



# JURNAL VOKASI KESEHATAN

## Hubungan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Dan Body Image Dengan Kesehatan Mental Di SMAN 20 Kab. Tangerang

### *The Relationship Between Psychological Well-Being and Body Image and Mental Health at SMAN 20, Tangerang Regency*

Nurhasanah<sup>1\*</sup>, Lastri Mei Winarni<sup>2</sup>, Ida Faridah<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Progam Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani

<sup>2</sup> Dosen, Universitas Yatsi Madani, <sup>3</sup> Dosen, Universitas Yatsi Madani

\*Corresponding Author: [hnur14926@gmail.com](mailto:hnur14926@gmail.com)

#### ABSTRAK

#### **Sejarah artikel:**

Diterima 17 September 2025

Revisi 16 Oktober 2025

Diterima 28 November 2025

#### **Kata kunci:**

Kesejahteraan psikologis, *body image*, kesehatan mental, remaja

**Latar Belakang:** Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap gangguan kesehatan mental akibat perubahan fisik, emosional, dan sosial yang dialami. Gangguan Kesehatan mental seperti kecemasan, stress dan depresi kian meningkat di kalangan remaja Indonesia. Kesejahteraan psikologis dan *body image* menjadi dua faktor yang sangat krusial tentunya mempengaruhi kondisi mental remaja. **Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan tingkat kesejahteraan psikologis dan *body image* dengan kesehatan mental di SMAN 25 Kab. Tangerang. **Metode Penelitian :** bersifat kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasi dan desain *cross-sectional*. Sampel terdiri dari 195 siswa/I kelas XI yang dipilih menggunakan *stratified random sampling*. Analisa data pada penelitian ini menggunakan analisa bivariat yaitu *chi-square* untuk menunjukkan ada atau tidaknya korelasi antara variable bebas dan terikat. **Hasil :** hasil hubungan tingkat kesejahteraan psikologis dengan kesehatan mental didapatkan *p value (0,001)* dan *body image* dengan Kesehatan mental diapatkan *p value (0,001)* kesimpulannya, kesejahteraan psikologis dan *body image* memiliki hubungan terhadap kesehatan mental remaja. Diharapkan hasil penelitian dapat bermanfaat bagi SMAN 25 Kab. Tangerang dan peneliti selanjutnya dimana hasil penelitian dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk memperhatikan masalah terkait hubungan tingkat kesejahteraan psikologis dan *body image* dengan kesehatan mental pada remaja.

#### ABSTRACT

#### **Keywords:**

*Psychological well-being, body image, mental health, adolescen*

**Background:** Adolescents are an age group vulnerable to mental health disorders due to the physical, emotional, and social changes they experience. Mental health disorders such as anxiety, stress, and depression are increasing among Indonesian adolescents. Psychological well-being and body image are two crucial factors that undoubtedly influence adolescent mental health. **Purpose :** To determine the relationship between the level of psychological well-being and body image with mental health at SMAN 25 Tangerang Regency. **Research Method :** Quantitative with a descriptive correlation approach and cross-sectional design. The sample consisted of 195 students of grade XI selected using stratified random sampling. Data analysis in this study used bivariate analysis, namely Pearson chi-square, to show whether or not there is a correlation between the independent and dependent variables. **Results:** The relationship between psychological well-being and mental health obtained a *p-value (0.00)*, and body image and mental health obtained a *p-value (0.00)*. In conclusion, psychological well-being and body image are related to adolescent mental health. It is

*hoped that the results of this study will be useful for SMAN 25 Tangerang Regency and future researchers, where the results of the study can be used as a consideration in addressing issues related to the relationship between psychological well-being and body image with mental health in adolescents.*

