

Peran Pendidikan Karakter dalam Menjaga Kesehatan Mental Remaja di Era Modern

Karimatul Khadijah Zains^{1*}, Wahyuli Romadotul Husnah², Siti Kurniawati Ningsih³, Sirly Amriya Hairiyati⁴, Devy Habibi Muhammad⁵

¹²³⁴⁵Institut Ahmad Dahlan Probolinggo, Indonesia

*Email: karimarima3135@gmail.com

Abstract

This study aims to analyze the role of character education in maintaining adolescent mental health amidst the challenges of the modern era. Character education not only functions to shape positive attitudes and behaviors, but also offers support in strengthening adolescent mental resilience against psychological pressures such as academic pressure, the influence of social media, and rapid social change. The background of this study is considered important because it demonstrates the need to improve understanding of adolescent mental health issues and the role of education in encouraging the continuous strengthening of values and character. This study uses a qualitative approach with a literature study method, namely through the collection and analysis of various literature sources such as books, scientific journal articles, and previous research results relevant to character education and adolescent mental health. Research results show that character education contributes to improving adolescents' ability to control themselves, develop a sense of responsibility, demonstrate empathy, and effectively manage emotions and stress. Furthermore, character education also acts as a preventative measure to reduce the risk of mental health problems. However, implementing character education in the modern era faces challenges, primarily due to the influence of the digital environment and the lack of consistency in its application in educational settings. Therefore, character education plays a crucial role in maintaining adolescent mental health through integrated, contextual learning strategies that respond to the dynamics of modern developments.

Keyword: Character Education, Mental Health, Adolescents, Modern Era

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran pendidikan karakter dalam menjaga kesehatan mental remaja di tengah tantangan zaman modern. Pendidikan karakter bukan hanya berfungsi untuk membentuk sikap dan perilaku yang positif, tetapi juga menawarkan dukungan dalam memperkuat ketahanan mental remaja terhadap tekanan psikologis seperti tekanan akademik, pengaruh media sosial, serta perubahan sosial yang terjadi dengan cepat. Latar belakang penelitian ini dipandang penting karena menunjukkan kebutuhan akan peningkatan pemahaman mengenai masalah kesehatan mental remaja dan peran pendidikan dalam mendorong penguatan nilai dan karakter secara berkelanjutan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka, yaitu melalui pengumpulan dan analisis berbagai sumber literatur seperti buku, artikel jurnal ilmiah, serta hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan pendidikan karakter dan kesehatan mental remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan karakter berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan remaja dalam mengendalikan diri, memiliki sikap tanggung jawab, menunjukkan empati, serta mengelola emosi dan stres secara efektif. Selain itu, pendidikan karakter juga bertindak sebagai upaya pencegahan untuk mengurangi risiko munculnya masalah kesehatan mental. Namun, penerapan pendidikan karakter di era modern menghadapi tantangan, terutama karena pengaruh lingkungan digital dan kurangnya konsistensi dalam penerapannya di lingkungan pendidikan. Dengan demikian, pendidikan karakter memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan mental remaja dengan strategi pembelajaran yang terintegrasi, kontekstual, serta mampu merespons dinamika perkembangan zaman.

Kata Kunci: Pendidikan Karakter, Kesehatan Mental, Remaja, Era Modern

Pendahuluan

Di era modern yang ditandai dengan serangkaian tantangan psikososial yang kompleks, kesehatan mental remaja menjadi perhatian utama dalam diskursus pendidikan. Pendidikan karakter berperan penting dalam pengembangan mental dan emosional generasi muda. Pendidikan karakter tidak hanya memberikan landasan moral, tetapi juga membangun keterampilan sosial yang krusial untuk resilien terhadap tekanan kehidupan. Pendidikan karakter mendorong pembelajaran keterampilan seperti empati, manajemen emosi, dan kerjasama, yang merupakan elemen penting dalam perkembangan kesehatan mental positif. Intervensi yang fokus pada ketahanan dapat mengurangi risiko masalah kesehatan mental di kalangan remaja. Pendidikan karakter dapat membentuk generasi yang berkualitas dan berkontribusi dalam mencegah perilaku menyimpang pada remaja, termasuk di dalamnya masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi.

Remaja menghadapi berbagai tantangan yang berkaitan dengan kesehatan mental, termasuk efek dari perkembangan teknologi, perubahan sosial, dan tekanan akademis yang semakin meningkat. Pendidikan karakter berfungsi untuk membangun nilai-nilai positif, seperti tanggung jawab, empati, dan disiplin, yang esensial untuk pengembangan psikologis remaja. Melalui pengenalan nilai-nilai ini, pendidikan karakter dapat memberikan remaja alat untuk mengenali dan mengatasi masalah emosional yang dihadapi. Misalnya, program pendidikan karakter yang terintegrasi dalam kurikulum sekolah dapat meningkatkan kepedulian dan dukungan sosial di kalangan siswa, yang telah terbukti berdampak positif pada kesehatan mental (Darling et al., 2021).

Pendidikan karakter memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga kesehatan mental remaja, terutama di era modern yang ditandai oleh kompleksitas dan dinamika sosial yang terus berubah. Dalam konteks ini, pendidikan karakter tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk membangun moral dan etika, tetapi juga sebagai alat vital untuk mencegah masalah kesehatan mental di kalangan remaja. Hal ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa banyak remaja menghadapi tantangan besar dalam mempertahankan kesehatan mental mereka, yang diindikasikan oleh meningkatnya prevalensi gangguan mental seperti kecemasan dan depresi selama masa-masa sulit seperti pandemi COVID-19, di mana data menunjukkan peningkatan signifikan dalam gejala depresi dan kecemasan pada remaja (Racine et al., 2021). Oleh karena itu, pendidikan karakter yang dilakukan secara sistematis dapat menjadi bekal bagi remaja untuk mengembangkan ketahanan mental dalam menghadapi berbagai tekanan.

Selain itu, penerapan pendidikan karakter di sekolah juga berfungsi sebagai langkah pencegahan terhadap masalah kesehatan mental. Pendekatan ini menunjukkan efektivitas dalam menurunkan kasus perilaku menyimpang dan

meningkatkan kemampuan adaptasi remaja terhadap tekanan (Aziz et al., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis karakter dapat membantu remaja mengembangkan kedewasaan emosional yang lebih baik, sehingga mereka lebih mampu menangani stres dan tantangan yang kompleks dalam kehidupan sehari-hari (Octahabriansyah & Mustofa, 2023). Oleh karena itu, pendidikan karakter bukan hanya berfokus pada pembentukan perilaku baik, tetapi juga pada peningkatan kesehatan mental yang holistik bagi remaja.

