



From Teens to Teens: Voices, Empathy, and Action on Mental Health

Ratna Sari¹, Nurfadillah², Astry Hasby Hasanah³, Rizky Aulia
Ramadhan⁴

Management, Economics and Business, Universitas Pamulang, Indonesia

E-Mail: dosen02442@unpam.ac.id

Abstract

Mental health issues among adolescents have become increasingly prominent in recent years. Academic pressure, social relationships, family dynamics, and the influence of social media have all contributed to rising levels of stress, anxiety, and low self-esteem among high school students. Unfortunately, the stigma that still surrounds mental health prevents many teenagers from expressing their condition or seeking help. This Community Service Program aims to foster awareness, empathy, and real action on mental health issues through a peer-to-peer approach. The activity was held at SMK Al-Hikmah and involved students from grades XII. Using group discussions, empathy simulations, counseling sessions, and creative campaigns, the program encouraged students to understand one another, become active listeners, and create a more supportive school environment. The results showed improved student understanding of mental health and their initiative in forming safe spaces and peer support groups.

Keyword: *Adolescents, Mental Health, Empathy, Peer Support, Stigma*

Abstrak

Permasalahan kesehatan mental di kalangan remaja semakin mengemuka dalam beberapa tahun terakhir. Tekanan akademik, pergaulan sosial, dinamika keluarga, serta pengaruh media sosial menjadi pemicu meningkatnya stres, kecemasan, dan rasa tidak percaya diri pada siswa sekolah menengah. Sayangnya, stigma yang masih melekat membuat banyak remaja enggan mengungkapkan kondisi mereka atau mencari bantuan. Program Pengabdian Kepada Masyarakat ini bertujuan untuk membangun kesadaran, empati, dan aksi nyata dalam isu kesehatan mental melalui pendekatan dari remaja untuk remaja. Kegiatan dilakukan di SMK Al-Hikmah dan melibatkan siswa dari kelas XII. Dengan metode diskusi kelompok, simulasi empati, penyuluhan, serta kampanye kreatif, program ini mendorong siswa untuk saling memahami, menjadi pendengar aktif, dan menciptakan lingkungan sekolah yang lebih suportif. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman siswa terhadap kesehatan mental serta inisiatif mereka dalam membentuk ruang aman dan kelompok dukungan sebaya.

Kata kunci: *Remaja, Kesehatan Mental, Empati, Dukungan Sebaya, Stigma*

INTRODUCTION

Remaja merupakan kelompok usia yang paling rentan terhadap permasalahan kesehatan mental. Di usia ini, mereka sedang mengalami perubahan besar secara emosional, fisik, dan sosial. Tekanan akademik yang tinggi, pencarian jati diri, serta interaksi sosial yang dinamis seringkali menimbulkan stres, rasa tidak aman, dan kecemasan yang berlebihan. Ironisnya, topik kesehatan mental masih dianggap tabu oleh sebagian masyarakat dan jarang dibahas secara terbuka di sekolah.

Di SMK Al-Hikmah, banyak siswa mengalami tekanan emosional namun tidak mengetahui bagaimana atau kepada siapa harus bercerita. Sebagian besar dari mereka mengekspresikan stres melalui perilaku pasif, seperti menarik diri, overthinking, hingga kecanduan media sosial sebagai pelarian. Minimnya pengetahuan tentang pentingnya kesehatan mental dan tidak adanya ruang aman untuk berbagi menjadi akar permasalahan.

Program ini hadir dengan pendekatan “dari remaja untuk remaja” yang lebih menyentuh, relevan, dan membangun kepercayaan. Saat remaja berbicara kepada sesamanya, mereka cenderung merasa dipahami tanpa rasa takut dihakimi. Dengan kombinasi kegiatan interaktif, diskusi, simulasi empati, dan kampanye kreatif, diharapkan siswa dapat membangun komunitas yang saling mendukung dan peduli terhadap kesehatan mental.

LITERATURE REVIEW

Kesehatan Mental Remaja

Menurut WHO (2022), kesehatan mental adalah kondisi di mana individu dapat menyadari kemampuannya sendiri, mengelola tekanan hidup, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada komunitasnya. Dalam konteks remaja, kesehatan mental sangat krusial karena masa remaja adalah periode pembentukan identitas diri, pematangan emosi, dan penyesuaian sosial. Remaja yang tidak memiliki kondisi mental yang stabil cenderung mengalami hambatan dalam belajar, berinteraksi, dan berkembang secara optimal.

