

**KERANGKA BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN
KESEHATAN MENTAL REMAJA**

(Penelitian di SMK Plus Bani Muchtar Rancaekek Siswa Kelas XI dan XII)

TESIS

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Magister
Pendidikan Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling



oleh
Agus Suhendi
NIM 1907474

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2023

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “Kerangka Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Kesehatan Mental Remaja” ini beserta seluruh isinya adalah benar – benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara – cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya sendiri.



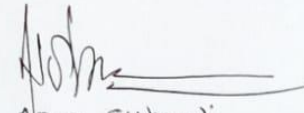
Bandung, Agustus 2023

Yang membuat pernyataan

Agus Suhendi

| KELENGKAPAN PERSYARATAN MENDAPATKAN IJAZAH | | | |
|---|--|--|---|
| KELENGKAPAN PERSYARATAN | <input checked="" type="checkbox"/> Bebas Pinjam | <input checked="" type="checkbox"/> Unggah Mandiri | <input checked="" type="checkbox"/> Kontribusi Buku |
| CATATAN PENTING! | | | |
| 1. Data digital (softfile) karya tulis ilmiah mahasiswa (Skripsi, Tesis, Disertasi, TA) wajib diunggah secara mandiri melalui SUMa (Sistem Unggah Mandiri) repository pada laman: http://unggah.repository.upi.edu 2. Setelah proses unggah selesai, lakukan konfirmasi di laman http://perpustakaan.upi.edu/konfirmasiunggah 3. Panduan Unggah Mandiri dapat dilihat pada laman: http://perpustakaan.upi.edu/suma | | | |

[RM.PL-01.02]

|  FORM PENYERAHAN DATA KARYA ILMIAH SISTEM UNGGAH MANDIRI PERPUSTAKAAN | | | |
|---|---|--|------------------------------------|
| DATA PERSONAL | | | |
| NAMA LENGKAP | AGUS SUHENDI | NIM | 1907474 |
| GELAR | M.Dj. | | |
| ALAMAT | KOMP. GRIYA UTAMA RANCOEK | Kota | BANDUNG |
| Propinsi | JAWA BARAT | No.HP | 085220343848 |
| E-mail | agus.suhendi201@upi.edu | | |
| DATA TEKNIS | | | |
| Jenis Dokumen | <input type="checkbox"/> Skripsi | <input checked="" type="checkbox"/> Tesis | <input type="checkbox"/> Disertasi |
| | <input type="checkbox"/> TA | | |
| Judul | KERAYELA BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN KESEHATAN MENTAL REMAJA | | |
| Tgl. Sidang | 31 Agustus 2023 | Pembimbing 1 / Promotor | Prof. Dr. Syamsy Yusuf Lw.M.Pd |
| Fakultas | ILMU PENDIDIKAN (FIP) | Pembimbing 2 / co Promotor | Dr. Yaya Sunarya, M.Pd |
| Jurusan/Prodi | S2/BK | Anggota | |
| | | Anggota | |
| FORMAT FILE UNGGAH MANDIRI | | | |
| Format file data digital yang diunggah ke dalam SUMa (Sistem Unggah Mandiri) terdiri dari 7 file terpisah dengan ekstensi .pdf dan penamaan file yang sesuai ketentuan, yaitu: | | | |
| No | Contoh Penamaan File* | Keterangan | |
| 1 | S_ADP_1501548_Title | COVER, terdiri atas: halaman judul, lembar hak cipta, lembar pengesahan (hasil scan), abstrak, daftar isi dan daftar pustaka | |
| 2 | S_ADP_1501548_Chapter1 | BAB 1 | |
| 3 | S_ADP_1501548_Chapter2 | BAB 2 | |
| 4 | S_ADP_1501548_Chapter3 | BAB 3 | |
| 5 | S_ADP_1501548_Chapter4 | BAB 4 | |
| 6 | S_ADP_1501548_Chapter5 | BAB 5 | |
| 7 | S_ADP_1501548_Appendix | LAMPIRAN, terdiri atas: angket/draft wawancara/Instrument Penelitian | |
| *Penamaan file dan kodefikasi dapat dilihat di panduan: http://perpustakaan.upi.edu/suma | | | |
| PERNYATAAN | | | |
| Saya mengijinkan karya tulis saya untuk difotokopi dan diunggah ke dalam laman web serta dapat di akses full text melalui internet untuk kepentingan penelitian dan pengembangan ilmu dengan syarat mencantumkan rujukan aslinya. | | | |
| TANGGAL PENYERAHAN | 6 - 10 - 2023 | | |
| MENYETUJUI DOSEN PEMBIMBING | | PENULIS (YANG MENYERAHKAN) | |
|  Dr. Yaya Sunarya, M.Pd. NIP. 19600829 198703 1 002 | |  Agus Suhendi NIM. 1907474 | |