Pendidikan karakter juga berfungsi sebagai alat preventif terhadap masalah kesehatan mental yang semakin umum di kalangan remaja. Menurut penelitian, sekitar satu dari sepuluh anak dan remaja mengalami masalah kesehatan mental yang memerlukan intervensi. Dengan memasukkan nilai dan etika dalam kurikulum, remaja lebih dipersiapkan untuk mengenali dan menangani perasaan mereka, serta membantu teman sebaya mereka dalam keresahan mental. Pendidikan karakter yang didasari pada pengetahuan kesehatan mental, memungkinkan remaja untuk lebih memahami gejala dan urgensi mencari bantuan (Velasco et al., 2020). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan karakter tidak hanya sekadar membentuk sikap moral, tetapi juga menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental yang lebih baik di kalangan remaja.

Implementasi pendidikan karakter yang efektif dapat membantu mencegah masalah kesehatan mental dengan membekali remaja dengan keterampilan sosial dan emosional yang diperlukan untuk menghadapi tekanan hidup. Program-program pendidikan yang terintegrasi, yang mengedepankan kebiasaan positif, empati, dan kolaborasi, bisa mendorong remaja untuk lebih terbuka dalam membicarakan perasaan dan masalah yang mereka hadapi. Hal ini penting karena penelitian menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial dan keterampilan mengatasi masalah dapat memperburuk kondisi kesehatan mental remaja. Sebagai contoh, keterlibatan siswa dalam kegiatan yang berfokus pada pengembangan diri dan hubungan interpersonal di sekolah dapat mengurangi risiko masalah kesehatan mental, seperti yang ditunjukkan oleh hubungan positif antara penggunaan layanan kesehatan mental di sekolah dan hasil pendidikan (Kang-Yi et al., 2023).

Namun, tantangan implementasi pendidikan karakter di era modern tidak dapat diabaikan. Sekolah-sekolah sering kali menghadapi keterbatasan sumber daya yang signifikan, terutama di daerah-daerah yang kurang terlayani, sehingga menyulitkan mereka untuk memberikan layanan kesehatan mental yang memadai dan implementasi kurikulum karakter yang holistik (Lawson & Azad, 2024). Selain itu, stigma yang melekat pada kesehatan mental juga merupakan hambatan besar yang dapat menghalangi remaja dari mencari bantuan yang mereka perlukan. Dalam konteks ini, kolaborasi antara pihak-pihak yang terlibat dalam mendukung kesehatan mental remaja sangat penting. Melalui pengembangan program-program yang

melibatkan orang tua, pendidik, dan masyarakat luas, pendidikan karakter dapat diperkuat dan menjadi lebih relevan dengan tantangan yang dihadapi remaja saat ini (Aliim & Darwis, 2024).

Dengan memanfaatkan pendidikan karakter untuk mencegah masalah kesehatan mental dan mengatasi tantangan dalam implementasinya, kita dapat mewujudkan generasi remaja yang tidak hanya cerdas secara akademis tetapi juga matang secara emosional dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan baik. Oleh karena itu, penting bagi sistem pendidikan untuk mengintegrasikan pendidikan karakter dengan pendekatan yang inovatif, misalnya dengan memanfaatkan teknologi untuk mengembangkan program-program yang mendukung interaksi sosial yang positif (Schnitker et al., 2021).

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis peran pendidikan karakter dalam menjaga kesehatan mental remaja, mengeksplorasi strategi yang dapat diterapkan untuk memperkuat pendidikan karakter, serta mengidentifikasi tantangan yang dihadapi dalam implementasinya di era digital ini. Dengan memahami hubungan antara pendidikan karakter dan kesehatan mental, diharapkan dapat dirumuskan langkah-langkah yang efektif untuk mendukung kesejahteraan remaja di tengah gempuran modernitas.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (library research). Data yang diperoleh berasal dari analisis berbagai literatur yang relevan, seperti buku, artikel jurnal ilmiah, laporan penelitian, serta dokumen kebijakan pendidikan yang berkaitan dengan pendidikan karakter dan kesehatan mental remaja. Pendekatan ini dipilih karena penelitian ini bersifat konseptual dan analitis, fokus pada pengembangan teori, tinjauan temuan sebelumnya, serta sintesis informasi untuk memahami peran pendidikan karakter dalam menjaga kesehatan mental remaja di era modern (Maghfiroh et al., 2024) (Zulfahji, 2025).

Analisis data dilakukan secara deskriptif-kualitatif, yaitu dengan membaca, mengklasifikasikan, dan menyintesis informasi yang berasal dari berbagai sumber untuk mencapai kesimpulan yang utuh. Proses ini mencakup identifikasi tema utama, pemetaan hubungan antara pendidikan karakter dengan kesehatan mental, serta pengupasan tantangan dan strategi dalam menerapkan pendidikan karakter di masa kini. Dengan metode ini, penelitian berhasil memberikan pemahaman yang mendalam mengenai kontribusi pendidikan karakter terhadap kesehatan mental remaja dan memberikan dasar teoritis yang kuat bagi pembentukan kebijakan serta praktik pendidikan di masa depan.

Hasil dan Pembahasan

A. Peran Pendidikan Karakter terhadap Kesehatan Mental Remaja

Pendidikan karakter memainkan peran krusial dalam mendukung kesehatan mental remaja dengan menciptakan landasan yang positif bagi perkembangan emosional dan sosial mereka. Dalam konteks remaja, terdapat hubungan yang kuat antara pendidikan karakter dan pengurangan masalah kesehatan mental. Program-program yang diimplementasikan di sekolah-sekolah di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah menunjukkan bahwa pendidikan karakter yang terintegrasi dalam kurikulum sekolah dapat menghasilkan peningkatan signifikan dalam kesejahteraan emosional siswa, serta mengurangi gejala depresi dan kecemasan. Pendidikan karakter tidak hanya meningkatkan keterampilan coping dan resiliensi tetapi juga menciptakan lingkungan yang suportif, di mana remaja merasa aman untuk mengekspresikan perasaan mereka (Marinucci et al., 2022).

Kehadiran pendidikan karakter dalam kurikulum pendidikan berfungsi untuk membangun ketahanan mental yang kuat. Dalam kajian dikemukakan bahwa individu yang mampu menghadapi dan beradaptasi terhadap stres mempunyai tingkat kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan mereka yang merasa tidak berdaya dalam menghadapi tantangan. Selain itu, pengalaman paparan terhadap peristiwa traumatis, seperti pandemi COVID-19, menunjukkan bahwa remaja dengan pendidikan yang rendah mengalami masalah kesehatan mental yang lebih signifikan karena kurangnya kemampuan untuk pulih dari situasi darurat (Liang et al., 2020). Oleh karena itu, pendidikan karakter yang mengajarkan remaja untuk membangun resiliensi dan mengembangkan strategi coping yang sehat sangatlah penting.

