

Layanan Informasi Menggunakan Media Film Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa Tentang Kesehatan Mental

Wa Ode Lili Andriani Nasri^{1*}), Raka Maulana², Sara Sahrazad³

Universitas Indraprasta, Universitas Indraprasta, Universitas Indraprasta

*) Alamat Korespondensi : Jl. Nangka No 58 C, Jagakarsa, Jakarta Selatan, 12530; E-mail: lili.nasri21@gmail.com

Article History:

Received: 31/05/2023;
Revised: 02/06/2023;
Accepted: 12/06/2023;
Published: 30/06/2023

How to cite:

Wa Ode Lili Andriani Nasri¹,
Raka Maulana², & Sara
Sahrazad³. (2023). Layanan
Informasi menggunakan Media
Film Untuk Meningkatkan
Pemahaman Siswa Tentang
Kesehatan Mental. *Teraputik:
Jurnal Bimbingan dan Konseling*,
7(1), pp. 55–62. DOI: 10.26539/
teraputik.631857



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2023, Wa Ode Lili Andriani Nasri, Raka Maulana, & Sara Sahrazad. (s).

Abstract: The purpose of this research is that class X students of SMK Pembangunan Jaya Yakapi can better understand mental health and understand what things must be done to maintain mental health. The research method used is a quantitative descriptive method with the One Group Pre Test Post Test Design Pre-Experimental Method. With the technique of questionnaires (questionnaire) and observation (observation) the number of samples is 72 students. The results of the hypothesis testing carried out revealed that information services using film media could increase understanding of mental health in class X students of SMK Pembangunan Jaya Yakapi, South Jakarta. This can be seen from the results of *pre test* and *post test* data processing using paired sample t-test, the *post test* average value is greater than the *pre test* average value and sig value. (2-tailed) of $0.000 \leq 0.05$, then H_0 is rejected and H_a is accepted. The results of this study concluded that the conclusions of information services using film media provided by researchers had an effect on the understanding of mental health in class X students of SMK Pembangunan Jaya Yakapi, South Jakarta.

Keywords: Information Services, Film, Mental Health, Students

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah agar Siswa SMK Pembangunan Jaya Yakapi Kelas X dapat lebih memahami kesehatan mental dan paham hal apa saja yang harus dilakukan untuk menjaga mental yang sehat. Metode Penelitian yang digunakan adalah metode Kuantitatif Deskriptif dengan Metode *Pre Eksperimen One Group Pre Test Post Test Design*. Dengan teknik metode angket (kuesioner) dan observasi (pengamatan) jumlah sample 72 siswa. Hasil pengujian hipotesis yang dilakukan, diketahui bahwa layanan informasi menggunakan media film dapat meningkatkan pemahaman akan kesehatan mental pada siswa kelas X SMK Pembangunan Jaya Yakapi Jakarta Selatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil pengolahan data *pre test* dan *post test* dengan menggunakan *paired samples t-test*, diperoleh nilai rata-rata *post test* lebih besar dari nilai rata-rata *pre test* dan nilai sig. (2-tailed) sebesar $0,000 \leq 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil penelitian ini menyimpulkan kesimpulan bahwa layanan informasi menggunakan media film yang diberikan oleh peneliti berpengaruh terhadap pemahaman kesehatan mental siswa kelas X SMK Pembangunan Jaya Yakapi Jakarta Selatan

Kata Kunci: Layanan Informasi, Film, Kesehatan Mental, Siswa

Pendahuluan

Kesehatan Mental menjadi salah satu isu yang paling banyak dibahas saat ini, terutama individu yang berada pada fase remaja. Tahap perkembangan usia remaja merupakan masa yang diisi dengan berbagai macam peralihan yang dapat menyebabkan seseorang rentan terhadap berbagai masalah utamanya yang berkaitan dengan masalah psikologis. Menurut World Health Organization (WHO), kondisi kesehatan mental berkontribusi sebesar 16% terhadap beban penyakit dan luka pada individu usia 10 - 19 tahun. Depresi merupakan penyebab pertama penyakit dan disabilitas pada remaja secara global, dan bunuh diri merupakan penyebab ketiga kematian pada usia 15 - 19 tahun (WHO, 2020). Hasil penelitian yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan, di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada individu lebih dari 15 tahun adalah 6,1% dan gangguan mental emosional adalah 9,8%, di mana dari jumlah tersebut hanya 9% yang mendapatkan penanganan untuk gangguan depresi (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2018). Di Indonesia, kesehatan mental menjadi prioritas nasional, namun

