

**EDUKASI TENTANG GANGGUAN KESEHATAN MENTAL
REMAJA MELALUI TERAPI MUSIK KUNTO AJI**

Chusniatuz Zahro Amalia Dewi

218.01.07.10.39

**PENDIDIKAN BAHASA DAN SASTRA INDONESIA FKIP
UNISMA**

Email : 21801071039@unisma.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan sebab akibat dan dampak pengaruh kesehatan mental pada remaja yang sangat kurang diperhatikan dan dianggap remeh oleh masyarakat ataupun orang tua. Gangguan terhadap rutinitas, pendidikan, hiburan, serta kecemasan seputar keuangan keluarga dan kesehatan mental membuat banyak remaja mudah merasa takut, marah, sekaligus khawatir akan masa depan mereka. Sehingga, gangguan kesehatan mental dapat menyebabkan masalah dalam kehidupan sehari-hari tidak hanya dapat merusak interaksi ataupun hubungan dengan orang lain. Selain itu juga dapat menurunkan potensi di sekolah dan produktivitas kerja. Diketahui bahwa mendengarkan musik senang ataupun sedih dapat mempengaruhi seseorang. Sehingga jika seseorang dalam kondisi mental yang tak sehat entah ringan ataupun berat, akan sangat terpengaruh ataupun terbawa suasana dengan musik yang diperdengarkan. Dengan begitu musik dapat dijadikan untuk alternatif terapi penyembuhan seseorang dengan kategori gangguan kesehatan mental ringan ataupun sedang. Karena musik juga berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari dan dipercaya bisa untuk mengurangi depresi atau kesehatan mental.

Kata kunci : *kesehatan mental, interaksi sosial, metode penyembuhan*

PENDAHULUAN

Remaja adalah mereka yang berada dimasa transisi dari anak-anak menuju dewasa, masa remaja merupakan suatu fase perkembangan yang dinamis dan mengalami banyak perubahan serta persoalan dalam kehidupan remaja. Perubahan tersebut meliputi perubahan fisik, mental, sosial, dan emosional (Stuart, 2013). Perkembangan emosi dimasa remaja biasanya memiliki energi yang besar dan emosi yang berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir kesepian (Ali & Ansori, 2017). Perubahan dan persoalan yang terjadi pada masa remaja jika tidak dapat terkontrol dengan baik dapat memicu terjadinya masalah mental emosional pada remaja (Devita, 2019)

Mental emosional adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami distress psikologik, terjadi perubahan psikologis pada keadaan tertentu tetapi bisa kembali pulih seperti semula, akan tetapi masalah mental emosional ini apabila tidak ditangani secara tepat akan menimbulkan dampak yang buruk bagi proses perkembangan remaja (Mubasyiroh et al., 2017). Masalah mental emosional merupakan suatu keadaan yang di alami oleh individu ditandai dengan perubahan emosional dan apabila berkelanjutan akan berkembang menjadi keadaan patologis.

World Health Organization (WHO, 2018), menyatakan Prevalensi orang dengan gangguan mental emosional di dunia dalam rentang usia 10-19 tahun kondisi kesehatan mental mencakup 16% dari beban penyakit dan cedera global. Setengah dari semua kondisi kesehatan mental dimulai pada usia 14 tahun tetapi kasus tidak terdeteksi dan tidak diobati karena sejumlah alasan, seperti kurangnya pengetahuan atau kesadaran tentang kesehatan mental diantara petugas kesehatan, atau stigma yang mencegah remaja mencari bantuan, hal ini bisa meningkatkan kemungkinan pengambilan perilaku beresiko lebih lanjut dan dapat mempengaruhi kesejahteraan

kesehatan mental dan emosi pada remaja. Kesehatan mental melibatkan lebih dari masalah medis. Banyak faktor yang memengaruhi hal tersebut, seperti adanya faktor sosial ekonomi. Masalah kesehatan mental dapat muncul di berbagai area mulai dari ranah individu seperti penyalahgunaan zat, kejahatan, kekerasan, kehilangan produktivitas hingga bunuh diri. Kesehatan mental pada anak dan remaja juga melibatkan kapasitasnya untuk dapat berkembang dalam berbagai area seperti biologis, kognitif dan sosial-emosional (Remschmidt, et al., 2007).

