



Deteksi Dini Gangguan Mental Emosional pada Remaja: Sebuah Tinjauan Literatur

Ike Nurhidayah^{1*}, Zulfa Nurfadhilah Ardalia Putri², Noval Andra Alvido³, Sofia Maharani⁴, Hana Pratiwi⁵, Rizki Novirson⁶

¹⁻⁶ Bimbingan dan Konseling, Universitas Sriwijaya, Indonesia

*Penulis Korespondensi: ikenurhidayah256@gmail.com¹

Abstract. Emotional mental health in adolescents is an important focus because this age group is highly vulnerable to academic and social pressures, as well as the demands of personal development. Emotional problems such as anxiety, stress, and depression that are not recognized early on can interfere with concentration, social relationships, and psychological well-being. This study aims to review the literature related to the early detection of emotional mental disorders in adolescents, so that it can serve as a basis for the development of prevention and intervention strategies. The method used is a literature review, analyzing a number of recent research articles discussing risk factors, symptoms, and early screening methods using instruments such as the Self Reporting Questionnaire (SRQ) and the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). The results of the study show that the most common symptoms include anxiety, fatigue, concentration disorders, and relationship problems with peers in adolescents, as well as academic pressure in students. Early screening has been proven to help identify individuals at risk so that intervention can be carried out more quickly. The use of technology, such as web-based expert systems, can also speed up the screening process and improve the accuracy of assessments. It is recommended that educational institutions and health services be more active in conducting mental health screening, providing promotional education, and designing preventive programs. Further research should use analytical or experimental designs to explore risk factors and the effectiveness of interventions in greater depth.

Keywords: Adolescents; Early Detection; Emotional Mental Disorders; Mental Health Screening; Self Reporting Questionnaire.

Abstrak. Kesehatan mental emosional pada remaja menjadi fokus penting karena kelompok usia ini sangat rentan terhadap tekanan akademik, sosial, serta tuntutan perkembangan diri. Masalah emosional seperti kecemasan, stres, dan depresi yang tidak dikenali sejak awal dapat mengganggu konsentrasi, hubungan sosial, dan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk meninjau literatur terkait deteksi dini gangguan mental emosional pada remaja, sehingga dapat menjadi dasar pengembangan strategi pencegahan dan intervensi. Metode yang digunakan adalah studi pustaka (literature review) dengan menganalisis sejumlah artikel penelitian terbaru yang membahas faktor risiko, gejala, serta metode skrining awal menggunakan instrumen seperti Self Reporting Questionnaire (SRQ) dan Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). Hasil kajian menunjukkan bahwa gejala yang paling sering muncul meliputi kecemasan, kelelahan, gangguan konsentrasi, dan masalah hubungan dengan teman sebaya pada remaja, serta tekanan akademik pada mahasiswa. Skrining dini terbukti membantu mengidentifikasi individu yang berisiko sehingga intervensi dapat dilakukan lebih cepat. Pemanfaatan teknologi, seperti sistem pakar berbasis web, juga dapat mempercepat proses skrining dan meningkatkan akurasi penilaian. Disarankan agar lembaga pendidikan dan layanan kesehatan lebih aktif dalam melakukan skrining kesehatan mental, memberikan edukasi promotif, serta merancang program preventif. Penelitian lanjutan sebaiknya menggunakan desain analitik atau eksperimen untuk menggali faktor risiko dan efektivitas intervensi secara lebih mendalam.

Kata kunci: Deteksi Dini; Gangguan Mental Emosional; Kuesioner Pelaporan Diri; Remaja; Skrining Kesehatan Mental.

1. LATAR BELAKANG

Kesehatan mental adalah sebuah aspek penting dalam kesejahteraan individu secara menyeluruh. Pada masa remaja, kesehatan mental yang baik ditandai dengan kemampuan mengelola emosi, menghadapi tekanan, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta berfungsi secara optimal dalam kehidupan sehari-hari (Santrock, 2019). Pada fase ini individu berada pada masa transisi yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosial yang signifikan. Remaja mulai menghadapi berbagai tuntutan perkembangan seperti pembentukan identitas diri, penyesuaian sosial, serta tanggung jawab akademik dan peran sosial, sehingga kemampuan regulasi emosi menjadi penting agar individu dapat beradaptasi secara sehat (Santrock, 2019).

