

Efektivitas Intervensi Berbasis Program Edukasi pada Faktor Depresi Melalui Penerapan Teori Swanson

Theophylia Melisa Manumara¹, Parhan Herdiansyah², Muhamad Raffy As`Sidiq Rizky³, Intan Apriliyani⁴, Alma Danela⁵, Mutiara Putri Rahayu⁶, Jihan Sabrina⁷, Muhamad Yogi⁸, Siti Mardianti⁹, Destry Delviany¹⁰, Melani Putri Permana¹¹, Nichia Agniya Qirana¹²

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12) Program Studi Sarjana Keperawatan, Institut Kesehatan Rajawali, Bandung, Indonesia

E-mail: theophylia30@gmail.com

Abstrak

Masalah kesehatan jiwa seperti depresi dan gangguan kecemasan menjadi beban global yang mempengaruhi kualitas hidup, khususnya pada populasi rentan seperti remaja dan kalangan mahasiswa. Meskipun intervensi berbasis tenaga kesehatan diakui sebagai pendekatan kunci untuk meningkatkan outcome klinis dan kepatuhan pasien. Studi ini berupaya mengkaji efektivitas intervensi berbasis tenaga kesehatan dalam penatalaksanaan gangguan mental, sekaligus mengidentifikasi faktor penentu. Melalui metode tinjauan naratif. Intervensi berbasis tenaga kesehatan melalui edukasi terstruktur, pemantauan berkala, dan manajemen kasus outcome terapi, kurangnya pelatihan berkelanjutan, dan sistem pemantauan yang belum optimal depresi, kecemasan, gangguan tidur, dan tekanan akademik, dengan dukungan sosial dan kualitas tidur sebagai faktor protektif. Intervensi berbasis tenaga kesehatan efektif dalam meningkatkan outcome kesehatan mental ketika didukung oleh program edukasi, pendampingan, dan pengembangan kapasitas tenaga kesehatan yang berkelanjutan. Adaptasi strategi sesuai konteks sosio-kultural lokal menjadi faktor penentu kesuksesan. Perlu dilakukan penelitian eksperimental lebih lanjut untuk memperkuat bukti efektivitas, termasuk pengembangan model intervensi digital yang mengintegrasikan pendekatan caring dan sistem dukungan pasien yang komprehensif.

Kata Kunci: Gangguan Mental, Depresi, Kecemasan, Swanson

Abstract

Mental health problems such as depression and anxiety disorders become a global burden that affects the quality of life, especially in vulnerable populations such as adolescents and among students. as a key approach to increasing clinical outreach and patient compliance. This study seeks to review the effectiveness of healthcare-based interventions within the arrangement of mental disorders, while identifying factors. Through the narrative review method. Interventions based on health workers through structured education, periodic monitoring, and case management and out therapy, lack of sustainable training, and suboptimal monitoring systems. Studies also reveal lead-down relationships between depression, anxiety, sleep disorders, and academic pressure, with social support and sleep quality as a protective factor. Health-based interventions are effective in increasing mental health output when supported by sustainable education, mentoring, and development of health workers capacity. Further experimental research is needed to strengthen the evidence of effectiveness, including the development of digital intervention models that integrate a search approach and a comprehensive patient support system.

Keywords: Mental Disorders, Depression, Anxiety, Swanson

PENDAHULUAN

Berbagai kondisi kesehatan kronis dan masalah kesehatan masyarakat memerlukan pendekatan penanganan yang terintegrasi, yang melibatkan kolaborasi antara tenaga medis, keperawatan, dan dukungan kebijakan. Bukti empiris mengindikasikan bahwa pendekatan multidisiplin, khususnya yang dipimpin oleh perawat atau tenaga kesehatan primer, memegang krusial dalam meningkatkan kualitas hidup pasien dan hasil klinis dalam konteks indonesia, keberhasilan implementasi strategi – strategi tersebut sangat bergantung pada kemampuan adaptasinya terhadap kondisi sosial – budaya dan ketersediaan sumber daya setempat, sehingga intervensi dapat di terapkan secara efektif dan berkelanjutan(WIGUNA & ARYANI, 2024).