Salah satu aspek penting dari pendidikan karakter adalah penguatan kemampuan individu dalam mengelola stres dan mengembangkan sikap positif, yang terkait dengan nilai-nilai karakter. AQ (Adversity Quotient) yang tinggi memungkinkan remaja untuk menjadi lebih resilien dalam menghadapi kesulitan, yang merupakan faktor kunci dalam menjaga kesehatan mental. Dengan menerapkan nilai-nilai karakter seperti empati, tanggung jawab, dan kejujuran, remaja diharapkan mampu berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka dengan lebih efektif dan tidak mudah terpengaruh oleh tuntutan negatif (Sembiring & Hermanto, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan karakter tidak hanya berperan dalam pengembangan moral, tetapi juga berkontribusi pada kesejahteraan psikologis remaja.

Penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara remaja laki-laki dan perempuan dalam merespon pendidikan karakter serta dampaknya terhadap kesehatan mental. Remaja perempuan cenderung lebih berdampak negatif terhadap kesehatan mental mereka sebagai akibat dari kurangnya keterampilan sosial dan pengalaman kekerasan antar pribadi (Racine et al., 2021). Oleh karena itu,

program pendidikan karakter yang dirancang dengan memperhatikan perbedaan gender dapat lebih efektif dalam mencapai hasil yang positif dalam kesehatan mental. Hal ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa remaja yang terlibat dalam kegiatan sosialisasi yang positif, termasuk dalam pendidikan karakter dan pelayanan sosial, lebih mungkin untuk mengalami perbaikan dalam kesejahteraan mental mereka (Amu et al., 2020; Leventhal et al., 2022) .

Tidak hanya itu, pendidikan karakter juga memiliki implikasi yang lebih luas dalam mengurangi stigma terkait kesehatan mental di kalangan remaja. Dengan menyediakan informasi dan pendidikan mengenai kesehatan mental dalam konteks pendidikan karakter, sekolah dapat membantu mengurangi stigma, meningkatkan literasi kesehatan mental, dan memfasilitasi akses remaja terhadap layanan dukungan psikologis yang diperlukan. Dalam banyak kasus, stigma terkait kesehatan mental menghalangi remaja untuk mencari bantuan, dan pendidikan karakter yang inklusif serta berbasis komunitas dapat berperan penting dalam mengubah narasi ini (Amu et al., 2020; Marinucci et al., 2022).

Pendidikan karakter juga dapat membantu remaja untuk menghindari perilaku berisiko, yang sering kali berkorelasi dengan masalah kesehatan mental. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler yang positif, yang seringkali mencakup unsur-unsur pendidikan karakter, cenderung memiliki hasil pendidikan yang lebih baik dan lebih sedikit terlibat dalam perilaku menyimpang. Dengan menciptakan lingkungan yang mendukung dan positif melalui pendidikan karakter, remaja dapat meningkatkan keterhubungan sosial mereka, yang pada gilirannya berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih baik.

Pendidikan kesehatan yang ditujukan untuk remaja juga harus mencakup aspek pendidikan karakter sebagai bagian integral dari program kesehatan mental. Misalnya, program berbasis nilai dapat mendukung pengembangan identitas diri positif di kalangan remaja, yang terbukti mengurangi risiko timbulnya gangguan mental (Sarfika et al., 2024). Dalam studi yang dilakukan, terlihat bahwa remaja yang mendapatkan pendidikan keterampilan hidup dan dukungan emosional memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak mendapatkannya (Sarfika et al., 2023).

Selain itu, efek jangka panjang dari pendidikan karakter dalam konteks kesehatan mental juga sangat signifikan. Ketika remaja dididik untuk mengembangkan nilai-nilai positif seperti empati, toleransi, dan rasa tanggung jawab, mereka tidak hanya akan berkontribusi terhadap lingkungan sosial yang lebih baik tetapi juga memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengembangkan keterampilan psikologis yang kuat saat mereka memasuki kehidupan dewasa (Leventhal et al., 2022) . Sejalan dengan hal ini, penelitian menunjukkan bahwa remaja yang terlibat dalam perkembangan karakter yang positif melalui program-program resilien di

sekolah lebih mampu mengatasi tantangan hidup, termasuk tekanan akademik dan sosial yang mungkin memicu masalah kesehatan mental (Beenen et al., 2023).

Pendidikan karakter dapat menciptakan kesadaran dan pemahaman tentang pentingnya kesehatan mental di kalangan remaja. Misalnya, ketika remaja didedikasikan untuk belajar mengenai kesehatan mental dan empati, mereka akan lebih mampu mengenali dan mendukung teman-teman mereka yang mungkin mengalami masalah kesehatan mental. Intervensi berbasis sekolah yang melibatkan pendidikan karakter memiliki potensi besar untuk meningkatkan literasi kesehatan mental di kalangan remaja dan mengurangi stigma yang berkaitan dengan pencarian bantuan (Rikard-Bell et al., 2022). Dengan cara ini, pendidikan karakter tidak hanya membentuk karakter, tetapi juga berfungsi sebagai alat pencegahan yang efektif terhadap masalah kesehatan mental.

Selanjutnya, lingkungan sosial yang positif dan dukungan dari orang tua serta pendidik juga memainkan peran krusial. Upaya untuk meningkatkan komunikasi antara orang tua dan anak melalui pendidikan karakter dapat memperkuat hubungan keluarga yang pada gilirannya mempengaruhi kesehatan mental remaja secara positif (Melina & Herbawani, 2022). Program intervensi seperti seminar dan workshop yang melibatkan orang tua dan remaja terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam menangani masalah kesehatan mental (Sarfika et al., 2024).

Peran pendidikan karakter dalam mendorong kesehatan mental remaja sangat krusial dan multidimensional. Melalui integrasi nilai-nilai karakter dalam pendidikan formal dan informal, remaja dapat lebih siap menghadapi tantangan hidup serta mengembangkan kemampuan untuk menjaga kesehatan mental mereka. Oleh karena itu, kolaborasi antara institusi pendidikan, keluarga, dan masyarakat sangat dibutuhkan untuk menciptakan ekosistem yang mendukung pengembangan karakter dan kesehatan mental remaja yang optimal.

