

Deteksi dini dan edukasi kesejahteraan psikologis remaja generasi Z era digitalisasi

Evi Diliana Rospia, Dwi Kartika Cahyaningtyas, Aulia Amini, Nurchaerani, Nova Irmayanti Fratiwi

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Mataram, NTB, Indonesia

Penulis korespondensi : Evi Diliana Rospia
E-mail : diliana.evi@gmail.com

Diterima: 01 Agustus 2024 | Direvisi: 22 Agustus 2024 | Disetujui: 22 Agustus 2024 | © Penulis 2024

Abstrak

Remaja saat ini menghadapi lingkungan digital yang semakin kompleks dan bergantung pada media sosial sebagai sarana komunikasi, interaksi sosial, dan eksplorasi identitas. Tujuan pengabdian ini untuk melakukan deteksi dini kesejahteraan psikologis dan edukasi kesejahteraan psikologis remaja generasi Z era digitalisasi. Metode pelaksanaan pengabdian ini mengadopsi langkah-langkah action research yang terdiri dari 4 (empat) tahapan, yaitu: perencanaan, tindakan, observasi dan evaluasi, dan refleksi, peserta pengabdian adalah 16 remaja, kegiatan ddalam ini adalah deteksi dini dan edukasi atau penyuluhan terkait kesejahteraan psikologis remaja *Gen Z*. Hasil deteksi dini didapatkan kesejahteraan psikologis remaja didapatkan mayoritas kategori tinggi berjumlah 12 remaja (75%). Ada perbedaan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan remaja generasi Z pada era digitalisasi, hasil pretest menunjukkan belumada remaja yang menjawab 4 pertanyaan dengan benar, hasil posttest menunjukkan 16 remaja menjawab 4 pertanyaan dengan benar setelah diberikan penyuluhan.

Kata kunci: pengabdian; deteksi dini; kesejahteraan psikologis; remaja

Abstract

Teenagers today face an increasingly complex digital environment and depend on social media as a means of communication, social interaction and identity exploration. The aim of this service is to carry out early detection of psychological well-being and education on the psychological well-being of generation Z teenagers in the digital era. The method of implementing this service adopts action research steps which consist of 4 (four) stages, namely: planning, action, observation and evaluation, and reflection. The service participants are 16 teenagers. The activities in this are early detection and education or counseling related to welfare. psychology of Gen Z teenagers. The results of early detection showed that the majority of teenagers' psychological well-being was in the high category, numbering 12 teenagers (75%). There were differences before and after being given counseling to Generation Z teenagers in the era of digitalization. The pretest results showed that there were no teenagers who answered 4 questions correctly, the posttest results showed that 16 teenagers answered 4 questions correctly after being given the counseling.

Keywords: devotion; early detection; psychological well-being; adolescents

PENDAHULUAN

Era digital merupakan istilah yang di gunakan dalam dunia digital, yaitu dunia yang menggunakan jaringan internet khususnya teknologi informasi komputer (Budiyono, 2020). Perkembangan teknologi saat ini telah mencapai kemajuan yang cukup berarti bagi kemajuan kualitas hidup manusia (Cholik, 2021).

Masyarakat merasakan kemudahan untuk berkomunikasi dan mencari informasi. Data terbaru, menunjukkan 30 juta anak-anak dan remaja di Indonesia merupakan pengguna internet, dan media digital saat ini menjadi pilihan utama saluran komunikasi (Hariyadi and S, 2018).

Berdasarkan sensus penduduk tahun 2020 generasi Z atau sering disebut dengan Gen-Z memiliki proporsi terbanyak sebagai penduduk di Indonesia yaitu sebesar 27,94%. Jumlah generasi Z di Indonesia mencapai 64,19 juta jiwa dan 66,23% nya merupakan pelajar dan mahasiswa. Generasi ini merupakan kelahiran tahun 1995 sampai tahun 2012 (BPS, 2021). Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014 menyebutkan remaja adalah penduduk dalam rentang *usia* 10-18 tahun ('Permenkes Nomor 25 Tahun 2014.pdf', no date). Generasi Z (*Gen-Z*) merupakan generasi emas masa depan, sehingga menjadi penting untuk para pemangku kepentingan dalam memahami Gen-Z.