Kesehatan mental pada remaja tidak hanya terbatas pada ketiadaan gangguan, tetapi juga mencakup kemampuan untuk mengatasi stres, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta membuat keputusan yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Ketika tekanan dari lingkungan, sekolah, dan media sosial terus meningkat tanpa mekanisme pengelolaan yang baik, remaja menjadi rentan terhadap kecemasan, perasaan tidak berharga, bahkan depresi.

Stigma Sosial terhadap Isu Mental Health

Rachmawati (2021) menyatakan bahwa stigma terhadap isu kesehatan mental masih menjadi penghalang utama dalam upaya penanganannya, khususnya di kalangan remaja. Banyak pelajar menganggap bahwa membicarakan emosi atau mencari bantuan adalah tanda kelemahan. Ketakutan akan penilaian negatif dari teman atau guru membuat mereka memilih untuk memendam perasaan, yang dalam jangka panjang berdampak buruk terhadap kondisi psikologis dan perilaku sosial.

Stigma ini juga menyebabkan siswa yang sebenarnya membutuhkan dukungan, justru tidak mendapatkannya. Mereka cenderung mencari pelarian melalui aktivitas seperti menyendiri, kecanduan gawai, atau bahkan tindakan menyakiti diri sendiri. Oleh karena itu, penghapusan stigma menjadi agenda penting dalam edukasi kesehatan mental di lingkungan sekolah.

Pentingnya Dukungan Sebaya (Peer Support)

Suyanto (2020) menyebutkan bahwa dukungan dari teman sebaya adalah salah satu bentuk intervensi sosial yang paling efektif dalam mencegah dan menangani masalah kesehatan mental pada remaja. Teman sebaya memiliki peran strategis karena mereka lebih dekat secara emosional dan berada dalam situasi yang sama. Komunikasi antar teman cenderung lebih terbuka dan tidak menghakimi.

Pembentukan kelompok dukungan sebaya di sekolah dapat menciptakan ruang aman untuk berbagi perasaan, saling memahami, dan membantu menemukan solusi secara kolektif. Selain itu, peer support juga meningkatkan rasa kebersamaan, keberdayaan, serta memperkuat solidaritas sosial yang penting dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat secara emosional.

Peran Sekolah dalam Kesehatan Mental Siswa

Sekolah bukan hanya tempat belajar akademik, tetapi juga merupakan lingkungan sosial utama bagi remaja. Menurut Kementerian Kesehatan (2023), sekolah memiliki tanggung jawab untuk menciptakan ekosistem yang mendukung kesehatan mental siswa melalui kegiatan promotif, preventif, dan intervensi awal.

Program seperti sekolah ramah anak, layanan konseling, kampanye kesehatan jiwa, serta pelatihan keterampilan sosial adalah contoh upaya yang dapat diterapkan. Peran guru, wali kelas, dan guru BK menjadi sangat penting dalam membina komunikasi terbuka dan mendorong budaya peduli satu sama lain di lingkungan sekolah.

METHODS

Kegiatan PKM dilaksanakan di SMK Al-Hikmah dengan peserta siswa kelas XII dilaksanakan selama 1 hari di SMKS Al-Hikmah, Setiap kelas terdiri dari 3–4 kelompok, dengan jumlah siswa rata-rata 20 orang per kelas.

Tahapan Kegiatan

Pembukaan

- a) Waktu: 08.00 – 09.00 WIB
- b) Lokasi: Aula sekolah
- c) Kegiatan: Sambutan dari pihak sekolah dan tim PKM, pengenalan tema program, serta penjelasan singkat tentang tujuan kegiatan.

Pemaparan Materi di Kelas

- a) Waktu: 09.50 – 12.00 WIB

- b) Metode: Pemaparan materi disampaikan langsung di masing-masing kelas oleh tim PKM.
- c) Setiap kelas dibagi menjadi 3–4 kelompok kecil untuk menciptakan suasana diskusi yang interaktif.