Kesehatan mental memang sudah menjadi perbincangan yang cukup populer dan bukan lagi hal yang tabu. Tetapi, kesadaran tentang kesehatan mental belum didampingi dengan kemudahan akses untuk mendapatkan perawatan kesehatan mental yang selengkap-lengkapnya. Jumlah psikiater ataupun psikolog, Rumah sakit jiwa, ataupun fasilitas untuk pengobatan kesehatan mental lainnya masih terbatas. Dan juga tidak semua orang mampu membayar biaya perawatan yang tergolong cukup mahal. Tidak cukup sekali ataupun dua kali untuk perawatan bagi mereka yang terkena gangguan kesehatan mental ringan ataupun berat. Dengan begitu, karena kurangnya akses perawatan itulah membuat banyak sekali pejuang kesehatan mental yang pada akhirnya mendapat perlakuan yang tidak layak seperti dipasung ataupun diterlantarkan. Sehingga pula makin banyak remaja yang terkena gangguan kesehatan mental yang berimbas pada pendidikan, lingkungan, kehidupan sehari-hari dan juga perpecahan keluarga. Kesehatan mental yang baik adalah kondisi ketika batin kita dalam keadaan tenang dan tenteram, sehingga memungkinkan kita untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar. Seseorang yang kondisi kesehatan mentalnya baik dapat menggunakan kemampuan dan potensi dirinya secara maksimal dalam menghadapi tantangan hidup, serta menjalani hubungan positif dengan orang sekitar. Sebaliknya, orang yang kondisi kesehatan mentalnya tak sehat akan mengalami gangguan suasana hati, kemampuan berpikir, serta kendali emosi

yang pada akhirnya dapat mengarah pada perilaku buruk.

Berdasarkan data terbaru, diperkirakan terdapat lebih dari 1 dari 7 remaja berusia 10-19 tahun di dunia yang hidup dengan diagnosis gangguan mental. Setiap tahun, Tindakan bunuh diri merenggut nyawa hampir 46.000 anak muda, Tindakan ini adalah salah satu dari lima penyebab utama kematian pada kelompok anak-anak dan remaja. Akan tetapi, masih terdapat kesenjangan besar antara kebutuhan untuk mengatasi masalah kesehatan mental dengan pendanaan yang tersedia. Laporan tersebut menemukan bahwa, secara global anggaran kesehatan yang dialokasikan untuk kesehatan mental hanya mencapai 2 persen. Tak dapat dipungkiri, pandemi telah berdampak sangat besar. Menurut temuan awal dari survei internasional terhadap anak-anak dan orang dewasa di 21 negara yang dilaksanakan oleh *UNICEF* dan *Gallup*, hasilnya disajikan sekilas didalam laporan *The State of the World's Children 2021*, terdapat median 1 dari 5 anak muda usia 15-24 tahun yang di dalam survei menyatakan mereka sering merasa depresi atau rendah minatnya untuk melakukan kegiatan. Memasuki tahun ketiga pandemi *Covid-19*, dampak pandemi terhadap kesehatan dan kesejahteraan mental anak-anak dan remaja terus memburuk. Data terkini *UNICEF* menunjukkan bahwa, secara global setidaknya 1 dari 7 anak mengalami dampak langsung karantina, sementara 1,6 miliar anak terdampak oleh terhentinya proses belajar mengajar.

Gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, *autism*, bipolar, depresi, *anxiety* dapat menimbulkan kerugian signifikan terhadap kesehatan, pendidikan, masa depan, dan kemampuan meraih pendapatan dari remaja. Maka dari itu terdapat terapi untuk gangguan kesehatan mental dengan musik. Adanya terapi musik yang mulai digunakan dalam psikologi dan psikiater. Penelitian oleh Chang, dkk (2008) menunjukkan bahwa terapi musik dapat menurunkan kecemasan, stress, depresi pada ibu hamil atau *baby blues*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif jenis studi kasus. Penelitian menitikberatkan pada fokus satu dan juga fokus dua pada rumusan masalah. Yakni mendeskripsikan pengaruh gangguan kesehatan mental pada seseorang ataupun remaja dalam kehidupan sehari-hari dan metode penyembuhan bagi mereka yang terindikasi gangguan kesehatan mental ringan atau sedang. Dalam analisis penelitian ini melalui sumber data yang spesifik dan akurat sesuai dengan apa yang sedang terjadi di lingkungan sekitar dan juga kisah nyata yang disampaikan seseorang melalui sebuah lagu.

