



# Edukasi Penyimpangan Perilaku Melalui Sosialisasi Kesehatan Mental Berdasarkan Perspektif Islam di Ma'had Al-Irsyad Lil Banat, Yala, Thailand

Nabilah Khalda<sup>1\*</sup>, Ridha Nirmalasari<sup>2</sup>, Robeeyah Bueraheng<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Agama Islam, IAIN Palangka Raya, Jalan G.Obos Kompleks Islamic Centre No. 24 Palangka Raya, Indonesia, 73111

<sup>2</sup>Program Studi Tadris Biologi, IAIN Palangka Raya, Jalan G.Obos Kompleks Islamic Centre No. 24 Palangka Raya, Indonesia, 73111

<sup>3</sup>Jamiah Islam Syekh Daud Al-Fathani, Tambon Sateng, Mueang Yala District, Yala, Thailand

\*Email koresponden: [nabilaakhalda30@gmail.com](mailto:nabilaakhalda30@gmail.com)

## ARTICLE INFO

### Article history

Received: 14 Okt 2024

Accepted: 22 Nov 2024

Published: 21 Des 2024

### Kata kunci:

Kesehatan Mental,  
Perilaku Menyimpang,  
Pendidikan Islam,  
Sosialisasi.

### Keywords:

*Deviant Behavior,  
Islamic Education,  
Mental Health,  
Socialization.*

## ABSTRAK

**Pendahuluan:** Dalam beberapa tahun terakhir, perhatian terhadap kesehatan mental di kalangan remaja semakin meningkat, terutama dalam konteks pendidikan Islam di Ma'had Al-Irsyad Lil Banat. Berdasarkan laporan dari WHO, masalah kesehatan mental saat ini dianggap sebagai krisis global yang memengaruhi sekitar satu dari tujuh anak berusia 10 hingga 19 tahun yang mengalami gangguan mental. Studi ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang kesehatan mental dan penyimpangan perilaku pada santri. **Metode:** Participatory Action Research (PAR) yang mencakup ceramah, diskusi, survei dan melibatkan 23 santri kelas 10 Program Melayu di Ma'had Al-Irsyad Lil Banat, Yala, Thailand. **Hasil:** Adanya peningkatan pemahaman santri terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental serta kemampuan untuk mengenali tanda-tanda gangguan mental dan perilaku menyimpang. **Kesimpulan:** Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran santri tentang kesehatan mental dari sudut pandang Islam.

## ABSTRACT

**Background:** In recent years, attention to mental health among teenagers has increased, especially in the context of Islamic education at Ma'had Al-Irsyad Lil Banat. Based on a report from WHO, mental health problems are currently considered a global crisis affecting around one in seven children aged 10 to 19 years who experience mental disorders. This study aims to provide education about mental health and deviant behavior among students. **Method:** Participatory Action Research (PAR) which includes lectures, discussions, surveys and involves 23 students of the 10th grade Malay Program at Ma'had Al-Irsyad Lil Banat, Yala, Thailand. **Result:** There is an increase in students' understanding of the importance of maintaining mental health and the ability to recognize signs of mental disorders and deviant behavior. **Conclusion:** This activity was successful in increasing students' awareness about mental health from an Islamic perspective.



© 2024 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

## PENDAHULUAN

Dalam beberapa tahun terakhir, perhatian terhadap kesehatan mental remaja semakin meningkat. Berdasarkan laporan dari *World Health Organization* (WHO), masalah kesehatan mental saat ini dianggap sebagai krisis global yang memengaruhi sekitar satu dari tujuh anak berusia 10 hingga 19 tahun yang mengalami gangguan mental. Hal ini mencakup 13% dari total beban penyakit global pada kelompok usia tersebut di berbagai belahan dunia, termasuk di Asia Tenggara (WHO, 2021). Khususnya di Thailand, survei yang dilakukan oleh Eric Chung dalam *Pacific Prime Thailand* menunjukkan bahwa kesehatan mental sangat diabaikan di Thailand. Banyak orang masih melihat masalah kesehatan mental sebagai tanda-tanda kondisi mental yang lemah (Chung, 2023).