Metode Penyampaian

- a) Presentasi PowerPoint (PPT): Menyampaikan materi utama mengenai stres, overthinking, dan cara meningkatkan kesadaran diri.
- b) Ice Breaking: Dilakukan di awal sesi untuk membangun suasana yang santai, menyenangkan, dan mendorong partisipasi aktif siswa.
- c) Kuis & Sesi Tanya Jawab: Dilakukan setelah penyampaian materi untuk menguji pemahaman siswa sekaligus memberikan ruang interaksi.

Target dan Output

- a) Siswa mampu memahami apa itu overthinking dan bagaimana pengaruhnya terhadap kesehatan mental.
- b) Siswa dapat mempraktikkan teknik sederhana untuk mengelola stres, seperti latihan kesadaran diri (self-awareness exercise).
- c) Adanya umpan balik dari siswa melalui kuis dan diskusi, yang menjadi evaluasi keberhasilan kegiatan.

RESULTS

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di SMK Al-Hikmah berfokus pada penyampaian materi edukatif dan sesi berbagi pengalaman (*sharing session*) mengenai kesehatan mental. Berdasarkan pengamatan selama kegiatan, ditemukan bahwa literasi awal siswa terhadap kesehatan mental masih sangat terbatas. Sebagian besar siswa cenderung memendam tekanan psikologis yang mereka alami karena menganggap stres sebagai bagian dari risiko pendidikan yang tidak perlu dibicarakan. Namun, suasana menjadi lebih cair saat sesi bertukar pengalaman dimulai. Siswa menunjukkan keterbukaan yang tidak terduga ketika mendengarkan pengalaman nyata yang relevan dengan kehidupan mereka; mereka mulai berani menyuarakan keresahan, kecemasan, dan beban pikiran yang selama ini dianggap tabu untuk diungkapkan.



Gambar 1. Sesi Penyerahan penghargaan

Meskipun sesi penyampaian materi berjalan interaktif dan siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam berdiskusi, kegiatan ini juga memotret kondisi riil di lapangan mengenai keterbatasan dukungan sistemik di sekolah. Fokus sekolah yang masih dominan pada aspek akademik dan disiplin formal membuat aspirasi emosional siswa yang muncul selama sesi berbagi pengalaman ini belum memiliki wadah tindak lanjut yang jelas. Selain itu, terlihat adanya jarak komunikasi antara sekolah dan pihak orang tua, sehingga pemahaman mengenai kesehatan mental yang disampaikan selama kegiatan ini masih bersifat sporadis dan terbatas pada durasi pertemuan saja.

DISCUSSION

Pembahasan hasil kegiatan ini mengindikasikan bahwa metode penyampaian materi yang dibarengi dengan pertukaran pengalaman pribadi jauh lebih efektif dalam menjangkau sisi emosional remaja dibandingkan metode ceramah satu arah. Melalui berbagi pengalaman, terjadi validasi perasaan yang membuat siswa merasa tidak sendirian dalam menghadapi tekanan mental. Namun, keterbukaan siswa ini sekaligus menyingkap tabir tantangan besar, yaitu stigma sosial yang masih kuat di lingkungan SMK. Banyak siswa yang mengaku ragu untuk mencari bantuan lebih lanjut karena takut dicap lemah atau menyimpang oleh lingkungan sebayanya. Hal ini menunjukkan bahwa kebutuhan utama siswa sebenarnya adalah "pendengar yang aman", namun peran tersebut belum bisa sepenuhnya dijalankan oleh guru BK atau staf sekolah karena keterbatasan kompetensi konseling dan beban administratif yang tinggi.



Gambar 2. Sesi foto bersama

Karena kegiatan ini tidak melibatkan pelatihan bagi guru BK dan tenaga pengajar lainnya, terdapat celah besar dalam penanganan kasus pasca-kegiatan. Tanpa adanya keterlibatan aktif orang tua dan penguatan kapasitas konseling di internal sekolah, edukasi ini berisiko menjadi sekadar informasi lewat. Oleh karena itu, diperlukan sinergi yang lebih luas agar pertukaran pengalaman yang positif ini dapat dilembagakan menjadi sistem pendukung yang nyata, bukan sekadar pertemuan singkat tanpa tindak lanjut sistemik.

