HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: December, 15, 2025
Revised: February, 22, 2026
Available online: February, 26, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Implementasi aplikasi "Mentari" *assessment* berbasis kearifan lokal Sunda pada remaja untuk peningkatan literasi dan ketahanan mental

Reni Hertini*, Tita Rohita, Asep Wahyudin, Ade Sity Riyantina, Gita Cahyani, Melin Berliani, Rida Nurfarida Awaliyah, Resdyana Mubarok

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Reni Hertini. *Email: reni_hertini@unigal.ac.id

Abstract

Background: Adolescent mental health is a critical issue currently of global, national, and local concern. According to data from the World Health Organization (WHO), more than 970 million people worldwide experience mental disorders, with depression and anxiety disorders being the two most common conditions. Specifically, the WHO states that approximately 1 in 7 adolescents aged 10–19 years experience a mental disorder.
Purpose: To analyze the implementation of the "Mentari" assessment app, based on Sundanese local wisdom, for adolescents to improve mental literacy and resilience.
Method: A quantitative approach with a single-group pre-posttest (single-group pretest–posttest) quasi-experimental design was used. Participants were 117 adolescents in Ciamis Regency. The sample was selected using a non-probability purposive sampling technique. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test.
Results: There was a significant difference between anxiety and depression levels before and after using the "Mentari" assessment app, with a downward trend.
Conclusion: The "Mentari" app intervention was shown to have a significant impact on reducing participants' anxiety and depression levels. The integration of a digital approach with the cultural values of silih asah, silih asih, and silih asuh makes this application effective as a medium for early detection and support for promotive-preventive mental health efforts.

Keywords: Adolescents; Digital-Based Intervention; Mental Health Literacy; Mental Resilience; Sundanese Local Wisdom.

Pendahuluan: Kesehatan mental remaja merupakan isu penting yang saat ini menjadi perhatian global, nasional, maupun lokal. Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), lebih dari 970 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan mental, dengan depresi dan gangguan kecemasan sebagai dua kondisi yang paling umum. Secara khusus, WHO menyebutkan bahwa sekitar 1 dari 7 remaja usia 10–19 tahun mengalami gangguan mental.
Tujuan: Untuk menganalisis Implementasi aplikasi "Mentari" *assessment* berbasis kearifan lokal Sunda pada remaja untuk peningkatan literasi dan ketahanan mental.
Metode: Pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi-experimental pre-post single group* (*one-group pretest–posttest*). Partisipan adalah remaja di Kabupaten Ciamis sebanyak 117 siswa. Pemilihan sampel dilakukan secara *non-probabilitas purposive.* Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test.*
Hasil: Terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan dan depresi sebelum dan sesudah penggunaan aplikasi "Mentari" *Assessment* dengan arah perubahan yang cenderung menurun.

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2055

Simpulan: Intervensi aplikasi "Mentari" terbukti memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan dan depresi partisipan. Integrasi pendekatan digital dengan nilai budaya silih asah, silih asih, dan silih asuh menjadikan aplikasi tersebut efektif sebagai media deteksi dini dan pendukung upaya promotif-preventif kesehatan mental.

Kata Kunci: Intervensi Berbasis Digital; Kearifan Lokal Sunda; Ketahanan Mental; Literasi Kesehatan Mental; Remaja.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental remaja merupakan isu penting yang saat ini menjadi perhatian global, nasional, maupun lokal. Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), lebih dari 970 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan mental, dengan depresi dan gangguan kecemasan sebagai dua kondisi yang paling umum. Secara khusus, WHO menyebutkan bahwa sekitar 1 dari 7 remaja usia 10–19 tahun mengalami gangguan mental (World Health Organization, 2024)

Indonesia, sebagai bagian dari komunitas global juga menghadapi tantangan serupa. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi depresi pada penduduk usia ≥15 tahun tercatat sebesar 1.4%, dengan provinsi Jawa Barat menunjukkan angka tertinggi yaitu 3.3%. Sementara itu, data yang lebih mengkhawatirkan muncul pada kelompok remaja usia 15–24 tahun, di mana 61% mengaku pernah merasa depresi dan memiliki keinginan bunuh diri dalam satu bulan terakhir (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Kondisi ini mengindikasikan bahwa remaja merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap masalah psikososial, namun sering kali terabaikan. Prevalensi gangguan mental emosional pada remaja menunjukkan peningkatan dari tahun ke tahun, terutama di wilayah-wilayah suburban dan pedesaan yang memiliki keterbatasan akses layanan psikologis (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Fenomena ini juga dirasakan di Kabupaten Ciamis, dengan keterbatasan tenaga kesehatan jiwa, minimnya layanan ramah remaja, serta rendahnya literasi kesehatan mental memperburuk kondisi. Padahal, Ciamis memiliki potensi sosial budaya yang besar melalui kearifan lokal Sunda dengan nilai silih asah, silih asih, silih asuh, yang menekankan kepedulian, kebersamaan, dan saling mendukung (Budiyawan, Sukmana, & Kuswara, 2024). Nilai-nilai ini sejalan dengan konsep *resilience* yang diakui sebagai faktor pelindung penting dalam kesehatan jiwa, sehingga dapat dijadikan basis intervensi inovatif untuk memperkuat ketahanan mental remaja di Ciamis (Masten, Lucke, Nelson, & Stallworthy, 2021).