Kesehatan mental adalah komponen vital dalam hidup manusia, di mana depresi dan kecemasan merupakan dua kondisi yang kerap muncul bersamaan dan berdampak pada penurunan kualitas hidup. Temuan studi terkini mengungkapkan bahwa depresi dan kecemasan tidak muncul secara terisolir, tetapi berinteraksi dengan elemen lain seperti insomnia, stres, dan masa kehamilan atau setelah keguguran. Interaksi ini juga berhubungan dengan peningkatan risiko bunuh diri dan cara seseorang merespons trauma. Berbagai jurnal internasional dan nasional menyoroti dinamika ini, khususnya pada kelompok rentan seperti ibu hamil, remaja, dan masyarakat ada (Hafifatul Auliya Rahmy, 2021).

Penelitian mengungkapkan bahwa konteks sosial – budaya dapat memiliki dua sisi berlawanan terhadap depresi : satu sebagai penyangga, dan lainnya sebagai pemicu. Bukti dari komunitas maya guatemala menunjukkan bahwa dukungan dari jaringan sosial yang kohesif dapat bertindak sebagai faktor protektif yang mengurangi risiko depresi dan kecemasan. Di sisi lain, analisis historis oleh Swanson (1983) mengenai segregasi rasial di Durban abad ke-19 mengilustrasikan bagaimana struktur sosial yang operatif justru menjadi sumber stres kronis yang berkontribusi terhadap kerentanan mental, meskipun dalam konteks yang berbeda dengan zaman modern (Stella et al., 2025).

Namun, terdapat kesenjangan, khususnya dalam konteks budaya Indonesia. Beberapa jurnal nasional telah mengidentifikasi perlunya pengembangan intervensi lokal yang sensitif terhadap norma sosial dan keterjangkauan layanan. Hubungan timbal balik antara depresi, kecemasan, dan insomnia pada masa perinatal merupakan tema krusial yang diangkat dalam berbagai penelitian. Temuan Swanson et al. (2011) menegaskan bahwa insomnia bukan hanya gejala, tetapi juga peramal signifikan bagi memburuknya kondisi mental, sehingga penanganan gangguan tidur sejak dini sangat di anjurkan. Di sisi lain, konteks pasca keguguran juga mendapat perhatian (Putri & Widiyawati, 2025).

Swanson (2000) lewat model Lazarus-nya menyoroti bahwa cara individu menilai dan mengatasi stres (koping) sangat memengaruhi munculnya depresi setelah keguguran, yang dialami oleh 20% kehamilan. Efektivitas pendekatan berbasis pasangan dalam resolusi duka dan depresi pascakeguguran pun dibuktikan oleh Swanson et al. (2009), yang berhasil pada populasi dengan tingkat riwayat pengobatan depresi/ kecemasan sebesar 30%. Sebuah studi menunjukkan bahwa terapi yang melibatkan pasangan (suami) efektif membantu pemulihan depresi dan kesedihan (grief) pada wanita setelah mengalami keguguran. Intervensi ini terbukti secara signifikan mengurangi gejala, terutama bagi penderita riwayat kecemasan. (Putri & Widiyawati, 2025).

Masa remaja yang ditandai dengan perubahan signifikan secara biologis, sosial, dan psikologis. Merupakan periode yang rentan bagi timbulnya masalah kesehatan mental. Depresi dan kecemasan menempati posisi sebagai gangguan mental yang paling banyak dialami oleh remaja secara global. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskades) tahun 2018 menunjukkan bahwa 6,2% remaja di Indonesia menderita depresi, dengan penyebab utamanya antara lain perundungan (bullying), stres akademik, dan dinamika hubungan sosial yang tidak sehat, (502) Remaja di seluruh dunia sangat rentan mengalami depresi dan kecemasan akibat berbagai perubahan yang mereka alami (Florensa et al., 2016).