Namun, tidak semua remaja mampu menghadapi tuntutan tersebut dengan baik. Tekanan akademik, relasi sosial, maupun tuntutan perkembangan dapat memicu munculnya masalah emosional seperti kecemasan, stres berkepanjangan, dan perasaan tertekan yang mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari (Febriana, 2026). Secara global, lebih dari 1 miliar orang hidup dengan kondisi kesehatan mental di mana kecemasan dan depresi menjadi dua bentuk gangguan yang paling banyak dialami (World Health Organization, 2025). Kelompok usia 15–29 tahun termasuk kelompok yang rentan mengalami masalah kesehatan mental, dengan sekitar 14–20% remaja dilaporkan mengalami permasalahan emosional.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar di Indonesia, prevalensi gangguan mental emosional pada masyarakat yang berusia ≥ 15 tahun tercatat sebesar 9,8%. Sedangkan pada remaja usia 10–17 tahun sekitar 5,5% telah mengalami gangguan seperti kecemasan dan depresi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Dalam beberapa tahun terakhir, terutama setelah pandemi, masalah kesehatan mental pada remaja juga meningkat akibat tekanan akademik, tuntutan sosial, serta ketidakpastian masa depan. Jika tidak dikenali sejak dini, masalah emosional dapat berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, kesulitan relasi sosial, hingga terganggunya kesejahteraan psikologis (Schwartz, 2024).

Melihat fenomena tersebut, deteksi dini menjadi langkah penting dalam menjaga kesehatan mental remaja. Deteksi dini memungkinkan gejala awal masalah emosional dikenali lebih cepat sehingga individu dapat memperoleh penanganan sebelum berkembang menjadi gangguan yang lebih serius. Proses ini dilakukan melalui skrining menggunakan instrumen kesehatan mental yang terstandar untuk mengidentifikasi individu yang berisiko mengalami masalah emosional (World Health Organization, 2025). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara literatur mengenai pentingnya deteksi dini masalah emosional pada remaja sehingga dapat menjadi dasar dalam pengembangan layanan konseling serta program promotif kesehatan mental di lingkungan pendidikan.

2. KAJIAN TEORITIS

Gangguan mental emosional dapat dipahami sebagai kondisi psikologis ketika individu mengalami perubahan emosi signifikan seperti kecemasan, depresi, dan stres yang dapat mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari apabila tidak ditangani (Febrian et al., 2024). Kondisi ini juga berkaitan dengan kesejahteraan emosional dan kemampuan individu menghadapi tekanan hidup; ketika gejala muncul berulang atau semakin intens, hal tersebut mengindikasikan adanya distress psikologis yang memerlukan skrining dan intervensi (Sari et al., 2025).

Secara klinis, gangguan mental emosional umumnya mencakup tiga kelompok gejala utama, yaitu depresi, kecemasan, dan stres. Depresi ditandai oleh perasaan sedih berkepanjangan dan kehilangan minat; kecemasan berupa kekhawatiran berlebihan disertai respons fisiologis; sedangkan stres merupakan respons terhadap tekanan lingkungan yang melebihi kemampuan coping individu (Putri et al., 2023; Kirana et al., 2022; Biromo et al., 2025). Ketiga gejala ini saling berkaitan dan sering terdeteksi bersamaan dalam skrining kesehatan mental menggunakan instrumen seperti SRQ-20 maupun DASS-21.

Kelompok remaja termasuk fase yang rentan terhadap gangguan mental emosional karena perubahan psikologis dan sosial yang intens. Remaja menghadapi proses pencarian identitas, tekanan akademik, dan kebutuhan penerimaan sosial (Nurlina & Nursamsi, 2025; Safitri et al., 2024).