HALAMAN PENGESAHAN

AGUS SUHENDI

1907474

**KERANGKA BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN
KESEHATAN MENTAL REMAJA**

(Penelitian di SMK Plus Bani Muchtar Rancaekek Siswa Kelas XI dan XII)


Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I,



Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd.
NIP. 9202207 195220 0 6101

Pembimbing II,



Dr. Yaya Sunarya, M.Pd.
NIP. 195911301987031002

Diketahui oleh :

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Program Sarjana, Magister dan Doktor
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia



Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd.
NIP. 196606011991031005

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala nikmat, karunia, kasih sayang dan rahmat yang berlimpah serta nikmat sehat sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul **Kerangka Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Kesehatan Mental Remaja** dalam keadaan sehat. Shalawat serta salam semoga tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada para keluarganya, para sahabatnya, serta kepada seluruh umatnya. Aamiin.

Dalam tesis ini dipaparkan beberapa kasus yang berkaitan erat dengan kesehatan mental remaja. Ketertarikan penulis untuk melakukan identifikasi karakteristik kesehatan mental remaja serta memilih kerangka bimbingan kelompok untuk mengembangkan kesehatan mental tersebut. Hal itu yang melatar belakangi penulisan penelitian ini.

Penulis berharap melalui penelitian ini dapat memberikan gambaran profil kesehatan mental remaja siswa SMK serta menghasilkan dokumen layanan Bimbingan dan Konseling melalui strategi kerangka bimbingan kelompok untuk mengembangkan kesehatan mental remaja. Selain itu, penyusunan penulisan penelitian ini diajukan untuk salah satu syarat mendapatkan gelar Magister Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling di UPI Bandung.

Tesis ini terdiri dari lima bab. Bab I mencakup latar belakang masalah, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian serta struktur organisasi tesis. Bab II mencakup kerangka pemikiran tentang teori – teori yang dikaji dan kedudukan masalah penelitian dalam bidang ilmu yang diteliti. Bab III mencakup metode penelitian. Bab IV mencakup hasil penelitian dan pembahasan. Bab V mencakup kesimpulan dan rekomendasi bagi pihak - pihak yang berkepentingan dari penulisan tesis ini.

Bandung, Agustus 2023

Agus Suhendi

UCAPAN TERIMA KASIH

Syukur alhamdulillah dipanjatkan kepada Allah SWT yang telah menganugerahkan segala karunia, rahmat dan ridho – Nya sehingga penulis dapat menuntaskan tesis yang berjudul “**Kerangka Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Kesehatan Mental Remaja**”. Shalawat serta salam semoga tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya, serta kepada umat dan kita semua. Aamiin.

