



PELATIHAN PROBLEM SOLVING BERBASIS WEB SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN MASALAH KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA

¹Satino, ¹Siti Khadijah*, ¹Yuyun Setyorini, ²Yopi Harwinanda, ¹Rendi Editya Darmawan

¹Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Surakarta, Kementerian Kesehatan Indonesia

²Jurusan Orthotik Prostetik, Politeknik Kesehatan Surakarta, Kementerian Kesehatan Indonesia

*email corresponding: khadije1704@gmail.com

Received : 27-12-2022 Revised : 20-01-2023 Accepted : 20-01-2023

DOI: 10.36858/js.v1i1.443

Keywords:

Web problem
solving training;
Prevention of
mental health
problems;
Student

ABSTRACT Mental health is very important in student life, if the soul is not healthy, the quality of life will be reduced and have an impact on academics. The prevalence of mental health problems is high especially anxiety as well as depressive disorders, and only a small percentage of college students receive treatment because of stigma. Internet interventions have proven effective for mental health treatment. The purpose of this community service is to increase satisfaction and skill in operationalizing web-based problem solving in order to prevent mental health problems in students. The method is by providing training via zoom, pre and post tests, and this activity is carried out on lecturers and first-year students in all Departments of Surakarta Health College with a total of 699 in training received two materials; The first, the importance of PA counseling guidance in universities with speakers from Universitas Airlangga, the second material is web-based problem solving socialization speakers from the community service team. The results showed there was satisfaction after learning academic guidance using the problem solving web model to be very satisfied from (9.6%) increased (16.7%), and became able to operationalize the web problem solving application from (8.3%) to (17.9%).

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan sangat penting oleh karena jiwa merupakan bagian integral dari kesehatan, walaupun sehat secara fisik yang dimiliki seseorang bila jiwa kita kurang sehat maka kualitas hidup akan berkurang. Kesehatan jiwa sendiri adalah suatu keadaan sejahtera yakni bahagia, adanya kepuasan, optimisme, atau harapan (Keliat & Pasaribu, 2016). Salah satu masalah kesehatan jiwa adalah gangguan mental emosional jika kondisi tersebut tidak segera ditangani maka akan menjadi gangguan yang lebih serius (Idiani, 2010). Perubahan terjadi dalam kehidupan mahasiswa adalah saat di Universitas, dan dianggap sebagai faktor stres dan peningkatan psikopatologi (Cook, 2007; Herrero et al., 2019) Masalah psikopatologi yang terjadi misalnya hubungan dengan sosial baru tanpa dukungan orang tua atau teman lama, tekanan akademis, stres selama ujian, putus hubungan social. Situasi stres tidak hanya mempengaruhi aktivitas normal sehari-hari mahasiswa tetapi juga memiliki konsekuensi negatif seperti prestasi akademik yang lebih rendah, putus sekolah (Arria et al., 2009; Cook 2007; Williams et al., 2015; Herrero et al., 2019). Hal tersebut jika tidak dilakukan upaya peningkatan kesehatan mental akan berdampak selain pada prestasi mahasiswa juga akan menurunkan kualitas mahasiswa sebagai penerus pembangunan bangsa. Penelitian pada mahasiswa di Cina terdapat skor yang tinggi kondisi ketegangan psikologis, depresi, kecemasan, stres, serta risiko bunuh diri yang lebih tinggi dilihat dari jenis kelamin, usia lebih muda, hasil akademik buruk, merupakan anak tunggal, dan memiliki rumah di perkotaan (Lew et al., 2020). Prevalensi tinggi terutama untuk kecemasan dan gangguan depresi, dan hanya

sebagian kecil mahasiswa yang mengalami masalah kesehatan mental menerima pengobatan karena stigma (Auerbach et al., 2016). Hasil penelitian Khadijah, (2020), di Salah satu Perguruan Tinggi kesehatan Surakarta terdapat risiko bunuh diri 16% dan dikuatkan lagi dari hasil penelitian satino 2021, screening kesehatan mental terdapat risiko bunuh diri tinggi 15,2% dengan standard deviasi 2,637, dan 10% mengalami depresi, stres, dan cemas sedang dengan standard deviasi 6,484 dari 1400 responden.