Pendidikan karakter berfungsi sebagai pendekatan intervensi penting yang dapat membantu meningkatkan kesehatan mental remaja dengan cara yang multifaset. Melalui penguatan nilai-nilai sosial, penciptaan lingkungan pendukung, dan pengurangan stigma, pendidikan karakter tidak hanya berkontribusi pada pengembangan keterampilan sosial remaja tetapi juga memainkan peran kritis dalam membentuk masa depan yang lebih sehat secara mental bagi generasi muda (Amu et al., 2020; Leventhal et al., 2022).

B. Pencegahan Masalah Kesehatan Mental melalui Pendidikan Karakter

Pendidikan karakter memiliki peran yang sangat penting dalam mencegah masalah kesehatan mental, terutama di kalangan remaja dan anak-anak. Dalam konteks pendidikan, karakter dilihat sebagai pengembangan nilai-nilai moral dan sosial yang dapat meningkatkan ketahanan mental peserta didik, mendukung

kesejahteraan psikologis, dan mengurangi risiko timbulnya masalah kesehatan mental. Intervensi berbasis sekolah yang melibatkan pendidikan kesehatan dan pengembangan karakter terbukti efektif dalam mencegah berbagai isu seperti perundungan dan masalah kesehatan mental lainnya pada remaja. Selain itu, pendidikan kesehatan yang mencakup pemahaman tentang bahaya stres dan cara menghadapinya juga berperan penting dalam membangun ketahanan di kalangan siswa (Putri et al., 2023).

Lebih lanjut, pendidikan karakter dapat membantu membangun ketahanan atau 'adversity quotient' siswa, yang berfungsi sebagai mekanisme perlindungan terhadap masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan (Adha & Wantini, 2024; Farid & Rugaiyah, 2023). Menurut penelitian, pembelajaran yang mengedepankan nilai-nilai karakter, seperti disiplin, kejujuran, dan kerja sama, berkontribusi untuk menciptakan iklim sosial yang mendukung kesehatan mental serta kesejahteraan individu (Kamaruddin et al., 2023). Dengan mempromosikan perilaku positif dan memupuk hubungan sosial yang sehat, pendidikan karakter berperan penting dalam mencegah terjadinya masalah psikologis di kalangan pelajar.

Selain itu, program mindfulness dalam sekolah telah menunjukkan efisiensi yang menjanjikan dalam membantu siswa mengelola stres dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka. Keterlibatan guru dalam pendidikan kesehatan mental, juga menyiratkan bahwa penguatan kompetensi guru dapat mengurangi stigma terkait masalah kesehatan mental serta meningkatkan efektivitas pencarian bantuan. Dengan mengedukasi guru dan siswa mengenai pentingnya kesehatan mental, mereka lebih mampu mengidentifikasi dan menangani masalah yang muncul, menciptakan lingkungan sekolah yang lebih mendukung dan sehat secara mental (Darling et al., 2021).

Situasi kesehatan mental semakin mendesak untuk diperhatikan, terutama selama dan setelah pandemi COVID-19, yang telah memicu peningkatan kecemasan dan tekanan pada siswa. Penutupan sekolah dan transisi belajar dari rumah berdampak negatif pada kesehatan mental anak-anak dan remaja, dengan banyak yang mengalami ketidakstabilan emosi dan kesulitan dalam bersosialisasi (Sahu, 2020; Widiarti et al., 2022). Dalam rangka memitigasi dampak ini, pendekatan pendidikan karakter yang mencakup dukungan sosial dan emosional, serta keterlibatan orang tua, sangat diperlukan untuk menjamin keberlangsungan proses pendidikan yang berdampak positif pada kesehatan mental siswa (Cowie & Myers, 2020).

Sekolah juga perlu berperan aktif dalam mendeteksi dini masalah kesehatan mental melalui program kesehatan mental yang terstruktur (Sirait et al., 2020). Melibatkan konselor sekolah yang terlatih dalam memberikan intervensi yang tepat dan spesifik membantu siswa mengatasi tantangan psikososial yang mereka hadapi

(Moesarofah, 2023). Dalam hal ini, kurikulum pendidikan perlu mencakup pelajaran yang mendukung keterampilan sosial emosional, di mana siswa dapat belajar tentang pengelolaan stres dan peningkatan komunikasi yang efektif (Oktavian & Hasanah, 2021). Secara keseluruhan, upaya sistematis untuk menerapkan pendidikan karakter harus mampu membantu siswa tidak hanya dalam pengembangan akademis, tetapi juga dalam membangun kepercayaan diri dan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi tantangan kehidupan yang nyata (Saputra & Suryadi, 2022).

Implementasi pendidikan karakter juga berfokus pada aspek pengenalan literasi kesehatan mental di lingkungan sekolah. Hal ini dikarenakan banyaknya anak yang mengalami masalah kesehatan mental tidak mendapatkan bantuan yang memadai, terutama di negara yang sedang berkembang. Melalui intervensi yang menyeluruh, di mana guru dan orang tua terlibat, dapat meningkatkan kemampuan anak untuk mengenali tanda-tanda dan gejala masalah kesehatan mental serta cara untuk mencari bantuan. Di Indonesia, pendekatan penguatan pendidikan karakter sejalan dengan kebijakan yang mendukung harmonisasi antara pikiran, hati, dan tindakan, menciptakan individu yang tidak hanya cerdas secara akademik tetapi juga kuat dalam aspek emosional dan sosial (Kamelia et al., 2023).

Menerapkan pendidikan karakter yang fokus pada peningkatan literasi kesehatan di sekolah dapat memberikan siswa keterampilan yang diperlukan untuk mengidentifikasi dan mengatasi isu kesehatan mental. Pendidikan yang berfokus pada kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan komunitas berpotensi memperkaya pengalaman belajar siswa, serta menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan psikologis yang sehat. Hal ini sejalan dengan ide bahwa pendidikan sekolah harus mencakup komponen literasi kesehatan untuk memfasilitasi pengembangan keterampilan yang berhubungan dengan kesejahteraan mental. Pembentukan ikatan antara siswa, guru, dan orang tua melalui kegiatan yang berorientasi pada karakter dan kesehatan dapat menciptakan atmosfer positif yang memberi ruang bagi dialog terbuka mengenai masalah kesehatan mental yang seringkali dianggap tabu (Maheshwari et al., 2021).

Selain itu, kerjasama antara pihak sekolah, orang tua, dan masyarakat sangatlah penting. Untuk memaksimalkan efek dari pendidikan karakter, masyarakat harus dilibatkan dalam mendukung siswa, baik melalui program edukasi maupun advokasi kesehatan mental (Karisma et al., 2024). Misalnya, melalui kerja sama dalam penyuluhan kesehatan mental, masyarakat dapat membantu menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi siswa yang mengalami masalah kesehatan mental (Khairat et al., 2023). Dengan demikian, pendidikan karakter bukan hanya menjadi tanggung jawab sekolah, tetapi merupakan kolaborasi multisektoral yang memerlukan partisipasi semua elemen dalam komunitas.

