



PENGARUH KEIMANAN TERHADAP KETAHANAN MENTAL DI KALANGAN REMAJA

Khairunnisa

khairunnisanisa110808@gmail.com

Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi

Risma Dhia Rohadatul Aisy

rismadhia08@gmail.com

Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi

Sheila Hariry

sheilahariry27@gmail.com

Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi

Korespondensi penulis : *khairunnisanisa110808@gmail.com*

ABSTRACT *Mental health issues among adolescents are increasingly receiving attention, along with the increasing social, academic, and identity crisis pressures that they often experience. Faith, as a form of spiritual strength, is believed to be a protective factor in dealing with these life pressures. This study aims to examine the relationship between faith and mental resilience in adolescents through a literature study approach. The literature analyzed shows that adolescents who have a high level of faith tend to be more emotionally stable, able to manage stress, and have a more positive outlook on life. Religious activities such as reading the Qur'an, praying, and dhikr have been shown to provide a psychologically calming effect and strengthen the ability to adapt to life's pressures. Thus, faith not only functions as a religious expression, but also has the potential to be a supporting strategy in maintaining adolescent mental health. This study recommends the need for synergy between spiritual, psychological, and educational approaches in fostering the mental resilience of the younger generation.*

Keywords: *faith, adolescents, mental resilience, psychological health, spirituality*

ABSTRAK Masalah kesehatan mental di kalangan remaja semakin mendapat perhatian, seiring dengan meningkatnya tekanan sosial, akademik, dan krisis identitas yang sering mereka alami. Keimanan, sebagai salah satu bentuk kekuatan spiritual, diyakini dapat menjadi faktor pelindung dalam menghadapi tekanan hidup tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara keimanan dan ketahanan mental remaja melalui pendekatan studi pustaka. Literatur yang dianalisis menunjukkan bahwa remaja yang memiliki tingkat keimanan tinggi cenderung lebih stabil secara emosional, mampu mengelola stres, serta memiliki pandangan hidup yang lebih positif. Aktivitas keagamaan seperti membaca Al-Qur'an, salat, dan zikir terbukti memberikan efek menenangkan secara psikologis dan memperkuat kemampuan adaptasi terhadap tekanan hidup. Dengan demikian, keimanan tidak hanya berfungsi sebagai ekspresi religius, tetapi juga berpotensi menjadi strategi pendukung dalam menjaga kesehatan mental remaja. Studi ini merekomendasikan perlunya sinergi antara pendekatan spiritual, psikologis, dan edukatif dalam membina ketahanan mental generasi muda.

Kata Kunci: keimanan, remaja, ketahanan mental, kesehatan psikologis, spiritualitas

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang sedang berada dalam masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Periode ini tidak hanya ditandai oleh perubahan fisik, tetapi juga oleh dinamika psikologis dan sosial yang kompleks. Remaja mulai membentuk identitas diri, merumuskan tujuan hidup, dan menghadapi berbagai tekanan dari lingkungan sekitar, baik

dari keluarga, sekolah, maupun masyarakat (Nurislamiah & Setyawati, 2023). Ketidakstabilan emosi, pencarian jati diri, serta tuntutan untuk beradaptasi dengan perubahan inilah yang menjadikan remaja rentan terhadap gangguan kesehatan mental (Supyanuddin et al., 2022).

Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa lebih dari 20% remaja mengalami masalah kesehatan mental, seperti depresi dan gangguan kecemasan (Widita, 2024). Di Indonesia, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 juga mengindikasikan tingginya angka remaja yang mengalami gejala depresi, bahkan sejak usia 15 tahun (Widita, 2024). Namun, hingga saat ini isu kesehatan mental masih sering dianggap tabu. Tidak sedikit masyarakat yang menilai bahwa gangguan psikologis terjadi karena lemahnya iman atau kurangnya ibadah (Namiroh et al., 2023). Stigma seperti ini justru memperburuk kondisi individu yang sedang berjuang dengan masalah mental dan menghambat upaya mereka untuk mencari bantuan.