Deteksi dini menjadi strategi penting untuk mengidentifikasi gejala sebelum berkembang menjadi gangguan yang lebih berat. Proses ini umumnya menggunakan instrumen skrining sederhana dan terstandarisasi seperti *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20/SRQ-29) dan *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS-21) yang mampu mengukur gejala depresi, kecemasan, dan stres serta memberikan skor kuantitatif untuk analisis dan perencanaan intervensi (Febrian et al., 2024; Nurlina & Nursamsi, 2025; Safitri et al., 2024). Kajian mengenai gangguan mental emosional, kerentanan remaja, serta pentingnya deteksi dini melalui instrumen skrining memberikan landasan ilmiah bagi penelitian kesehatan mental di Indonesia. kebutuhan akan pendekatan preventif yang lebih terintegrasi dalam kehidupan masyarakat.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode studi pustaka (*literature review*) melalui penelaahan serta analisis terhadap berbagai sumber literatur yang relevan dengan topik penelitian deteksi dini gangguan mental emosional pada remaja. Fokus kajian meliputi faktor risiko, gejala, dan strategi deteksi dini. Data diperoleh dari sumber sekunder seperti artikel jurnal *peer-review*, buku akademik, laporan penelitian, dan publikasi resmi yang diterbitkan dalam sepuluh tahun terakhir. Data kemudian dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola, tren, serta kesenjangan penelitian. Hasil analisis disajikan dalam bentuk narasi dan tabel guna memberikan pemahaman mengenai hubungan faktor risiko dengan munculnya gangguan mental emosional serta efektivitas metode deteksi dini sebagai dasar pengembangan strategi pencegahan dan intervensi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan analisis berbagai sumber literatur dari berbagai penelitian mengenai deteksi dini gangguan mental emosional pada remaja, ditemukan bahwa masalah kesehatan mental masih sering terjadi pada kelompok usia ini. Periode remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan manusia yang ditandai dengan perubahan emosional, sosial, dan akademik yang dapat memengaruhi kondisi psikologis individu. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa remaja dapat mengalami berbagai gejala gangguan mental emosional seperti kecemasan, stres, depresi, kesulitan mengelola emosi, serta masalah dalam hubungan sosial dengan teman sebaya. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya upaya deteksi dini untuk mengenali risiko gangguan mental sejak tahap awal.

Beberapa penelitian menggunakan instrumen *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) untuk mengidentifikasi kondisi mental emosional pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian remaja mengalami masalah pada aspek emosional dan hubungan teman sebaya, sementara perilaku prososial cenderung berada pada kategori normal. Temuan ini menunjukkan bahwa remaja masih memiliki potensi perilaku sosial yang baik yang dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam upaya intervensi dan pencegahan gangguan mental emosional (Rinancy et al., 2026; Putri et al., 2025).

Temuan dari penelitian lain mengungkapkan bahwa mayoritas siswa berada pada kategori normal pada aspek gejala emosional maupun masalah perilaku. Namun demikian, masih ditemukan kelompok siswa yang berada pada tingkat *borderline* hingga *abnormal*, yang mengindikasikan adanya risiko gangguan mental emosional yang memerlukan

perhatian lebih lanjut (Susanti & Akbar, 2022). Selain itu, gejala emosional ditemukan memiliki hubungan yang signifikan dengan kondisi emosi dan perilaku siswa, sedangkan aspek lain seperti hiperaktivitas, masalah perilaku, perilaku prososial, dan masalah teman sebaya tidak menunjukkan hubungan yang signifikan (Yulizah, 2025).

Instrumen lain yang banyak digunakan dalam proses skrining kesehatan mental adalah *Self Reporting Questionnaire* (SRQ). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa sebagian remaja terdeteksi mengalami gangguan mental emosional dengan gejala yang dominan berupa rasa cemas, tegang, mudah lelah, gangguan tidur, serta kesulitan dalam mengambil keputusan (Sarfika et al., 2023; Nurlina & Nursamsi, 2025; Endriyani et al., 2022). Gejala-gejala tersebut menunjukkan adanya indikasi tekanan psikologis yang dapat memengaruhi kesejahteraan mental remaja.

Selain itu, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental pada remaja berada pada tingkat yang cukup mengkhawatirkan. Ditemukan adanya responden yang mengalami gejala kecemasan, depresi, bahkan gejala stres pascatrauma. Kondisi ini menunjukkan pentingnya upaya skrining berkala serta penguatan layanan bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah sebagai bentuk pencegahan dan penanganan masalah kesehatan mental pada remaja (Nawindah et al., 2024).