CONCLUSION

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SMK Al-Hikmah memberikan gambaran nyata mengenai kompleksitas isu kesehatan mental di lingkungan sekolah menengah kejuruan. Secara umum, dapat disimpulkan bahwa literasi kesehatan mental siswa pada awalnya berada pada level yang mengkhawatirkan, di mana tekanan psikologis sering kali disalahpahami sebagai kewajaran dalam menempuh pendidikan yang tidak perlu dicari solusinya. Stigma sosial bahwa membicarakan perasaan adalah tanda kelemahan karakter menjadi tembok besar yang menghalangi keterbukaan siswa. Namun, intervensi melalui metode pertukaran pengalaman (*sharing session*) terbukti mampu meruntuhkan dinding pertahanan diri tersebut. Pendekatan naratif ini memberikan validasi emosional yang kuat bagi siswa, sehingga muncul keberanian untuk menyuarakan keresahan yang selama ini terpendam.

REFERENCES

- Astuti, W., Pasaribu, V. L. D., Oktrima, B., Saputra, H., & Rusilowati, U. (2021). Upaya Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia Melalui Peningkatan Kompetensi. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 3(1), 22-29.
- Elburdah, R. P., Pasaribu, V. L. D., Rahayu, S., Septiani, F., & Metarini, R. R. A. (2021). Momprenneur penopang perekonomian keluarga di masa pandemi Covid-19 dengan bisnis

online pada Kelurahan Pondok Benda. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 75-82.

Hakim, L., Putri, I. S., Pasaribu, V. L. D., & Tobroni, M. (2026). Public Speaking for Teens: Sharpens Self-Confidence and Effective Communication Skills. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 28-35.

Kushermanto, S., Pasaribu, V. L. D., & Aulia, N. M. (2026). Building Cooperation and Leadership Through Youth Team Building Activities. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 36-43.

Priadi, Andri, et al. "PENYULUHAN PENGEMBANGAN SUMBER DAYA MANUSIA DENGAN MEMPERKUAT BUDAYA ORGANISASI MELALUI PENINGKATAN VALUE PADA LEMBAGA PENGEMBANGAN MASYARAKAT KELURAHAN PONDOK BENDA KOTA TANGERANG SELATAN." *Jurnal Lokabmas Kreatif: Loyalitas Kreatifitas Abdi Masyarakat Kreatif* 1.3 (2020): 97-105. Malayu S. P. Hasibuan. Manajemen Sumber Daya Manusia. 2007. Bumi Aksara, Jakarta.

Pasaribu, V. L. D., Elburdah, R. P., Sudarso, E., & Fauziah, G. (2020). Penggunaan Manajemen Waktu Terhadap Peningkatan Prestasi Belajar Di Smp Araisiyah. *Jurnal ABDIMAS Tri Dharma Manajemen*, 1(1), 84.

Pasaribu, V. L. D., Syafei, A. N., Farhan, A., Aufaizah, A., Irani, C., & Firtiayani, S. R. (2021). Pengaruh Displin Protokol Kesehatan Terhadap Pencegahan Penularan Virus Covid-19. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 2(2), 91-98.

Pasaribu, V. L. D., Susanti, F., & Hartuti, E. T. K. (2019). Memotivasi Siswa dan Siswi SMK Letris Indonesia di Dalam Menentukan Pilihan Untuk Melanjutkan Pendidikan Atau Bekerja Setelah Lulus Sekolah. *Jurnal Pengabdian Dharma Laksana*, 1(2), 161-172.

Pasaribu, V. L. D., & Agrasadya, N. S. Krisnaldy.(2020). Meningkatkan Produktivitas Usaha Dimasa Pandemi Pada Ibu PKK RT 004/003 Kelurahan Sawah Baru Ciputat, Tangerang Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 177-180.

Pasaribu, V. L. D., Dwiyatni, A., Sabina, C., Ridwan, M., Gunawan, D. D., & Noviani, B. C. (2021). Evaluasi Penerapan 3M Dimasa Pandemic Covid 19. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 2(2), 54-60.

Pasaribu, V. L. D., Agrasadya, A., Shabrina, N., & Krisnaldy, K. (2020). Menjadi Enterpreneur Muda Yang Memiliki Jiwa Leadership Untuk Menghadapi Masa Depan. *Abdi Laksana: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1-9.

Pasaribu, V. L. D., & Agrasadya, N. S. Krisnaldy.(2020). Menjadi Enterpreneur Muda Yang Memiliki Jiwa Leadership Untuk Menghadapi Masa Depan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 177-180.