Di sisi lain, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa keimanan dan religiusitas dapat menjadi faktor protektif bagi kesehatan mental. Aktivitas keagamaan seperti salat, membaca Al-Qur'an, dan berzikir terbukti dapat menenangkan pikiran dan membantu individu dalam mengelola tekanan hidup (Firdaus, 2023). Remaja yang memiliki tingkat religiusitas tinggi cenderung memiliki mekanisme koping yang lebih baik, mampu memaknai penderitaan, serta memiliki orientasi hidup yang lebih positif (Widita, 2024). Dukungan dari komunitas keagamaan juga memberikan rasa keterhubungan sosial yang penting dalam membangun ketahanan psikologis.

Pendidikan Islam, dalam konteks ini, memainkan peran strategis dalam pembentukan karakter dan penguatan nilai-nilai spiritual remaja. Melalui pendidikan agama, remaja tidak hanya diajarkan untuk menjalankan ibadah, tetapi juga diajak untuk memahami nilai-nilai kehidupan, bersikap sabar, bersyukur, serta mampu menilai mana yang benar dan salah (Supyanuddin et al., 2022). Dengan kata lain, pendidikan keimanan berkontribusi besar dalam membentuk ketahanan mental remaja dalam menghadapi dinamika hidup.

Namun demikian, perlu ditegaskan bahwa keimanan bukanlah satu-satunya faktor penentu kondisi mental seseorang. Gangguan mental bersifat multifaktorial dan harus dipahami secara utuh, agar tidak melahirkan stigma yang keliru (Namiroh et al., 2023). Oleh

karena itu, penelitian ini berupaya untuk mengkaji lebih dalam hubungan antara keimanan dan ketahanan mental di kalangan remaja, serta bagaimana nilai-nilai spiritual berperan dalam memperkuat daya tahan psikologis mereka di tengah berbagai tantangan kehidupan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*), yaitu teknik pengumpulan data yang diperoleh melalui telaah terhadap berbagai literatur yang relevan dengan fokus kajian. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk menggali secara mendalam konsep, teori, dan temuan-temuan ilmiah mengenai hubungan antara keimanan (religiusitas) dan ketahanan mental pada remaja. Dengan pendekatan ini, peneliti tidak hanya mendeskripsikan fenomena, tetapi juga menganalisis keterkaitan antara aspek spiritual dan psikologis berdasarkan data konseptual dan empiris.

Data yang digunakan dalam penelitian ini bersifat sekunder, yang diperoleh dari sumber-sumber ilmiah seperti jurnal akademik, buku referensi, laporan hasil penelitian terdahulu, artikel ilmiah, serta dokumen resmi yang membahas topik keimanan, kesehatan mental, psikologi Islam, dan perkembangan remaja. Seluruh sumber literatur dipilih berdasarkan tingkat relevansi, validitas ilmiah, serta kemutakhiran data.

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif-analitis, yaitu dengan cara membaca, mencatat, mengklasifikasi, dan menginterpretasikan isi dari berbagai sumber pustaka yang telah dikumpulkan. Peneliti menelaah bagaimana keimanan, dalam dimensi keyakinan, ibadah, dan pengalaman spiritual, dikaitkan dengan indikator ketahanan mental seperti kemampuan menghadapi tekanan, regulasi emosi, dan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sosial. Selanjutnya, berbagai temuan tersebut dikaji berdasarkan teori psikologi kepribadian dan konsep religiusitas menurut para pakar dalam bidang psikologi Islam dan pendidikan agama.

Untuk menjaga validitas data, peneliti hanya menggunakan referensi yang bersumber dari publikasi ilmiah terverifikasi, serta melakukan cross-check antar literatur untuk mendapatkan pemahaman yang holistik dan mendalam. Pendekatan interpretatif digunakan dalam memahami makna keimanan sebagai kekuatan spiritual yang berpengaruh terhadap

kesehatan mental, terutama dalam menghadapi tekanan emosional dan krisis identitas yang umum terjadi pada usia remaja.

Melalui metode ini, diharapkan penelitian dapat memberikan kontribusi dalam memahami peran keimanan sebagai faktor protektif terhadap gangguan psikologis serta sebagai dasar pembentukan ketahanan mental yang kuat di kalangan generasi muda Muslim.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keimanan memainkan peran penting dalam membentuk ketahanan mental individu, khususnya pada kelompok usia remaja yang secara psikologis berada dalam fase paling rentan terhadap tekanan emosional dan krisis identitas (Nurislamiah & Setyawati, 2023).