Penelitian lebih lanjut juga menunjukkan pentingnya pemodelan karakter melalui pengalaman langsung dan pembelajaran kolaboratif, di mana siswa diajak untuk berpartisipasi dalam proyek yang membangun keterampilan sosial (Meliani & Sati, 2023). Teknik ini meningkatkan kemandirian dan kreativitas siswa, serta mendorong mereka untuk mengembangkan rasa empati dan kepedulian kepada sesama, yang merupakan faktor penting dalam pencegahan masalah kesehatan mental. Dengan adanya dukungan dari lingkungan sosial, baik di keluarga maupun di sekolah, diharapkan anak-anak ini memiliki landasan yang kuat untuk menghadapi tekanan masa remaja dan mampu menjaga kesehatan mental mereka secara optimal.

Dalam era modern ini, pendidikan karakter menjadi lebih relevan dan penting sebagai alat pencegahan masalah kesehatan mental. Integrasi nilai-nilai karakter dalam pendidikan dapat memberikan siswa keterampilan dan ketahanan yang dibutuhkan untuk menghadapi berbagai tantangan psikososial serta membangun kesehatan mental yang baik. Melalui kerja sama antara sekolah dan masyarakat, serta dukungan yang terus menerus, kita dapat menciptakan generasi muda yang lebih sehat secara mental dan emosional.

Pendidikan karakter yang terintegrasi dengan pendekatan kesehatan mental membuktikan diri sebagai strategi penting dalam pencegahan masalah kesehatan mental di kalangan anak-anak dan remaja. Melalui penguatan nilai-nilai karakter, penyediaan pengetahuan, dan pembentukan lingkungan yang mendukung, diharapkan akan tercipta generasi yang lebih resilient dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik, terhindar dari potensi masalah mental di masa depan (Hidayat & Rozak, 2021).

Oleh karena itu, integrasi pendidikan karakter dalam kurikulum sekolah bukan hanya inovasi, tetapi juga suatu kebutuhan untuk memastikan bahwa generasi mendatang tidak hanya cerdas secara akademik tetapi juga memiliki kesejahteraan mental yang baik. Melalui upaya ini, kita tidak hanya menyediakan pendidikan yang berkualitas tetapi juga membangun masyarakat yang lebih sehat dan berdaya saing di masa depan.

C. Tantangan Implementasi Pendidikan Karakter di Era Modern

Pendidikan karakter di era modern menghadapi berbagai tantangan yang kompleks seiring dengan perubahan sosial, budaya, dan teknologi yang cepat. Di tengah arus globalisasi, pendidikan karakter tidak hanya dituntut untuk menghasilkan individu yang beretika dan berakhlak, tetapi juga untuk mempersiapkan siswa agar mampu beradaptasi dengan lingkungan yang beragam. Penelitian menunjukkan bahwa pendidikan karakter yang efektif harus dilakukan dengan pendekatan yang mempertimbangkan konteks lokal dan nilai-nilai budaya

(Belinda & Halimah, 2023; Herlina et al., 2024). Hal ini terutama relevan di Indonesia, di mana keragaman budaya dan agama menciptakan tantangan tersendiri dalam implementasi pendidikan karakter yang universal dan inklusif.

Salah satu tantangan utama dalam pendidikan karakter adalah pengaruh negatif dari teknologi dan media sosial. Banyak remaja yang terjebak dalam perilaku menyimpang sebagai dampak dari kurangnya bimbingan nilai-nilai karakter yang kuat (Muassomah et al., 2020). Kurangnya profesionalisme dan semangat di kalangan guru juga berdampak pada efektivitas penerapan pendidikan karakter di sekolah. Dengan demikian, terdapat kebutuhan mendesak untuk meningkatkan keterlibatan orang tua dan masyarakat dalam penguatan pendidikan karakter agar dapat menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pembelajaran karakter yang efektif (Sagala et al., 2024).

Implementasi pendidikan karakter di era modern merupakan suatu tantangan signifikan yang menuntut respons yang adaptif dan inovatif dari semua pihak terkait, termasuk sekolah, keluarga, dan masyarakat. Era modern ditandai oleh penetrasi teknologi informasi yang cepat, di mana nilai-nilai tradisional sering kali tergeser oleh budaya global yang cenderung materialistis. Pendidikan karakter bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai positif dalam diri individu agar mampu menghadapi berbagai tantangan moral dalam masyarakat yang semakin kompleks ini (Apriani et al., 2021). Dalam konteks pendidikan di Indonesia, ada kesenjangan dalam pemahaman antara guru, orang tua, dan masyarakat terkait pentingnya pendidikan karakter.

Salah satu strategi yang telah lama diterapkan adalah melalui program Gerakan Nasional Pendidikan Karakter Bangsa yang dimulai pada tahun 2010, yang bertujuan untuk menanamkan 18 nilai karakter positif seperti keagamaan, kedisiplinan, dan tanggung jawab (Handoko et al., 2024). Meskipun demikian, implementasi dalam praktik sering kali menemui kesulitan, termasuk kurangnya pemahaman guru mengenai pentingnya bidang ini dan ketidakaktifan masyarakat dalam mendukung program pendidikan karakter (Syafira & Ramadan, 2021). Sebagai contoh, penelitian di beberapa sekolah dasar menunjukkan bahwa meskipun ada upaya untuk mempromosikan nilai-nilai karakter, pelaksanaannya sering kali tidak konsisten dan tergantung pada inisiatif masing-masing sekolah.

Selain itu, aspek sosial dan lingkungan siswa juga mempengaruhi penerapan pendidikan karakter. Penelitian menunjukkan bahwa meskipun terdapat dukungan berbagai fasilitas dan keinginan siswa, lingkungan sosial yang negatif, seperti pengaruh teman sebaya dan penggunaan gadget yang berlebihan, sering kali menjadi penghambat dalam membentuk karakter yang baik (Pridayani & Rivauzi, 2022). Oleh karena itu, untuk mengatasi tantangan ini, dibutuhkan kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat. Inisiatif penguatan pendidikan karakter harus dilakukan

secara kolektif dan terintegrasi, dengan melibatkan semua pemangku kepentingan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan karakter siswa.