Universitas Galuh sebagai institusi pendidikan tinggi memiliki visi untuk mendukung pembangunan daerah dengan mengintegrasikan aspek konservasi dan budaya (Universitas Galuh, 2025). Pengembangan aplikasi *Mental Health* Remaja Indonesia (MENTARI) yang dipadukan dengan kearifan lokal Sunda menjadi peluang strategis untuk menghadirkan solusi inovatif. MENTARI dapat menjadi media digital edukatif, interaktif, dan ramah budaya, sehingga remaja lebih mudah menerima pesan kesehatan mental, meningkatkan literasi, sekaligus membangun ketahanan mental.

Urgensi penelitian ini tidak hanya terletak pada upaya menjawab persoalan kesehatan mental remaja, tetapi juga kontribusinya terhadap pembangunan daerah. Remaja yang resilien akan menjadi sumber daya manusia unggul, produktif, dan siap berdaya saing. Penelitian ini juga mendukung *sustainable development goals (*SDGs), khususnya poin 3 (*Good Health and Well-being*), poin 4 (*Quality Eduation*), dan poin 11 (*Sustainable Cities and Communities*) (United Nations DESA, 2018). Dengan demikian, penelitian ini penting untuk dilakukan karena menggabungkan potensi lokal, inovasi digital, dan kebutuhan strategis daerah Ciamis.

METODE

Penelitian menggunakan desain quasi-experimental *pre–post single group* (*one-group pretest–posttest*) yang bertujuan untuk mengevaluasi perubahan tingkat literasi kesehatan mental dan ketahanan (*resilience*) remaja setelah implementasi aplikasi "Mentari" selama periode intervensi. Penelitian dilaksanakan di Kecamatan Purwadadi,

Reni Hertini*, Tita Rohita, Asep Wahyudin, Ade Sity Riyantina, Gita Cahyani, Melin Berliani, Rida Nurfarida Awaliyah, Resdyana Mubarok

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Reni Hertini. *Email: reni_hertini@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2055

Kabupaten Ciamis dengan subjek penelitian siswa SMP sebanyak 117 partisipan (remaja berusia 13–15 tahun) berpotensi menggunakan aplikasi "Mentari" *Assessment*. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada tingginya kebutuhan akan intervensi kesehatan mental pada kelompok remaja, serta relevansinya dengan penguatan budaya Sunda sebagai nilai kearifan lokal yang diintegrasikan dalam aplikasi "Mentari". Selain itu, Kabupaten Ciamis dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan bagian dari komitmen Universitas Galuh dalam mendukung pembangunan daerah melalui inovasi berbasis kearifan lokal.

Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria meliputi remaja berusia 13–15 tahun, terdaftar sebagai siswa SMP di wilayah penelitian, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan penelitian serta menggunakan aplikasi Mentari, dan tidak sedang menjalani terapi intensif untuk gangguan mental tertentu. Jumlah sampel ditetapkan sebanyak 117 partisipan, dinilai memadai untuk uji implementasi aplikasi berbasis digital dengan pendekatan kuantitatif, sehingga memungkinkan analisis statistik dilakukan secara optimal serta mencerminkan keragaman karakteristik remaja di Kabupaten Ciamis.

Penelitian mengukur tingkat kecemasan dan depresi sebagai variabel psikologis yang dianalisis untuk melihat perubahan kondisi emosional partisipan setelah penggunaan aplikasi "Mentari". Variabel kecemasan dan depresi diukur berdasarkan tingkat keparahan gejala yang dikategorikan menjadi tiga tingkat, yaitu tidak ada gejala (skor 1), ringan (skor 2), dan berat (skor 3). Skala pengukuran bersifat ordinal dan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah intervensi.