Ma'had Al-Irsyad Lil Banat, sebagai lembaga pendidikan berbasis Islam, berupaya menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan karakter dan moral santri. Meskipun demikian, tantangan-tantangan yang dihadapi santri dalam menjalani kehidupan sehari-hari tetap ada, termasuk interaksi sosial, serta perkembangan identitas diri. Oleh karena itu, penyampaian edukasi tentang kesehatan mental menjadi krusial untuk membantu santri memahami serta mengatasi masalah yang mereka hadapi.

Kesehatan mental merupakan aspek penting yang seringkali terabaikan di dalam masyarakat, termasuk di kalangan komunitas Muslim (Mansyur & Rofiqi, 2023). Di tengah tantangan kompleks yang dihadapi oleh individu yang mengalami gangguan kesehatan mental, kebutuhan akan pengetahuan, pemahaman, dan dukungan terasa sangat mendesak (Fauzan, 2024). Dengan meningkatnya prevalensi masalah kesehatan mental di berbagai belahan dunia, sosialisasi dan edukasi mengenai hal ini menjadi krusial, terutama dalam konteks nilai-nilai Islam yang menjadi pedoman hidup bagi banyak orang (Bakti, n.d.). Kegiatan sosialisasi mencakup informasi mengenai tanda-tanda awal penyimpangan perilaku, pentingnya mencari dukungan, serta cara-cara untuk menjaga kesehatan mental yang baik. mengintegrasikan nilai-nilai Islam, seperti sabar, tawakkal, dan ikhlas, yang dapat membantu santri dalam menghadapi berbagai tekanan yang mereka alami. Penyimpangan perilaku remaja dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain tekanan dari lingkungan sekitar, kurangnya pemahaman tentang kesehatan mental, dan minimnya keterampilan dalam mengelola stres (Mahardika et al., 2024). Dalam konteks Ma'had Al-Irsyad Lil Banat, fokus pelayanan ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan kesadaran kepada santri mengenai pentingnya kesehatan mental dari sudut pandang Islam.

Ma'had Al-Irsyad Lil Banat sebagai lembaga pendidikan yang berfokus pada pengembangan perempuan dalam konteks keislaman, menjadi pilihan yang ideal untuk menyelenggarakan sosialisasi ini. Di Ma'had ini, santri tidak hanya diajarkan ilmu pengetahuan agama, tetapi juga diharapkan mampu menjadi individu yang bertanggung jawab dan peduli terhadap kesehatan mental mereka sendiri serta orang-orang di sekitar mereka. Dengan lembaga yang berfokus pada pendidikan karakter dan nilai-nilai spiritual, edukasi mengenai kesehatan mental diharapkan dapat lebih mudah diterima dan diterapkan. Melalui pendekatan ini, diharapkan akan terbangun kesadaran yang lebih besar akan pentingnya kesehatan mental, serta pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana ajaran-ajaran Islam dapat memberikan panduan dalam menghadapi masalah kesehatan mental.

Program sosialisasi kesehatan mental ini diharapkan dapat menciptakan perubahan sosial yang signifikan di lingkungan Ma'had Al-Irsyad Lil Banat. Pertama, santri diharapkan dapat lebih

mengenali dan memahami pentingnya kesehatan mental sebagai bagian integral dari kesejahteraan mereka. Kedua, dengan pengetahuan yang mereka dapatkan, diharapkan santri mampu mengidentifikasi tanda-tanda masalah kesehatan mental dan penyimpangan perilaku pada diri sendiri dan teman-teman mereka. Ketiga, program ini bertujuan untuk menciptakan ruang diskusi yang terbuka dan saling mendukung, di mana santri dapat berbagi pengalaman, kekhawatiran, dan menemukan solusi bersama. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan dari lingkungan komunitas memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental remaja (Rahma & Cahyani, 2023). Dengan demikian, harapannya adalah terciptanya budaya saling merawat dan memahami, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas kehidupan santri serta masyarakat di sekitarnya.