Peneliti melakukan analisis dengan menggunakan media sosial seperti youtube, web, dan juga instagram untuk mendukung hasil penelitian ini maksimal. Penelitian ini fokus pada kesehatan mental ringan yakni kecemasan, luka batin yang mempengaruhi emosi. Karena penelitian ini bukanlah penelitian wawancara langsung, sehingga memanfaatkan media sosial untuk memperoleh data ataupun sumber data yang akurat dan cukup untuk dijadikan sebuah penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gangguan kesehatan mental dapat menyebabkan masalah dalam kehidupan sehari-hari tidak hanya dapat merusak interaksi ataupun hubungan dengan orang lain. Selain itu juga dapat menurunkan potensi di sekolah dan produktivitas kerja. Kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu memiliki kesejahteraan yang tampak dari dirinya yang mampu menyadari potensinya sendiri, memiliki kemampuan untuk mengatasi tekanan hidup normal pada berbagai situasi dalam kehidupan, mampu bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya. Mengutip dari jargon yang digunakan oleh WHO, "*there is no health without mental health*" menandakan bahwa kesehatan mental perlu dipandang sebagai sesuatu yang penting sama seperti kesehatan fisik.

Mengenali bahwa kesehatan merupakan kondisi yang seimbang antara diri sendiri, orang lain dan lingkungan membantu masyarakat dan individu memahami bagaimana menjaga dan meningkatkannya (WHO, 2004).

WHO melaporkan bahwa 450 juta orang di seluruh dunia memiliki gangguan kesehatan mental, dengan prevalensi 20% kejadian terjadi pada anak-anak (O'Reilly, 2015). Dengan angka kejadian yang meningkat setiap tahunnya, memperluas pengetahuan terkait kesehatan mental pada anak dan remaja menjadi hal yang penting. Kesehatan mental anak dan remaja dapat mempengaruhi masa depan dirinya sendiri sebagai individu, dan berdampak pada keluarga hingga masyarakat. Oleh karenanya, kekhawatiran ini berkembang baik untuk institusi kesehatan dan peneliti akademis. Maka dari itu, sudah waktunya menjalankan hidup sehat. Pengobatan kesehatan mental saat ini juga memiliki berbagai macam metode salah satunya self healing atau mengobati diri sendiri untuk mengobati luka batin. Metode ini dilakukan saat seseorang menyimpan luka batin yang mengganggu emosinya. (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Gangguan kesehatan mental mempengaruhi terhadap rutinitas, pendidikan, hiburan, serta kecemasan seputar keuangan dan kesehatan mental membuat banyak remaja merasa takut, marah, sekaligus khawatir akan masa depan mereka. Contohnya pada hasil survei daring di Tiongkok pada awal tahun 2020 yang dikutip dalam *The State Of the World's Children*, yang mengindikasikan bahwa sekitar sepertiga responden merasa takut dan cemas. Diagnosis gangguan kesehatan mental seperti ADHD, kecemasan, depresi, bahkan bipolar dapat menimbulkan kerugian signifikan terhadap kesehatan, pendidikan, masa depan dan bahkan kemampuan meraih pendapatan pada remaja. Meskipun dampak gangguan kesehatan mental terhadap kehidupan seseorang atau remaja tidak mungkin diperhitungkan rinci, namun terdapat temuan data tentang remaja di Indonesia yang tercakup dalam laporan *State of the World's Children*, hampir satu dari tiga remaja di Indonesia atau 29% dilaporkan sering merasa tertekan atau memiliki sedikit

minat dalam melakukan sesuatu, menurut survei yang dilakukan oleh *UNICEF* dan Gallup di 21 negara pada pertengahan tahun 2021. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa program bantuan tunai bersyarat telah mengurangi angka bunuh diri sebesar 18% di Indonesia. Namun itu hanyalah presentase kecil dibandingkan dengan jumlah remaja yang terindikasi gangguan kesehatan mental di Indonesia maupun di negara lain. Oleh sebab itu psikolog dan psikiater menemukan penyembuhan dengan metode *self healing* melalui terapi musik bagi mereka yang terindikasi gangguan kesehatan mental ringan. Musik memiliki beberapa fungsi, salah satunya bisa dijadikan terapi untuk penderita *mental illness* atau Kesehatan mental bahkan untuk orang berkebutuhan khusus.