Penulis meyakini dalam penyusunan tesis ini banyak sekali pihak yang terlibat yang senantiasa memberikan bimbingan, arahan, motivasi dan doa. Maka perkenankanlah penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang setinggi – tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd., selaku Pembimbing I yang senantiasa mencurahkan waktu, segala perhatian, dan kesabarannya dalam membimbing, mengarahkan, memotivasi dan menginspirasi selama proses hingga terselesaikannya tesis ini. Tanpa bimbingannya penulis sulit untuk dapat menyelesaikannya. Selanjutnya penulis tidak mungkin dapat membalas jasa beliau yang sangat besar kiranya hanya Allah SWT yang akan membalas dengan kebaikan yang berlipat. Teriring doa terbaik untuk Bapak sekeluarga.
2. Dr. Yaya Sunarya, M.Pd., selaku Pembimbing II atas kesediaannya meluangkan waktu, pemikiran dan kesabaran disela kesibukan dan aktivitas keseharian. Sebagai sosok orang tua bagi penulis yang selama dalam bimbingannya, kedekatan dan ketauladannya menjadi motivasi tersendiri untuk penulis. Sama halnya penulis tidak mungkin mampu membalas jasa beliau kiranya hanya Allah SWT memberikan balasan yang berlipat. Teriring doa terbaik untuk Bapak sekeluarga.
3. Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling UPI atas motivasi, dukungan moral, spiritual dan fasilitas yang diberikan selama perkuliahan. Teriring doa terbaik untuk Bapak sekeluarga.

4. Dr. Ipah Saripah, M.Pd., selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling UPI yang telah memberikan motivasi dan memantik semangat penulis. Terima kasih teriring doa terbaik untuk Bunda sekeluarga.
5. Seluruh Dosen dan Staf Program Studi Bimbingan dan Konseling UPI selama tahun 2019 – 2023 yang telah membekali penulis dengan tauladan, ilmu dan doa – doa terbaiknya.
6. Kedua orang tua penulis, Ayahanda Patah dan Ibunda Cicih Yuningsih beserta mertua terhormat Bapak Wawan Setiawan dan Ibu Siti Rohaeni atas warisan ilmu, doa, cinta, amanah dan kasih sayang yang tidak terbatas. Allahumagfirlahum.
7. Istri tercinta, Ineu Nur Susanti, S.Pd.I., S.Pd., yang dari awal kebersamaan senantiasa berjalan berdampingan melewati tahap demi tahap proses perjalanannya. Atas dasar keyakinan sebagai imannya, ikhtiar sebagai jihadnya, perisai sebagai doanya dan cinta sebagai bingkainya. Terima kasih atas kehadirannya.
8. Keluarga Besar Al Patah, Kakak tercinta Eti Rohaeti S.Pd., Koko Komara, Letnan TNI Supriatna, dan adik tercinta Linda Rosita, keponakan tersayang Windhi Novian Indri Sari, S.K.M, Aghnia Fatwa dan semuanya yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih dukungannya.
9. Teman terbaik, Deni Gusmawan, S.Pd., beserta istri atas silaturahmi, sharing dan kebersamaan dalam diskusi selama ini.
10. Keluarga Besar SD Arrafi Drajat Baleendah, SD Alam Pelopor Rancaekek dan SMK Plus Bani Muchtar Rancaekek sebagai tempat mengabdikan pada masanya. Sukses selalu.
11. Teman – teman Mahasiswa UPI Pascasarjana S- 2 Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2019 tanpa kalian kita bukan siapa – siapa. Sukses! Dan teruntuk seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu – persatu, terima kasih. Teriring doa Jazakumullohu khiron kastiro.

Bandung, Agustus 2023

Agus Suhendi

ABSTRAK

Agus Suhendi. (2023). Kerangka Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Kesehatan Mental Remaja ((Penelitian di SMK Plus Bani Muchtar Rancaekek Siswa Kelas XI dan XII). Pembimbing I: Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd., Pembimbing II: Dr. Yaya Sunarya, M.Pd.