Keimanan dalam konteks ini mencakup dimensi keyakinan terhadap Tuhan, kepatuhan terhadap ajaran agama, serta keterlibatan aktif dalam praktik keagamaan seperti salat, zikir, dan membaca Al-Qur'an. Remaja yang memiliki tingkat keimanan tinggi cenderung menunjukkan ketenangan emosional, kemampuan mengelola stres, serta memiliki kontrol diri yang lebih baik ketika menghadapi tekanan kehidupan sosial dan akademik (Firdaus, 2023).

Berdasarkan hasil studi kuantitatif yang dilakukan oleh Widita (2024) terhadap anggota Remaja Islam Sunda Kelapa (RISKA), ditemukan bahwa tingkat religiusitas berpengaruh sebesar 36,9% terhadap kesehatan mental. Ini berarti bahwa keimanan bukan hanya menjadi aspek spiritual semata, tetapi juga berdampak nyata pada kondisi psikologis remaja. Responden yang memiliki religiusitas tinggi menunjukkan ketahanan mental yang lebih kuat, seperti mampu mengatasi kesulitan, berpikir positif, serta memiliki semangat dan arah hidup yang lebih terarah.

Selain itu, penelitian Salsabila et al. (2023) melalui kegiatan edukasi publik menunjukkan bahwa keimanan dapat menjadi salah satu faktor pendukung dalam menjaga kesehatan mental. Namun, penting untuk dicatat bahwa keimanan bukan satu-satunya penentu kondisi mental individu. Gangguan mental juga dipengaruhi oleh faktor internal lain seperti genetika, serta faktor eksternal seperti tekanan sosial dan lingkungan. Oleh karena itu,

pendekatan keimanan perlu diposisikan secara proporsional, yakni sebagai bagian dari mekanisme pendukung (supportive factor) dalam pemulihan dan penguatan mental.

Penelitian Supyanuddin et al. (2022) juga menegaskan bahwa pendidikan Islam berperan signifikan dalam pembinaan mental remaja. Melalui proses transformasi nilai dan internalisasi ajaran agama, remaja dibekali pemahaman hidup yang lebih mendalam, keterampilan dalam mengelola emosi, serta kesadaran diri dalam bertindak sesuai nilai moral dan syariat. Hal ini menunjukkan bahwa keimanan yang ditanamkan melalui jalur pendidikan formal maupun non-formal menjadi pondasi penting dalam membentuk remaja yang resilien secara mental.

Dari perspektif psikologi agama, ketahanan mental tidak hanya diukur dari ketangguhan menghadapi stres, tetapi juga dari kemampuan untuk menemukan makna dalam penderitaan serta membangun harapan terhadap masa depan (Firdaus, 2023). Keimanan berfungsi sebagai “pengatur batin” yang memberikan ketenangan, rasa syukur, serta keyakinan bahwa setiap ujian memiliki hikmah dan jalan keluar.

Secara umum, hasil kajian ini menunjukkan bahwa keimanan berkontribusi terhadap ketahanan mental remaja melalui tiga aspek utama: (1) peningkatan regulasi emosi dan kontrol diri, (2) pembentukan makna hidup dan harapan, serta (3) penguatan hubungan sosial melalui komunitas keagamaan. Ketiganya saling berinteraksi dalam menciptakan fondasi psikologis yang tangguh dan stabil.

Hasil ini juga konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Firdaus (2023), yang menyimpulkan bahwa religiusitas memiliki efek positif terhadap kesehatan mental mahasiswi, melalui aktivitas spiritual seperti berdoa dan memahami nilai-nilai keagamaan. Bahkan, keimanan juga membantu individu dalam proses pemulihan dari trauma dan tekanan psikologis melalui refleksi spiritual dan koneksi vertikal dengan Tuhan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keimanan bukan hanya sekadar aspek religiusitas formal, tetapi juga merupakan bentuk *coping mechanism spiritual* yang efektif dalam meningkatkan ketahanan mental remaja. Hal ini memberikan implikasi bahwa intervensi berbasis nilai-nilai agama dapat dijadikan pendekatan pelengkap dalam upaya preventif dan kuratif terhadap masalah kesehatan mental di kalangan remaja.