Dari Ikatan Terapi Musik Indonesia, Saphira Hertha mengatakan bahwa di Indonesia sendiri menjadikan musik sebagai terapi memang belum mendapatkan perhatian lebih. Namun, di Amerika musik sudah sering digunakan untuk membantu orang-orang yang mempunyai masalah kesehatan mental. Sepanjang sejarah, musik telah dianggap sebagai ekspresi gerakan, ketegangan, keyakinan agama, karakter manusia, identitas, dan kondisi sosial. Namun, yang paling umum adalah pendapat bahwa musik dianggap sebagai sebuah ekspresi emosi (Gabrielsson, dkk 2003). Menjadikan musik sebagai terapi cukup efektif untuk mengobati depresi dibandingkan dengan cara lainnya karena musik dinilai lebih menyenangkan dan lebih masuk ke dalam hati ataupun pikiran. (Wahyuni, 2015). Akurasi deteksi emosi pada alunan musik sebanding dengan deteksi emosional pada wajah (Fritz et al, 2009). Kita dapat menggoyangkan tubuh mengikuti lagu yang menghentak atau pun menyenandungkan suatu lagu daerah tanpa tahu arti syair dari lagu tersebut. Hal tersebut menunjukkan musik bersifat universal. Musik dapat membuat kita merasa senang dan sedih bahkan marah.

Melalui pemrosesan dalam otak musik kemudian mempengaruhi bagaimana kita merasa, berpikir, dan berperilaku. Ketika seseorang sedih,

mereka akan memilih mendengarkan musik bertempo cepat dengan kunci nada mayor dan terbukti meningkatkan mood mereka. (Hunter, dkk 2010). Menurut ilmuwan di University of South Florida, orang yang terkena gangguan kesehatan mental cenderung mendengarkan musik berirama sedih karena itu membuat mereka merasa lebih baik. Tak hanya mendengarkan musik bertempo cepat (menunjukkan kebahagiaan) saja yang mampu meningkatkan mood, sebagian individu juga lebih memilih musik sedih untuk meningkatkan mood mereka. Saat menikmati keadaannya selama mendengarkan musik sedih dan kemudian hal tersebut menyebabkan individu termotivasi untuk bangkit dari kesedihannya. Dalam sebuah album yakni Mantra Mantra yang diciptakan oleh Kunto Aji. Ia membawakan dan menciptakan semua lagunya dalam bentuk album Mantra Mantra ini bukan tanpa sebab ataupun pengalaman.

Hampir keseluruhan lagu yang ia ciptakan berasal dari pengalaman pribadinya yang membuat pendengarnya ikut merasakan apa yang disampaikan melalui lagu-lagu tersebut. Kunto aji menciptakan lagu-lagunya menggunakan kalimat-kalimat yang menyentuh, namun menggunakan kalimat kiasan yang sangat indah. Sehingga membuat pendengarnya ikut masuk dan merasakan ke dalam lagu-lagu yang sedang dinyanyikan. Dan makna lagunya tersampaikan dengan baik kepada para pendengarnya. Oleh sebab itu alunan musik sangat mempengaruhi perasaan dan juga mental seseorang. Dapat dibuktikan pula bahwa terapi musik efektif untuk mereka yang terindikasi gangguan kesehatan mental. Banyak orang mungkin mengabaikan kesehatan mental mereka di beberapa titik untuk berjuang demi keunggulan di tempat kerja jadi gimana bagaimana kita mengetahui saatnya untuk mengatur kembali keseimbangan dan memprioritaskan mental. McNell mengatakan bahwa kita perlu memastikan bahwa kita menghabiskan waktu untuk melakukan hal-hal yang tidak ‘sempurna’ tetapi menyenangkan. Pastikan setiap hari melakukan sesuatu yang menyenangkan. Meskipun hanya 10 menit. Apapun itu