Berdasarkan penelitian sepanjang tahun 2021 yang dilakukan oleh Indonesia *International Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) pasca COVID -19 tentang survey kesehatan mental nasional yang mengukur angka kejadian gangguan mental usia remaja menunjukkan rasio satu dari tiga remaja di Indonesia memiliki masalah kesehatan mental. Dalam diseminasi hasil penelitiannya disampaikan bahwa masalah mental atau gangguan mental tersebut lebih diakibatkan oleh gangguan kecemasan, depresi, gangguan perilaku dan gangguan stress pasca trauma. *Identity* merupakan bagian dari konsep diri (*self concept*) yang yang harus dikembangkan secara positif oleh setiap remaja. Dalam konteks pendidikan di sekolah, kesehatan mental remaja berkaitan erat dengan layanan Bimbingan dan Konseling. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil kesehatan mental remaja di usia sekolah menengah kejuruan. Berdasarkan dari identifikasi tersebut diharapkan sekolah secara khusus dapat membuat program layanan Bimbingan dan Konseling dengan fokus mengembangkan *mental health* (kesehatan mental) remaja. Pada penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *ethnometodology* dalam pengumpulan data penelitiannya dengan memperlakukan realitas objektif sebagai hasil yang interaksional, diskursif dan deskriptif melalui wawancara, observasi dan analisis dokumen tentang identifikasi kesehatan mental remaja dan tindak lanjutnya dalam layanan Bimbingan dan Konseling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa SMK : (1) memiliki penghargaan terhadap diri dan orang lain dengan baik; (2) memiliki selera humor sewajarnya; (3) mampu mendayagunakan potensi akal untuk sesuatu yang bersifat kreatif dan realistik; (4) bersikap tenang dan sewajarnya, yang secara umum memiliki kesehatan mental yang baik. Akan tetapi dalam kondisi tertentu setelah dilaksanakan *need assessment*, teridentifikasi sebagian siswa SMK : (1) memiliki kondisi mental remaja yang kurang sehat; (2) membutuhkan bantuan bimbingan yang salah satunya adalah melalui kerangka bimbingan kelompok untuk mengembangkan kesehatan mental remaja.

Kata Kunci: Bimbingan dan Konseling, bimbingan kelompok, kesehatan mental dan remaja.

ABSTRACT

Agus Suhendi. (2023). Group Guidance Framework for Developing Mental Health for Youth (Research at Vocational High School Plus Bani Muchtar Design for Class XI and XII Students). Guide I: Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd., Guide II: Dr. Yaya Sunarya, M.Pd.

Based on research throughout 2021 conducted by the post-COVID-19 Indonesia International Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) regarding a national mental health survey that measures the incidence of mental disorders in adolescents, it shows that a ratio of one in three adolescents in Indonesia has mental health problems. In the dissemination of his research results, he conveyed that mental problems or mental disorders are more caused by anxiety disorders, depression, behavioral disorders and post-traumatic stress disorder. Identity is part of the self-concept that must be developed positively by every teenager. In the context of education in schools, adolescent mental health is closely related to Guidance and Counseling services. This study aims to determine the mental health profile of adolescents at vocational high school age. Based on this identification, it is hoped that schools can specifically develop Guidance and Counseling service programs with a focus on developing adolescent mental health. In this study, the authors used a qualitative approach with the ethnomethodology method in collecting research data by treating objective reality as interactional, discursive and descriptive results through interviews, observation and document analysis regarding the identification of adolescent mental health and its follow-up in Guidance and Counseling services. The results of the study show that SMK students: (1) have good respect for themselves and others; (2) have a reasonable sense of humor; (3) being able to utilize the potential of reason for something that is creative and realistic; (4) be calm and reasonable, generally have good mental health. However, under certain conditions after the need assessment was carried out, it was identified that some SMK students: (1) had an unhealthy adolescent mental condition; (2) need guidance assistance, one of which is through a group guidance framework to develop adolescent mental health.