Upaya deteksi dini gangguan mental emosional juga dilakukan melalui kegiatan edukasi kesehatan mental. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental serta cara melakukan deteksi dini terhadap gangguan mental emosional (Hidayah et al., 2023). Peningkatan pemahaman ini juga mendorong remaja untuk lebih terbuka dalam berbagi perasaan serta memberikan dukungan sosial kepada teman sebaya.

Selain pendekatan melalui kuesioner, beberapa penelitian juga mengembangkan sistem berbasis teknologi untuk mendukung proses skrining kesehatan mental. Sistem pakar berbasis web mampu mengolah data gejala dan menghasilkan klasifikasi kondisi mental seperti normal, borderline, dan abnormal secara cepat dan akurat (Putra & Shabilla, 2025; Rizkiah et al., 2020). Pemanfaatan teknologi ini menunjukkan bahwa inovasi digital dapat membantu memperluas akses skrining kesehatan mental pada remaja.

Berdasarkan analisis terhadap 20 artikel yang dipublikasikan dalam rentang tahun 2020–2026, sebagian besar studi lebih memusatkan perhatian pada deteksi dini gangguan mental emosional pada remaja, khususnya siswa SMP, SMA, dan SMK. Dari segi metode penelitian, Sebagian besar studi menerapkan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan

rancangan penelitian *cross-sectional*. Adapun teknik sampling yang sering digunakan dalam penelitian tersebut adalah total sampling serta purposive sampling.

Instrumen yang paling dominan digunakan dalam penelitian adalah *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20 dan SRQ-29) serta *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Kedua instrumen tersebut dinilai efektif sebagai alat skrining awal dalam mengidentifikasi gejala gangguan mental emosional pada remaja. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian remaja terindikasi mengalami gangguan mental emosional dalam kategori ringan hingga sedang dengan gejala yang paling sering muncul berupa kecemasan, kelelahan, gangguan tidur, dan kesulitan berkonsentrasi.

Pembahasan

Hasil kajian dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa deteksi dini gangguan mental emosional pada remaja semakin banyak dibahas dalam bidang pendidikan maupun kesehatan. Masa remaja merupakan masa perkembangan yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik secara emosional, sosial, maupun akademik. Perubahan tersebut sering disertai dengan berbagai tuntutan dari lingkungan keluarga, sekolah, serta pergaulan dengan teman sebaya. Kondisi ini dapat memengaruhi keadaan psikologis remaja apabila tidak dihadapi dengan baik.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa sebagian remaja mengalami gejala gangguan mental emosional seperti rasa cemas, mudah lelah, gangguan tidur, serta kesulitan berkonsentrasi. Gejala-gejala tersebut dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari remaja, termasuk dalam kegiatan belajar di sekolah. Di samping itu, kondisi emosional yang kurang stabil juga dapat memengaruhi hubungan sosial remaja dengan teman sebaya maupun lingkungan sekitarnya. Meskipun demikian, hasil skrining kesehatan mental pada beberapa penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja masih berada pada kategori normal. Namun, masih terdapat sebagian remaja yang berada pada kategori borderline dan abnormal. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada remaja yang memiliki risiko mengalami gangguan mental emosional. Oleh karena itu, kegiatan skrining kesehatan mental perlu dilakukan secara berkala agar kondisi tersebut dapat diketahui lebih awal.

Peran guru dan layanan bimbingan dan konseling tentu sangat dibutuhkan dalam membantu siswa menghadapi berbagai masalah di sekolah. Melalui layanan bimbingan dan konseling, siswa dapat memperoleh bantuan untuk memahami kondisi emosionalnya serta mencari cara untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi. Selain itu, kegiatan edukasi mengenai kesehatan mental juga dapat membantu meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental. Melalui pemahaman tersebut, remaja diharapkan

dapat lebih peka terhadap kondisi dirinya sendiri maupun terhadap teman-temannya yang mungkin sedang mengalami kesulitan emosional.