Intervensi melalui internet telah terbukti efektif untuk perawatan kesehatan mental (Andersson et al., 2014; Heim et al., 2018). Media online via Web sering digunakan mahasiswa sebagai repositori untuk dukungan emosional selama keadaan stres. Internet merupakan alternatif untuk mencari bantuan karena dukungan online mengurangi stigma dan lebih mudah diakses (Luca et al., 2019). Studi penelitian khadijah, 2021 Model problem solving web terbukti efektif menurunkan masalah kesehatan mental pada mahasiswa dan terdapat beda mean selisih antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi, sehingga perlu dilakukan pelatihan problem solving web pada mahasiswa lain di Perguruan Tinggi Kesehatan Surakarta agar bisa diterapkan pada seluruh mahasiswa. Era digital ini peluang untuk memudahkan menyelesaikan masalah kesehatan mental dengan tetap menjaga privasi, serta efisiensi jarak dan waktu dengan menggunakan fasilitas problem solving berbasis web.

Problem solving web ini mahasiswa masuk di web tersebut sebelum mengisi kuesioner screening kesehatan mental, mahasiswa bisa melihat testimoni mahasiswa yang sudah melakukan konseling di penelitian sebelumnya dengan tujuan memberi motivasi dan tidak malu untuk konseling di web tersebut karena tidak diketahui identitasnya yang tampil hanya berupa kode dan mendapatkan alternatif solusi dari konselor, setelah itu mahasiswa masuk mengisi kuesioner yang didalamnya adalah mengukur kecemasan, stres, depresi dan risiko bunuh diri, kemudian lanjut melihat beberapa intervensi (alternatif solusi) berupa slide dan dilanjutkan kontrak konseling di web tersebut.

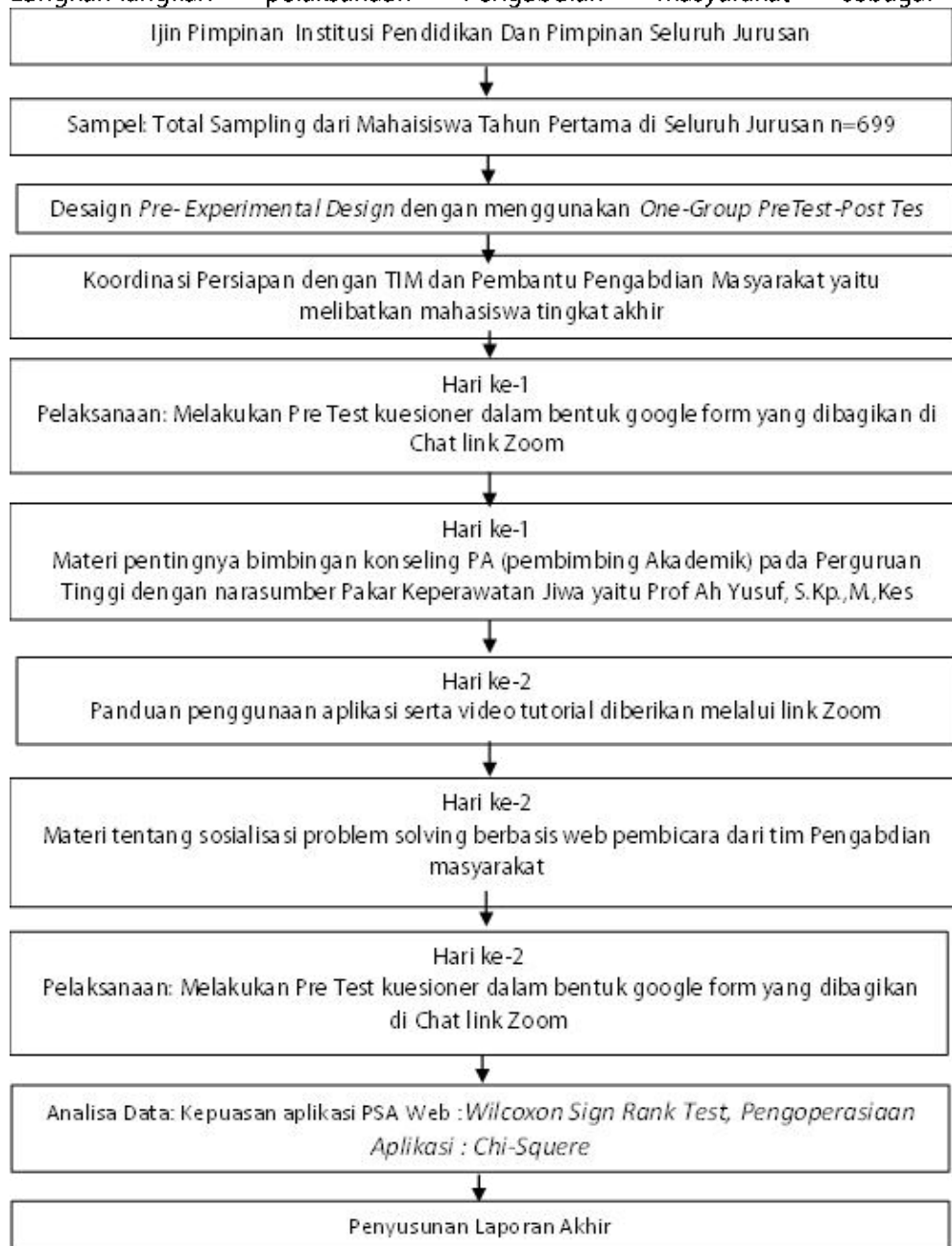
Pengabdian masyarakat problem solving web ini tujuannya untuk menambah Kepuasan dan skill mengoperasionalkan *problem solving* berbasis web dalam rangka pencegahan masalah Kesehatan mental pada mahasiswa.

METODE

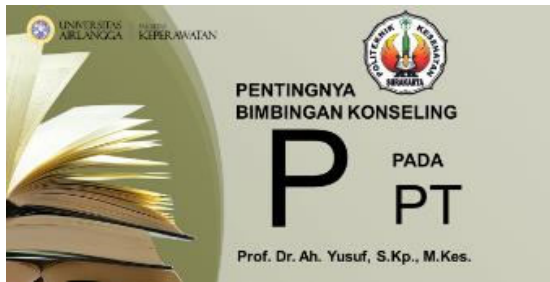
Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pelatihan model *problem solving* berbasis web sebagai berikut :

1. Metode pelaksanaan: pengabdian masyarakat ini dilakukan berdasarkan dari hasil penelitian sebelumnya Khadijah et al, (2021), dengan sampel mahasiswa tahun pertama pada tahun ajaran berbeda yaitu tahun sebelumnya, dari hasil penelitian hasil signifikan sangat bermanfaat bagi mahasiswa sehingga dilakukan pengabdian masyarakat pada tahun pertama tahun ajaran berikutnya dengan total sampling dari seluruh mahasiswa tahun pertama pada seluruh jurusan di Perguruan Tinggi Kesehatan Surakarta dengan rangkaian kegiatan meliputi; (1) Kegiatan pada mahasiswa yaitu memberikan pelatihan via zoom, dilakukan pre dan post test, dan kegiatan ini dilakukan pada mahasiswa tahun pertama di seluruh Jurusan Perguruan Tinggi Kesehatan Surakarta dengan jumlah 699 mahasiswa. Seluruh responden mendapatkan Tindakan yang sama yaitu mendapatkan materi model problem solving berbasis website.
2. Mitra dengan Jurusan Orthotik Prostetik Poltekkes Kemenkes Surakarta, dua orang yaitu dr.Yopi Harwinanda, M.Kes dan mahasiswa
3. Level kepuasan dan kemampuan mengoperasionalkan web diukur 2 hari sebelum diberikan tindakan dan dievaluasi sesudah tindakan. kepuasan dan kemampuan mengoperasionalkan web diukur menggunakan kuisisioner berbasis theory bloom. Hasil penelitian di analisis menggunakan uj Wilcoxon dan chi square.