Di Indonesia, survei Riskesdas 2018 mengungkapkan bahwa 6,2% remaja mengalami depresi. Faktor-faktor seperti bullying, tekanan akademik, dan hubungan sosial yang buruk diidentifikasi sebagai pemicu utama kondisi tersebut. (3256) Media sosial dan perkembangan digital disebutkan dalam 3.256 artikel penelitian sebagai faktor yang meningkatkan risiko depresi dan adiksi remaja. Leading to social isolation and declining mental health. Masalah serupa terjadi di kalangan Mahasiswa secara global. Penelitian Jenaro dan kawan kawan (2021) menemukan bahwa Mahasiswa yang pernah mengalami cyberbullying di sekolah menengah cenderung menunjukkan gejala anxiety dan depression (Florensa et al., 2016).

METODE

Strategi Pencarian

Strategi pencarian dilakukan pada database jurnal diantaranya; Google scholar, spinger, nature, pubmed, Dengan menggunakan kata kunci pada kecemasan dan depresi pada remaja dengan teori swanson. Kriteria penulis dalam literatur review ini Adalah yang di publikasi pada tahun 2015

– 2025 dalam versi Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris dengan akses terbuka dan akses lengkap dalam bentuk original artikel.

Kriteria penyisihan

Proses seleksi diawali dengan menyaring bahasa publikasi artikel yang tidak menggunakan Bahasa Indonesia atau Inggris dikeluarkan karena keterbatasan dalam menganalisisnya. Kriteria berikutnya adalah relevansi topik, di mana hanya penelitian yang fokus pada depresi dan/atau kecemasan pada remaja yang diterima, sedangkan penelitian tentang gangguan mental di luar kelompok usia tersebut tidak dipertimbangkan. Dengan demikian, artikel yang topiknya melenceng, seperti yang membahas gangguan mental pada dewasa atau anak-anak, dikeluarkan dari studi.

Strategi

Proses mengkaji literatur bisa memberikan hasil yang optimal, diperlukan Langkah-Langkah yang teratur dan terencana. Hal pertama dan paling penting yang harus dilakukan adalah menentukan tujuan serta batas-batas dari kajian yang dilakukan, peneliti harus tahu apa yang ingin dicapai, misalnya mencari topik yang belum banyak diteliti, menguatkan teori, atau menyusun model konsep. Hal ini dapat menyusun literatur secara efektif dan dapat dipahami oleh semua orang serta pemahaman yang sesuai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sintesis ada mengungkap pola yang konsisten, yaitu bahwa pendekatan edukatif dan pendampingan oleh tenaga kesehatan merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan outcome kesehatan pasien. (Nurhayati, 2020) Studi-Studi internasional memberikan bukti kuat mengenai efektivitas intervensi berbasis bukti (evidence-based), sementara studi nasional menyoroti perlunya penyesuaian strategi dengan konteks sosial dan infrastruktur layanan Kesehatan, namun implementasi yang optimal sering kali terhambat oleh keterbatasan sumber daya, kurangnya pelatihan, dan dukungan kebijakan yang tidak berkelanjutan (Aji Pamungkas et al., 2021). Kegiatan ini bahwa sinergi antara tenaga kesehatan, pemerintah daerah, dan masyarakat menjadi prasyarat penting bagi keberhasilan program. Lebih lanjut, mayoritas penelitian yang tersedia masih didominasi oleh desain cross-sectional dan pendekatan deskriptif. Untuk memperkuat bukti kuasal antara intervensi dan hasil kesehatan, diperlukan lebih banyak penelitian dengan desain longitudinal atau eksperimental di masa penelitian mengungkap hubungan yang erat antara depresi, kecemasan, dan insomnia, yang sangat menonjol pada populasi perinatal. Swanson dan kolega (2011; 2000) menemukan bahwa insomnia dapat memprediksi keparahan depresi dan kecemasan (Stella et al., 2025).