Di era modern yang didominasi oleh teknologi digital, strategi pembelajaran berbasis karakter harus diperbarui untuk tetap relevan. Penelitian terkini menunjukkan bahwa penggunaan teknik seperti belajar kolaboratif, permainan peran, dan studi kasus dapat meningkatkan etika dan moral siswa di dalam kelas. Pendekatan ini tidak hanya mengedepankan pembelajaran teoritis tetapi juga menghubungkan pengetahuan dengan konteks kehidupan nyata siswa, sehingga mereka dapat melihat relevansi dan pentingnya pendidikan karakter dalam kehidupan sehari-hari (Ernawati et al., 2023; Islamy, 2022). Dengan demikian, teknologi bukanlah penghalang, tetapi dapat menjadi alat untuk memperkuat pendidikan karakter jika digunakan secara bijaksana.

Tantangan pendidikan karakter juga melibatkan integrasi nilai-nilai lokal dan kebudayaan nasional ke dalam kurikulum sekolah. Penerapan pendidikan karakter yang mengutamakan nilai-nilai kearifan lokal dapat menjadi solusi untuk memperkuat karakter anak didik (Aningsih et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan karakter tidak hanya sekadar pembelajaran di dalam kelas, tetapi juga harus melibatkan konteks sosial dan budaya di sekitarnya. Sukendar et al. menekankan pentingnya pendekatan yang holistik dan terintegrasi dalam manajemen pendidikan karakter untuk menjawab dinamika kehidupan yang semakin kompleks di era modern ini.

Sebagai bagian dari upaya mengatasi tantangan tersebut, penting untuk mengembangkan metode pembelajaran yang relevan dan menarik, seperti pengajaran berbasis proyek yang melibatkan siswa dalam kegiatan nyata di masyarakat. Melalui cara ini, nilai-nilai karakter dapat ditegaskan dan diinternalisasikan secara lebih mendalam. Selain itu, tantangan ini memerlukan kolaborasi erat antarpihak terkait sekolah, orang tua, pemerintah, dan komunitas untuk menciptakan sinergi dalam mendukung pendidikan karakter yang menyeluruh dan berkelanjutan selama proses pendidikan (Sagala et al., 2024; Triyanto, 2020). Dalam menghadapi tantangan ini, pendekatan yang berfokus pada pengembangan moral dan etika sangat diperlukan, juga penguatan nilai-nilai tradisional dalam pendidikan.

Dalam konteks pendidikan Islam, pemikiran Imam Al-Ghazali tentang keseimbangan antara ilmu pengetahuan dan akhlak sangat relevan untuk diaplikasikan di era modern. Keseimbangan ini menjadi penting untuk membentuk individu yang tidak hanya cerdas secara akademis tetapi juga memiliki moral dan spiritual yang kuat (Rahmat, 2025). Secara keseluruhan, penerapan pendidikan karakter di era modern memerlukan strategi yang berpadu antara nilai-nilai tradisional dan adaptasi terhadap tantangan global, serta pemanfaatan teknologi dengan bijaksana untuk mendukung pembelajaran yang berorientasi pada karakter.

Hanya dengan cara ini, pendidikan dapat berfungsi sebagai sarana untuk mendorong generasi masa depan yang tidak hanya kompeten, tetapi juga berkarakter baik di tengah kompleksitas dunia modern yang terus berubah (Fandir, 2024; Khasanah, 2025).

Akhirnya, tantangan terbesar dalam implementasi pendidikan karakter juga berkaitan dengan dukungan dari lingkungan yang lebih luas, termasuk keluarga dan masyarakat. Keterlibatan orang tua dalam pendidikan karakter anak-anak mereka sangat berpengaruh, seperti yang ditunjukkan dalam berbagai studi yang mendapati bahwa suasana keluarga yang positif dapat mendukung pengembangan nilai-nilai karakter yang diajarkan di sekolah. Penilaian terhadap kebijakan pemerintah dalam mendukung pendidikan karakter juga memperlihatkan bahwa kerjasama antar institusi pendidikan dan komunitas sangat diperlukan untuk memfasilitasi program-program yang berkelanjutan dan efektif (Maisaroh & Untari, 2024; Simbolon et al., 2024). Dengan keterlibatan semua pihak ini, pendidikan karakter di era modern dapat lebih efektif dan menghasilkan generasi penerus yang tidak hanya cerdas secara akademis tetapi juga memiliki akhlak yang baik.

Kesimpulan

Pendidikan karakter berperan penting dalam menjaga kesehatan mental remaja di era modern, khususnya dalam membantu remaja menghadapi tekanan akibat perkembangan teknologi dan media sosial. Melalui penanaman nilai empati, tanggung jawab, dan ketahanan mental, pendidikan karakter dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan mental serta mencegah munculnya masalah psikologis melalui pengelolaan stres dan emosi yang sehat. Penguatan pendidikan karakter yang terintegrasi dengan etika digital dan literasi media, serta didukung kolaborasi antara pendidik dan orang tua, diharapkan mampu memberikan kontribusi optimal terhadap kesehatan mental remaja.

Daftar Pustaka

- Adha, H. N., & Wantini, W. (2024). Revitalisasi Adversity Quotient Berbasis Pendidikan Nilai Karakter Dalam Pendidikan Islam. *Edukatif Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(1), 1032-1041. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i1.6226>
- Aliim, T. F., & Darwis, R. S. (2024). Membangun Karakter Untuk Mengatasi Kenakalan Remaja Melalui Pendidikan Dengan Pendekatan Teori Ekologi Bronfenbrenner. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 6(1), 50-58. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v6i1.53285>
- Amu, H., Seidu, A.-A., Agbemavi, W., Afriyie, B. O., Ahinkorah, B. O., Ameyaw, E. K., & Kissah-Korsah, K. (2020). Psychosocial Distress Among in-School Adolescents in Mozambique: A Cross-Sectional Study Using the Global School-Based Health Survey Data. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00344-4>

- Aningsih, A. A., Ms, Z., Neolaka, A., Iasha, V., & Setiawan, B. (2022). How Is the Education Character Implemented? The Case Study in Indonesian Elementary School. *Journal of Educational and Social Research*, 12(1), 371. <https://doi.org/10.36941/jesr-2022-0029>
- Apriani, A.-N., Suwandi, I., Ariyani, Y. D., & Sari, I. P. (2021). Penguatan Pendidikan Karakter Pada Masa New Normal Covid-19 Melalui Flipped Classroom. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 14(2), 102–113. <https://doi.org/10.21831/jpipfip.v14i2.37909>
- Aziz, A. N., Rahmatullah, A. S., & Khilmiyah, A. (2023). Penguatan Kesehatan Mental Melalui Peran Self-Disclosure Bagi Remaja Panti Asuhan. *G-Couns Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(03), 414–428. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v7i03.4646>
- Beenen, G., Fiori, M., Pichler, S., & Riggio, R. E. (2023). Editorial: Interpersonal Skills: Individual, Social, and Technological Implications. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1209508>
- Belinda, L. N., & Halimah, L. (2023). Implementasi Pendidikan Karakter Di Sekolah Dasar. *Pedagogi Jurnal Penelitian Pendidikan*, 10(1), 8–17. <https://doi.org/10.25134/pedagogi.v10i1.7201>
- Cowie, H., & Myers, C. (2020). The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Mental Health and Well-being of Children and Young People. *Children & Society*, 35(1), 62–74. <https://doi.org/10.1111/chso.12430>
- Darling, S., Dawson, G., Quach, J., Smith, R., Perkins, A., Connolly, A., Smith, A. J., Moore, C. L., Ride, J., & Oberklaid, F. (2021). Mental Health and Wellbeing Coordinators in Primary Schools to Support Student Mental Health: Protocol for a Quasi-Experimental Cluster Study. *BMC Public Health*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11467-4>
- Ernawati, E., Ramli, A., & Hasan, M. T. A. (2023). Implementasi PAI Dalam Membentuk Karakter Peserta Didik Di Era Society. *Borneo Journal of Islamic Education*, 3(1), 31–41. <https://doi.org/10.21093/bjie.v3i1.6260>
- Fandir, A. (2024). Transformation of Islamic Education: Implementation of Technological Innovation in Education Management. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 10(1), 187. <https://doi.org/10.58258/jime.v10i1.6625>
- Farid, A., & Rugaiyah, R. (2023). Manajemen Internalisasi Nilai Pendidikan Karakter Pada Siswa. *Jurnal Basicedu*, 7(4), 2470–2484. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i4.5965>
- Handoko, H., Sartono, E. K. E., & Retnawati, H. (2024). The Implementation of Character Education in Elementary School: The Strategy and Challenge. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 7(4), 619–631. <https://doi.org/10.23887/jisd.v7i4.62102>
- Herlina, H., Arismunandar, A., & Tolla, I. (2024). Education Character in the Era of Globalization: Facing the Challenges of the Modern World. *International Journal of Engineering Science and Information Technology*, 4(4), 230–236. <https://doi.org/10.52088/ijesty.v4i4.649>
- Hidayat, M., & Rozak, R. W. A. (2021). Character Education in Indonesia: How Is It Internalized and Implemented in Virtual Learning? *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 41(1), 186–198. <https://doi.org/10.21831/cp.v41i1.45920>

- Islamy, M. R. F. (2022). Studi Analisis Model Implementasi Pendidikan Karakter Di Pondok Pesantren Al-Inayah. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 13(1), 110–121. <https://doi.org/10.21831/jpka.v13i1.40640>
- Kamaruddin, I., Susanto, N., Hita, I. P. A. D., Pratiwi, E. Y. R., Abidin, D., & Laratmase, A. J. (2023). Analysis of the Influence Physical Education on Character Development of Elementary School Students. *At Ta Dib*, 18(1), 10–17. <https://doi.org/10.21111/attadib.v18i1.9749>
- Kamelia, K., Mahendra, Y. D., Muafiah, E., & Harisi, M. A. H. Al. (2023). Management of Student Character Education in the Globalization Era (Case Study in Wali Songo Islamic Boarding School Ngabar Ponorogo). *International Journal of Social Science and Human Research*, 6(08). <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v6-i8-73>
- Kang-Yi, C. D., Arnold, K. T., Tieu, T., Olubiyi, O., Xie, M., Lawson, G. M., Locke, J., & Pisciella, A. E. (2023). The Relationship Between School Mental Health Service Use in High School and Educational Outcomes of Adolescents With Psychiatric Disorders. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 29(1), 103–115. <https://doi.org/10.1177/13591045231190852>
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2024). Kesehatan Mental Remaja Dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus Bullying Di Indonesia. *Edu Cendikia Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(03), 560–567. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>
- Khairat, I., Ramanda, P., & Alfiah, F. (2023). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Di Kecamatan Ciomas Untuk Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Mental Pada Ibu Muda. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(1), 240–250. <https://doi.org/10.30653/jppm.v8i1.331>
- Khasanah, N. A. N. A. D. L. U. (2025). Konsep Pendidikan Islam Menuju Masyarakat Madani. *Inspirasi*, 9(1), 63. <https://doi.org/10.61689/inspirasi.v9i1.703>
- Lawson, G. M., & Azad, G. (2024). School-Based Mental Health Interventions: Recommendations for Selecting and Reporting Implementation Strategies*. *Journal of School Health*, 94(6), 581–585. <https://doi.org/10.1111/josh.13458>
- Leventhal, K. S., Cooper, P. L., DeMaria, L., Priyam, P., Shanker, H., Andrew, G., & Leventhal, S. (2022). Promoting Wellbeing and Empowerment via Youth First: Exploring Psychosocial Outcomes of a School-Based Resilience Intervention in Bihar, India. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1021892>
- Liang, L., Ren, H., Cao, R., Hu, Y., Qin, Z., Li, C., & Mei, S. (2020). The Effect of COVID-19 on Youth Mental Health. *Psychiatric Quarterly*, 91(3), 841–852. <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09744-3>
- Maghfiroh, H., Sahara, E., & Wahyuni, E. S. (2024). Transformasi Kesehatan Mental Remaja Melalui Pendidikan Agama Islam di Era Global. *Social Science Academic*, 2(2), 129–142. <https://doi.org/10.37680/ssa.v2i2.5796>
- Maheshwari, S. K., Chaturvedi, R., & Sharma, P. (2021). Effectiveness of Psycho-Educational Intervention on Psychological Distress and Self-Esteem Among Resident Elderly: A Study From Old Age Homes of Punjab, India. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 11, 100733. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2021.100733>

