

## **Pemberdayaan Generasi Muda Melalui Pengembangan Platform Kesehatan Mental Digital Terintegrasi dengan Literasi Keuangan, Literasi Digital, dan Pendekatan Psikologi Islam**

Fitra Tur Radiyah<sup>1</sup>, Tri Dessy Ratna Sari<sup>2</sup>, Jaka Abdillah<sup>3</sup>, Nurhafiz Ahmad Rangkuti<sup>4</sup>, Fikaria Br Tarigan<sup>5</sup>, Eka Feby Ronauli

Lubis<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Institut Teknologi Dan Bisnis Indonesia Medan, Indonesia <sup>2</sup>Institut Teknologi Dan Bisnis Indonesia, <sup>3</sup>STAI Al Hikmah, <sup>4,5,6</sup>Institut Teknologi Dan Bisnis Indonesia Medan, Indonesia

<sup>1</sup>[fitraturradiyah42@gmail.com](mailto:fitraturradiyah42@gmail.com), <sup>2</sup>[tridessy.ratna.s@gmail.com](mailto:tridessy.ratna.s@gmail.com), <sup>3</sup>[aka.abdillah@gmail.com](mailto:aka.abdillah@gmail.com),  
<sup>4</sup>[nurhafiz26ahmadrangkuti@gmail.com](mailto:nurhafiz26ahmadrangkuti@gmail.com), <sup>5</sup>[fikariatarigan@gmail.com](mailto:fikariatarigan@gmail.com), <sup>6</sup>[ekafeby.dosen@itbi.ac.id](mailto:ekafeby.dosen@itbi.ac.id)

### **Corresponding Author:**

Fitra Tur Radiyah<sup>1</sup>  
[fitraturradiyah42@gmail.com](mailto:fitraturradiyah42@gmail.com)

### **History:**

Submitted: 11-07-2026  
Accepted: 16-07-2026  
Published: 21-07-2026

### **Abstract**

*The rapid advancement of digital technology has significantly transformed the lives of young people. While digital technology provides greater access to information, communication, and learning opportunities, it has also introduced various challenges, including increasing mental health issues, low financial literacy, and inadequate digital literacy. These challenges highlight the need for an integrated empowerment program that combines these three essential aspects through an accessible and sustainable learning platform. This community service program aimed to enhance young people's knowledge, skills, and awareness of mental health, financial literacy, and digital literacy through the development of a Digital Mental Health Platform integrated with an Islamic Psychology approach. The program was implemented using the Participatory Learning and Action (PLA) approach, which consisted of three stages: preparation, implementation, and evaluation. Activities included educational workshops, interactive discussions, simulations, hands-on training in using the digital platform, and participant mentoring. