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Booklet terhadap Persepsi Remaja

Variabel	p-value
Edukasi media booklet terhadap persepsi remaja	0,007

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan nilai  $p=0,007$  ( $p<0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh signifikan edukasi menggunakan media booklet terhadap peningkatan persepsi remaja mengenai pencegahan depresi di Madrasah Aliyah Muhammadiyah Sengkang Kabupaten Wajo.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media booklet efektif meningkatkan persepsi remaja mengenai pencegahan depresi. Menurut penelitian, edukasi yang dikemas secara menarik dan interaktif dapat meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental.<sup>(13)</sup>

Peningkatan persepsi setelah intervensi menunjukkan bahwa pemberian informasi kesehatan mental secara terstruktur mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai depresi, faktor risiko, tanda dan gejala, serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan. Media booklet memberikan kesempatan kepada responden untuk membaca kembali materi yang diberikan sehingga informasi dapat dipahami secara lebih mendalam. Temuan ini menunjukkan bahwa media cetak masih memiliki peran penting sebagai sarana

promosi kesehatan mental pada remaja.<sup>(14)</sup>

Peningkatan persepsi yang terjadi setelah pemberian edukasi sejalan dengan teori promosi kesehatan yang menyatakan bahwa pemberian informasi yang tepat dapat memengaruhi proses pembentukan persepsi dan perilaku kesehatan seseorang. Informasi kesehatan diproses melalui mekanisme kognitif yang membentuk persepsi individu mengenai ancaman kesehatan, manfaat tindakan, dan kemampuan diri, yang selanjutnya memengaruhi keputusan untuk melakukan perilaku kesehatan.<sup>(15)</sup>

Dalam penelitian ini, informasi mengenai depresi yang disampaikan melalui booklet membantu responden memahami pentingnya pencegahan depresi sejak dini sehingga terbentuk persepsi yang lebih positif dibandingkan sebelum intervensi. Hasil penelitian ini juga didukung oleh Ma, Anderson, dan Burn yang menemukan bahwa intervensi literasi kesehatan mental berbasis sekolah efektif meningkatkan pemahaman siswa mengenai kesehatan mental serta menurunkan stigma terhadap gangguan mental. Temuan tersebut menunjukkan bahwa lingkungan sekolah merupakan tempat yang strategis untuk pelaksanaan program edukasi kesehatan mental karena dapat menjangkau remaja secara langsung dan berkelanjutan.<sup>(16)</sup>

Peningkatan persepsi yang diperoleh dalam penelitian ini memperkuat bukti bahwa edukasi kesehatan mental yang diberikan di lingkungan sekolah dapat meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental.<sup>(17)</sup>

Penelitian We juga melaporkan bahwa program literasi kesehatan mental yang diberikan kepada remaja mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kemampuan mengenali masalah kesehatan mental secara dini. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian ini karena setelah mendapatkan edukasi menggunakan media booklet, responden menunjukkan peningkatan persepsi mengenai pencegahan depresi. Kemampuan mengenali faktor risiko dan gejala depresi sejak dini merupakan komponen penting dalam upaya pencegahan gangguan kesehatan mental pada remaja.

Selain itu, hasil meta-analisis yang dilakukan oleh Sun, Wang, dan Zhang menunjukkan bahwa intervensi literasi kesehatan mental memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman, sikap, dan perilaku kesehatan mental remaja. Temuan tersebut menguatkan hasil penelitian ini bahwa edukasi kesehatan mental yang diberikan secara sistematis dapat meningkatkan persepsi positif remaja terhadap pencegahan depresi. Semakin baik persepsi yang dimiliki remaja, semakin besar peluang mereka untuk menerapkan perilaku pencegahan dan mencari bantuan ketika menghadapi masalah kesehatan mental.<sup>(18)</sup>

Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat dijelaskan melalui Health Belief Model yang menyatakan bahwa persepsi individu terhadap kerentanan, tingkat keparahan, manfaat tindakan, dan hambatan yang dirasakan akan memengaruhi perilaku kesehatan yang dilakukan. Setelah menerima edukasi melalui media booklet, responden memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai risiko depresi dan manfaat tindakan pencegahan sehingga persepsi mereka menjadi lebih positif. Perubahan persepsi tersebut menjadi dasar terbentuknya perilaku kesehatan yang lebih baik pada masa mendatang.<sup>(19)</sup>

Media booklet dalam penelitian ini dinilai mudah digunakan, mudah dipahami, dan memberikan manfaat dalam meningkatkan pemahaman mengenai kesehatan mental. Kemudahan tersebut

memungkinkan responden menerima informasi dengan lebih baik sehingga proses edukasi berjalan secara efektif.<sup>(20)</sup>

Dengan demikian, media booklet dapat digunakan sebagai salah satu alternatif media promosi kesehatan mental yang efektif di lingkungan sekolah. Penggunaan media ini tidak hanya meningkatkan persepsi remaja mengenai pencegahan depresi, tetapi juga berpotensi mendukung program peningkatan literasi kesehatan mental pada remaja secara berkelanjutan.<sup>(21)</sup>

## KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media booklet efektif dalam meningkatkan persepsi remaja mengenai pencegahan depresi di Madrasah Aliyah Muhammadiyah Sengkang Kabupaten Wajo. Sebelum diberikan intervensi, sebagian besar responden memiliki persepsi pada kategori sedang, sedangkan setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan persepsi pada kategori tinggi. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara persepsi sebelum dan sesudah intervensi serta adanya pengaruh edukasi menggunakan media booklet terhadap peningkatan persepsi remaja mengenai pencegahan depresi. Oleh karena itu, media booklet dapat dimanfaatkan sebagai salah satu alternatif media promosi kesehatan mental di lingkungan sekolah. Sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan edukasi kesehatan mental ke dalam kegiatan pembelajaran maupun program pembinaan siswa, sedangkan tenaga kesehatan, khususnya bidan, dapat memanfaatkan media booklet sebagai sarana edukasi untuk meningkatkan literasi kesehatan mental remaja. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan kelompok kontrol dan jumlah responden yang lebih besar agar diperoleh hasil yang lebih kuat dan dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala Madrasah Aliyah Muhammadiyah Sengkang Kabupaten Wajo beserta seluruh pihak yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian serta kepada Program Studi D III Kebidanan PSDKU Wajo Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian dan penyusunan artikel.

## DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Working for a brighter, healthier future How WHO improves health and promotes well-being for the world's adolescents Second edition. 2024.
2. Korczak DJ, WestwellRoper C, Sassi R. Diagnosis and management of depression in adolescents. CMAJ. Canadian Medical Association Journal. Canadian Medical Association; 2023. p. E739–46. doi:10.1503/CMAJ.220966
3. World Health Organization. Adolescent mental health. 2025.

4. Shorey Shefaly. Global prevalence of depression and elevated depressive symptoms among adolescents: A systematic review and meta-analysis. *The British Psychological Society*. 2021 Sep 26;61(2):287–305.
5. Bingging L. Global burden of depression or depressive symptoms in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2025;354:553–62.
6. Indonesia National Adolescent Mental Health Survey. *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): National Report*. Jakarta; 2022.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta; 2024.
8. Muflih M, Fitriawan AS. A cross-sectional study to explore the prevalence of depression and the determinants among school-going adolescents in Indonesia. *Archives of Mental Health*. 2025 Jan 1;26(1):80–7. doi:10.4103/amh.amh\_175\_24
9. Beket ES, Hoogsteder MHH, Popma A, Creemers DHM, Rasing SPA. Perceptions on mental health and depression by adolescents, a systematic review of qualitative studies. *BMC Public Health*. BioMed Central Ltd; 2025. p. 2. doi:10.1186/s12889-025-23638-8
10. Desak Made Citrawathi, Adnyana PB, Dewi NPSR. The Effectiveness of Adolescent Health Booklets to Strengthen the Character of Healthy Living Behavior of Junior High School Students. *Journal of Education Research and Evaluation*. 2022 Oct 13;6(3):259–64. doi:10.23887/jere.v6i3.53027
11. Asplund A, Kummel M, Laaksonen C, Erjavec K, Sakellari E, Santala E, et al. Promoting Mental Health Literacy of 13–16-Year-Old Students: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI); 2025. doi:10.3390/ijerph22101578
12. Capili B, Anastasi JK. An Introduction to Types of Quasi-Experimental Designs. *American Journal of Nursing*. 2024 Nov 1;124(11):50–2. doi:10.1097/01.NAJ.0001081740.74815.20
13. Ferdian D, Hikmat R, Zuqriefa AB, Ma'ruf TLH, Noviana M, Harahap SMI, et al. Pengaruh Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Kesehatan Mental. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*. 2024 May 1;4(5):2058–67. doi:10.33024/mahesa.v4i5.14585
14. Olyani S, Gholian Aval M, Tehrani H, Mahdizadeh-Taraghdari M. School-based mental health literacy educational interventions in adolescents: A systematic review. *Journal of Health Literacy*. 2021;6(2):69–77. doi:10.22038/jhl.2021.58551.1166
15. Koulouvari AD, Margariti A, Sakellari E, Barbouni A, Lagiou A. Applications of Behavioral Change Theories and Models in Health Promotion Interventions: A Rapid Review. *Behavioral Sciences*. Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI); 2025. doi:10.3390/bs15050580
16. Ma KKY, Anderson JK, Burn AM. Review: School-based interventions to improve mental health literacy and reduce mental health stigma – a systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*. John Wiley and Sons Inc; 2023. p. 230–40. doi:10.1111/camh.12543
17. Xiang AH, Martinez MP, Chow T, Carter SA, Negri S, Velasquez B, et al. Depression and Anxiety among US Children and Young Adults. *JAMA Netw Open*. 2024 Oct 1;7(10):e2436906. doi:10.1001/jamanetworkopen.2024.36906
18. Sun G, Wang C, Zhang J. Effectiveness of Mental Health Literacy Interventions for Adolescents: A Systematic Review and Meta-analysis. *SAGE Open*. SAGE Publications Inc.; 2025. doi:10.1177/21582440251327445

19. Sholihah Erdah Suswati W, Elyas Arif Budiman M, Nuris Yuhbaba Fakultas Kesehatan Z, dr Soebandi U, Soebandi No JD, Jember K, et al. Kesehatan mental pada remaja di lingkungan sekolah menengah atas wilayah urban dan rural Kabupaten Jember. JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia. 2023.
20. Afendy PM, Ahman A, Setiawati S, Nadhirah NA. Mental health literacy in adolescents: A systematic literature review. ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling. 2024 Nov 30;5(2):105–16. doi:10.21831/progcouns.v5i2.74084
21. Dewi Nur Sutiawati TSMF. Effectiveness of Video and Leaflet Educational Media in Increasing Adolescent Mental Health Literacy (Media Edukasi Video dan Leaflet Efektif dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Remaja). JEP (Keperawatan). 2024;9(1).