Pembahasan

Keimanan memainkan peran penting dalam kehidupan remaja, terutama dalam membentuk ketahanan mental mereka. Remaja merupakan kelompok usia yang sedang mencari jati diri dan sangat rentan terhadap tekanan psikologis dari lingkungan sosial maupun akademik. Dalam kondisi tersebut, keimanan berfungsi sebagai fondasi yang memberikan kekuatan batin dan arah hidup. Kepercayaan kepada Tuhan dan keyakinan bahwa setiap ujian hidup memiliki hikmah, memberi makna yang lebih mendalam bagi remaja dalam menghadapi kesulitan. Ini sejalan dengan konsep psikologi positif yang menekankan pentingnya makna hidup dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Keimanan yang kuat juga terbukti membantu dalam pengelolaan emosi dan stres. Aktivitas spiritual seperti salat, zikir, dan membaca Al-Qur'an memberikan efek relaksasi dan membantu menenangkan pikiran. Praktik-praktik ini mampu mengaktifkan mekanisme koping spiritual yang membuat individu lebih sabar dan tabah dalam menghadapi tekanan hidup. Ketika remaja menghadapi situasi sulit, mereka yang religius cenderung mencari makna dan pelajaran dari pengalaman tersebut daripada merasa putus asa. Dengan demikian, keimanan memberikan stabilitas emosional yang mendukung ketahanan mental.

Penelitian yang dilakukan oleh Widita (2024) memberikan data kuantitatif bahwa religiusitas menyumbang 36,9% terhadap kondisi kesehatan mental remaja. Persentase ini menunjukkan pengaruh yang cukup besar, mengingat kesehatan mental dipengaruhi oleh banyak faktor lain seperti lingkungan keluarga, pergaulan, dan tekanan akademik. Namun, hal ini juga menjadi bukti bahwa keimanan bukanlah faktor yang dapat diabaikan dalam pembentukan ketahanan psikologis. Tingkat religiusitas yang tinggi memungkinkan remaja untuk memiliki cara pandang yang lebih positif terhadap hidup dan mengurangi risiko terjadinya gangguan emosional. Oleh karena itu, pendekatan spiritual dapat menjadi salah satu alternatif intervensi dalam penanganan masalah psikologis remaja.

Selain aspek personal, keimanan juga berdampak pada hubungan sosial remaja. Remaja yang aktif dalam komunitas keagamaan cenderung memiliki jaringan sosial yang lebih positif dan suportif. Keterlibatan dalam kegiatan keagamaan memperkuat rasa memiliki dan keterhubungan sosial yang esensial bagi perkembangan psikologis. Dukungan sosial ini membantu remaja dalam proses pemulihan dari stres dan memperkuat rasa percaya diri.

Dengan demikian, keimanan tidak hanya membentuk ketahanan internal, tetapi juga memperluas dukungan eksternal melalui komunitas.

Dalam konteks pendidikan, peran pendidikan Islam sangat penting dalam menanamkan nilai-nilai keimanan pada remaja. Pendidikan agama yang holistik bukan hanya mengajarkan aspek ritual, tetapi juga menanamkan nilai moral, etika, dan kebijaksanaan hidup. Melalui proses pembelajaran ini, remaja diajak untuk merenungkan arti kehidupan, mengembangkan kesadaran spiritual, dan menerapkan nilai keimanan dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan seperti ini membekali remaja dengan keterampilan hidup yang mendukung kesehatan mental, seperti kemampuan refleksi, regulasi emosi, dan pengambilan keputusan yang bijak. Oleh sebab itu, lembaga pendidikan memiliki peran strategis dalam memperkuat ketahanan mental remaja melalui pembinaan spiritual.