Pasaribu, V. L., Yuniati, H. L., Pratana, R., Sembayu, R., Purba, S. M., & Nurbayani, T. T. (2021). Manajemen Keuangan untuk Menghadapi dan Bertahan di Era Covid-19. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 2(2), 12-18.

- Pasaribu, V. L. D., & Setyowati, R. (2021). Adaptasi Kehidupan New Normal pada Masa Pandemi Covid-19 di Yayasan Pondok Pesantren dan Panti Asuhan Nurul Ikhsan Kecamatan Setu, Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Lokabmas Kreatif: Loyalitas Kreatifitas Abdi Masyarakat Kreatif*, 2(2), 82-88.
- Pasaribu, V. L. D., Oktrima, B., Prabowo, B., Arianto, N., & Haryoko, U. B. (2020). Program Pendampingan Dan Penyelenggaraan Pendidikan Anak Pada Usia Dini Terhadap Prestasi Belajar Dilingkungan Rt 020 Rw 009. Kel Giri Peni. Kec Wates. Yogyakarta. *Jurnal LOKABMAS Kreatif*, 1(01).
- Pasaribu, V. L. D., Satria, P., Sari, R. P., Valencya, I., & Setyowati, R. Nursahidin. Adaptasi Kehidupan New Normal Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Yayasan Pondok Pesantren Dan Panti Asuhan Nurul Ikhsan Kecamatan Setu, Kota Tangerang Selatan. *Jurnal LOKABMAS Kreatif*, 2(02), 89-97.
- Pasaribu, V. L. D., Sulaiman, S., Sutiman, S., Thaharudin, T., & Purnomo, B. Y. (2020). Pengenalan Letak Posyandu Terdekat Dikelurahan Pisangan Dengan Manajemen Pemasaran Revolusi 4.0 Untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Letak Dan Fungsi Posyandu Terdekat Pada Kelurahan Pisangan. *Dedikasi Pkm*, 1(1), 105-110.
- Pasaribu, V. D., Qomah, F. I., Sajida, S. R., Putri, D. O., Hidayat, M. K., & Senoaji, R. DARING ATAU KEGIATAN TATAP MUKA EFESIENSI MANA.
- Pasaribu, V. L. D., & Agrasadya, N. S. Krisnaldy. (2020). Meningkatkan Produktivitas Usaha Dimasa Pandemi Pada Ibu PKK RT 004/003 Kelurahan Sawah Baru Ciputat, Tangerang Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 177-180.
- Pasaribu, V. L. D., Adiputra, B., Oktaviani, D., & Ramdonih, F. (2026). Financial Health in the Digital Era: Gen Z Financial Literacy to Combat a Consumptive Lifestyle. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 66-70.
- Pasaribu, V. L. D., Rahmah, A., Fitri, L., & Rommadon, R. (2026). Digital Marketing as a Means of Career Opportunities and Entrepreneurship. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 52-58.
- Pasaribu, V. L. D., Saputra, B., Alayya, F., & Utami, R. D. (2026). Boosting Self-Confidence Through Public Speaking: A Youth Workshop. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 71-76.
- Pasaribu, V. L. D., Rahayu, A., Septianti, A., & Wirana, A. P. (2026). Measuring Digital Content and Campaign Activities. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 44-51.
- Pasaribu, V. L. D., Fadilah, R., Purwanti, A., & Amelia, N. (2026). The Importance of Soft Skills for Teenagers in the Modern Era: Challenges and Opportunities. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 11-18.
- Pasaribu, V. L. D., Wijohandoko, T., Yanuarso, B. P., & Tumanggor, M. (2026). Optimizing Micro-Business Financial Management in Benda Baru Subdistrict Through Financial Management Training. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 01-10.