Reni Hertini*, Tita Rohita, Asep Wahyudin, Ade Sity Riyantina, Gita Cahyani, Melin Berliani, Rida Nurfarida Awaliyah, Resdyana Mubarok

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Reni Hertini. *Email: reni_hertini@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2055

HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Partisipan (N=117)

Variabel	Hasil	*Pretest*	*Post-test*
Umur (n/%) (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(13.82±0.84)(13-15)		
Jenis Kelamin (n/%)			
Laki-laki	69/58.97		
Perempuan	48/41.03		
Kecemasan (n/%)			
Tidak ada gejala		28/23.9	49/41.9
Ringan		87/74.4	66/56.4
Berat		2/1.7	2/1.7
Depresi (n/%)			
Tidak ada gejala		30/25.6	62/53.0
Ringan		77/65.8	50/42.7
Berat		10/8.5	5/4.3

Berdasarkan Tabel 1. distribusi demografi partisipan, diketahui rentang usia partisipan 13-15 tahun dan mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 69 partisipan (58.97%). Pada pengukuran *pre-test*, tingkat kecemasan sebagian besar berada pada kategori ringan sebanyak 87 partisipan (74.4%). Setelah dilakukan intervensi, hasil *post-test* menunjukkan adanya perubahan distribusi tingkat kecemasan partisipan. Sebagian besar jumlah partisipan dengan kecemasan ringan mengalami penurunan menjadi 66 partisipan (56.4%).

Pengukuran pre-*test*, tingkat depresi partisipan sebagian besar berada pada kategori depresi ringan, yaitu sebanyak 77 partisipan (65.8%). Setelah dilakukan intervensi, menunjukkan adanya perubahan distribusi tingkat depresi partisipan. Mayoritas jumlah partisipan yang tidak mengalami gejala depresi meningkat secara signifikan menjadi 62 partisipan (53%).

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Tingkat Kecemasan dan Depresi

Variabel	Negative Ranks	Positive Ranks	Ties	Z	p-value
Kecemasan	22	1	94	-4.379	0.000
Depresi	38	4	75	-5.171	0.000

Berdasarkan Tabel 2. hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh bahwa aplikasi Mentari *Assessment* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan dan depresi. Pada variabel kecemasan, hasil uji menunjukkan nilai $Z = –4.379$ dengan $p = 0.000$ ($p < 0.05$), sedangkan pada variabel depresi diperoleh nilai $Z = –5.171$ dengan $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan dan depresi sebelum dan sesudah penggunaan aplikasi Mentari *Assessment* dengan arah perubahan yang cenderung menurun.

Reni Hertini*, Tita Rohita, Asep Wahyudin, Ade Sity Riyantina, Gita Cahyani, Melin Berliani, Rida Nurfarida Awaliyah, Resdyana Mubarok

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Reni Hertini. *Email: reni_hertini@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2055

PEMBAHASAN

Efektivitas intervensi digital diyakini berasal dari kemampuannya untuk menyediakan akses psikologis yang luas, biaya rendah, dan dapat diakses kapan saja, sehingga dapat mengatasi sejumlah hambatan yang biasa ditemukan pada layanan tatap muka, seperti stigma, keterbatasan sumber daya manusia, dan kendala geografis (Kholilah & Nuraeni, 2019; Lau, Saad, Camara, Rahman, & Bolea-Alamanac, 2024). Selain itu, beberapa studi terbaru juga menekankan bahwa fitur-fitur keterlibatan (*engagement features*), seperti umpan balik instan, gamifikasi, dan modul interaktif berdasarkan prinsip psikoterapi, dapat meningkatkan hasil klinis aplikasi digital (Alda, Nayang, Prayoga, & Sari, 2024; Buntrock, 2024).

Dalam konteks kecemasan, pergeseran signifikan dari skor *pre-test* ke *post-test* setelah penggunaan aplikasi "Mentari" menunjukkan bahwa partisipan berhasil mengidentifikasi dan mengelola gejala kecemasan lebih baik. Strategi self-*assessment* digital yang interaktif dapat membantu individu meningkatkan *self-awareness,* kemampuan coping, dan keterampilan regulasi emosi yang efektif (Wu, Scult, Barnes, Betancourt, Falk, & Gunning, 2021).

Demikian pula pada depresi, penurunan jumlah partisipan dengan gejala depresi setelah intervensi mencerminkan pemberdayaan individu untuk memonitor kesehatan mentalnya secara mandiri, yang merupakan salah satu keunggulan aplikasi digital dibandingkan pendekatan tradisional yang sering kali membutuhkan kunjungan klinis fisik (Zakai & Alharthi, 2025). Efek positif ini juga didukung oleh bukti ilmiah bahwa intervensi digital tidak hanya menurunkan gejala depresi, tetapi juga dapat memberikan dampak pada kesejahteraan psikologis secara keseluruhan (Linardon, Torous, Firth, Cuijpers, Messer, & Fuller-Tyszkiewicz, 2024; Gkintoni, Vassilopoulos, & Nikolaou, 2025).