masih belum diimplementasikan secara aktual (Brooks et al., 2019) Damaiyanti (2016) menemukan bahwa prevalensi depresi pada remaja di Indonesia sebesar 52.7% (26.6% perempuan, 26.1% laki-laki). Pada survey yang dilakukan oleh FamilyLife Survey (IFLS-5) melaporkan bahwa prevalensi tertinggi gejala depresi terdapat pada remaja perempuan sebesar 32.0% (Wahyuni dan Susi, 2022)

Terjadinya berbagai gangguan kesehatan mental pada masa remaja dimulai sejak usia 14 tahun tetapi kebanyakan kasus tidak terdeteksi apalagi tertangani secara maksimal (Kessler et al., 2007). Salah satu alasan kurangnya penanganan yang maksimal ini adalah karena adanya stigma yang dimiliki oleh remaja, rendahnya pengetahuan tentang permasalahan kesehatan mental (literasi kesehatan mental), dan keinginan untuk bergantung pada diri sendiri (Gulliver et al., 2010). Menurut Bernard (Badarudin, 2016) kondisi kelas yang menggambarkan kualitas kesehatan mental di kelas dapat dilihat dari adanya keefektifan dan kesuksesan dari aktivitas siswa dalam belajar di kelas; kepuasan siswa terhadap hasil jerih payah dan prestasi yang didapatkan; bergembira atau menyenangkan pekerjaan dan pergaulannya; serta mampu berkerjasama dengan temannya sebaik berkerjasama dengan dirinya sendiri. Hal ini juga didukung oleh Christner, mettuki, Withaker (2009) dalam Prosiding yang dibawakan oleh Dwiyani dan Erlina (2020) mengatakan bahwa "Dalam konteks pendidikan siswa yang sehat secara mental akan lebih bahagia dan cenderung mampu mencapai prestasi akademik serta performa yang lebih baik". Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rudianto pada generasi Z (2022) menemukan bahwa literasi kesehatan mental berperan penting dalam kesehatan mental Gen Z. Jorm (Syafitri, 2021) mendefinisikan "literasi kesehatan mental sebagai a) pengetahuan tentang bagaimana mencegah gangguan jiwa, (b) pengetahuan tentang gejala berbagai gangguan jiwa, (c) pengetahuan tentang pilihan pencarian bantuan dan penanganan yang tersedia, (d) pengetahuan strategi menolong diri sendiri untuk permasalahan yang ringan, dan (e) keterampilan pertolongan pertama untuk membantu orang lain yang mengalami gangguan jiwa/fisik". Literasi kesehatan mental merupakan pemahaman dan keyakinan individu terkait dengan gangguan mental serta prevensinya (Rachmayani 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Reavley et al, (2012) menunjukkan bahwa ada hubungan yang erat antara literasi terkait pemahaman tentang kesehatan mental dan masalah psikologis yang dialami remaja, di mana rendahnya literasi terkait pemahaman tentang kesehatan mental membuat seseorang sulit mendeteksi masalah psikologis yang ia alami sehingga ia tidak tahu ke mana harus meminta pertolongan, selain itu adanya stigma dan sikap yang negatif terhadap bantuan psikologis profesional sehingga niatan untuk mencari bantuan psikologis cenderung rendah (10-26%). Hal yang sama juga dikemukakan oleh Patalay et al (2017) dimana hasil penelitian yang dilakukan menemukan bahwa mahasiswa dan siswa SMA di Inggris yang mengikuti program peer-led mental health literacy menunjukkan peningkatan yang signifikan pada pengetahuan tentang kesehatan mental, stigma yang lebih rendah terhadap kesehatan mental, dan peningkatan perilaku menolong. Peningkatan pemahaman tentang kesehatan mental sangat penting dimiliki oleh remaja agar memiliki persiapan yang cukup dalam menghadapi isu-isu kesehatan mental baik yang dialami sendiri maupun orang-orang terdekat seperti keluarga dan teman. Tingginya prevalensi masalah kesehatan mental membuat remaja memiliki kemungkinan yang besar untuk memiliki kontak yang dekat dengan seseorang yang memiliki masalah kesehatan mental. Hal ini menuntut remaja untuk dapat merespon kondisi secara tepat. Respon yang tepat dapat dilakukan oleh remaja bila mereka memiliki pemahaman yang lengkap tentang kesehatan mental (Jorm et al., 2006). Palaguna & Pratiwi (2018) dalam penelitiannya menemukan bahwa masyarakat yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang gangguan depresi tidak memiliki stigma buruk tentang gangguan depresi (Magasi dan Stephani, 2021)