Perkembangan teknologi juga mulai dimanfaatkan dalam proses skrining kesehatan mental. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan sistem berbasis digital dapat membantu proses deteksi dini gangguan mental emosional secara lebih mudah dan cepat. Hal ini dapat membantu memperluas akses layanan skrining kesehatan mental, terutama bagi remaja di lingkungan sekolah. Namun, sebagian besar penelitian dalam kajian ini masih menggunakan metode deskriptif sehingga belum menjelaskan secara mendalam mengenai faktor-faktor yang menyebabkan munculnya gangguan mental emosional pada remaja. Oleh karena itu, Penelitian di masa mendatang diharapkan menggunakan metode penelitian lain yang dapat melihat hubungan antar variabel serta mengkaji cara penanganan yang mampu dilakukan untuk mengurangi risiko gangguan mental emosional pada remaja.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kajian terhadap berbagai artikel penelitian, dapat disimpulkan bahwa deteksi dini gangguan mental emosional penting dilakukan terutama pada remaja dan mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian responden mengalami gejala seperti kecemasan, kelelahan, dan gangguan konsentrasi. Instrumen seperti *Self Reporting Questionnaire* (SRQ) dan *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) banyak digunakan sebagai alat skrining awal karena dinilai efektif dalam mengidentifikasi potensi masalah kesehatan mental. Berdasarkan temuan tersebut, lembaga pendidikan disarankan untuk meningkatkan pelaksanaan skrining kesehatan mental serta memberikan edukasi mengenai kesehatan mental kepada peserta didik. Penelitian ini juga memiliki keterbatasan karena sebagian besar studi menggunakan desain deskriptif, sehingga penelitian selanjutnya disarankan menggunakan metode yang lebih mendalam untuk mengkaji faktor penyebab dan intervensi yang tepat.

DAFTAR REFERENSI

- Biromo, A. R., Santoso, A. H., Tadjudin, N. S., Satyanegara, W. G., Destra, E., Gunaidi, F. C., & Averina, F. (2025). Peningkatan kesehatan mental dengan pemantauan kadar vitamin D pada kelompok lanjut usia. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 9(1), 376-385. <https://doi.org/10.57214/jka.v9i1.890>
- Endriyani, S., Lestari, R. D., Lestari, E., & Napitu, I. C. (2022). Deteksi dini gangguan mental emosional dan depresi pada remaja di SMA Muhammadiyah 2 Palembang. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 13(2), 85-92.

- Febrian, D., Ginting, R. L., Harliana, P., & Farhana, N. A. (2024). Deteksi dini gangguan mental emosional mahasiswa program sarjana Fakultas MIPA Universitas X. *Jurnal Psikologi Konseling*, 17(2), 152-161. <https://doi.org/10.24114/psikologikonseling.v17i2.69420>
- Febriana, V., Syifa, N. A., & Mulyeni, S. (2026). Pengaruh persaingan akademik dan digital terhadap kesehatan mental mahasiswa generasi Z: Analisis studi literatur. *Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 4(1), 348-361. <https://doi.org/10.62383/risoma.v4i1.1513>
- Hidayah, N., Florensa, F., Seprian, D., & Tumundo, V. K. (2023). Pemberdayaan remaja dalam melakukan deteksi dini gangguan mental emosional sebagai pertolongan pertama pada remaja korban bencana dan trauma. *Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat (PKM)*, 6(8), 3228-3235. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i8.10472>
- Ipsos. (2023, October). World mental health day 2023: A global advisor survey. https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2023-10/Ipsos-World_Mental_Health_Day_Survey_2023.pdf
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil utama RISKESDAS 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Kirana, W., Litaqia, W., Karlistiyaningsih, B., & Hidayah, N. (2022). Buku panduan self talk positive dalam menurunkan tingkat kecemasan dan stres garda terdepan penanganan COVID-19. Penerbit NEM. <https://doi.org/10.29406/br.v19i1.3434>
- Lathifah, A. Z., Wulansari, N. M. A., & Nuraeni, A. (2024). Deteksi dini masalah perilaku psikososial pada remaja di sekolah menengah atas Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(1), 67-74. <https://doi.org/10.26714/jkj.12.1.2024.67-74>
- Nawindah, N., Wulandari, R., & Mulyati, M. (2024). Sosialisasi deteksi dini kesehatan mental siswa dengan aplikasi Smart Senyum. *Jurnal Abdi Insani*, 11(4), 2323-2330. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v11i4.1986>
- Nurlina, N., & Nursamsi, N. (2025). Deteksi masalah kesehatan mental pada remaja menggunakan self reporting questionnaire-29 (SRQ-29). *Jurnal Abdimas Panrita*, 3(1), 15-22.
- Putra, J. A., & Shabilla, F. (2025). Sistem pakar pendeteksi dini kesehatan mental emosional anak dan remaja pada RSUD Sumbawa berbasis web dengan metode certainty factor. *Reputasi: Jurnal Rekayasa Perangkat Lunak*, 6(2), 131-136.
- Putri, R., Wayuni, S., Quranayati, Q., Kala, P. R. M. H., & Rizki, K. (2023). Deteksi dini kesehatan mental emosional siswa sekolah menengah atas sebagai langkah awal menciptakan generasi unggul. *Klinik: Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 4(2), 625-632. <https://doi.org/10.55606/klinik.v4i2.4759>
- Rahayu, H. K., Sihombing, C. Y., Mursen, H. K., Jayadi, A. K., & Fitriany, E. (2025). Gambaran gangguan mental emosional pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Sempaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 20(1), 45-52.
- Rinancy, H., Eni, R., Gustin, R. K., & Nataria, D. (2026). Deteksi dini kesehatan mental emosional remaja sebagai upaya mewujudkan generasi emas yang sehat jiwa. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 19(11), 3426-3433. <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i11.1714>
- Rizkiah, A., Risanty, R. D., & Mujiastuti, R. (2020). Sistem pendeteksi dini kesehatan mental emosional anak usia 4-17 tahun menggunakan metode forward chaining. *JUST IT:*