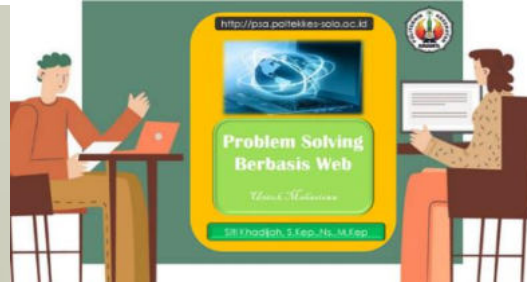
4. Langkah-langkah pelaksanaan Pengabdian masyarakat sebagai berikut:

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan pelatihan *problem solving* web ini diawali dengan peninjauan di seluruh jurusan Poltekkes Kemenkes Surakarta untuk mengetahui masalah yang dialami, kemudian membuat rencana tindakan dan jadwal kegiatan dalam proses pengabdian masyarakat pada seluruh dosen dan mahasiswa di Poltekkes Kemenkes Surakarta. Pelatihan *problem solving* web via daring zoom meeting dilakukan dengan 2 tahapan, tahap pertama kepada seluruh dosen Poltekkes Kemenkes Surakarta selama 2 hari yaitu pada tanggal 2-3 November 2021, pelatihan kedua pada seluruh mahasiswa tingkat 1 poltekkes Kemenkes Surakarta dilakukan pada tanggal 17-18 November 2021. Kedua tahapan tersebut diawali dengan memberikan link aplikasi *problem solving* web kemudian pre test, setelah itu diberikan pelatihan.



Gambar 1. Materi Pembicara Pertama



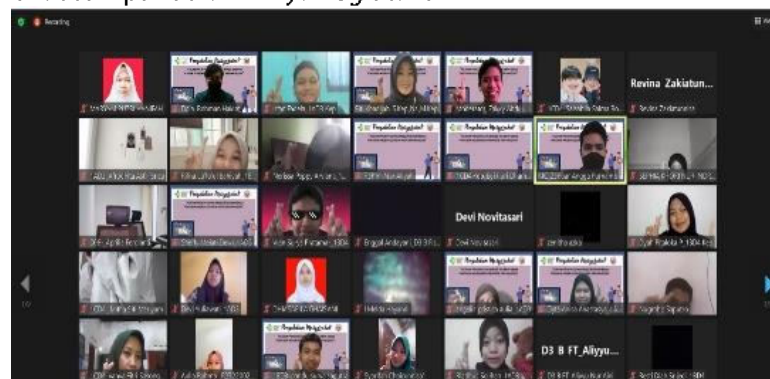
Gambar 2. Materi Pembicara Kedua

Pada gambar 1 dan 2 merupakan kegiatan pengabdian masyarakat setelah dilakukan pre test kemudian Langkah pertama memberi materi pentingnya bimbingan konseling dalam perguruan tinggi oleh pakar keperawatan jiwa dengan Narasumber dari Universitas Airlangga dan memberi materi kedua menjelaskan tentang penggunaan aplikasi problem solving web serta mendemonstrasikan penggunaan aplikasi *problem solving* web oleh tim pengabdian masyarakat dan didalamnya dijelaskan alur jika memiliki masalah baik secara akademik maupun non akademik maka dapat melakukan mencari alternatif pemecahan masalah di aplikasi problem solving web dengan tetap terjamin kerahasiaan identitasnya karena saat konseling di web nama mahasiswa tidak muncul akan tetapi mereka mempunyai kode sehingga konselor tidak mengetahui identitas dan mahasiswa bisa lebih leluasa mengungkapkan permasalahannya dan mendapatkan pertolongan alternatif solusi sehingga Kesehatan mental tetap terjaga dan bisa memaksimalkan potensi, meningkatkan prestasi akademik.



Gambar 3. Proses Pelatihan Problem Solving Web Dengan Moderator, MC Melibatkan Pembantu Pengabdian Masyarakat Yaitu Mahasiswa

Pada gambar 3 kegiatan pengabdian masyarakat dibantu oleh mahasiswa didalamnya berperan sebagai moderator, MC yang sebelumnya ikut dalam koordinasi persiapan kegiatan pengabdian masyarakat sampai berakhirnya kegiatan.