Hasil penelitian yang dilakukan Khoiriah, (2015), dikatakan bahwasannya layanan bimbingan dan konseling memiliki kaitan dengan kesehatan mental. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Badarudin (2016) Guru BK/Konselor juga memiliki peranan dalam mengatasi kesehatan mental di kelas dan motivasi siswa dalam belajar yang bermasalah. Layanan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan satu dari sekian banyaknya cara yang bisa dilakukan untuk membantu siswa mengubah sikap yang negatif menjadi kearah positif serta sikap

yang buruk ke arah yang lebih baik. Salah satu layanan yang bisa diberikan terkait pemahaman kepada siswa tentang Kesehatan mental adalah melalui Layanan Informasi, misalnya dengan membawakan materi Layanan tentang pentingnya Kesehatan Mental, biografi tokoh sukses inspiratif, perilaku menyimpang, kebebasan dalam berekspresi, suasana belajar yang efektif, pentingnya kasih sayang, pentingnya kreatifitas, etika pergaulan dengan guru dan teman, dan motivasi belajar.(Badarudin, 2016)

Prayitno (2012) "layanan informasi merupakan layanan yang berusaha memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan". Sukardi (Kusri, 2016) mengatakan layanan informasi yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan peserta didik dan pihak-pihak lain yang dapat memberikan pengaruh yang besar kepada peserta didik dalam menerima dan memahami informasi-informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan sehari-hari sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat. Layanan informasi merupakan layanan yang berusaha membekali individu dengan pengetahuan tentang data dan fakta di bidang pendidikan sekolah, bidang pekerjaan, dan bidang perkembangan pribadi sosial (Fitri, Neviyarni dan Ildil, 2016)

Untuk meningkatkan kualitas dalam pemberian layanan informasi, banyak cara yang bisa dilakukan, diantaranya menggunakan media yang dapat menumbuhkan semangat dan keingintahuan peserta didik di sekolah. (Zaini, Mori dan Rila, 2020). Salah satu media yang bisa digunakan dalam pemberian Layanan Informasi adalah media Film. Tohirin (2009) mengatakan bahwasannya Layanan Informasi bisa dilakukan dengan beberapa teknik salah satunya adalah menyampaikan informasi dapat melalui media tertentu seperti alat peraga, media tulis, media gambar, poster, dan media elektronik seperti radio, tape, recorder, film, televisi, internet, dan lain-lain. Film bisa digunakan sebagai media dalam layanan informasi yang dapat memudahkan siswa untuk menerima isi dari layanan yang disampaikan guru pembimbing(Mudaim dan Belardo, 2015). Menurut Wolz (2005:15) film dapat digunakan dalam tiga cara berbeda, yaitu : *prescriptively* (menggunakan film untuk menggambarkan model atau kualitas yang diinginkan atau perilaku), *evocatively* (menggunakan film untuk *self-discovery*), *cathartically* (menggunakan film untuk menemukan emosi). Menurut Solomon (2005:7) film juga memiliki kekuatan untuk menarik kita keluar dari diri kita sendiri dan masuk ke dalam pengalaman karakter mereka. Film menyajikan potensi kekuatan baru untuk menerangi kedalaman pengalaman manusia. Wolz (2005) membuat 8 (delapan) kategori film yang dapat dilakukan melalui *cinematherapy*, yaitu: 1) inspirasi, 2) pertanyaan sosial, 3) anak-anak, 4) remaja, 5) pasangan, 6) gejala penyakit mental dan kecanduan, 7) penyakit fisik/masalah medis, 8) pertanyaan pribadi, meliputi pasrah, penyalahgunaan: anak-anak, emosional dan fisik, penuaan, kemarahan dan pengampunan, suka cita dan duka, memilih pasangan hidup, menangis untuk meluapkan emosional, penolakan, mengembangkan sumber daya batin, makanan, teman, homo seksualitas Pria/wanita, masalah hukum, tahap transisi, tujuan hidup, orang tua tunggal, stress, pekerjaan, karir dan sukses, *self-esteem* dan lain-lain.