Dari perspektif psikologi agama, keimanan juga dipandang sebagai sarana untuk membangun harapan dan optimisme terhadap masa depan. Remaja yang memiliki orientasi spiritual cenderung memandang kesulitan sebagai bagian dari rencana Tuhan yang lebih besar. Keyakinan ini membantu mereka membangun harapan baru meskipun berada dalam situasi yang sulit. Harapan adalah elemen penting dalam ketahanan mental, karena membantu individu bertahan dan bangkit kembali dari keterpurukan. Maka dari itu, dimensi keimanan memberikan kontribusi dalam mengembangkan resilien psikologis yang berkelanjutan.

Namun demikian, penting untuk dipahami bahwa keimanan bukanlah satu-satunya faktor yang menentukan kondisi kesehatan mental. Gangguan mental juga dipengaruhi oleh faktor biologis seperti genetik, kondisi neurokimia otak, dan riwayat trauma. Lingkungan sosial yang negatif dan pengalaman hidup yang menyakitkan juga turut mempengaruhi kestabilan psikologis seseorang. Oleh karena itu, keimanan perlu dipahami sebagai bagian dari pendekatan multidimensi dalam penanganan kesehatan mental. Sinergi antara pendekatan medis, psikologis, dan spiritual menjadi kunci dalam membangun ketahanan mental yang menyeluruh.

Selain sebagai alat pertahanan diri, keimanan juga berfungsi sebagai sarana penyembuhan dan pemulihan dari trauma psikologis. Refleksi spiritual, seperti introspeksi diri dan bertafakur, membantu individu memahami diri dan mengembangkan penerimaan terhadap kondisi yang dihadapi. Proses ini mendukung pemulihan emosi yang terluka dan

membangkitkan kembali semangat hidup. Hubungan vertikal dengan Tuhan juga memberikan ketenangan batin yang tidak bisa diperoleh hanya melalui pendekatan psikologis biasa. Oleh sebab itu, pendekatan religius dapat melengkapi terapi konvensional dalam mendukung pemulihan kesehatan mental.

Dalam praktiknya, integrasi nilai keimanan ke dalam kehidupan remaja perlu difasilitasi secara konsisten oleh keluarga, sekolah, dan masyarakat. Keluarga sebagai unit utama pendidikan harus menumbuhkan suasana spiritual yang positif di rumah. Sekolah perlu menyediakan ruang untuk pengembangan karakter dan spiritualitas, tidak hanya fokus pada aspek kognitif akademik. Sementara itu, masyarakat dapat memperkuat dukungan ini melalui program pembinaan remaja dan komunitas keagamaan yang inklusif dan ramah. Ketiganya harus bersinergi dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan spiritual dan mental remaja.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menggarisbawahi bahwa keimanan memiliki kontribusi nyata dalam memperkuat ketahanan mental remaja. Melalui peningkatan kontrol emosi, pembentukan makna hidup, serta dukungan komunitas, keimanan mampu menjadi sumber daya psikologis yang kuat. Dengan mempertimbangkan kompleksitas kehidupan remaja saat ini, penguatan nilai-nilai spiritual perlu menjadi bagian dari strategi preventif maupun kuratif dalam menjaga kesehatan mental. Ke depan, penelitian lebih lanjut dan pendekatan lintas disiplin sangat diperlukan untuk mengembangkan model intervensi yang menggabungkan aspek spiritual dan psikologis secara integratif. Dengan cara ini, generasi muda dapat tumbuh menjadi pribadi yang tangguh, berdaya tahan, dan bermakna dalam menjalani kehidupannya.

KESIMPULAN

Keimanan terbukti memainkan peran penting dalam membentuk dan memperkuat ketahanan mental remaja. Dalam masa transisi yang penuh tantangan emosional dan sosial, nilai-nilai spiritual seperti keyakinan kepada Tuhan, keterlibatan dalam ibadah, serta refleksi spiritual memberikan kontribusi signifikan terhadap regulasi emosi, pembentukan makna hidup, dan peningkatan daya tahan psikologis. Aktivitas keagamaan seperti salat, zikir, dan

membaca Al-Qur'an bukan hanya menjadi bentuk ibadah, tetapi juga berfungsi sebagai mekanisme koping spiritual yang efektif dalam mengurangi stres dan kecemasan.