Remaja saat ini menghadapi lingkungan digital yang semakin kompleks dan bergantung pada media sosial sebagai sarana komunikasi, interaksi sosial, dan eksplorasi identitas. Masa remaja adalah periode penting mengembangkan kebiasaan sosial dan emosional untuk kesejahteraan psikologis, selain itu perubahan fisik, emosional dan sosial, kemiskinan, pelecehan, atau kekerasan, dapat membuat remaja rentan terhadap gangguan kesejahteraan psikologis (WHO, 2021). Gangguan emosional sering terjadi pada remaja. Gangguan kecemasan (yang mungkin melibatkan rasa panik atau kekhawatiran yang berlebihan) adalah yang paling umum terjadi pada kelompok remaja dan lebih sering terjadi pada remaja yang lebih tua dibandingkan remaja yang lebih muda (Ali *et al.*, 2023). Secara global, diperkirakan 3,6% anak usia 10–14 tahun dan 4,6% anak usia 15–19 tahun mengalami gangguan kecemasan. Depresi diperkirakan terjadi pada 1,1% remaja berusia 10–14 tahun, dan 2,8% pada remaja berusia 15–19 tahun (WHO, 2021).

Data Riskesdas 2018 menyebutkan prevalensi gangguan mental berat pada penduduk Indonesia dan terbanyak terdapat di Bali, Yogyakarta, NTB dan Aceh. Adapun gangguan mental emosional dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan sebesar 9,8% dan terbanyak terdapat di Sulawesi tengah, Gorontalo, NTT dan Maluku (Riskesdas, 2018). Hasil survei terbaru anak sekolah usia 13–17 tahun di Indonesia menyoroti kesehatan jiwa sebagai isu utama yang dirasakan remaja, 5 % siswa yang mengikuti survei menyatakan pernah secara serius mempertimbangkan bunuh diri dalam 12 bulan terakhir, dengan angka siswa perempuan lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki dan paling sering terjadi di kalangan murid SMA usia 16–17 (UNICEF, 2020).

Media sosial memiliki manfaatnya, namun ada kekhawatiran yang muncul mengenai efek negatifnya terhadap kesejahteraan psikologis remaja (Christina, Yuniardi and Prabowo, 2019). Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat berkontribusi pada peningkatan kecemasan dan depresi pada remaja. Media sosial sering kali menjadi *platform* di mana remaja rentan terhadap cyberbullying dan perbandingan sosial yang dapat mempengaruhi persepsi diri dan harga diri mereka (Imani, Kusmawati and Tohari, 2021)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis memprediksi risiko kematian yang lebih rendah (Boylan, Tompkins and Krueger, 2022). Penting untuk memahami faktor-faktor yang dapat sangat memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja karena usia remaja dianggap relatif lebih rentan (Monika, 2023)

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis adalah sebuah kondisi yang diraih melalui penilaian individu terhadap kemampuannya untuk mengetahui potensi yang dimilikinya dan kemudian mengoptimalkan potensi tersebut dalam menghadapi berbagai tantangan dan perubahan hidup. Ryff menjelaskan enam dimensi kesejahteraan psikologis yang digambarkan dalam model multidimensional yakni *self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, personal growth dan purpose in life* (Ryff, 2018)

Salah satu faktor penentu dari keberhasilan anak dan remaja dalam menyongsong masa depannya salah satunya adalah kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu diperlukan edukasi serta deteksi dini kesejahteraan psikologis bagi anak dan remaja sedini mungkin sehingga lebih gangguan kesejahteraan psikologis dapat dicegah (Kementerian Kesehatan, 2021). Deteksi dini Skrining Kesehatan jiwa ini merupakan upaya preventif atau pencegahan agar tidak terjadi Gangguan Jiwa, dengan motivasi bahwa Kesehatan Jiwa ini bisa dikelola agar tidak menjadi gangguan jiwa berat.