Berdasarkan hasil penelitian Mudaim dan Belardo (2015) menunjukkan bahwa layanan informasi dengan menggunakan media film dapat berpengaruh positif terhadap kepercayaan diri. Selaras dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Maulina dan Maghfirotul (2021) yang menyatakan bahwa penggunaan layanan informasi dengan menggunakan film imperfect secara signifikan efektif dalam mereduksi perilaku *self harm*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru BK SMK Pembangunan Jaya Yakapi Jakarta Selatan di temukan jika Program Layanan BK terkait Kesehatan Mental belum pernah dilakukan selain itu penggunaan Film sebagai Media dalam Layanan Bimbingan dan Konseling disekolah tersebut juga belum pernah dilaksanakan. Oleh karena itu, peneliti antusias untuk melakukan Layanan Informasi dengan media film untuk meningkatkan Pemahaman tentang Kesehatan Mental Siswa sekaligus memberikan hal yang baru bagi siswa dalam mendapatkan informasi Layanan Bimbingan dan Konseling.

Metode

Desain pada penelitian ini adalah eksperimen. Rancangan penelitian menggunakan metode *pre-experimental design* tipe *one group pre test post test design*.

Gambar 1. Rancangan Penelitian



Populasi dalam penelitian sebanyak 269 siswa kelas X di SMK Pembangunan Jaya Yakapi Jakarta Selatan. Sedangkan untuk sampel berjumlah 72 siswa yang diambil dengan menggunakan teknik *Probability Sampling* dan menggunakan rumus Slovin dengan derajat kesalahan sebesar 10%. Penelitian dilakukan dengan menyebarkan *Pre test* dalam bentuk angket tentang kesehatan mental dengan tipe skala *likert* yang sebelumnya telah melalui uji validitas dan reliabilitas baik dari ahli maupun dengan pendekatan statistik menggunakan aplikasi *SPSS 23.0 For Windows*, kemudian melakukan Layanan Informasi menggunakan Media Film sebanyak 4 kali, lalu setelahnya memberikan *Post test* dengan angket yang sama. Penelitian dilakukan sejak Mei hingga Juni 2022. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik inferensial. Berdasarkan hasil uji prasyarat menggunakan bantuan *SPSS 23.0 For Windows* diketahui bahwasannya data berdistribusi normal dan linier, sedangkan untuk uji hipotesis menggunakan Uji T.

Hasil dan Diskusi

Tabel 1. Deskripsi Hasil Data *Pre Test* dan *Post Test* Kesehatan Mental Siswa SMK Jaya Yakapi Jakarta Selatan

Interval	Kategorisasi	Pres Test		Post Test	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
41-60	Tinggi	51	71%	64	89%
20-40	Sedang	20	28%	8	11%
0-19	Rendah	1	1%	0	0%
Jumlah		72	100%	72	100%

Sumber: Diolah dari data hasil penelitian (2021)

Berdasarkan hasil analisis angket *pre test*, diketahui bahwa siswa yang memiliki tingkat akan pemahaman kesehatan mental dalam kategori rendah sebanyak 1 siswa, kategori sedang sebanyak 20 siswa dan kategori tinggi sebanyak 51 siswa. Setelah diberikan treatment berupa Layanan Informasi, berdasarkan hasil *post test* terdapat peningkatan yang cukup signifikan pada kategori tinggi yaitu bertambah menjadi 64 orang dan penurunan pada kategori sedang menjadi hanya 8 orang, sedangkan pada kategori rendah tidak ada sama sekali. Hal ini memberikan arti bahwa adanya perbedaan nilai sebelum dan sesudah dilakukan treatment layanan informasi menggunakan Media Film yang diterapkan peneliti berhasil.