Gambar 4. Proses Pelatihan Problem Solving Web dengan Mahasiswa sesi akhir

Berdasarkan gambar 4 kegiatan pengabdian masyarakat pada sesi akhir dilakukan post test terlebih dahulu dengan mengisi link evaluasi dan daftar hadir yang dibagikan melalui chat zoom meeting kemudian terakhir sesi dokumentasi.

Kegiatan pelatihan *problem solving* web dalam rangka pencegahan masalah kesehatan mental pada Mahasiswa Poltekkes Surakarta dilakukan di Poltekkes Kemenkes Surakarta. Pelatihan tersebut langkah awal pada mahasiswa tahun pertama karena mahasiswa tahun pertama merupakan masa transisi dari remaja akhir ke dewasa awal dimana masuk dalam periode berisiko tinggi terpapar perkembangan masalah psikologi (Giedd et al.; Herrero et al., 2019). Hasil penelitian terdahulu menemukan pada mahasiswa tahun pertama terjadi masalah sampai mengarah masalah kesehatan mental Suicide Thought Behavior (STB) tersebar luas, dan relatif berisiko terlepas dari profil sosio demografi (Mortier et al., 2018). Seluruh jurusan Poltekkes Kemenkes Surakarta yaitu jurusan keperawatan, kebidanan, fisioterapi, akupunktur, terapi wicara, okupasi terapi, jamu, farmasi, orthothik prostetik, anafarma. Seluruh mahasiswa terlihat antusias selalu hadir baik dari awal memberi pelatihan, sampai pada saat dilakukan evaluasi. Para dosen dan mahasiswa bersama-sama berkomitmen mengingat yang telah dipelajari dan menerapkan *problem solving* web pada bimbingan akademik selanjutnya mahasiswa mendapat wadah fasilitas bimbingan konseling dengan *problem solving* web yang menjadikan semua lebih efektif, efisien dan meminimalkan stigma, mahasiswa mendapat pertolongan masalah kesehatan mental, masalah akademik dan non akademik sehingga mampu mencegah masalah kesehatan mental dan meningkatkan prestasi akademik mahasiswa Poltekkes Kemenkes Surakarta.

Tabel 1. Pre Test dan post test Kepuasan dengan Aplikasi PSA Web

Kategori	Frekuensi		Persen (%)	
	Pre	Post	Pre	Post
Tidak Puas	3	1	0.2	0.1
Cukup Puas	97	55	6.9	3.9
Puas	532	526	38.1	37.6
Sangat Puas	67	117	4.8	8.4
Total	699	699	50	50.0

Sumber: Primer dari hasil pengabdian masyarakat

Berdasarkan tabel 1 hasil terjadi perbedaan dan mengalami perubahan menjadi positif, tidak puas menjadi menurun dengan nilai (1%), cukup puas menurun akan tetapi pada kategori sangat puas diawali pre test (9,6%) meningkat menjadi (16,7%).

Tabel 2. Pre dan Post Test Mengoperasionalkan Aplikasi PSA Web.

Kategori	Frekuensi		Persen (%)	
	Pre	Post	Pre	Post
Belum	641	573	45.9	41.0
Sudah	58	125	4.1	8.9
Total	699		50,0	100.0

Sumber: Primer dari hasil pengabdian masyarakat

Berdasarkan tabel 2 mengoperasionalkan aplikasi PSA Web terdapat perbedaan dan mengalami peningkatan dari pre test kategori belum (91,7%) menjadi (82,1%), kategori menjadi sudah bisa mengoperasionalkan web pre test (8,3%) menjadi (17,9%).

Tabel 3. Hasil Uji Statistik

Variabel	Uji	Statistik	Sig
Metode bimbingan Pa	Wilcoxon	-4.841	.000
Kepuasan aplikasi PSA web	Wilcoxon	-5.300	.000

Mengoperasikan Aplikasi PSA Web	Chi-Square	.000
---------------------------------	------------	------

Sumber: Primer dari hasil pengabdian masyarakat

Berdasarkan tabel 3 bahwa metode bimbingan, mengoperasionalkan aplikasi PSA Web, dan kepuasan menggunakan aplikasi PSA Web signifikan dengan nilai .000.

Terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai 0,000 dan 75% mahasiswa merasa puas mengikuti pelatihan pembimbing akademik melalui pemecahan masalah berbasis web. Perubahan sistem bimbingan siswa dapat mengubah pola interaksi antara guru dan siswa. Siswa wiraswasta beranggapan bahwa kehadiran guru tidak diperlukan lagi karena informasi dan sumber belajar dapat diperoleh dari sumber lain. Sistem konseling siswa melalui internet masih tergolong baru. Berkonsultasi di dunia online adalah salah satu cara untuk membantu supervisor menemukan jalan mereka. Penyuluhan tidak hanya diberikan secara tatap muka (FTF) dalam ruangan tertutup, tetapi juga dapat dilakukan secara jarak jauh dengan menggunakan teknologi yang dikenal dengan e-consultation (Hidayat, 2018). Nasihat siber hadir dalam dua bentuk, yaitu pesan elektronik (email) dan bentuk lain yang menggunakan layanan website dinamis. Pelajar melaporkan bahwa konseling cyber/internet memberikan nilai praktis dan memfasilitasi pengungkapan masalah sensitif atau privasi kepada klien (Mishna et al., 2015).

Intervensi berbasis internet merupakan pendekatan pengobatan yang efektif terhadap gejala kesedihan, depresi, stres pasca trauma pada dewasa (Zuelke et al., 2021). Pada mahasiswa pria juga menunjukkan efektif mengalami penurunan gejala depresi setelah diberikan strategi manajemen diri menggunakan elektronik health (e-Health) yaitu program kesehatan e-mental yang merupakan pilihan jika tidak dapat mengakses layanan kesehatan mental secara tradisional atau konvensional (Fogarty et al., 2017). Pemanfaatan konseling perguruan tinggi tidak berbeda menurut ras, atau jenis kelamin sehingga perguruan tinggi harus meningkatkan upaya untuk menyebarkan informasi tentang layanan kesehatan mental dan mengurangi hambatan untuk mencari bantuan layanan kesehatan mental (Glickman et al., 2021). Penggunaan intervensi dengan program web menghasilkan manfaat yang signifikan bagi kesehatan mental, menurunkan gejala depresi, niat mencari bantuan untuk masalah emosional, dan efikasi diri kesehatan mental menjadi lebih tinggi, pengembangan lanjutan dari intervensi teknologi berbasis web untuk masalah kesehatan mental dengan komponen yang disesuaikan sangat penting untuk menjangkau pengguna (Jin, 2018).

Dosen dan mahasiswa dapat bertukar surat melalui layanan email dan konseling online atau mengisi formulir informasi melalui internet. Pesan dari tutor atau soal yang dibimbing (mahasiswa) dapat tersampaikan walaupun berada di tempat yang berbeda atau jauh antara Dosen dan Mahasiswa karena sistem jaringan dengan menggunakan internet membutuhkan proses adaptasi. Peralihan sistem bimbingan dari sistem tradisional tatap muka antara Dosen dan Mahasiswa ke sistem online yang menggunakan internet juga memerlukan proses adaptasi. Penasihat Akademik (PA) harus beradaptasi dengan teknologi bimbingan akademik terbaru sebelum menawarkan layanan bimbingan mahasiswa. Oleh karena itu, perubahan sistem pengajaran daring akan menuntut tutor untuk bersedia mematuhi agar dapat berkontribusi pada pengembangan teknologi ini. Tujuan utama konseling mahasiswa adalah mendukung setiap mahasiswa untuk berkembang secara pribadi, profesional dan menjadi pribadi yang memiliki sikap ilmiah dan kompetensi yang memadai. Untuk mencapai tujuan tersebut perlu diciptakan suasana kehidupan sivitas akademika yang sehat dan dinamis. Penasihat Akademik (PA) adalah seorang guru/instruktur (dosen) yang tugasnya membimbing siswa di sekolah atau perguruan tinggi tertentu. Peran utama pembimbing akademik (PA) adalah memberikan bimbingan dan konseling akademik, sehingga PA berperan sebagai pembimbing. Setiap semester, mahasiswa merencanakan studinya, memotivasi, mengontrol perkembangan proses pembelajaran sehingga mahasiswa yang dipimpinnya dapat menyelesaikan studinya sesuai dengan kemampuan, minat, dan kemungkinan mahasiswa yang bersangkutan. Selain itu, mahasiswa juga dapat mendiskusikan topik lain yang tidak terkait dengan masalah akademik dan beradaptasi dengan lingkungan kampus yang baru. Bimbingan akademik