Walaupun begitu, terdapat partisipan yang tidak mengalami perubahan skor setelah intervensi (*ties*), yang bisa dijelaskan oleh beberapa faktor. Pertama, durasi intervensi digital mungkin masih relatif singkat untuk menghasilkan perubahan klinis yang lebih jelas pada sebagian individu, terutama yang mengalami gejala berat. Kedua, tingkat keterlibatan (*engagement*) pengguna dalam menggunakan aplikasi juga berpengaruh terhadap hasil akhir. Temuan ini tercatat dalam studi lain sebagai salah satu tantangan penggunaan aplikasi kesehatan mental digital dalam jangka panjang (Pagoto, Waring, May, Ding, Kunz, Hayes, & Oleski, 2016; Wu et al., 2021). Selain itu, meskipun aplikasi digital dapat efektif, retensi pengguna dalam jangka waktu panjang seringkali rendah, yang berarti sebagian partisipan mungkin tidak menggunakan aplikasi secara konsisten sepanjang periode intervensi, sehingga berdampak pada variabilitas hasil (Meteier, Délèze, Chappuis, Witowska, Wittmann, Ogden, & Martin-Sölch, 2025).

Berdasarkan tinjauan literatur terbaru, termasuk meta-analisis dan studi sistematik pada populasi anak muda dan dewasa muda, digital mental health interventions menunjukkan potensi yang kuat dalam mengurangi gejala kecemasan dan depresi, namun juga menyoroti perlunya fitur desain yang diperkuat, pendekatan personalisasi, serta penelitian lebih lanjut secara klinis untuk mengoptimalkan efektivitasnya (Yeo, Reich, Liaw, & Chia, 2024; Walder, Frey, Berger, & Schmidt, 2025). Secara keseluruhan, aplikasi "Mentari" berkontribusi signifikan terhadap perbaikan kesehatan mental partisipan, sejalan dengan bukti ilmiah global bahwa *digital mental health tools* merupakan alat pendukung yang efektif untuk intervensi psikologis, terutama ketika dipadukan dengan strategi desain yang mempertimbangkan keterlibatan pengguna dan kebutuhan psikososial (Löchner, Carlbring, Schuller, Torous, & Sander, 2025).

Integrasi nilai silih asah, silih asih, dan silih asuh dalam aplikasi "Mentari" menjadikan intervensi ini tidak hanya bersifat teknologis, tetapi juga kontekstual dan humanis. Pendekatan berbasis budaya lokal terbukti meningkatkan keterimaan intervensi digital serta memperkuat dampaknya terhadap penurunan kecemasan dan depresi. Dengan demikian, hasil penelitian ini mendukung bahwa intervensi kesehatan mental berbasis digital yang mengadopsi nilai budaya lokal memiliki potensi besar untuk digunakan dalam praktik keperawatan komunitas, promotif, dan preventif. Aplikasi "Mentari" dapat menjadi model inovasi yang menggabungkan teknologi dan kearifan lokal dalam upaya meningkatkan ketahanan mental masyarakat.

Reni Hertini*, Tita Rohita, Asep Wahyudin, Ade Sity Riyantina, Gita Cahyani, Melin Berliani, Rida Nurfarida Awaliyah, Resdyana Mubarok

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Reni Hertini. *Email: reni_hertini@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2055

SIMPULAN

Intervensi aplikasi "Mentari" berbasis kearifan lokal Sunda efektif menurunkan kecemasan dan depresi pada remaja dam mendukung deteksi dini. Integrasi nilai budaya (silih asah, silih asih, silih asuh) memperkuat kesadaran diri, dukungan emosional, dan pendampingan awal. Penelitian ini menghadirkan model intervensi kesehatan mental digital yang kontekstual dan budaya-sensitif, meningkatkan keterlibatan pengguna, literasi kesehatan mental, dan ketahanan mental remaja.

DAFTAR PUSTAKA

Alda, M., Nayang, C., Prayoga, H., & Sari, A. P. (2025). Pengembangan Aplikasi Kesehatan Mental Berbasis *Mobile*. *Teknika, 19*(1), 271–280.

Budiyawan, H., Sukmana, E., & Kuswara, K. (2024). Nilai-Nilai Kearifan Lokal Silih Asih Silih Asah Silih Asuh pada Cerita Rakyat "Telaga Warna". *Metafora: Jurnal Pembelajaran Bahasa Dan Sastra*, *11*(2), 247–256.