Dalam pengujian hipotesis ini dilakukan dengan analisis uji T atau *T Test*. Pengujian tersebut dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi *SPSS for Windows 25.0 Version*. Berikut tabel hasil:

Tabel 2. *Paired Sampel Test*

	Paired Differences	Sig. (2-tailed)
--	--------------------	-----------------

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		df		
				Lower	Upper			
				Pair 1 <i>Pre test</i> Pemahaman Kesehatan Mental - <i>Post test</i> Pemahaman Kesehatan Mental	-3,944			

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, maka dapat diketahui bahwa layanan informasi menggunakan media Film dapat meningkatkan pemahaman akan kesehatan mental pada siswa kelas X SMK Pembangunan Jaya Yakapi Jakarta Selatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil pengolahan data *pre test* dan *post test* dengan menggunakan *paired samples t-test*, diperoleh nilai rata-rata *post test* lebih besar dari nilai rata-rata *pre test* dan nilai *sig. (2-tailed)* sebesar 0,000 \leq 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian tingkat pemahaman kesehatan mental siswa setelah diberikan layanan informasi menggunakan media film lebih tinggi secara signifikan dari pada tingkat pemahaman kesehatan mental siswa sebelum diberikan treatment. Maka dapat disimpulkan bahwa layanan informasi menggunakan media film yang diterapkan peneliti berpengaruh terhadap akan pemahaman kesehatan mental siswa kelas X SMK Pembangunan Jaya Yakapi Jakarta Selatan. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ibnu (2017) bahwasannya Layanan Informasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan siswa tentang kesehatan mental meskipun tanpa menggunakan media. Selaras dengan yang dikemukakan oleh Arsyad (2011:49) dalam bukunya Media Pembelajaran bahwa "film memiliki kelebihan yaitu, sebagai berikut: a. Film dapat melengkapi pengalaman-pengalaman dasar dari siswa ketika mereka membaca, berdiskusi, dan lain-lain. Film merupakan pengganti alam sekitar dan bahkan dapat menunjukkan objek secara normal tidak dapat di lihat seperti cara kerja jantung ketika berdenyut. b. Film dapat menggambarkan suatu proses secara tepat yang dapat disaksikan secara berulang-ulang jika dipandang perlu. c. Disamping mendorong dan meningkatkan motivasi, film menanamkan sikap dan segi efektif lainnya. d. Film yang mengandung nilai-nilai positif dapat mengundang pemikiran dan pembahasan dalam kelompok siswa. Film dapat menyajikan peristiwa yang berbahaya bila dilihat secara langsung seperti lahar gunung berapi atau perilaku binatang buas. e. Film dapat ditunjukan kepada kelompok besar atau kecil, kelompok yang heterogen maupun yang perorangan. f. Dengan kemampuan dan teknik pengambilan gambar frame demi frame, film yang dalam kecepatan normal memakan waktu satu minggu dapat ditampilkan dalam satu atau dua menit."

Layanan informasi menggunakan media film memegang peranan yang sangat penting, karena siswa memerlukan berbagai informasi atau penerangan mengenai pemahaman akan kesehatan mental terlebih ditambah menggunakan film agar bertujuan untuk menghindari kejenuhan siswa pada saat akan menerima informasi pemahaman kesehatan mental, sehingga mereka dapat mengambil keputusan secara tepat dan supaya siswa memiliki prinsip dalam menjalani kehidupan, dapat memelihara menjaga kesehatan mental dengan baik, dan menjadi manusia yang bermoral tinggi serta berguna bagi Agama, Bangsa, dan Negeranya. Untuk itu hendaknya guru bimbingan dan konseling membuat program bimbingan kesehatan mental yang

mana di dalamnya memuat layanan informasi kesehatan mental yang dirancang berdasarkan kebutuhan siswa.