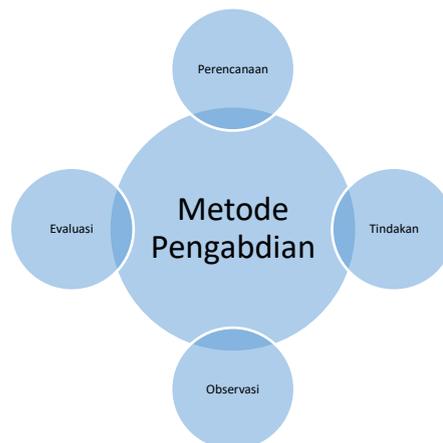
Deteksi dini dengan menggunakan penggunaan kuesioner *Psychological Well-Being Scale 42-item*. Deteksi dini dapat dilakukan secara berkala, pada awal masuk sekolah dan minimal satu kali tiap enam bulan (Kemenkes, 2023).

Poskesdes lokasi pengabdian memberikan pelayanan sepanjang daur kehidupan perempuan meliputi kelahiran, bayi, balita, remaja dan usia lanjut, termasuk permasalahan perempuan berkaitan dengan kesehatan fisik dan mental, selain itu memberikan pelayanan Kesehatan kepada Masyarakat. Data Poskesdes menyebutkan bahwa jumlah remaja di Desa Abian Tubuh Baru Sebanyak 1.234 remaja pada tahun 2023, data menyebutkan remaja menyalahgunakan Napza atau obat-obatan terlarang sejumlah 3 remaja. Remaja-remaja yang ada di Desa Abian Tubuh Baru tersebut membutuhkan pelayanan kesejahteraan psikologis. Belum ada deteksi dini kesejahteraan psikologis secara langsung. Deteksi dini dilakukan di Puskesmas Babakan, namun hanya jika terdapat indikasi remaja mengalami gejala-gejala gangguan kesejahteraan psikologi. Deteksi dini secara komprehensif baik di poskesdes maupun puskesmas belum dilakukan.

Berdasarkan analisis situasi tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian dengan judul "Deteksi Dini Dan Edukasi Kesejahteraan Psikologis Remaja Generasi Z (*Gen-Z*) Era Digitalisasi"

METODE

Metode dalam pelaksanaan pengabdian mengadopsi langkah-langkah *action research* yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan evaluasi, dan refleksi (Yaumi, Muhammad dan Damopolii, 2014).



Gambar 1. Metode Pengabdian

Tahap perencanaan meliputi koordinasi dan pemberian informasi kegiatan, sosialisasi kegiatan pengabdian dan memastikan pelaksanaan tanggan dan lokasi pengabdian Mitra. Sasaran kegiatan pengabdian adalah 16 remaja.

Tahap tindakan merupakan pelaksanaan kegiatan pengabdian, lokasi pengabdian dilakukan di Poskesdes Abian Tubuh Baru. Alat dan bahan yang dibutuhkan yaitu alat tulis, kuesioner *Psychological Well-Being Scale 42-item*, LCD dan Power Point. Jumlah pesesrta yang mengikuti kegiatan pengabdian sebanyak 16 remaja, bersedia untuk mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dan tidak dalam keadaan sakit atau menjalani perawatan. Kegiatan pengabdian dimulai dengan pretest dan skrining, selanjutnya diberikan penyuluhan dan postes.

Tahap observasi merupakan pengamatan selama proses pengabdian yang meliputi hasil deteksi dini kesejahteraan psikologis remaja menggunakan kuesioner *Psychological Well-Being Scale 42-item*, *pretest* dan *posttest*. Tahap evaluasi Evaluasi hasil kesimpulan terlaksananya pengabdian dengan rangkaian kegiatan yaitu deteksi dini kesejahteraan psikologis remaja dan penyuluhan generasi gen-z era digitalisasi (media sosial).