Keywords: Adolescence, group guidance, guidance and counseling, mental health.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN

PERNYATAAN

| | |
|----------------------------------|------|
| KATA PENGANTAR | i |
| UCAPAN TERIMA KASIH | ii |
| ABSTRAK | iv |
| DAFTAR ISI | vi |
| DAFTAR TABEL | viii |
| DAFTAR LAMPIRAN | ix |

| | |
|--|----|
| I. PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Penelitian | 1 |
| B. Fokus Penelitian | 7 |
| C. Tujuan Penelitian | 7 |
| D. Manfaat Penelitian | 8 |
| E. Struktur Organisasi Tesis | 9 |
| II. KAJIAN TEORI | 10 |
| A. Kesehatan Mental | 10 |
| 1. Sejarah Perkembangan Kesehatan Mental | 10 |
| 2. Prinsip Kesehatan Mental | 16 |
| 3. Definisi Kesehatan Mental | 19 |
| 4. Karakteristik Kesehatan Mental | 22 |
| 5. Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja | 25 |
| 6. Hal yang dapat Mengganggu Kesehatan Mental Remaja | 29 |
| B. Kerangka Bimbingan Kelompok | 32 |
| 1. Urgensi Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kesehatan Mental .. | 32 |
| 2. Definisi Bimbingan Kelompok | 38 |
| 3. Langkah – langkah Bimbingan Kelompok | 42 |
| C. Penelitian Terdahulu yang Relevan | 44 |

| | |
|---|-----|
| III. METODE PENELITIAN | 45 |
| A. Desain Penelitian | 45 |
| B. Metode dan Desain Penelitian | 45 |
| C. Lokasi dan Partisipan | 46 |
| D. Pengumpulan Data | 48 |
| E. Prosedur Penelitian | 58 |
| F. Analisis Data | 58 |
| G. Kredibilitas Data..... | 59 |
| | |
| IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 61 |
| A. Profil Kesehatan Mental Remaja | 61 |
| B. Kerangka Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Kesehatan Mental Remaja | 92 |
| | |
| V. KESIMPULAN DAN REKOMENDASI | 105 |
| A. Kesimpulan | 105 |
| B. Rekomendasi | 106 |
| | |
| DAFTAR PUSTAKA | 107 |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | | |
|-----------|---|----|
| Tabel 3.1 | Ketersediaan Administrasi Bimbingan dan Konseling | 52 |
| Tabel 3.2 | Ketersediaan Tahapan Persiapan Program Bimbingan dan Konseling | 54 |
| Tabel 3.3 | Keterlaksanaan Tahapan Persiapan Program Bimbingan dan Konseling | 54 |
| Tabel 3.4 | Ketersediaan Tahapan Keterlaksanaan Program Bimbingan dan Konseling | 55 |
| Tabel 3.5 | Ketersediaan Tahapan Evaluasi Layanan Bimbingan dan Konseling | 57 |
| Tabel 4.1 | Daftar Partisipan Primer | 61 |
| Tabel 4.2 | Daftar Partisipan Tambahan | 61 |
| Tabel 4.3 | Jawaban Data Primer Soal No 0 | 88 |
| Tabel 4.4 | Jawaban Data Primer Soal No. 4 | 88 |
| Tabel 4.5 | Jawaban Data Primer Soal No. 17 – 18 | 89 |
| Tabel 4.6 | Jawaban Data Primer Soal No. 22 | 90 |
| Tabel 4.7 | Jawaban Data Tambahan Soal No. 5 | 91 |
| Tabel 4.8 | Jawaban Data Tambahan Soal No. 9 | 91 |

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Identitas Partisipan
- Lampiran 2 Instrumen Wawancara
- Lampiran 3 Ketersediaan Administrasi Bimbingan dan Konseling
- Lampiran 4 Ketersediaan TahapanPersiapan Program Bimbingan dan Konseling
- Lampiran 5 Keterlaksanaan Tahapan Persiapan Program Bimbingan dan Konseling
- Lampiran 6 Ketersediaan Tahapan Keterlaksanaan Program Bimbingan dan Konseling
- Lampiran 7 Ketersediaan Tahapan Evaluasi Layanan Bimbingan dan Konseling
- Lampiran 8 Dokumen pendukung
- Lampiran 9 Dokumentasi