- Pasaribu, V. L. D., Anggelita, A. Y., Putri, A. N., Wiyadi, A., & Fatonah, D. (2026). Counseling on Cultivating an Entrepreneurial Spirit in the Digital Era. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 19-27.
- Pasaribu, V. L. D., Witjaksono, M. G., Khoerunnisa, D., & Maharani, N. (2026). Social Media Ethics at the Wisma Karya Bakti Orphanage. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1).
- Pasaribu, V. L. D., Sulistyawati, R., Tupamahu, J., & Sabila, S. (2026). The Role of Soft Skills in Shaping Students' Leadership and Social Responsibility in the Era of Society 5.0. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1).
- Pasaribu, V. L. D., Zalukhu, M., & Akbar, I. M. (2026). Smart and Responsible Leadership of Vocational High School Students in the Era of Society 5.0. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 181-190.
- Pasaribu, V. L. D., Hermanto, H., Bidaya, Y., & Buulolo, R. (2026). Leadership Transformation Strategies to Strengthen the Responsibility and Character of Vocational High School Students in the Society 5.0 Era. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 211-220.
- Pasaribu, V. L. D., Priyanto, G., Ndruru, K., & Indrawan, J. (2026). Leadership Camp Era 5.0: Developing Leadership and Social Responsibility in Students. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 191-199.
- Pasaribu, V. L. D., Juraemi, A. F. R., Nabila, S., & Suwandi, W. (2026). The Influence of Family Environment on High School Students' Learning Motivation. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 987-996.
- Pasaribu, V. L. D., Wardatun, L. S., Pandhuwinata, P., & Laurent, S. (2026). The Relationship Between Harassment and Self-Confidence Levels of Vocational High School Students. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 966-976.
- Pasaribu, V. L. D., Zakaria, D. A., Jamil, N. A., & Septiana, Z. D. (2026). Transforming Financial Education: Preparing an Independent and Resilient Young Generation. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 919-931.
- Pasaribu, V. L. D., Sulistiawati, L., & Handayani, T. (2026). Improving Generation Z's Financial Resilience Through Digital Financial Literacy at Daarul Shafa Islamic Vocational School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 954-966.
- Pasaribu, V. L. D., Aryanto, Y. K., Daryanto, R., & Sofyan, D. A. (2026). Holistic Education: Combining Financial Literacy and Soft Skills in High Schools. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 942-954.
- Pasaribu, V. L. D., Tasya, F. S., & Anwariah, Y. (2026). The Influence of Verbal Violence on Adolescent Mental Health in School Environments. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 976-987.
- Pasaribu, V. L. D., Mayshitta, L. A., Novendra, S. R., & Andini, A. F. (2026). The Relationship Between Peer Bullying and Decreased Learning Interest in Vocational High School Students. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 908-919.

- Pasaribu, V. L. D., Sari, R. M., Pujawati, S., & Herlita, T. (2026). The Role of Soft Skills in Cultivating an Entrepreneurial Spirit Among Teenagers. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 931-942.
- Pasaribu, V. L. D., Adiyani, M., Auliaputri, N., & Fadilah, P. R. (2026). Training on Using Microsoft Word in Writing Papers to Support High School Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 314-323.
- Pasaribu, V. L. D., Aribah, N. N., & Pambudi, G. (2026). Leadership & Teamwork Class: Collaboration, Not Competition. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 283-289.
- Pasaribu, V. L. D., Dzikirullah, D., Putri, G. A. O., & Saputri, O. R. (2026). The Role of Financial Education in Shaping the Savings Behavior of Students in Islamic Boarding Schools. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 334-343.
- Prabowo, R. N., Siahaan, H., Pasaribu, V. L. D., & Kurniawat, T. R. (2026). Career Motivation: Ready to Work, Ready to Create, Ready to Become. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 290-296.
- Pasaribu, V. L. D., Putri, R. A., Hidayah, S. N., & Sofhin, S. A. (2026). Building Educational Awareness of the Dangers of Free Association for Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School, Setu District, South Tangerang. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 475-484.
- Pasaribu, V. L. D., Rahmadani, R., Riswadi, A. N., & Yuliyani, A. L. (2026). Financial Literacy and Strengthening the Character of Islamic Students in Facing Modern Economic Challenges. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 344-354.
- Pasaribu, V. L. D., Ikhwan, M., Pratama, I. S. P., & Saputra, R. A. (2026). Strengthening the Entrepreneurial Spirit of Young People Through Business-Based Greenpreneur Programs in the Digital Era. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 446-456.
- Pasaribu, V. L. D., Fadilla, D., & Saputra, R. M. (2026). The Influence of Social Media Use on Promiscuity among School Adolescents at Al-Hidayah Vocational School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 390-399.
- Pasaribu, V. L. D., Al Agaf, S., Syahwita, D., & Ameliya, E. (2026). Creative CV and Portfolio Creation Training Using Canva to Improve Work Readiness and Organizational Skills for High School Students at Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 497-504.
- Pasaribu, V. L. D., Putri, P., Anggraeni, P., & Ramadani, N. (2026). Counseling on Optimization and Innovation in Building Personal Branding Since High School Through LinkedIn to Increase Career Opportunities in the Tight Competition in the Industrial World for High School Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 466-474.
- Pasaribu, V. L. D., Sherlyana, G. Z., Kautaman, I. R., & Cedar, R. M. (2026). Time Management & Productivity A la Gen Z. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 306-315.