Layanan informasi tentang kesehatan mental hendaknya diberikan kepada siswa secara konsisten, adaptif, dan lebih kreatif lagi dalam pemanfaatan teknologi yang semakin canggih agar informasi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan siswa. Berharap agar apa yang telah disampaikan guru bimbingan konseling dapat dipahami oleh siswa dengan mudah dan komprehensif sehingga siswa memiliki tingkat pemahaman kesehatan mental yang cukup.

Simpulan

Simpulan dari apa yang peneliti lakukan yakni Kesehatan mental menjadi isu yang sangat penting saat ini, apalagi untuk usia remaja yang dibuktikan dengan berbagai hasil penelitian, oleh karena itu penting bagi siswa untuk memiliki pemahaman yang komprehensif tentang kesehatan mental sebagai tindakan preventif guna mencegah terjadinya masalah Kesehatan mental. Pemahaman siswa tentang Kesehatan mental dapat ditingkatkan dengan Layanan Informasi menggunakan media film. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, maka dapat diketahui bahwa layanan informasi menggunakan media film dapat meningkatkan pemahaman akan kesehatan mental pada siswa kelas X SMK Pembangunan Jaya Yakapi Jakarta Selatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil pengolahan data *pre test* dan *post test* dengan menggunakan *paired samples t-test*, diperoleh nilai rata-rata *post test* lebih besar dari nilai rata-rata *pre test* dan nilai *sig. (2-tailed)* sebesar $0,000 \leq 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian tingkat pemahaman kesehatan mental siswa setelah diberikan layanan informasi menggunakan media film lebih tinggi secara signifikan dari pada tingkat pemahaman kesehatan mental siswa sebelum diberikan layanan. Maka dapat disimpulkan bahwa layanan informasi menggunakan media film yang diterapkan peneliti berpengaruh terhadap akan pemahaman kesehatan mental siswa kelas X SMK Pembangunan Jaya Yakapi Jakarta Selatan.

Diharapkan dari melakukan penelitian ini yaitu supaya dapat memberikan menyumbang bahan pikiran yang positif dalam upaya meningkatkan pelayanan Bimbingan Konseling dalam semua aspek namun terutama dalam pelayanan informasi serta komponen yang ikut bekerja sama berperan aktif di sekolah. Secara teoritis, penelitian ini di harapkan juga dapat menjadi salah satu pedoman dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan dan bahan kajian dalam bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan bagaimana cara meningkatkan pemahaman siswa tentang kesehatan mental. Selain daripada itu juga diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk menambah, memperluas serta menjadi referensi dalam melaksanakan program Bimbingan dan Konseling khususnya pada tentang pemahaman kesehatan mental bagi siswa . Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi, wawasan dan pengetahuan bagi guru BK dalam mengentaskan dan mencegah masalah kesehatan siswa yang beresiko mempunyai dampak negatif dalam proses pembelajarannya di sekolah.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih peneliti ucapkan kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini mulai dari pengambilan data hingga terbit dalam bentuk jurnal.

Daftar Rujukan

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riset kesehatan dasar.
- Badaruddin, A., Erlamsyah, E., & Said, A. (2016). Hubungan kesehatan mental dengan motivasi belajar siswa. *Konselor*, 5(1), 50-65.