DAFTAR PUSTAKA

- Ariadi, P. (2019). Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam. Syifa' MEDIKA: *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 3(2), 118. <https://doi.org/10.32502/sm.v3i2.1433>.
- Arikunto, S. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, S. (2010). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Burhanuddin, Yusak (1998). *Kesehatan Mental*. Bandung : Pustaka Setia.
- Beers, C.W. (1908). *A Mind That Found Itself*. Longman, Green, and Co.
- Corey, G (2016). *Theory and Practice of Group Counseling*. Cengage Learning
- Cooter, R., & Pickstone, J.V. (2000). *Medicine in the Twentieth Century*. Amsterdam University Press
- Dahlan, Djawad. (2005). *Pendidikan dan Konseling di Era Global Dalam Perspektif Djawad Dahlan*. Bandung : Rizqi Press
- Denzin, Norman K. dan Yvonna S. Lincoln (eds.). 2009. *Handbook of Qualitative Research*. Terj. Dariyatno dkk. Jogjakarta: Pustaka Pelajar.
- Ellenberger, H.F. (1970). *The Discovery of the Unconscious : The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*. Basic Books
- Feuerstein, G. (2006). *The Yoga Tradition*. Hohm Press.
- Goodwin, J. (2005). *A History of Modern Psychology*. John Wiley & Sons.
- Gollaher, D.L. (1995). *Voice for the Maid : The Life of Dorothea Dix*. Free Press.
- Hornung, E. (1999). *The Ancient Egyptian Books of the Afterlife*. Cornell University Press
- <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>.
- <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20221212142530-255-886337/studi-245-juta-remaja-indonesia-kena-gangguan-jiwa>
- <https://www.rappler.com/world/indonesia/124021-undang-undang-kesehatan-jiwa-our-brand-is-crisis/>.
- <http://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/prophetic/index>.
- <http://ejournal.staidarusalamlampung.ac.id/index.php/assalam/article/view/101/154>.
- Idaiani, S., & Riyadi, E. I. (2018). Sistem Kesehatan Jiwa di Indonesia : Tantangan untuk Memenuhi Kebutuhan Mental Health System in Indonesia : A Challenge to Meet The Needs. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 2(2), 70–80.
- Kemendikbud. (2016). *POP BK SMP*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Lyons, W. (2003). *Socrates and the Socratic Dialogue*. Cambridge University Press.
- Mental Health America. (2021). About Mental Health America. Diakses dari <https://mhnational.org/about-us>

- Nutton, V. (2004). *Ancient Medicine*. Routledge.
- Riddle, J.M. (1999). *Dioscorides on Pharmacy and Medicine*. University of Texas Press.
- Rosmalina, Asriyanti (2016). Pendekatan Bimbingan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja. *Holistik : Journal For Islamic Social Sciences*.
- Santrock, J.W. (2011). *Psikologi Remaja, Edisi Revisi*, Jakarta : Rajawali Pers
- Sugiyono. 2(008). *Statistika untuk Penelitian*. Cetakan ke-16, Bandung, Alfabeta.
- Sugiono (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Surya, Muhammad (2023). *Teori – Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Suryana (2010). *Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung : UPI
- Syamsudin, Abin. (2001). *Psikologi Pendidikan*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- WHO, (2020). *Ageing*. https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1
- World Health Organization. (2001). *The World Health Report 2001 - Mental Health: New Understanding, New Hope*. Switzerland: WHO Library Cataloguing in Publication Data.
- Yusuf, Samsyu & Nurihsan, Juntika (2016). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Yusuf, Samsyu (2011). *Mental Hygiene : Terapi Psiko Spiritual Untuk Hidup Sehat Berkuaitas*. Bandung : Maestro
- Yusuf, Samsyu (2009). *Konseling Spiritual Teistik*. Bandung : Rizqi Press
- Yusuf, Samsyu (2019). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : Remaja Rosdakarya