Sasaran kegiatan pengabdian adalah 16 remaja yang tinggal di Desa Abian Tubuh Baru, bersedia untuk mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dan tidak dalam keadaan sakit atau menjalani perawatan. Kegiatan pengabdian meliputi deteksi dini kesejahteraan psikologis remaja, kemudian melakukan penyuluhan remaja generasi Z era digitalisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 15 Mei 2024 Pukul 16.00 WITA yang diselenggarakan di Poskesdes Abian Tubuh Baru Kota Mataram. Sasaran kegiatan pengabdian adalah 16 remaja. Kegiatan pengabdian meliputi deteksi dini kesejahteraan psikologis remaja, kemudian melakukan penyuluhan remaja generasi Z era digitalisasi. Tahapan perencanaan, tim pelaksana menjelaskan rangkaian kegiatan secara teknis pada tahap perencanaan, dan meyakinkan bidan desa untuk melibatkan remaja dalam kegiatan pengabdian.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian tentang deteksi dini kesejahteraan psikologis remaja menggunakan kuesioner *Psychological Well-Being Scale 42-item*, *pretest* dan *posttest*. Setelah melakukan musyawarah dengan kepala desa Perempuan disepakati tanggal pengabdian yaitu 15 Mei 2024, lokasi pengabdian dilakukan di Poskesdes Abian Tubuh Baru dengan mempertimbangkan beberapa hal yaitu: jarak yang dekat dengan rumah sasaran (remaja) dan tempat yang luas untuk melakukan deteksi dini dan penyuluhan remaja generasi Z dan era pada era digitalisasi. Alat dan bahan yang dibutuhkan yaitu alat tulis, kuesioner *Psychological Well-Being Scale 42-item*, LCD dan Power Point. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian sebanyak 16 remaja.



Gambar 2. Kegiatan Pengabdian

Tabel 1. Karakteristik peserta pengabdian

Variabel	F	%
Umur		
10 Tahun	1	6
11 Tahun	2	12
12 Tahun	3	19
13 Tahun	0	0
14 Tahun	4	26
15 Tahun	1	6
16 Tahun	1	6
17 Tahun	3	19
18 Tahun	1	6
19 Tahun	0	0
Jenis Kelamin		
Perempuan	9	56
Laki-Laki	7	44

Deteksi dini dan edukasi kesejahteraan psikologis remaja generasi Z era digitalisasi.

Berdasarkan tabel 1 didapatkan karakteristik remaja berdasarkan usia dan jenis kelamin. Mayoritas berusia 14 Tahun tahun sejumlah 4 remaja (26%). Mayoritas jenis kelamin perempuan berjumlah 9 remaja (56%).

Tabel 2. Hasil deteksi dini skor empirik dan skor hipotetik

Deteksi Dini	Skor Empirik	Skor Hipotetik
Skor Minimum	148	42
Skor Maksimum	205	252
Mean (M)	123	147
Standart Deviasi (SD)	27	35

Berdasarkan tabel 2, skor empirik didapatkan skor minimum 148, skor maksimum 205, mean 123, standar deviasi 27. Skor hipotetik didapatkan skor minimum 42, skor maksimum 252, mean 147, standar deviasi 35.

Tabel 3. Hasil deteksi dini kesejahteraan psikologis

Norma	Kategori	Jumlah	Presentase
$199,5 < X$	Sangat Tinggi	2	13%
$164,5 \leq X \leq 199,5$	Tinggi	12	75%
$129,5 < X \leq 164,5$	Sedang	2	13%
$94,5 < X \leq 129,5$	Rendah	0	0%
$X \leq 94,5$	Sangat Rendah	0	0%

Berdasarkan tabel 3 hasil deteksi dini kesejahteraan psikologis remaja didapatkan mayoritas kategori tinggi berjumlah 12 remaja (75%).

Tabel 4. Hasil Pretest dan Postest

Pengetahuan	True	False
Pretest	0	16
Postest	16	0

Kegiatan penyuluhan memberikan edukasi atau penyuluhan kesejahteraan psikologis remaja Gen Z, sebelum diberikan penyuluhan Tim pengabdian mengajukan 4 pertanyaan terdiri dari pengertian kesejahteraan psikologis, penyebab terganggunya kesejahteraan psikologis remaja, dampak era digitalisasi pada remaja gen Z dan cara mengatasi atau mencegah gangguan kesejahteraan psikologis remaja dalam era digitalisasi. Berdasarkan tabel 4 didapatkan ada perbedaan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan remaja generasi Z pada era digitalisasi, hasil postest menunjukkan 16 remaja menjawab benar setelah diberikan penyuluhan.