Pengabdian ini akan menjelaskan lebih rinci tentang latar belakang sosialisasi, tujuan yang ingin dicapai, metode yang diterapkan dalam pelaksanaan seminar, serta dampak yang diharapkan bagi peserta sosialisasi dan masyarakat secara umum. Dengan demikian, kami berharap sosialisasi ini dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam memperkuat pemahaman tentang kesehatan mental dalam perspektif Islam, serta mendorong kesadaran akan pentingnya dukungan bagi individu yang mengalami gangguan kesehatan mental. Upaya ini diharapkan dapat membuka jalan bagi inisiatif-inisiatif serupa di masa mendatang, sehingga kesehatan mental dapat menjadi salah satu fokus utama dalam pengembangan komunitas Muslim yang sehat dan berdaya.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman santri mengenai pentingnya kesehatan mental dalam perspektif Islam, di mana menjaga kesejahteraan mental merupakan bagian integral dari kehidupan seorang Muslim. Edukasi ini diharapkan mampu membekali santri dengan pengetahuan tentang tanda-tanda awal gangguan kesehatan mental agar mereka dapat mengenali gejala tersebut pada diri sendiri maupun teman-teman, serta mendorong terbentuknya lingkungan yang suportif di Ma'had. Melalui nilai-nilai Islam, seperti sabar, tawakkal, dan ikhlas, santri akan diajak untuk menghadapi berbagai tekanan hidup dengan lebih bijaksana. Selain itu, program ini diharapkan menjadi langkah awal bagi pengembangan program kesehatan mental yang lebih luas dalam komunitas Muslim, sehingga membentuk generasi yang lebih peduli terhadap kesejahteraan mental mereka sendiri maupun orang lain.

## **METODE**

### **Sasaran Kegiatan**

Sasaran kegiatan dalam pengabdian ini yaitu santri kelas 10 Program Melayu di Mahad Al-Irsyad Lil Banat, Yala, Thailand. Sosialisasi Kesehatan mental dilakukan di sekolah sebagai upaya dalam penanggulangan masalah Kesehatan mental yang ada di sekitar mereka.

### **Lokasi Kegiatan**

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2024 di Mahad Al-Irsyad Lil Banat, Provinsi Yala, Thailand.

### **Metode Kegiatan**

Pada pengabdian masyarakat ini, metode yang digunakan untuk mengamati dan mengkaji tindakan langsung dari subjek penelitian menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR). Metode PAR menurut (Al Hakim et al., 2024) yaitu pendekatan yang menggabungkan penelitian

dengan tindakan yang berlangsung dalam jangka waktu lama dan dilaksanakan secara partisipatif bersama masyarakat. Menurut (Nirmalasari, 2022) metode ini juga digunakan untuk mengidentifikasi isu-isu yang ada di masyarakat dan menyelesaikan permasalahan tersebut (*problem solving*). Metode ini diterapkan untuk memberikan pembelajaran kepada masyarakat dalam menyelesaikan berbagai masalah. Selain itu, metode ini juga digunakan untuk memenuhi kebutuhan praktis masyarakat (Ni'amah et al., 2023). Adapun permasalahan yang terdapat di lingkungan tersebut ialah ada beberapa santri yang mengalami masalah terkait kesehatan mental. Mereka menghadapi berbagai permasalahan yang mempengaruhi kesejahteraan emosional dan kebahagiaan mereka. Hal ini penting untuk diperhatikan, supaya kita bisa mencari solusi dan dukungan yang tepat untuk mereka.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesehatan mental adalah istilah yang diterjemahkan dari *Mental Hygiene*, yaitu cabang ilmu yang mempelajari kesejahteraan jiwa. Fokus utama dari materi kesehatan mental adalah manusia, sementara aspek formalnya berkaitan dengan masalah atau persoalan yang dihadapi individu (Wijaya, 2019). Kesehatan mental merupakan kondisi di mana seseorang dianggap bebas dari berbagai gejala yang menunjukkan adanya gangguan mental (Andini et al., 2021). Individu yang sehat secara mental dapat berfungsi secara baik dan normal selama hidup terutama dalam beradaptasi dengan masalah-masalah yang dihadapi sepanjang hidupnya melalui kemampuan untuk mengatasi stress serta melakukan aktivitas sosial dengan baik dan produktif (Febriani & Fikry, 2023).

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi kesehatan mental dengan pendekatan Islami di Ma'had Al-Irsyad Lil Banat. Kegiatan ini dirancang untuk memberikan pemahaman kepada santri mengenai pentingnya kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dengan materi kesehatan mental pada konsep ajaran Islam. Proses sosialisasi dilakukan dalam beberapa tahap: dimulai dengan penyampaian materi mengenai konsep dasar kesehatan mental, penyimpangan perilaku, dan pentingnya dukungan sosial. Selain itu, para santri juga diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan berbagi pengalaman terkait permasalahan mental yang pernah mereka hadapi. Pemateri dalam kegiatan ini terdiri dari direktur Mahad Al-Irsyad Lil Banat yaitu ustadz Erfan Sulong dan mahasiswi Bimbingan Konseling Islam yang berkolaborasi dengan mahasiswi Pendidikan Agama Islam yang memberikan pandangan komprehensif dari sisi kesehatan dan agama, sehingga santri dapat memahami peran agama dalam mengatasi masalah kesehatan mental.

Edukasi terkait penyimpangan perilaku melalui sosialisasi kesehatan mental di Ma'had Al-Irsyad memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran santri mengenai pentingnya kesehatan mental. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa para santri tidak hanya mulai mengerti pentingnya menjaga kesehatan mental, tetapi mereka juga mampu mengenali gejala-gejala stres dan kecemasan yang sering muncul dalam kehidupan mereka sehari-hari. Dalam konteks ini, kesehatan mental diartikan sebagai kondisi di mana individu dapat menjalani kehidupan yang seimbang, produktif, dan mampu menghadapi tantangan sehari-hari, sesuai dengan definisi dari (WHO, 2021).

Sosialisasi ini tidak hanya fokus pada aspek teori, tapi juga menerapkan pendekatan Islami dalam pengajarannya. Konsep tawakal, yaitu menyerahkan hasil akhir kepada Allah, serta pentingnya sabar dan berdoa, menjadi bagian inti dari materi sosialisasi (Aini & Laksono, 2023). Hal ini membuat santri merasa lebih tenang dan terhubung dengan agama mereka ketika menghadapi

masalah kesehatan mental. Sesuai dengan pemikiran (Solehuddin, 2023), mengaitkan konsep kesehatan mental dengan pendekatan spiritual dapat memberikan dorongan positif kepada individu dalam situasi sulit.

Berdasarkan hasil survei, para responden memiliki pemahaman yang berbeda-beda tentang kesehatan mental. Sebagian besar dari mereka mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi yang terkait dengan keadaan emosional dan kemampuan untuk menghadapi stres. Mereka memahami bahwa kesehatan mental melibatkan perasaan tenang dan stabil dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Misalnya, beberapa responden menyebut bahwa kesehatan mental berkaitan dengan kondisi batin yang berada dalam keadaan tenang dan stabil, atau kondisi pikiran yang sehat dan teratur.

Pengaruh agama juga sangat kuat dalam pemahaman para responden. Banyak yang meyakini bahwa menjalankan ajaran agama, terutama Islam, dapat membantu mencegah masalah kesehatan mental. Hal ini terlihat dari jawaban beberapa responden yang mengatakan bahwa dengan mengikuti prinsip-prinsip agama, mereka dapat terhindar dari gangguan mental. Salah satu responden bahkan menyatakan bahwa dengan mengikuti ajaran agama Islam, mereka tidak akan mengalami masalah kesehatan mental.