Penelitian-penelitian yang dikaji menunjukkan bahwa tingkat religiusitas yang tinggi berkorelasi positif dengan kondisi mental yang lebih stabil dan tangguh. Remaja yang memiliki keimanan kuat cenderung lebih resilien, mampu menghadapi tekanan hidup, serta membangun harapan terhadap masa depan. Keimanan juga berperan dalam memperkuat dukungan sosial melalui keterlibatan dalam komunitas keagamaan yang suportif.

Namun demikian, penting untuk diingat bahwa keimanan bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi kesehatan mental. Gangguan mental bersifat multifaktorial dan memerlukan pendekatan holistik yang mencakup dimensi biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Oleh karena itu, integrasi antara pendidikan keagamaan, dukungan keluarga, serta intervensi profesional sangat diperlukan dalam upaya membina kesehatan mental remaja secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Fajrussalam, H., Hasanah, I. A., Asri, N. O. A., & Anaureta, N. A. (2022). Peran Agama Islam dalam Pengaruh Kesehatan Mental Mahasiswa. *Al-Fikri: Jurnal Studi Dan Penelitian Pendidikan Islam*, 5(1), 22–36. <https://doi.org/10.30659/jspi.v5i1.21041>
- Firdaus, Z. K. (2023). PENGARUH RELIGIUSITAS TERHADAP KESEHATAN MENTAL, STUDI MENGENAI KESEHATAN MENTAL MAHASISWI MAHAD AISYAH BINTI ABU BAKAR, BOGOR. *Aisyah Journal of Intellectual in Islamic Studies*, 1(2), 93–98.
- Harahap, A. M., Kurniawan, D., & Saftia, Z. (2024). INTEGRASI SHOLAT DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA. *Jurnal Penelitian Imiah Multidisiplin*, 8(6), 138–148.
- Harahap, A. P., Sinaga, M. S., & Handayani, R. (2023). Peran Psikologi Agama Terhadap Kesehatan Mental Anak Remaja. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 6(2), 213–228. <https://doi.org/10.53888/muhafadzah.v3i2.585>
- Namiroh, A., Salsabila, U., Sari, D. A. F., Oktoviani, T. T., Labibah, N., & Rusdi, A. (2023). Edukasi Hubungan Kesehatan Mental dengan Iman Webinar “Low Mental State = Low

- Faith?" *Jurnal PKM Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 38–47.
<https://doi.org/10.30998/jurnalpkm.v6i1.8396>
- Nurislamiah, S., & Setyawati, A. (2023). Peran Agama Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *PELITA Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah*, 23(2), 81–87.
<https://doi.org/https://dx.doi.org/10.33592/pelita.v23i2.4157> PERAN
- Sari, N. P., Safira, D., Wonda, Y., Arianti, A., Patika, S., Safarina, N. A., & Amin, S. (2024). PSIKOEDUKASI KETANGGUHAN MENTAL REMAJA DALAM MENGHADAPI TEKANAN SOSIAL PADA REMAJA DI SMA NEGERI 2 DEWANTARA. *Jurnal Pengabdian Kolaborasidan Inovasi IPTEKS*, 2(6), 1791–1797.
- Sudrajat, A. (2023). Kontribusi Pendidikan Agama pada Kesehatan Mental Remaja di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Tinta*, 5(1), 83–93.
<https://ejournal.alqolam.ac.id/index.php/jurnaltinta/article/view/940>
- Supyanuddin, Sarbanun, A., & Setyaningsih, R. (2022). Kesehatan mental remaja dalam perspektif pendidikan Islam (Studi pada Risma At-taqwa Desa Kampung Baru Kecamatan Penengahan Lampung Selatan). *UNISAN JURNAL: Jurnal Manajemen Dan Pendidikan*, 1(3), 633–647. <http://journal.an-nur.ac.id/index.php/unisanjournal/article/view/204>
- Widita, E. (2024). Pengaruh Tingkat Religiusitas terhadap Kesehatan Mental Remaja (Studi pada Anggota Kelompok Remaja Islam Sunda Kelapa). *JDPS: Jurnal Diskursus Pendidikan Sosiologi*, 5(2), 37–58.