Evaluasi hasil kesimpulan terlaksananya pengabdian dengan rangkaian kegiatan pengabdian meliputi deteksi dini kesejahteraan psikologis remaja, kemudian melakukan penyuluhan remaja generasi Z pada era digitalisasi. Hasil deteksi dini didapatkan kesejahteraan psikologis remaja didapatkan mayoritas kategori tinggi berjumlah 12 remaja (75%). Ada perbedaan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan remaja generasi Z pada era digitalisasi, hasil postest menunjukkan 16 remaja menjawab benar setelah diberikan penyuluhan.

Remaja yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi merasa mampu dalam menjalani hidup, mendapatkan dukungan, puas dengan kehidupan dan mempunyai perasaan yang Bahagia. Kesejahteraan psikologis yang baik ditandai dengan diperolehnya kebahagiaan, kepuasan hidup, dan tidak adanya tanda dan gejala depresi. Dampak yang terjadi apabila kesejahteraan psikologis seseorang rendah ditinjau dari dimensi penerimaan diri yang merasa tidak puas dengan diri sendiri

dan kecewa dengan yang telah terjadi di kehidupan masa lalu karena tidak menghargai apa yang dimiliki.

Seseorang dikatakan memiliki penerimaan diri yang baik apabila individu tersebut memiliki sikap yang positif terhadap dirinya, mengakui dan menerima aspek-aspek diri termasuk hal-hal yang baik dan buruk dalam dirinya dan tetap positif terhadap kejadian masa lalunya (Ryff, 2018)

Tingginya tingkat kesejahteraan psikologis tidak terlepas dari berbagai faktor. Kemampuan remaja dalam mengarahkan dirinya untuk memaksimalkan potensi yang dimiliki dan mampu menjalin hubungan yang positif dengan orang lain. (Deviana, Umari and Khadijah, 2023). Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat berkontribusi pada peningkatan kecemasan dan depresi pada remaja. Media sosial sering kali menjadi platform di mana remaja rentan terhadap *cyberbullying* dan perbandingan sosial yang dapat mempengaruhi persepsi diri dan harga diri mereka (Imani, Kusmawati and Tohari, 2021).

Dalam era digital yang semakin terhubung, pengaruh media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja menjadi perhatian penting dalam penelitian sosial sains. Pentingnya meningkatkan literasi media pada remaja dan mengajarkan mereka tentang penggunaan yang sehat dan bertanggung jawab dari media sosial perlu ditekankan. Dukungan sosial offline, baik dari keluarga maupun teman sebaya, juga dapat berperan dalam melindungi remaja dari dampak negatif media sosial. Selain itu literasi media juga muncul sebagai faktor penting dalam membantu remaja mengembangkan kemampuan kritis dan adaptif dalam menggunakan media social (Priambodo, 2019). Penelitian serupa yang dilakukan pada ibu nifas dalam mengatasi depresi pascapersalinan dan kecemasan deteksi dan edukasi pada tahap awal dapat membantu mengurangi keparahan gejala, serta dampaknya terhadap kesehatan dan perkembangan anak dan ibu (Rospia, Cahyaningtyas and Amilia, 2023), kesehatan mental meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana berhubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan pengambilan Keputusan (Rudiansyah *et al.*, 2023)

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil deteksi dini didapatkan kesejahteraan psikologis remaja didapatkan mayoritas kategori tinggi berjumlah 12 remaja (75%). Ada perbedaan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan remaja generasi Z pada era digitalisasi, hasil posttest menunjukkan 16 remaja menjawab benar setelah diberikan penyuluhan. Pentingnya meningkatkan literasi media pada remaja dan mengajarkan mereka tentang penggunaan yang sehat dan bertanggung jawab dari media sosial perlu ditekankan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Mataram dan bidan desa Poskesdes Abian Tubuh Baru Kota Mataram sebagai Mitra Pengabdian Masyarakat yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan pengabdian sehingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR RUJUKAN