Pengalaman pribadi para responden dalam menghadapi gangguan kesehatan mental juga sangat bervariasi. Beberapa responden mengaku tidak pernah mengalami gangguan kesehatan mental, dan sebagian dari mereka percaya bahwa kondisi mental mereka stabil karena pengaruh agama. Misalnya, ada responden yang merasa dirinya tidak pernah mengalami masalah mental karena mereka rutin menghafal Al-Qur'an, yang menurut mereka membantu menjaga kesehatan mental mereka. Selain itu, ada juga responden yang tidak pernah mengalami masalah mental karena merasa bahwa teman-teman di sekitar mereka juga tidak mengalami gangguan mental.

Namun, ada juga responden yang pernah mengalami masalah kesehatan mental, seperti perasaan sedih berkepanjangan atau kehilangan minat dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa dari mereka berusaha mengatasi masalah ini dengan mencari dukungan dari orang terdekat, seperti berbicara kepada keluarga atau teman. Selain itu, ada yang mencoba berolahraga sebagai cara untuk menjaga kesehatan mental mereka. Beberapa responden juga menekankan pentingnya berbicara dengan orang yang bisa dipercaya ketika mengalami masalah mental, karena hal ini bisa membantu meringankan beban emosional mereka.

Dalam hal perilaku menyimpang, sebagian besar responden memiliki pemahaman bahwa perilaku menyimpang adalah tindakan yang melanggar norma sosial atau agama. Mereka memberikan contoh perilaku menyimpang seperti tindakan kriminal, penipuan, pembunuhan, atau perilaku merugikan lainnya. Persepsi mereka tentang perilaku menyimpang sangat dipengaruhi oleh nilai-nilai agama, di mana tindakan yang dianggap melanggar ajaran agama dikategorikan sebagai perilaku menyimpang. Mereka juga menyatakan bahwa perilaku menyimpang dapat dicegah jika seseorang mengikuti ajaran agama dengan baik.

Meskipun demikian, sebagian besar responden menyatakan bahwa mereka tidak mengenal teman-teman di sekitar mereka yang terlibat dalam perilaku menyimpang. Mereka percaya bahwa lingkungan mereka, yang didasarkan pada ajaran agama, mampu mencegah perilaku menyimpang terjadi di antara mereka. Bagi beberapa responden, agama Islam dianggap sebagai faktor penting dalam menjaga perilaku seseorang tetap sesuai dengan norma yang berlaku.

Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa sosialisasi kesehatan mental dengan pendekatan Islami di Ma'had Al-Irsyad Lil Banat memberikan dampak positif bagi santri dalam

memahami dan menghargai pentingnya kesehatan mental. Berdasarkan temuan yang didapat dari kegiatan ini, ada peningkatan signifikan dalam kesadaran santri akan pentingnya menjaga kesehatan mental sebagai bagian integral dari kehidupan sehari-hari, terutama dalam menghadapi berbagai tantangan. Hal ini sesuai dengan pendapat (Wijaya, 2019) yang menyatakan bahwa kesehatan mental sebagai cabang ilmu yang berfokus pada kesejahteraan jiwa sangat relevan dalam membantu individu untuk mengatasi masalah-masalah psikologis yang dihadapi.

Selain itu, hasil sosialisasi juga menunjukkan bahwa santri mulai memahami pentingnya mengenali gejala-gejala gangguan mental seperti stres dan kecemasan, yang sejalan dengan penelitian (Andriyani, 2019), di mana individu yang sehat mentalnya mampu beradaptasi dengan berbagai masalah melalui kemampuan pengelolaan stres yang baik. Edukasi ini menjadi dasar bagi santri untuk dapat menjalani hidup yang lebih produktif, seimbang, dan mampu menghadapi berbagai persoalan hidup. Temuan ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuni & Bariyyah, 2019), yang menyatakan bahwa kemampuan individu dalam mengatasi stres serta melakukan aktivitas sosial dengan baik menunjukkan tingkat kesehatan mental yang stabil.