lakukanlah untuk kepentingan diri sendiri, bukan karena ini tentang ‘prestasi’. Seorang Psikiater Profesional asal Prancis melaporkan kelelahan luar biasa pada pasien mereka. Perusahaan Perekrut di Inggris juga berbagi ketakutan akan kehilangan menyebabkan masalah serius bagi bisnis di seluruh dunia. Faktanya, kematian akibat burnout sangat umum terjadi di negara-negara Asia seperti Jepang, Korea Selatan, China, dan bahkan Indonesia. Penelitian pada pegawai negeri Inggris pada tahun 2006 menganalisis hubungan antara stress kerja dan sindrom metabolik. Orang dengan sindrom metabolik atau sindrom x memiliki resiko lebih besar terkena stroke, diabetes, dan penyakit jantung. Studi lain dari tahun 2015 lebih lanjut mendukung hasil ini. Ini menunjukkan hubungan antara jam kerja yang lebih lama dan masalah kesehatan yang merugikan. Beberapa di antaranya termasuk diabetes dan stroke dua tipe bagi mereka yang berada dalam kelompok status ekonomi rendah. NS Harvard Medical School merangkum hasilnya, orang yang bekerja 55 jam atau lebih dalam seminggu meningkatkan resiko serangan jantung sebesar 13 persen. Burnout dapat menyebabkan berbagai masalah serius pada kesehatan fisik. Pekerja yang mengalami kurang tidur akan mengalami peningkatan kemungkinan stroke. Resiko kesehatan mental yang buruk, dengan peluang lebih besar untuk depresi, kecemasan, dan bahkan bunuh diri.

Menurut World Health Organization (WHO), seseorang yang sehat adalah seseorang yang sedang berada dalam keadaan sehat, baik secara fisik maupun psikis, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Maka dari itu untuk penyembuhan kesehatan mental ringan dapat dilakukan dengan metode *self healing* menggunakan terapi musik. Penyembuhan diri atau *Self Healing* sendiri merupakan sebuah penyembuhan bukan dengan menggunakan obat-obatan, melainkan dengan menyembuhkan dan mengeluarkan perasaan dan emosi yang terpendam didalam tubuh dan pikiran. Selain itu, *self healing* juga dapat dilakukan dengan hypnosis yang sama halnya dengan sugesti, terapi

qolbu, atau menenangkan pikiran. Metode *self healing* dilakukan oleh si penderita penyakit dan dibantu oleh terapi (Ulwiya dalam Redho dkk: 2019). *Self healing* adalah rangkaian Latihan praktis yang dikerjakan secara mandiri sekitar 15-20 menit yang dilakukan dua kali dalam sehari. Dalam Latihan *self healing*, ada beberapa aspek yang dilibatkan yaitu bernafas dengan stabil, gerak hanya untuk kesembuhan, sentuhan, dan keheningan. Seseorang melakukannya dengan berhenti sejenak dari segala rutinitasnya, sehingga bisa berinteraksi dengan diri sendiri. *Self healing* bersifat universal sehingga tidak mengacu pada agama manapun, bersifat praktis, dan dipelajari secara masuk akal. Filosofinya bertumpu pada manusia sebagai unit yang lengkap antara badan, batin, dan kemampuan individualnya (Gunawan dalam Redho dkk: 2019).

Self Healing juga bisa diartikan sebagai sebuah proses untuk menyembuhkan diri dari luka batin. Metode ini dilakukan saat seseorang menyimpan luka batin yang mengganggu emosinya sehingga mempengaruhi psikis. *Self healing* ini berguna untuk menyelesaikan urusan yang belum selesai (*unfinished bussines*) yang berakibat pada kelelahan emosi seseorang. Tujuannya bukan untuk mengingat-ingat luka yang telah berlalu, tetapi mengajak seseorang untuk lebih memahami diri. Selain itu *self healing* juga diartikan sebagai metode penyembuhan berdasarkan diri sendiri yang berfokus pada pikiran (*mind*), tubuh (*body*), dan semangat (*spirit*) dengan bantuan musik sebagai terapi sehingga dapat memulihkan kondisi psikis yang overthinking. Bukan hanya sebatas pada permasalahan psikis saja, namun menurut Niqqita Bharata, Pelatih Meditasi dan Yoga dai The Art of Living, metode *self healing* juga bisa menyembuhkan masalah pencernaan, diabetes, autoimun sampai kanker. Sedangkan menurut Dokter Andeas Prasadja, Pelatih Meditasi Pranic Healing, muridnya banyak yang sembuh dari penyakit gangguan jantung, hipertensi, dan masalah psikologis setelah menjalani metode *self healing*. Namun bukan berarti setiap orang yang menerapkan