Jurnal Sistem Informasi, Teknologi Informatika dan Komputer, 10(2), 83-92.
<https://doi.org/10.24853/justit.10.2.83-93>

- Safitri, A. S., Sangadji, N. W., Ayu, I. M., & Nitami, M. (2024). Gambaran kejadian stres, kecemasan dan depresi pada pekerja departemen HRD dengan alat ukur DASS-21 di PT X tahun 2024. *JPNM: Jurnal Pustaka Nusantara Multidisiplin*, 3(2), 1-11.
<https://doi.org/10.59945/jpnm.v3i2.415>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sarfika, R., Malini, H., Effendi, N., Permata, P. I., Fitria, A., & Sagitaria, F. (2023). Deteksi dini masalah kesehatan mental pada remaja dengan self-reporting questionnaire (SRQ-29). *CARADDE: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(3), 389-396.
- Sari, H., Martina, M., Novitayani, S., & Dineva, F. R. (2025). Skrining dan konseling kesehatan mental emosional pada mahasiswa Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Indonesia*, 5(3), 267-277. <https://doi.org/10.55606/jpkmi.v5i3.8815>
- Sari, M. K., & Susmiatin, E. A. (2023). Deteksi dini kesehatan mental emosional pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 13(1), 10-17.
<https://doi.org/10.57267/jisym.v13i1.226>
- Schwartz, E. (2024, May 19). The global mental health crisis: 10 numbers to note. *Project HOPE*. <https://www.projecthope.org/news-stories/story/the-global-mental-health-crisis-10-numbers-to-note/>
- Setyanto, A. T. (2023). Deteksi dini prevalensi gangguan kesehatan mental mahasiswa di perguruan tinggi. *Wacana*, 15(1), 66-78. <https://doi.org/10.20961/wacana.v15i1.69548>
- Susanti, R. (2022). Deteksi dini masalah emosi dan perilaku pada usia 11-18 tahun di SMK YPPP Wonomulyo. *Mando Care Jurnal*, 1(2), 73-78.
<https://doi.org/10.55110/mcj.v1i2.54>
- Winengsih, E., Lubis, T., Khofiati, K., & Rahmah, N. N. (2024). Deteksi kesehatan mental dengan gangguan menstruasi remaja generasi Z. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 11(2), 159-167. <https://doi.org/10.33653/jkp.v11i2.1114>
- World Health Organization. (2025, September 2). Over a billion people living with mental health conditions - Services require urgent scale-up. <https://www.who.int/news/item/02-09-2025-over-a-billion-people-living-with-mental-health-conditions-services-require-urgent-scale-up>
- Yulizah, Y. (2025). Analisis deteksi dini masalah emosi dan perilaku siswa SMP di Kecamatan Semende Darat Ulu Kabupaten Muara Enim tahun 2025 [Doctoral dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada]. <https://doi.org/10.31004/joecy.v5i2.1982>