Buntrock C. (2024). Cost-effectiveness of digital interventions for mental health: current evidence, common misconceptions, and future directions. *Frontiers in digital health*, *6*, 1486728.

Gkintoni, E., Vassilopoulos, S. P., & Nikolaou, G. (2025). Next-Generation Cognitive-Behavioral Therapy for Depression: Integrating Digital Tools, Teletherapy, and Personalization for Enhanced Mental Health Outcomes. *Medicina (Kaunas, Lithuania), 61*(3), 431.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023. Diakses dari: https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022), Laporan Akuntabilitas Kerja Instansi Pemerintah Tahun 2022. Diakses dari: https://keslan.kemkes.go.id/lakip_files/direktorat_pelayanan_kesehatan_rujukan_lakip_2022.pdf

Kholilah, A. M., & Nuraeni, T. (2019). Efektivitas Penggunaan Intervensi Berbasis Internet Terhadap Gangguan Mental Pada Mahasiswa: Literatur Review. *Jurnal Poltekkes Jakarta, 4*(2).

Lau, C. K. Y., Saad, A., Camara, B., Rahman, D., & Bolea-Alamanac, B. (2024). Acceptability of Digital Mental Health Interventions for Depression and Anxiety: Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research*, *26*, e52609.

Linardon, J., Torous, J., Firth, J., Cuijpers, P., Messer, M., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2024). Current evidence on the efficacy of mental health smartphone apps for symptoms of depression and anxiety. A meta-analysis of 176 randomized controlled trials. *World Psychiatry: Official Journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, *23*(1), 139–149.

Löchner, J., Carlbring, P., Schuller, B., Torous, J., & Sander, L. B. (2025). Digital interventions in mental health: An overview and future perspectives. *Internet interventions*, *40*, 100824.

Masten, A. S., Lucke, C. M., Nelson, K. M., & Stallworthy, I. C. (2021). Resilience in Development and Psychopathology: Multisystem Perspectives. *Annual review of clinical psychology*, *17*, 521–549.

Meteier, Q., Délèze, A., Chappuis, S. Witowska, J., Wittmann, M., Ogden, R., & Martin-Sölch, C. (2025). Pengaruh sifat tugas selama deprivasi digital singkat terhadap persepsi waktu dan keadaan psikofisiologis. *Scientific Reports, 15*, 10469.

Pagoto, S., Waring, M. E., May, C. N., Ding, E. Y., Kunz, W.H., Hayes, R., & Oleski, J. L. (2016). Mengadaptasi Intervensi Perilaku untuk Penyampaian Melalui Media Sosial. *J Med Internet Res*, *18*(1), e24.

Reni Hertini*, Tita Rohita, Asep Wahyudin, Ade Sity Riyantina, Gita Cahyani, Melin Berliani, Rida Nurfarida Awaliyah, Resdyana Mubarok

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Reni Hertini. *Email: reni_hertini@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2055

United Nations DESA. (2018). *The sustainable development goals report 2018*. Diakses dari: https://www.un.org/en/desa

Universitas Galuh. (2025). Visi Misi tahun 2025. Dikases dari: https://unigal.ac.id/?page=menu&id=19;728794

World Health Organization. (2024). Mental health of children and young people: Service guidance. Diakses dari: https://www.who.int/publications/i/item/9789240100374

Walder, N., Frey, A., Berger, T., & Schmidt, S. J. (2025). Digital Mental Health Interventions for the Prevention and Treatment of Social Anxiety Disorder in Children, Adolescents, and Young Adults: Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Journal of medical Internet research*, *27*, e67067.

Wu, A., Scult, M. A., Barnes, E. D., Betancourt, J. A., Falk, A., & Gunning, F. M. (2021). Smartphone apps for depression and anxiety : a systematic review and meta-analysis of techniques to increase engagement. *Npj Digital Medicine*, *4*(20), 1–9.

Yeo, G., Reich, S. M., Liaw, N. A., & Chia, E. Y. M. (2024). The Effect of Digital Mental Health Literacy Interventions on Mental Health: Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of medical Internet research*, *26*, e51268.

Zakai, J. G., & Alharthi, D. S. A. (2025). Memanfaatkan Fenotipe Digital untuk Deteksi Dini Gangguan Psikologis. *Healthcare, 13*(16), 2008.

Reni Hertini*, Tita Rohita, Asep Wahyudin, Ade Sity Riyantina, Gita Cahyani, Melin Berliani, Rida Nurfarida Awaliyah, Resdyana Mubarok

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Reni Hertini. *Email: reni_hertini@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2055