---

---

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan suatu keadaan dimana aspek fisik, intelektual dan emosional seseorang berkembang secara bertahap dan matang seiring waktu, mampu menerima tanggung jawab, menyesuaikan diri dengan lingkungan, mematuhi norma sosial, serta melakukan tindakan sesuai dengan budaya yang dianut (Ardiansyah et al., 2023). Kesehatan mental diukur dalam dua dimensi: tekanan psikologis dan kesejahteraan psikologis. Distress psikologis adalah sesuatu yang menghalangi seseorang untuk mengoptimalkan dirinya sendiri. Distress psikologis berfokus pada tanda-tanda depresi, kecemasan, dan pengendalian perilaku (Sembiring et al., 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2019), setiap tahunnya, hampir 800.000 orang di seluruh dunia meninggal karena bunuh diri, sehingga isu ini menjadi salah satu masalah serius dalam kesehatan mental di dunia. Di kawasan Asia Tenggara, Thailand memiliki tingkat bunuh diri tertinggi yaitu 12,9 (per 100.000 penduduk), diikuti oleh Singapura (7,9), Vietnam (7,0), Malaysia (6,2), Indonesia (3,7) dan Filipina (3,7) (Oktapia et al., 2022).

Berdasarkan Survei tentang kesehatan mental remaja di Indonesia tahun 2022 menunjukkan bahwa 5,5% remaja berusia 10 hingga 17 tahun mengalami gangguan mental. Depresi sebesar 1%, gangguan kecemasan 3,7%, gangguan stres pascatrauma (PTSD) adalah gangguan kesehatan mental ini dapat muncul setelah individu mengalami atau melihat peristiwa traumatis yang membahayakan jiwa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Berdasarkan data provinsi Banten disimpulkan bahwa Kabupaten Pandeglang merupakan Kabupaten/Kota dengan pelayanan kesehatan berat yang diterima orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) ODGJ adalah gangguan yang mencakup berbagai kondisi seperti depresi, kecemasan, skizofrenia, bipolar, dan lainnya sebesar 106% dan Kabupaten/Kota dengan pelayanan kesehatan berat yang diterima ODGJ sebesar 100% adalah Kabupaten Pandeglang, Kabupaten Tangerang, Kota Cilegon, Kota Tangerang dan Kota Tangerang Selatan. Sementara di Provinsi Lebak angkanya 96% (Banten, 2023).

Berdasarkan definisi dari *World Health Organization* (WHO 2022), remaja merupakan seseorang yang berada dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Masa muda adalah tahap yang istimewa dan krusial, di mana berlangsung transformasi perubahan fisik, emosional, dan sosial. Selama masa ini remaja juga terpapar berbagai masalah seperti kondisi kemiskinan, tindakan pelecehan, serta kekerasan, yang menjadikan mereka lebih rentan terhadap penyakit mental. Mendorong kesehatan mental remaja dan menjaga remaja dari berbagai pengalaman pahit dan unsur-unsur yang dapat mengganggu perkembangan mereka sangat penting untuk kesehatan mental dan fisik mereka di masa depan (Supini et al., 2024).

Kesejahteraan psikologis memegang peranan krusial dalam perkembangan remaja karena berkontribusi terhadap munculnya emosi positif, rasa puas terhadap kehidupan, dan penurunan perilaku negatif. Kebahagiaan yang dirasakan oleh remaja membawa lebih banyak emosi positif bagi mereka, dapat menumbuhkan kepuasan hidup dan rasa bahagia, mengurangi perilaku negatif, dan mengurangi rasa depresi. Individu yang berada dalam masa remaja sering menghadapi banyak rintangan, namun remaja sering kali berada dalam keadaan depresi. Hal ini karena mereka sangat ragu saat melakukan atau membuat keputusan. Oleh karena itu, individu yang berada dalam masa remaja benar-benar membutuhkan bimbingan dan arahan untuk mengeluarkan potensi mereka secara maksimal dan membentuk individu yang bertanggung jawab. Untuk mengeluarkan potensi mereka secara maksimal



# JURNAL VOKASI KESEHATAN

dan membentuk individu yang bertanggung jawab, remaja perlu memiliki kesejahteraan psikologis yang baik (Deviana et al., 2023).

Penampilan merupakan faktor yang sangat penting di zaman modern, terutama bagi anak-anak yang mendekati pubertas. Ini ditafsirkan sebagai citra tubuh dan berhubungan dengan bagaimana seseorang memandang penampilan mereka sendiri dan bagaimana mereka terlihat di depan orang lain. Masalah citra tubuh adalah salah satu faktor risiko terkuat yang dapat mengembangkan pola makan yang terganggu, dan dapat menyebabkan perilaku pengelolaan masa tubuh yang tidak sehat. Orang yang memiliki citra tubuh yang buruk selalu merasa kurang dengan tampilan fisik mereka, yang dapat menyebabkan depresi jangka panjang, merusak mental, dan pada akhirnya berpotensi mengarah pada bunuh diri (Oktapia et al., 2022).

Survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 23 april 2025 terhadap 10 siswa/i di SMAN 25 Kabupaten Tangerang, ditemukan bahwa mayoritas siswa/i menunjukkan ketidakpuasan terhadap tubuh (*body image*) serta rendahnya kesejahteraan psikologis. Informasi dari hasil wawancara dari 10 siswa/i hal ini menggambarkan tubuh yang tergolong kurus, mudah marah terhadap hal-hal sepele, sering merasa cemas secara berlebihan, mudah panik, tidak puas dengan kehidupannya, dan memiliki berat badan yang tidak stabil. ciri-ciri fisik dan emosional tersebut yang mengindikasikan adanya gangguan dalam kesehatan mental. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan mengenai bagaimana gambaran umum dari masing- masing variabel tersebut serta "apakah terdapat hubungan antara kesejahteraan psikologis dan *body image* dengan kesehatan mental pada siswa/i SMAN 20 Kabupaten Tangerang?".

## METODE

Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel. *Stratified Random Sampling*. *Stratified Random Sampling*, yaitu teknik yang mempertimbangkan stratifikasi atau strata yang terdapat dalam populasi sehingga setiap strata terwakili dalam penentuan sampel. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner DASS 21 pertanyaan, kuesioner kesejahteraan psikologis 18 pertanyaan, dan kuesioner *body image* 20 pertanyaan. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan bivariat menggunakan uji *Chi-square* untuk mengetahui hubungan antar variabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Usia Remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang

Usia	Jumlah (n)	Presentase (%)
15 Tahun	4	2,1
16 Tahun	122	62,6
17 Tahun	69	35,4
Total	195	100,0

Hasil tabel 1 pada penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi usia di SMAN 25 Kab. Tangerang sesuai dengan tabel diatas memperlihatkan terdapat remaja dengan mayoritas yang berusia 16 tahun sebanyak 122 orang (62,6%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Presentase (%)
Laki - laki	71	36,4
Perempuan	124	63,6
Total	195	100,0

Hasil tabel 2 pada penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi jenis kelamin di SMAN 25 Kab. Tangerang sesuai dengan tabel diatas memperlihatkan terdapat remaja dengan mayoritas jenis kelamin perempuan sebanyak 124 orang (63,4%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi IMT BB/ TB Remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang

IMT BB/TB	Jumlah (n)	Presentase (%)
Kurus	81	41,5
Normal	91	46,7
Obesitas	23	11,8
Total	195	100,0

Hasil tabel 3 pada penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi IMT BB/TB di SMAN 25 Kab. Tangerang sesuai dengan tabel diatas memperlihatkan terdapat remaja dengan mayoritas normal sebanyak 91 orang (46,7%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kesejahteraan Psikologis di SMAN 25 Kab. Tangerang

Kesejahteraan Psikologis	Jumlah (n)	Presentase (%)
Rendah	107	54,9
Tinggi	88	45,1
Total	195	100,0

Hasil tabel 4 pada penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi kesejahteraan psikologis remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang terdapat remaja dengan mayoritas kesejahteraan psikologis rendah sebanyak 107 orang (54,9%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Body Image Remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang

Body Image	Jumlah (n)	Presentase (%)
Negatif	106	54,4
Positif	89	45,6
Total	195	100,0

Hasil tabel 5 pada penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi *body image* remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang terdapat remaja dengan mayoritas *body image* negatif sebanyak 106 orang (54,4%).

## Kesehatan Mental

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang

Kesehatan Mental	Jumlah (n)	Presentase (%)
Kurang	102	52,3
Baik	93	47,7
Total	195	100,0

Hasil tabel 6 pada penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi kesehatan mental remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang terdapat remaja dengan mayoritas kesehatan mental ringan sebanyak 106 orang (52,3%).