Pada mereka yang memiliki riwayat gangguan mood, temuan ini diperkuat oleh Stella et al. (2025) yang, dalam konteks perilaku bunuh diri, kecemasan sebagai elemen kunci yang saling berhubungan dengan depresi dan stres. Namun, studi sepakat akan pentingnya menganalisis ketiga faktor ini secara bersamaan dalam satu model untuk mendapatkan pemahaman yang lebih akurat dan menghindari bias. Studi menunjukkan bahwa terapi yang melibatkan pasangan (suami) efektif membantu pemulihan depresi dan kesedihan pada wanita setelah mengalami keguguran. Intervensi ini terbukti secara signifikan mengurangi gejala, bagi mereka yang memiliki riwayat kecemasan (Cemp et al., 2024). Kegiatan ini menegaskan bahwa dukungan dan cara coping yang baik sejak dini dapat mencegah depresi menjadi lebih parah. Solusi Efektif: Konseling atau terapi yang melibatkan kedua pasangan (suami-istri) terbukti ampuh untuk mengatasi depresi dan duka pasca-keguguran (Putri & Widiyawati, 2025). Terbukti dari Riset: Penelitian klinis menunjukkan intervensi ini berhasil meredakan gejala, bahkan pada orang yang sebelumnya pernah mengalami depresi atau memiliki tingkat kesedihan yang tinggi. Kesimpulan: Dukungan dan penanganan sejak dini, dengan fokus pada cara pasangan menghadapi masalah (coping), adalah kunci untuk mencegah depresi yang lebih berat (Siswa et al., 2024).

Sebuah intervensi keperawatan modern berbasis internet (Kim et al., 2021) telah dikembangkan dengan pendekatan "caring" (peduli) untuk pemulihan trauma. Serta intervensi digital ini terbukti efektif mengurangi gejala trauma dan lebih mudah diakses, sehingga mengatasi hambatan jarak dan waktu, terutama selama pandemi yang melengkapi intervensi tradisional seperti terapi pasangan (Swanson et al., 2009) dengan menawarkan solusi yang lebih praktis. Inovasi Baru: Kini ada terapi pemulihan trauma secara online yang dikembangkan berdasarkan teori keperawatan

berfokus pada rasa peduli (caring). melengkapi terapi konvensional seperti konseling pasangan (Moonti, 2023).

Keunggulannya: Terapi digital ini terbukti bisa mengurangi gejala stres pasca-trauma dan lebih mudah dijangkau, mengatasi masalah jarak (seperti di daerah terpencil) atau situasi seperti pandemi. Pelengkap Metode Lama: Kehadiran terapi online ini melengkapi metode konvensional (seperti konseling pasangan). Untuk pemulihan trauma, dan sekarang sudah tersedia terapi keperawatan yang bisa diakses lewat internet. Serta adanya Terapi online ini dirancang dengan penekanan pada sikap peduli dan empati, dan ternyata efektif meredakan gejala trauma. Keunggulan utamanya adalah kemudahan akses, sehingga cocok untuk mereka yang tinggal jauh dari fasilitas kesehatan.

Kesimpulan dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa depresi remaja disebabkan oleh banyak faktor, baik dari dalam diri (seperti pola pikir, keyakinan diri, dan harga diri) maupun dari luar (seperti lingkungan pertemanan, tekanan sekolah, dan pengaruh digital). Faktor-faktor seperti cyberbullying, dukungan sosial yang minim, dan ketidakmampuan mengelola emosi terbukti secara jelas memperbesar peluang seorang remaja mengalami depresi. Temuan ini memperkuat konteks pandangan bahwa depresi remaja adalah masalah kompleks yang berasal dari gabungan unsur internal (kognitif dan psikologis) dan eksternal (sosial dan akademik) yang saat ini seringkali terjadi (Jenaro et al., 2021).

Berbagai bentuk intervensi, seperti edukasi dan psikoterapi, telah terbukti keefektifannya dalam meredakan gangguan mental terutama pada gejala depresi. Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) yang berfokus pada modifikasi pola pikir yang negatif, sementara itu teknik seperti mindful breathing dan terapi self-healing digital berperan dalam mengembangkan kesadaran diri serta stabilitas emosional. Di samping itu, program pencegahan dini yang diintegrasikan ke dalam lingkungan sekolah—melalui edukasi kesehatan mental dan upaya peningkatan harga diri—juga memiliki peran yang krusial sehingga mampu perlahan memulihkan kesehatan mentalnya (Jenaro et al., 2021).