Selain aspek teoritis, pendekatan Islami yang diintegrasikan dalam sosialisasi ini memberikan manfaat tambahan, di mana santri merasa lebih terhubung dengan nilai-nilai spiritual seperti tawakal, sabar, dan doa dalam menghadapi masalah kesehatan mental. (Daffani et al., 2024) menegaskan bahwa pendekatan spiritual dapat memberikan ketenangan dan kepercayaan kepada individu dalam menghadapi situasi sulit. Pandangan ini sejalan dengan pendapat (Ridhani & Saputra, 2023) yang menemukan bahwa konsep spiritualitas dalam agama Islam dapat berperan sebagai sumber ketenangan dan ketahanan jiwa bagi individu yang menghadapi tekanan mental.

Temuan lain menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pemahaman bahwa perilaku menyimpang melanggar norma agama dan sosial, serta dapat dicegah dengan mengikuti ajaran agama Islam. Temuan ini didukung oleh (Alwi, 2018), yang menekankan bahwa komunitas dengan kesadaran agama yang kuat memiliki kecenderungan lebih rendah untuk mengalami perilaku menyimpang, serta memiliki kepedulian tinggi dalam menjaga norma sosial.

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan kontribusi penting dalam memberikan pemahaman komprehensif kepada santri mengenai kesehatan mental dari sudut pandang medis dan spiritual, di mana lingkungan yang berbasis agama dianggap dapat membentuk perilaku positif serta mengurangi risiko penyimpangan sosial.

## KESIMPULAN

Responden dalam survei ini memiliki pemahaman yang baik tentang kesehatan mental dan perilaku menyimpang. Mereka cenderung menghubungkan kesehatan mental dengan stabilitas emosional dan menganggap agama sebagai faktor utama dalam menjaga kesehatan mental dan mencegah perilaku menyimpang. Meskipun ada beberapa responden yang pernah mengalami gangguan kesehatan mental, mereka cenderung mengandalkan dukungan sosial dan praktik keagamaan untuk mengatasi masalah tersebut. Dalam hal perilaku menyimpang, para responden sepakat bahwa perilaku tersebut merupakan pelanggaran norma sosial dan agama, serta dapat dicegah dengan mengikuti ajaran agama.

Kegiatan sosialisasi kesehatan mental di Ma'had Al-Irsyad Lil Banat memberikan dampak positif yang signifikan bagi para santri. Selain meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya kesehatan mental, kegiatan ini juga membantu santri mengenali gejala gangguan mental seperti stres

dan kecemasan. Melalui pendekatan Islami, santri merasakan keterhubungan yang lebih mendalam dengan ajaran agama, memperkuat kepercayaan diri mereka dalam menghadapi tekanan. Manfaat kegiatan ini terlihat dalam perubahan perilaku santri yang kini lebih siap mendukung teman-teman yang menghadapi masalah mental serta menciptakan lingkungan yang saling peduli. Dengan nilai-nilai Islami seperti tawakal, sabar, dan ikhlas, santri merasa lebih tenang dan terlindungi secara spiritual, sementara dukungan sosial di lingkungan agama mereka terbukti efektif dalam mendorong kesejahteraan emosional dan mencegah perilaku menyimpang.