- Maisaroh, A. A., & Untari, S. (2024). Transformasi Pendidikan Karakter Melalui Kebijakan Pemerintah Di Indonesia Menuju Generasi Emas 2045. *Jurnal Kebijakan Pemerintahan*, 18–30. <https://doi.org/10.33701/jkp.v7i1.4347>
- Marinucci, A., Grové, C., & Rozendorn, G. (2022). “It’s Something That We All Need to Know”: Australian Youth Perspectives of Mental Health Literacy and Action in Schools. *Frontiers in Education*, 7. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.829578>
- Meliani, F., & Sati, S. (2023). Implementation of Character-Building Education in Inclusive Schools. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 9(4), 698–710. <https://doi.org/10.31949/jcp.v9i4.6497>
- Melina, S. A., & Herbawani, C. K. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi Covid-19: Tinjauan Literatur. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(4), 286–291. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.4.286-291>
- Moesarofah, M. (2023). Identifikasi Peran Konselor Sekolah Dalam Layanan Kesehatan Mental Berbasis Sekolah. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 337–344. <https://doi.org/10.32806/jkpi.v4i2.13>
- Muassomah, M., Abdullah, I., Istiadah, I., Mujahidin, A., Masnawi, N., & Sohrah, S. (2020). Believe in Literature: Character Education for Indonesia’s Youth. *Universal Journal of Educational Research*, 8(6), 2223–2231. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.080605>
- Octahabriansyah, I., & Mustofa, T. A. (2023). Efektivitas Program Comprehensive Guidance and Counselling Terhadap Pembentukan Karakter Tanggung Jawab Remaja Dalam Pendidikan Formal. *Edukasia*, 4(2), 2325–2330. <https://doi.org/10.62775/edukasia.v4i2.582>
- Oktavian, I. R., & Hasanah, E. (2021). Implementasi Manajemen Pendidikan Karakter. *Jurnal Inovasi Dan Manajemen Pendidikan*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.12928/jimp.v1i1.4212>
- Pridayani, M., & Rivauzi, A. (2022). Faktor Pendukung Dan Penghambat Pelaksanaan Program Penguatan Pendidikan Karakter Religius Terhadap Siswa. *An-Nuha*, 2(2), 329–341. <https://doi.org/10.24036/annuha.v2i2.188>
- Putri, T. H., Fahdi, F. K., Tafwidhah, Y., Rahmawati, N., Ligita, T., Neri, E. L., & Pramana, Y. (2023). Pencegahan Depresi Melalui Edukasi Dalam Meningkatkan Harga Diri Lansia. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 6(12), 5467–5476. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i12.12517>
- Racine, N., McArthur, B. A., Cooke, J. E., Eirich, R., Zhu, J., & Madigan, S. (2021). Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19. *Jama Pediatrics*, 175(11), 1142. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2021.2482>
- Rahmat, A. (2025). Relevansi Pemikiran Pendidikan Islam Imam Al-Ghazali Terhadap Pembentukan Akhlak Peserta Didik Di Era Modern. *At-Tajdid Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 9(2), 539. <https://doi.org/10.24127/att.v9i2.4139>
- Rikard-Bell, C., Hunt, C., McAulay, C., Hay, P., Morad, A., Cunich, M., & Touyz, S. (2022). Adolescent Depression From a Developmental Perspective: The Importance of Recognizing Developmental Distress in Depressed Adolescents.

- International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 16029.
<https://doi.org/10.3390/ijerph192316029>
- Sagala, K., Naibaho, L., & Rantung, D. A. (2024). Tantangan Pendidikan Karakter Di Era Digital. *Jurnal Kridatama Sains Dan Teknologi*, 6(01), 1-8.
<https://doi.org/10.53863/kst.v6i01.1006>
- Sahu, P. K. (2020). Closure of Universities Due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on Education and Mental Health of Students and Academic Staff. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.7541>
- Saputra, A., & Suryadi, A. (2022). Prinsip Pengelolaan Pendidikan Kesehatan Mental Berbasis Islam. *Perspektif*, 1(4), 412-427.
<https://doi.org/10.53947/perspekt.v1i4.204>
- Sarfika, R., Roberto, M., Wenny, B. P., Freska, W., Mahathir, M., Adelirandy, O., Yeni, F., & Putri, D. E. (2023). Deteksi Dini Dan Edukasi Tumbuh Kembang Psikososial Sebagai Upaya Pencegahan Masalah Kesehatan Mental Pada Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(2), 1262.
<https://doi.org/10.31764/jmm.v7i2.13479>
- Sarfika, R., Wenny, B. P., Putri, D. E., Refnandes, R., Fernandes, F., Freska, W., & Rahayuningsih, A. (2024). Pemberian Pendidikan Kesehatan Tumbuh Kembang Psikososial Pada Remaja Sebagai Upaya Mencegah Masalah Kesehatan Mental. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 95.
<https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.19619>
- Schnitker, S. A., Shubert, J., Ratchford, J. L., Lumpkin, M., & Houltberg, B. J. (2021). Mixed Results on the Efficacy of the CharacterMe Smartphone App to Improve Self-Control, Patience, and Emotional Regulation Competencies in Adolescents. *Frontiers in Psychology*, 12.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.586713>
- Sembiring, E. E., & Hermanto, Y. P. (2023). Generasi Muda Kristen Unggul Dalam Karakter Melalui Kesehatan Mental. *Vox Dei Jurnal Teologi Dan Pastoral*, 4(2), 238-252. <https://doi.org/10.46408/vxd.v4i2.414>
- Simbolon, A. M. Y., Ilmi, D., Syafitri, A., Devi, I., & Anshari, M. E. (2024). Optimalisasi Pendidikan Karakter Religius Melalui Program Tiga Pin Di Sdit Baiturrahim. *JCM*, 6(1), 1-15. <https://doi.org/10.15548/jcm.v6i1.8963>
- Sirait, E., Utomo, B., & Siregar, K. N. (2020). Prototype Application of Online Mental - Health Screening Design Among Junior and High School Through Strength and Difficulties Measure. *Iop Conference Series Materials Science and Engineering*, 874(1), 12023. <https://doi.org/10.1088/1757-899x/874/1/012023>
- Syafira, W. N., & Ramadan, Z. H. (2021). Analisis Implementasi Program Penguatan Pendidikan Karakter (Ppk) Di Sd Negeri 18 Pekanbaru. *Jurnal Guru Kita PGSD*, 5(4), 75. <https://doi.org/10.24114/jgk.v5i4.26561>
- Triyanto, T. (2020). Peluang Dan Tantangan Pendidikan Karakter Di Era Digital. *Jurnal Civics Media Kajian Kewarganegaraan*, 17(2), 175-184.
<https://doi.org/10.21831/jc.v17i2.35476>
- Velasco, A. A., Cruz, I. S. S., Billings, J., Jimenez, M., & Rowe, S. (2020). What Are the Barriers, Facilitators and Interventions Targeting Help-Seeking Behaviours for Common Mental Health Problems in Adolescents? A Systematic Review. *BMC*

- Psychiatry*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02659-0>
- Widianti, E., Septania, S. M., & Maryam, N. N. A. (2022). Gambaran Kesehatan Jiwa Mahasiswa Keperawatan Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, 9(1), 89-105. <https://doi.org/10.33867/jka.v9i1.330>
- Zulfahji, Z. (2025). Aktualisasi Pemikiran Zakiah Daradjat tentang Kesehatan Mental dan Pendidikan Karakter di Era Digital. *Indonesian Journal of Islamic Thought*, 2(2), 59-79. <https://ojs.tunasinstitute.com/index.php/ijit/article/view/167%0Ahttps://ojs.tunasinstitute.com/index.php/ijit/article/download/167/22>