## Analisa bivariat

Tabel 5. Hubungan Tingkat Kesejahteraan Psikologis dengan Kesehatan Mental di SMAN 25 Kab. Tangerang

Kesejahteraan Psikologis	Kesehatan Mental				Total	p- Value
	Kurang		Baik			
	n	%	n	%		
Rendah	83	77,6	24	22,4	107	100,0
Tinggi	19	21,6	69	78,4	88	100,0
Total	102	53,3	93	47,7	195	100,0

Berdasarkan hasil penelitian dari 195 responden data yang diperoleh pada table 4.7 didapatkan Hubungan Tingkat Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang. Hasil analisis hubungan Tingkat kesejahteraan psikologis dengan Kesehatan mental menunjukkan bahwa dari 107 responden yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah, sebagian besar yaitu 83 responden (77,6%) memiliki kesehatan mental kurang dan 24 responden (22,4%) yang memiliki kesehatan mental baik. Sedangkan dari 88 responden yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, sebanyak 69 responden (78,4%) memiliki kesehatan mental baik, dan 19 responden (21,6%) mengalami kesehatan mental kurang.

Berdasarkan penelitian dari 195 responden data yang diperoleh pada table 4.7 hasil analisis uji statistic menggunakan *Chi-Square* diperoleh p- value sebesar  $0,001 < 0,05$ , maka dapat dinyatakan  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kesejahteraan psikologis dengan kesehatan mental. Sejalan dengan peneliti (Sulistiowati et al., 2020) menunjukkan bahwa uji statistik yang dilakukan diperoleh nilai  $P\ value = 0,000$  yang berarti  $P < 0,005$  sehingga bisa dikatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kesejahteraan psikologis dengan kesehatan mental.

Hasil ini menunjukkan bahwa rendahnya kesejahteraan psikologis berkontribusi pada menurunnya kesehatan mental. Hal tersebut sesuai dengan enam aspek kesejahteraan psikologis menurut Ryff. Remaja dengan penerimaan diri rendah lebih mudah merasa minder terhadap kekurangan fisik maupun akademik; hubungan positif yang lemah membuat mereka merasa kesepian atau terisolasi; kurangnya kemandirian membuat remaja mudah tertekan oleh tuntutan orang tua atau teman sebaya; lemahnya penguasaan lingkungan menyebabkan sulit beradaptasi dengan situasi baru di sekolah; rendahnya tujuan hidup menimbulkan kebingungan akan arah masa depan; dan kurangnya pertumbuhan pribadi membuat remaja kesulitan belajar dari pengalaman. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Triana et al., 2021) memiliki nilai terendah yaitu orientasi masa depan, tanggung jawab, hubungan positif, pengembangan diri, kepercayaan diri, kemampuan menyelesaikan masalah, dan pengeleolaan emosi negatif, tentu saja masih perlu ditingkatkan ketujuh dimensi yang masih dalam kategori rendah tersebut.

Tabel 6 . Hubungan Body Image dengan Kesehatan Mental di SMAN 25 Kab. Tangerang

Body Image	Kesehatan Mental				Total	p- Value
	Kurang		Baik			
	n	%	n	%		
Negatif	93	87,7	13	12,3	106	100,0
Positif	9	10,1	80	89,9	89	100,0
Total	102	52,3	93	47,7	195	100,0

Berdasarkan hasil penelitian dari 195 responden data yang diperoleh pada table 4.7 didapatkan Hubungan *Body Image* Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja di SMAN 25 Kab. Tangerang

menunjukkan bahwa dari 106 dengan *body image* negatif, sebagai mayoritas 93 responden (87,7%) memiliki kesehatan mental kurang, dan hanya 13 responden (12,3%) mengalami kesehatan mental baik. Sementara itu, dari 89 responden yang memiliki *body image* positif, sebanyak 80 responden (89,9%) memiliki kesehatan mental baik, dan 9 responden (10,1%) mengalami kesehatan mental kurang.

Berdasarkan penelitian dari 195 responden data yang diperoleh pada table 4.7 hasil analisis menggunakan *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* sebesar  $0,001 < 0,05$ . Oleh karena itu,  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kesehatan mental. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Wijayanti et al., 2023) dimana uji statistic menunjukkan nilai *P value* = 0,003 yang berarti *P value* < 0,005 yang mengindikasikan adanya hubungan yang bermakna antara *body image* dengan kesehatan mental.