Sebagai rekomendasi untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya, perlu dilakukan evaluasi menyeluruh terhadap hasil dan dampak dari sosialisasi kesehatan mental yang telah dilaksanakan, agar dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai pemahaman dan sikap santri terhadap isu ini. Pelibatan orang tua dan anggota komunitas dalam sesi sosialisasi juga dianjurkan untuk menciptakan dukungan yang lebih luas bagi santri. Selain itu, penting untuk menyediakan materi edukasi yang lebih mendalam dan membangun kelompok diskusi di antara santri, sehingga mereka memiliki ruang aman untuk berbagi pengalaman, mengungkapkan perasaan, dan mencari solusi bersama dalam menghadapi tantangan kesehatan mental.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara finansial maupun non-finansial, dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Bantuan dan kerja sama yang diberikan sangat berarti bagi kelancaran dan keberhasilan kegiatan ini. Semoga kontribusi dari semua pihak dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, F. N., & Laksono, K. (2023). *Konsep Tawakal Menurut Ki Ageng Suryomentaram*. UIN Surakarta.
- Al Hakim, R. F., Setiawati, D., Purwanto, H., Ulumuddin, B., Latif, D. A., Hartanto, H., Nurjanah, A. M., Ngaeni, R., Kusuma, A. P. N., & Athariq, L. (2024). Sosialisasi Kewirausahaan Untuk Meningkatkan Motivasi Ibu-Ibu PKK Desa Jelok Cepogo. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 22–28.
- Alwi, S. (2018). *Perkembangan Religiusitas Remaja*. Kaukaba Dipantara.
- Andini, M., Aprilia, D., & Distina, P. P. (2021). Kontribusi psikoterapi Islam bagi kesehatan mental. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 165–187.
- Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37–55.
- Bakti, A. F. (n.d.). *Partisipasi organisasi keagamaan dalam penanggulangan HIV/AIDS studi kasus Nahdhatul Ulama (NU) dan Gereja Protestan Maluku (GPM)*.
- Chung, E. (2023). *What is the State of Mental Health in Thailand?* Pasific Prime Thailand. <https://www.pacificprime.co.th/blog/state-of-mental-health-in-thailand/>
- Daffani, K. T., Prayitno, S. I., Maliki, M. F. I., & Hafiz, A. (2024). Penerapan Ilmu Tauhid Pada Kesehatan Mental Manusia. *ARIMA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 129–137.
- Fauzan, A. (2024). *Analisis Resepsi Generasi Z Terhadap Pendidikan Kesehatan Mental dalam Youtube Channel Satu Porsen*. Universitas Islam Indonesia.
- Febriani, G., & Fikry, Z. (2023). Rancangan Intervensi: Psikoedukasi Sebagai Upaya Meningkatkan Kesadaran Pentingnya Kesehatan Mental. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 1858–1863.

- Mahardika, A. P. R., Atmasari, A., Erliana, Y. D., Winata, E. Y., & Insan, I. (2024). Pencegahan Non Suicidal Self Injury (Nssi) Melalui Psikoedukasi pada Remaja Smp. *Prosiding Seminar Nasional ADPI Mengabdikan Untuk Negeri*, 5(1), 69–77.
- Mansyur, M., & Rofiqi, R. (2023). Melangkah Menuju Kesehatan Mental Yang Optimal: Program Inovatif Di Lembaga Pendidikan Islam. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 76–99.
- Ni'amah, M., Asfahani, A., Musa, M., & Husnita, L. (2023). Pendampingan Kajian Agama dan Wawasan Keagamaan dalam Meningkatkan Spiritual Siswa SMK. *Assoeltan: Indonesian Journal of Community Research and Engagement*, 1(1), 11–19.
- Nirmalasari, R., & Husnul Khatimah, D. (n.d.). M. Riffai'i, Nahwadin, M., & Rahmawati. (2022). Pendampingan Pengolahan Sampah Menjadi Kerajinan Untuk Meningkatkan Kreativitas Siswa Sekolah Dasar Di Desa Garung. *Jurnal SOLMA*, 11(3), 704–711.
- Rahma, A., & Cahyani, S. (2023). Analisa Hubungan Antara Rasa Syukur Terhadap Kesehatan Mental Remaja di Banjarbaru. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(6), 664–679.
- Ridhani, G. A.-A. A., & Saputra, M. N. D. (2023). Manfaat Sujud Dalam Islam Studi Kasus Pada Masyarakat Martapura Kalimantan Selatan. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(6), 582–595.
- Solehuddin, S. (2023). *Kesehatan Mental Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Maudhu'i)*. Institut PTIQ Jakarta.
- Wahyuni, E. N., & Bariyyah, K. (2019). Apakah spiritualitas berkontribusi terhadap kesehatan mental mahasiswa? *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(1), 46–53.
- Wijaya, Y. D. (2019). Kesehatan Mental di Indonesia: Kini dan Nanti. *Buletin Jagaddhita*, 1(1), 1–4.
- World Health Organization. (2021). *Kesehatan mental remaja*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>