- Ali, A.Z. *et al.* (2023) 'Review: Patient engagement in child, adolescent, and youth mental health care research – a scoping review', *Child and Adolescent Mental Health*, 28(4), pp. 524–535. Available at: <https://doi.org/10.1111/camh.12615>.
- Boylan, J.M., Tompkins, J.L. and Krueger, P.M. (2022) 'Psychological Well-being, Education, and Mortality', *Health psychology: official journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, 41(3), pp. 225–234. Available at: <https://doi.org/10.1037/hea0001159>.
- BPS. 2021. Statistik Indonesia. Jakarta
- Budiyono, S. (2020) 'Pengajaran Bahasa dan Sastra di Era Digital (Era Digital, Era Masyarakat Global)', *Lingua Franca: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya*, 4(1), pp. 54–61. Available at: <https://doi.org/10.30651/lf.v4i1.4315>.

- Cholik, C.A. (2021) 'Perkembangan Teknologi Informasi Komunikasi / ICT dalam Berbagai Bidang', *Jurnal Fakultas Teknik UNISA Kuningan*, 2(2), pp. 39–46.
- Christina, R., Yuniardi, M.S. and Prabowo, A. (2019) 'Hubungan Tingkat Neurotisme dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial', *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), pp. 105–117. Available at: <https://doi.org/10.23917/indigenous.v4i2.8024>.
- Deviana, M., Umari, T. and Khadijah, K. (2023) 'Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja', *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(1), pp. 3463–3468. Available at: <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11563>.
- Hariyadi, H. and S, L.A. (2018) 'Peran Orangtua Dalam Mengawasi Anak Dalam Mengakses Media Internet Untuk Mewujudkan Perlindungan Hak Anak', *Soumatara Law Review*, 1(2), pp. 267–281. Available at: <https://doi.org/10.22216/soumlaw.v1i2.3716>.
- Imani, F.A., Kusmawati, A. and Tohari, M.A. (2021) 'Pencegahan Kasus Cyberbullying Bagi Remaja Pengguna Sosial Media', *Khidmat Sosial: Journal of Social Work and Social Services*, 2(1), pp. 74–83.
- Mental health of adolescents* (no date). Available at: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health> (Accessed: 18 February 2024).
- Monika, D.J.M. (2023) 'Psychological Well-being of Adolescents', *Journal of Chemical Health Risks*, 13(4s), pp. 679–689. Available at: <https://doi.org/10.52783/jchr.v13.i4s.1629>.
- Riskesda-2018_1274.pdf' (no date). Available at: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesda-2018_1274.pdf (Accessed: 18 February 2024).
- Permenkes Nomor 25 Tahun 2014. Upaya Kesehatan Anak. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Priambodo, G.A. (2019) 'Urgensi Literasi Media Sosial Dalam Menangkal Ancaman Berita Hoax Di Kalangan Remaja Kelurahan Balarjosari Kecamatan Blimbing Kota Malang', *Jurnal Civic Hukum*, 4(2), pp. 130–137. Available at: <https://doi.org/10.22219/jch.v4i2.9165>.
- Ryff, C.D. (2018) 'Eudaimonic well-being: Highlights from 25 years of inquiry', in *Diversity in harmony - Insights from psychology: Proceedings of the 31st International Congress of Psychology*. Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Ltd, pp. 375–395. Available at: <https://doi.org/10.1002/9781119362081.ch20>.
- Situasi-Anak-di-Indonesia-2020.pdf (2023). Available at: <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org/indonesia/files/2020-07/Situasi-Anak-di-Indonesia-2020.pdf> (Accessed: 18 February 2024).
- Warta_Kesmas_Edisi_01_Tahun_2023.pdf (2023). Available at: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/Warta_Kesmas_Edisi_01_Tahun_2023.pdf (Accessed: 18 February 2024).
- Yaumi, Muhammad dan Damopolii, M. (2014) *Action Research: Teori, Model, dan Aplikasi*. Jakarta: Kencana