Intervensi yang berbasis pada tenaga kesehatan, khususnya melalui edukasi dan pendampingan pasien, telah terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan dan outcome (Devi et al., 2022). Kebersihan suatu intervensi sangat ditentukan oleh faktor sosial dan konteks sistem kesehatan lokal, sehingga adaptasi strategi untuk setiap daerah menjadi suatu keharusan, dan pada penguatan kapasitas tenaga kesehatan melalui pelatihan berkelanjutan serta peningkatan kolaborasi antar lembaga merupakan langkah strategis untuk menjamin keberlanjutan program, sehingga terdapat juga kesenjangan bukti empiris yang memerlukan penelitian lanjutan dengan metode kuantitatif (Agustina, 2019).

Pengembangan alat ukur tersentralisasi, seperti indeks nasional untuk depresi dan kecemasan, memiliki manfaat strategis dalam pemantauan populasi, indeks semacam itu memungkinkan perbandingan data yang konsisten antar berbagai survei serta memudahkan indentifikasi kelompok beresiko. Sebagai contoh penerapan national depression index dan national anxiety index di Australia membuktikan bahwa pendekatan standarisasi ini efektif untuk melacak tren kesehatan mental dan menilai tingkat risiko relatif di antara sub-kelompok dalam populasi. Sehingga tren dan kerentanan populasi dapat dipantau dengan lebih baik untuk mengukur depresi dan kecemasan (Ingeborg et al., 2024).

SIMPULAN

Kecemasan dan depresi sering kali muncul bersamaan dan merupakan aspek penting dari gangguan psikologis pada kelompok rentan, seperti remaja dan individu yang meninggalkan catatan bunuh diri. Melalui analisis jejaring kognitif terhadap teks-teks serius (seperti catatan bunuh diri), penelitian menunjukkan bahwa kecemasan menempati posisi sentral dalam ekspresi tekanan psikologis. Pada populasi rentan, termasuk remaja dan orang dengan pikiran untuk bunuh diri, kecemasan dan depresi saling berkaitan erat. Analisis terhadap teks seperti catatan bunuh diri mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan elemen utama yang mendasari ungkapan tekanan emosional mereka (Siswa et al., 2024). Depresi dan kecemasan menunjukkan tingkat prevalensi dan beban yang signifikan di kalangan remaja dan mahasiswa Indonesia, yang dipicu oleh beragam faktor seperti tekanan akademik, gangguan tidur, dan dinamika komunikasi keluarga. Temuan dari jurnal lokal, termasuk terbitan Poltekkes Pangkal Pinang, memperkuat hal ini dengan melaporkan tingginya

angka serta korelasi antara risiko depresi pada populasi tersebut dengan faktor-faktor tersebut. Berbagai penelitian lokal, seperti yang dimuat dalam jurnal Poltekkes Pangkal Pinang dan e-jurnal kampus, mengonfirmasi tingginya beban depresi dan kecemasan di kalangan remaja dan mahasiswa Indonesia (Florensa et al., 2016).

Intervensi nonfarmakologis (misalnya neurofeedback) menunjukkan janji awal untuk meredakan gejala depresi dan kecemasan. Akan tetapi, buktinya masih awal dan terbatas oleh desain studi serta sampel yang kecil. Meta-analisis yang ada mengakui potensinya, namun juga menyoroti ketidakkonsistenan antar studi, sehingga penelitian yang lebih besar dan terkontrol masih sangat dibutuhkan. Meskipun keterbatasan metodologis dan ukuran sampel yang kecil, ditambah dengan heterogenitas tinggi yang ditemukan dalam meta analisis, membuat temuan ini masih bersifat sementara. Oleh karena itu, klaim efektivitasnya perlu didukung oleh penelitian (Florensa et al., 2016).