adalah bimbingan yang diberikan oleh guru kepada siswa yang memfasilitasi kegiatan akademik. Konseling pada dasarnya adalah hubungan interaktif, dinamis dan komunikatif yang membantu siswa menemukan cara untuk memecahkan masalah mereka sendiri di bawah bimbingan PA. Konseling siswa meliputi: Advokasi, pengalaman lapangan praktis (PPL), konsultasi akademik dan non-akademik. Materi yang digunakan dalam pelaksanaan KKN kali ini merupakan hasil kajian yang dilakukan oleh salah satu kelompok pelaksana. Materi pelatihan yang digunakan dalam pelaksanaan program ini terdiri dari modul konsultasi, panduan troubleshooting aplikasi dan video tutorial aplikasi.

KESIMPULAN

Para mahasiswa seluruh Poltekkes Surakarta mengetahui manfaat dari problem solving web yaitu menambah ilmu ketrampilan penggunaan problem solving web, dan puas dengan model problem solving web, sehingga mereka antusias mengikuti dari awal sampai akhir saat dilakukan evaluasi mengalami peningkatan kemampuan skill pengoperasian problem solving web dan kepuasan menggunakan aplikasi tersebut; sangat puas dari (9,6%) meningkat (16,7%), dan mampu mengoperasionalkan aplikasi pemecahan masalah web dari (8,3%) menjadi (17,9%).

Saran para mahasiswa menerapkan, dan mengatasi masalah kesehatan mental sehingga mencegah masalah kesehatan masalah pada mahasiswa dan meningkatkan kualitas serta prestasi mahasiswa. Rekomendasi Problem solving web ini bisa di sosialisasikan pada seluruh mahasiswa baik tingkat satu, menengah dan akhir, serta dapat diterapkan pada Perguruan Tinggi lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian masyarakat mengucapkan banyak terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Surakarta telah mendapat bantuan berupa dana BLU untuk proses kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul "Memberi Pelatihan *Problem Solving* Berbasis Web Dalam Rangka Pencegahan Masalah Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Poltekkes Surakarta" dengan nomer SK HK.01.07/1.1/1866/2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Andersson, G., Cuijpers, P., Carlbring, P., Riper, H., & Hedman, E. (2014). Guided Internet-based vs. face-to-face cognitive behavior therapy for psychiatric and somatic disorders: A systematic review and meta-analysis. In *World Psychiatry* (Vol. 13, Issue 3, pp. 288–295). <https://doi.org/10.1002/wps.20151>
- Arria, A. M., O'Grady, K. E., Caldeira, K. M., & Kathryn B. Vincent, H. C. W. and E. D. W. (2009). Suicide ideation among college students: A multivariate analysis. *Arch Suicide Res*, 13(3), 230–246. <https://doi.org/doi:10.1080/13811110903044351>
- Auerbach, Alonso, Axinn, Cuijpers, & Ebert. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Psychological Medicine*, 46, 2955–2970. <https://doi.org/doi:10.1017/S0033291716001665>
- Fogarty, A. S., Proudfoot, J., Whittle, E. L., Clarke, J., Player, M. J., Christensen, H., & Wilhelm, K. (2017). Preliminary evaluation of a brief web and mobile phone intervention for men with depression: Men's positive coping strategies and associated depression, resilience, and work and social functioning. *JMIR Mental Health*, 4(3), 1–14. <https://doi.org/10.2196/mental.7769>
- Glickman, K. L., Smith, S. W., & Woods, E. C. (2021). Psychological distress, attitudes toward seeking help, and utilization of college counseling at a predominantly minority college. *Journal of American College Health*, 0(0), 1–10. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1908301>
- Heim, E., Rötger, A., Lorenz, N., & Maercker, A. (2018). Working alliance with an avatar: How far can we go with internet interventions? *Internet Interventions*, 11(January), 41–46. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2018.01.005>
- Herrero, R., Mira, A., Cormo, G., Etchemendy, E., Baños, R., García-palacios, A., Ebert, D. D., Franke, M., Berger, T., Schaub, M. P., Görlich, D., Jacobi, C., & Botella, C. (2019). An Internet based