- Brooks, H., Irmansyah, I., Lovell, K., Savitri, I., Utomo, B., Prawira, B., Kusumayati, A. (2019). Improving mental health literacy among young people aged 11–15 years in Java, Indonesia: co-development and feasibility testing of a culturally-appropriate, user-centred resource (IMPETUs)—a study protocol. *BMC health services research*, 19(1), 484
- Dwiyani, B. F., & Widuri, E. L. (2020, September). Psikoedukasi untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental pada Guru dan Siswa di SMPN "A" Yogyakarta. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (Vol. 1, pp. 1-7).
- Fitri, E., Ildil, I., & Neviyarni, S. (2016). Efektivitas layanan informasi dengan menggunakan metode blended learning untuk meningkatkan motivasi belajar. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 2(2), 84-92.
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2010). Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: a systematic review. *BMC Psychiatry*, 113(10),9. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-10-113>
- Ibnu, T.M. (2017). Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 7 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018. Skripsi
- Indah, M., & Lathifah, M. (2021). Efektivitas Layanan Informasi Dengan Menggunakan Film Imperfect Untuk Mereduksi Self Harm Pada Diri Mahasiswa. *Efektor*, 8(2), 184-189.
- Kessler, R., Angermeyer, M., Anthony, J., De Graaf, R., Demyttenaere, K., Gasquet, I., De Girolamo, G., Gluzman, S., Gureje, O., Haro, J., Kawakami, N., Karam, A., Levinson, D., Medina, M. M., Oakley Browne, M., Posada-Villa, J., Stein, D., Adley Tsang, C., Aguilar-Gaxiola, S., ... Ustün, B. T. (2007). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the World Health Organization's World Mental Health Survey Initiative. *World Psychiatry*, 6, 168–176.
- Khoiriah, Khusnul. (2015). *Hubungan Layanan Bimbingan dan Konseling dengan Kesehatan Mental Siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Kalidawir Kabupaten Tulungagung Tahun Pelajaran 2014/2015*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kusri, A. M. (2016). Pengaruh Layanan Informasi Peminatan terhadap Kemantapan Pilihan Sekolah Lanjutan. *Jurnal Psikologi, Pendidikan, & Konseling*. 2(1), 49-57.
- Magasi, N., & Hamdan, S. R. (2023, January). Pengaruh Literasi Kesehatan Mental pada Stigma Depresi. In *Bandung Conference Series: Psychology Science* (Vol. 3, No. 1, pp. 326-333).
- Mudaim, Mudaim, and Belardo Farjantoky. "Effect of Information Services Using the Media Film to Self-confidence Student of Class VIII SMP Negeri 8 Metro." *Guidena: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, vol. 5, no. 1, 15 Jun. 2015, pp. 18-27
- Patalay, P., Annis, J., Sharpe, H., Newman, R., Main, D., Ragunathan, T., Parkes, M., & Clarke, K. (2017). A pre-post evaluation of OpenMinds: A sustainable, peer-led mental health literacy programme in universities and secondary schools. *Prevention Science*, 18(8), 995–1005.
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Padang: FIP UNP.
- Rachmayani, D., & Kurniawati, Y. (2017). Studi awal: Gambaran literasi kesehatan mental pada remaja pengguna teknologi.
- Reavley, N. J., McCann, T. V., & Jorm, A. F. (2012). Mental health literacy in higher education students. *Early Intervention in Psychiatry*, 6(1), 45–52.
- Rudianto, Z. N. (2022). Pengaruh Literasi Kesehatan Terhadap Kesadaran Kesehatan Mental Generasi Z Di Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 11(1), 57-72.
- Solomon, Gary. 2005. *Cinema Parenting: Using Movies to Teach Life's Most Important Lessons*. Fairfield, CT: Aslan Publishing
- Syafitri, D. U., & Rahmah, L. (2021). Pelatihan konselor sebaya daring untuk meningkatkan literasi kesehatan mental siswa di sma islam xy semarang. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 7(1), 39-54.
- Tohirin. (2009). *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (berbasis Integrasi)*. Jakarta:Rajawali Press

- Wahyuni, eka, & Fitri, S. (2022). Peningkatan Literasi Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi COVID-19 Melalui Psikoedukasi Online. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 393-398.
- World Health Organization. (2020). Adolescent mental health. World Health Organization. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.2.200>
- Wolz, Birgit. 2005. *E-Motion Picture Magic* CO: Glenbridge Publishing Ltd. Zwick, Joel. (Director). (2002): (Director). *My Big Fat Greek Wedding*. (Motion Pictures). United States.
- Zaini, A., Dianto, M., & Mulyani, R. R. (2020, August). Pentingnya penggunaan media bimbingan dan konseling dalam layanan informasi. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Malang* (pp. 126-131).

Competing interests:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the

performance or presentation of the work described in this manuscript.