- Pasaribu, V. L. D., Agustina, A., & Amelia, G. (2026). Powerpoint Software Learning Media Training to Increase Student Learning Enthusiasm and Literacy. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 505-513.
- Pangestu, B. B., Fitria, N., Dewi, S. M., & Pasaribu, V. L. D. (2026). Public Speaking & Personal Branding Class: Dare to Appear in Front of the Camera. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 297-305.
- Pasaribu, V. L. D., Hafit, R., Khairunnisa, A. A., & Daulay, T. A. P. (2026). Digital Marketing Workshop: How to Sell Online Through Social Media at Al-Hikmah Vocational School, Jakarta. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 316-323.
- Pasaribu, V. L. D., Fatimawati, E., Rasyid, R. R. M., & Pramudita, A. A. (2026). The Relationship Between Financial Literacy and the Consumptive Behavior of Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 324-333.
- Pasaribu, V. L. D., Zaskia, S. A., Arum, D. P., & Waluyo, J. (2026). Utilization of AI and Information Technology in the World of Education to Increase Learning Efficiency and Creativity. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 355-365.
- Pasaribu, V. L. D., Saputra, R. N., Istiqomah, T. N., & Lestari, M. (2026). Evaluation of Student Readiness in Facing the Transition to Post-Vocational School Life, Between the World of Work and the World of Higher Education. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 410-420.
- Pasaribu, V. L. D., Utomo, M. R. A., Ridwan, M., & Rizaldi, M. (2026). Socialization and Education on Clean and Healthy Lifestyle Patterns (PHBS) in Schools and Households. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 430-437.
- Pasaribu, V. L. D., Saputra, A. A., Alfaris, R., & AS, N. I. F. (2026). The Influence of Social Media Use on Free Association in School Environments. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 377-389.
- Pasaribu, V. L. D., Putri, A. S., Lestari, A., & Wahyuni, S. P. (2026). Household Waste Management Training Towards a Clean and Healthy Environment. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 366-376.
- Pasaribu, V. L. D., Dwitama, M. C. A., Simanullang, S. A., & Putri, D. R. (2026). Utilization of AI (Artificial Intelligence) in Teaching and Learning Activities for Students of Nurul Iksan Islamic Boarding School in Momonggor Village. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 485-496.
- Pasaribu, V. L. D., Sholeh, M. I., Fitriani, P., & Gustiansyah, M. F. (2026). Optimizing Investment Portfolios with Mutual Funds and Stocks: Strategies for Optimizing Investment Portfolios by Combining Mutual Funds and Stocks. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 421-429.
- Pasaribu, V. L. D., Syaukani, M. H., Saputra, M. R., & Andrean, R. (2026). The Role of Leadership in Creating a Positive and Collaborative Learning Environment. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 438-445.

- Pasaribu, V. L. D., Fatawi, A., Sumarno, K. R. P., & Ulya, N. K. (2026). Utilization of Social Media as a Means of Promoting Products Created by Students of Al-Hidayah Vocational School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 400-409.
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Journal Istighna*, 1(1), 116-133.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman Kesehatan Jiwa Remaja di Sekolah*. Jakarta: Direktorat Kesehatan Jiwa.
- Rachmawati, D. (2021). *Menghapus Stigma Kesehatan Mental di Kalangan Pelajar*. Jakarta: Literasi Bangsa.
- Suyanto, B. (2020). *Peer Support dan Kesehatan Mental Remaja: Studi di Sekolah Menengah*. Yogyakarta: Media Remaja.
- WHO. (2022). *Adolescent Mental Health: Global Report*. Geneva: World Health Organization.
- Yusuf, S. (2017). *Program bimbingan dan konseling di sekolah*. Bandung: Pustaka Setia.