- intervention for improving resilience and coping strategies in university students: Study protocol for a randomized controlled trial. *Internet Interventions*, 16(March 2018), 43–51. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2018.03.005>
- Hidayat, D. . (2018). *Konseling di Sekolah: Pendekatan-Pendekatan Kontemporer* (Pertama). Prenadamedia Group.
- Idiani, S. (2010). Elderly people and women more risk to mental emotional disorder... *Health Science Indonesia*, 8–13.
- Jin, L. (2018). A web-based intervention with culturally tailored messages to improve mental health among asian international students with mild-to-moderate depression: A pilot randomized controlled trial. *Dissertation*, 79(7-B(E)), No-Specified. <http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&PAGE=reference&D=psyc16&NEWS=N&AN=2018-21182-043>
- Keliat, B. ., & Pasaribu. (2016). *Prinsip dan Praktek Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart* (Indonesia). Elsevier.
- Khadijah, S. (2020a). *Pengaruh Spiritual Problem Solving Berbasis Web Terhadap Pencegahan Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Di Surakarta*. [Universitas Airlangga]. <https://repository.unair.ac.id/107577/>
- Lew, B., Kairi, K., Osman, A., Talib, M. A., Ibrahim, N., Sin, C., Id, S., Mei, C., & Chan, H. (2020). *Suicidality among Chinese college students: A cross-sectional study across seven provinces*. 15(8), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237329>
- Luca, S. M. De, Lytle, M. C., & Yan, Y. (2019). Help-Seeking Behaviors and Attitudes of Emerging Adults: How College Students Reporting Recent Suicidal Ideation Utilize the Internet Compared to Traditional Resources. *Journal of American College Health*, 1–8. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1539397>
- Mishna, F., Bogo, M., & Sawyer, J. L. (2015). Cyber Counseling: Illuminating Benefits and Challenges. *Clinical Social Work Journal*, 43(2), 169–178. <https://doi.org/10.1007/s10615-013-0470-1>
- Mortier, P., Auerbach, R. P., Alonso, J., Bantjes, J., Benjet, C., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., Hasking, P., Nock, M. K., O'Neill, S., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Vilagut, G., Zaslavsky, A. M., Bruffaerts, R., Kessler, R. C., Boyes, M., Kiekens, G., ... Vives, M. (2018). Suicidal Thoughts and Behaviors Among First-Year College Students: Results From the WMH-ICS Project. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 57(4), 263–273.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2018.01.018>
- Williams, M., Coare, P., Marvell, R., Pollard, E., Houghton, A.-M., & Anderson, J. (2015). Understanding provision for students with mental health problems and intensive support needs. *Report to HEFCE by the Institute for Employment Studies (IES) and Researching Equity, Access and Partnership (REAP)*, 3(8), 410–415. http://www.hefce.ac.uk/media/HEFCE,2014/Content/Pubs/Independentresearch/2015/Understanding,provision,for,students,with,mental,health,problems/HEFCE2015_mh.pdf
- Zuelke, A. E., Lupp, M., Löbner, M., Pabst, A., Schlapke, C., Stein, J., & Riedel-Heller, S. G. (2021). Effectiveness and Feasibility of Internet-Based Interventions for Grief after Bereavement: Systematic Review and Meta-analysis. *JMIR Mental Health*, 8(12), 1–14. <https://doi.org/10.2196/29661>