Remaja yang tidak puas dengan bentuk tubuhnya lebih rentan mengalami tekanan psikologis karena adanya perbandingan sosial dan standar kecantikan/ ketampanan yang tidak realistis dari lingkungan dan media. Sebaliknya, remaja dengan *body image* positif cenderung memiliki resiliensi psikologis lebih baik sehingga mampu menjaga kondisi mental yang sehat. Temuan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Cash bahwa *body image* merupakan salah satu faktor penting dalam kesehatan mental, dimana citra tubuh yang negatif dapat meningkatkan stres, depresi, dan rendahnya harga diri. Remaja sering kali membandingkan diri dengan standar ideal yang ada di lingkungan sosial maupun media, sehingga ketidakpuasan terhadap tubuh berpotensi menimbulkan tekanan psikologis.

### Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dan *body image* dengan Kesehatan mental. Hasil uji statistic menunjukkan (*p value* = 0,001). Semakin rendah kesejahteraan psikologis dan semakin negatif *body image* maka semakin kurang pula kesehatan mentalnya.

### Daftar Pustaka

- Afida afnaril, Rr. Ettirukmigasari, G. firda khairunnisa. (2024). *Universitas Muhammadiyah Ponorogo Pendidikan formal maupun informal sangat penting bagi semua orang. Peran masa depan yang berpengetahuan luas dan selalu menjadi hal yang penting dalam merupakan suatu proses pelaksanaan dari Pendidikan Menurut (Mirnawat.*
- Ardiansyah, S., Yunike, Ardiansyah, S., Tribakti, I., Suprpto, Saripah, E., Febriani, I., Zakiyah, Kuntoadi, G. B., Muji, R., Kusumawaty, I., Narulita, S., Juwariah, T., Akhriansyah, M., Putra, E. S., & Kurnia, H. (2023). *Buku Ajar Kesehatan Mental.*
- Arjanto, P. (2022). Uji Reliabilitas dan Validitas Depression Anxiety Stress Scales 21 (DASS-21) pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(1), 60. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i1.6196>
- Atiqah, N., Sulhan, A., Ardaniah, N. H., & Rahmadi, M. S. (2024). *Behavior : Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi Volume 1 No 1 Mei 2024 PERIODISASI PERKEMBANGAN ANAK PADA MASA REMAJA : TINJAUAN PSIKOLOGI. 1(1), 9–36.* Banten, P. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2006.*
- Deviana, M., Umari, T., & Khadijah, K. (2023). Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(1), 3463–3468.
- Dhamayanti, M., Faisal, F., & Maghfirah, E. C. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dan Masalah Mental Emosional pada Remaja Sekolah Menengah. *Sari Pediatri*, 20(5), 283. <https://doi.org/10.14238/sp20.5.2019.283-8>
- Dr. Kelana Kusuma Dharma, S. Kp., M. K. (2019). *Metodologi Penelitian Keperawatan.*
- Dr Lastri Mei Winarni, S. ST., M. K., Dr. Dra. Rita Damayanti, M., Prof. Dr. dr. Sabarinah Prasetyo, M. S., & Prof Dr. Yati Afyanti, S.Kp., M. (2023). *Kesejahteraan psikologis ibu hamil melalui intervensi psikoedukasi Lastri.*