metode *self healing* akan sembuh dari semua penyakit karena pemulihan memiliki banyak variable seperti seberapa kronis penyakit tersebut, seberapa rutin orang tersebut berlatih, seberapa bersedia mengubah gaya hidup juga factor spiritualitas (Tarkhadi: 2019). Jika tekun mempraktikkan metode *self healing*, paling tidak 60-70 persen penyakit, baik itu penyakit fisik maupun mental bisa disembuhkan, apabila tubuh tidak bisa melakukannya sendiri maka dianjurkan untuk meminta bantuan kepada profesional (Tarkhadi: 2019).

SIMPULAN DAN SARAN

Kesehatan mental tidak dapat diabaikan begitu saja, karena individu yang terindikasi gangguan kesehatan mental ringan dan tidak mendapatkan penanganan dini atau edukasi akan meningkat menjadi gangguan kesehatan mental yang lebih berat lagi. Individu dengan indikasi gangguan kesehatan mental berat akan lebih sulit dalam penanganannya dan akan menghabiskan lebih banyak lagi untuk perawatan, sehingga mereka yang secara ekonomi kesulitan dan terlambat penanganan akan berakibat fatal seperti, percobaan bunuh diri, menyakiti diri sendiri, mengurung diri, bahkan menyakiti orang lain. Sehingga hal serupa akan sangat mempengaruhi produktifitas seseorang dan akan merusak masa depan mereka dikarenakan keadaan mental yang tak sehat tanpa penanganan yang tepat. Oleh sebab itu individu yang merasa mentalnya kurang sehat entah merasakan kecemasan berlebihan, ketakutan akan hal yang belum tentu terjadi sebaiknya melakukan penyembuhan terhadap diri sendiri terlebih dahulu dengan menggunakan terapi musik.

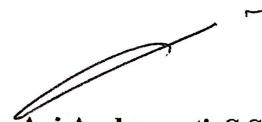
UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada Ibu Dr. Ari Ambarwati, S.S. M.Pd dan Ibu Itznaniyah Umie Murniati S.Pd. M.Pd selaku pembimbing skripsi dan kepada pihak yang memberikan dukungan untuk penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Chang, M., Chen, C., & Huang, K. (2008). Effects of music therapy on psychological health of women during pregnancy. *Journal of Clinical Nursing*, 17, 2580–2587
- Djohan. 2009. Psikologi musik. Yogyakarta, Indonesia: Penerbit Best Publisher.
- Tin CNN, Kunto Aji Konsultasi ke Psikologi Garap Album Mantra Mantra. <https://www.cnnindonesia.com/hiburan/2018091417>
- Gabrielson, (2003). Emotional expression in music performance: Between the performer's intention and the listener's experience. *Psychology of Music*, 24(1), 68-91.
- Hallam, S. (2010). The power of music: its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people. *International Journal of Music Education*, 28(3), 269-289.
- Ali, M., & Ansori, M. (2017). Psikologi Remaja (12th ed.). Bumi Aksara.
- Bimo, W. (2010). Pengantar Psikologi Umumtle. Andi Offset.
- Devita, yeni. (2019). Prevalensi Masalah Mental Emosional Remaja di Kota Pekanbaru. 4(1), 33–43.
- Devita, Y. (2019). Prevalensi Masalah Mental Emosional Remaja Di Kota Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(1), 33-43.

Mengetahui Dosen Pembimbing I



Dr. Ari Ambarwati, S.S. M.Pd.
NIP. 130701197232227