SARAN

Bagi ilmu keperawatan terlebih bidang keperawatan jiwa dan komunitas, kiranya hasil penelitian ini dapat menambah sumber acuan terkait pentingnya dukungan keluarga dengan anggota keluarga yang mengalami gangguan kesehatan mental. Serta bagi keluarga pasien diharapkan agar selalu dapat memberikan dukungan yang baik, menjaga komunikasi yang positif dan menghindari sikap untuk menyalahkan serta berikan dorongan dan memberikan bimbingan dan motivasi untuk berubah dan juga harus memahami situasi dan perasaan dari pasien yang menderita gangguan mental.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, kami dapat menyelesaikan penulisan literatur review. Kami menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, cukup sulit bagi kami untuk menyelesaikan penulisan literatur review ini. Oleh sebab itu saya mengucapkan terimakasih kepada ibu Theophyllia Melisa Manumara, S. Kep., Ners., M. Kep. selaku pembimbing utama, atas bimbingan, masukan, dan dukungannya dalam menyelesaikan penelitian ini. Dan tak lupa kepada rekan sejawat yang telah memberikan masukan serta waktu yang berharga selama diskusi penulisan literatur review sampai selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji Pamungkas, B., Dzil Kamalah, A., Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan Jln Raya Ambokembang No, P., & Pekalongan Indonesia, K. (2021). Gambaran tingkat depresi pada remaja. *Seminar Nasional Kesehatan, 1*, 1332–1341. <https://jurnal.umpp.ac.id/index.php/prosiding/article/view/832>
- Cemp, J., Tengah, P., Rw, R. T., Tim, C. P., Putih, K. C., & Jakarta, K. (2024). Philosophies Teori Konsep Keperawatan Jean Watson “ Caring ” Rinezia Rinza Farizal Irna Nursanti dan kemanusiaan terhadap proses , fenomena dan pengalaman perawatan manusia . Ilmu caring ., *Jurnal Medika Nusantara, 2*(1), 103–111.
- Devi, K. A. T., Sumadewi, K. T., & Arsana, I. W. E. (2022). Hubungan Adiksi Internet dengan Depresi dan Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa Angkatan 2018 dan 2019. *Aesculapius Medical Journal, 2*(3), 181–187. <https://www.ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/amj/article/view/5365/3945>
- Florensa, Keliat, B. A., & Wardani, I. Y. (2016). Peningkatan Efikasi Diri Dan Penurunan Depresi. *Jurnal Keperawatan Indonesia, 19*(3), 169–175.
- Hafifatul Auliya Rahmy. (2021). 1017-Article Text-3947-3-10-20220207. *Depresi Dan Kecemasan Remaja Ditinjau Dari Perspektif Kesehatan Dan Islam, 1*(Anxiety), 1–2. <https://e-journal.lp2m.uinjambi.ac.id/ojs/index.php/demos/article/view/1017/533>
- Jenaro, C., Flores, N., & Frías, C. P. (2021). Anxiety and Depression in Cyberbullied College Students: A Retrospective Study. *Journal of Interpersonal Violence, 36*(1–2), 579–602. <https://doi.org/10.1177/0886260517730030>
- Moonti. (2023). Journal of Nursing Practice and Education. *Hubungan Kualitas Tidur Dan Penggunaan Lampu Saat Tidur Dengan Kebugaran Tubuh Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Kampus STIKes Kuningan, 3*(2), 179–188.

- <https://doi.org/10.34305/jnpe.v3i2.710>
- Nurhayati, P. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan dan depresi pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.32504/hspj.v4i1.176>
- Putri, H. T., & Widiyawati, W. (2025). Hubungan stres, kecemasan, dan depresi dengan kualitas tidur siswa SMA di Gresik dalam menghadapi ujian akhir semester. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 19(2), 205–211. <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i2.846>
- Siswa, O., Vii, K., & Miftahussalam, S. M. P. (2024). *PEDAGOGI: Jurnal Ilmiah Pendidikan PEDAGOGI: Jurnal Ilmiah Pendidikan P-ISSN 2406-7873 E-ISSN 2807-2815*. 10(1), 111–118.
- Stella, M., Swanson, T. J., Teixeira, A. S., Richson, B. N., Li, Y., Hills, T. T., Forbush, K. T., & Watson, D. (2025). Cognitive Networks and Text Analysis Identify Anxiety as a Key Dimension of Distress in Genuine Suicide Notes. *Big Data and Cognitive Computing*, 9(7), 1–20. <https://doi.org/10.3390/bdcc9070171>
- WIGUNA, G. R. P., & ARYANI, L. N. A. (2024). Depresi Pada Remaja Dengan Adiksi Telaah Sistematis. *KNOWLEDGE: Jurnal Inovasi Hasil Penelitian Dan Pengembangan*, 4(2), 38–45. <https://doi.org/10.51878/knowledge.v4i2.3265>