- Hasibuan, F. K. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Masalah Mental Emosional Pada Remaja: Literature Riview. *Jurnal Kesehatan Bertuah Indonesia*, 1(2), 65–74. <https://bertuahjournal.com/index.php/jkbi/article/view/27%0Ahttps://bertuahjournal.com/index.php/jkbi/article/download/27/18>
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Fact Sheet Kesehatan Jiwa Remaja Tahun 2023 *Ski 2023*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Leppänen, M. H., Lehtimäki, A. V., Roos, E., & Viljakainen, H. (2022). Body Mass Index, Physical Activity, and Body Image in Adolescents. *Children*, 9(2). <https://doi.org/10.3390/children9020202>
- Lestari, P. ayu. (2022). *Hubungan Antara Body Image dengan Tingkat Kepercayaan Diri Remaja Siswa Program Keahlian Multimedia di SMK Negeri Bendo Kabupaten Magetan*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Marwoko, G. (2020). Psikologi Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Tabbiyah Syari'ah Islam*, 26(1), 60–75.
- Muhammad rayendra. (2017). *PERBEDAAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA DITINJAU DARI TIPE KELUARGA (BERCERAI DAN REMARRIAGE)* (Vol. 11, Issue 1). Universitas Negeri Jakarta.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Oktopia, S., Anita, F., Zaliani, V., & Badriyah, L. (2022). Pengaruh Body Image dan Penerimaan Diri terhadap Kesehatan Mental Remaja di Kec. Selebar Kota Bengkulu. *DAWUH: Islamic Communication Journal*, 3(3), 35–41. <https://siducat.org/index.php/dawuh/article/view/1052%0Ahttps://siducat.org/index.php/dawuh/article/download/1052/790>
- Pamirma, M. Y. E., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan antara paparan media dengan body image pada remaja perempuan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 2–10. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/47316>
- Priadana S. (2021). *metode penelitian kuantitatif (Dela (ed); 1st ed)*. Pascal book.
- Reiss, V. E., Brown, L., Sisitsky, S., & Russell, R. (2021). The Influence of Socio-Economic Factors on Community Mental Health. *Jurnal Sosial, Sains, Terapan Dan Riset (Sosateris)*, 10(1), 79–90. <https://doi.org/10.35335/v2zpxv28>
- Reza, W., Tri Ananda, S., Ivanca, T., Fadilah, A., & Jonathan, S. (2022). Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Di Kota Batam. *Jurnal Sintak*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/>
- Sa'diyah, K., & Amiruddin. (2020). Pentingnya Psychological Well Being di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Kariman*, 8(02), 221–232. <https://doi.org/10.52185/kariman.v8i02.149>
- Safitri, K. H., Irawati, M. D., & Saleh, Z. (2022). Studi Fenomenologi : Gambaran Body Image Pada Pasien Ca Mammae Di Kalimantan Timur. *Jurnal Keperawatan Wiyata*, 3(1), 7. <https://doi.org/10.35728/jkw.v3i1.401>
- Sembiring, E. R. B., Dantes, N., & Suranata, K. (2023). Pengembangan instrumen pengukuran kesehatan mental (mental health inventory) setelah pandemi Covid-19 pada siswa SMP. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 116. <https://doi.org/10.29210/1202322661>
- Sesillia, L. (2020). *Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) pada masyarakat miskin*. 1–135. [https://repository.uin-suska.ac.id/29398/1/GABUNGAN SKRIPSI KECUALI BAB IV.pdf](https://repository.uin-suska.ac.id/29398/1/GABUNGAN%20SKRIPSI%20KECUALI%20BAB%20IV.pdf)
- Sukendra, I. K., & Atmaja, I. K. S. (2020). *buku-instrumen penelitian\_convert\_compress.pdf*.
- Sulistiwati, N. M. D., Keliat, B. A., Besral, & Wakhid, A. (2020). Gambaran dukungan sosial terhadap kesejahteraan emosional, psikologi dan sosial pada kesehatan jiwa remaja. *Gambaran Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Emosional, Psikologi Dan Sosial Pada Kesehatan Jiwa Remaja*, 8(2), 116– 122.

- Supini, P., Gandakusumah, A. R. P., Asyifa, N., Auliya, Z. N., & Ismail, D. R. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 2(1), 166–172. <https://doi.org/10.57235/jerumi.v2i1.1760>
- Triana, M. M., Maria, K., & Widianti, E. (2021). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Yang Terlibat Bullying. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 53(9), 1689–1699.
- Wawan. (2023). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. In *Katalog Dalam Terbitan*. [http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN\\_MENTAL.pdf](http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf)
- WHO. (2024). *Kesehatan Mental Remaja*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Wijayanti, S., Ladesvita, F., Studi, P., Program, K., & Keperawatan, D. J. (2023). *FAMILY SUPPORT SYSTEM AND THE BODY IMAGE OF BREAST*. 5(2), 90–101.
- Yulianingsih, D. (2020). Kesehatan Mental Remaja Pada Komunitas Broken Home Di Kota Semarang. (*Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang*), 26.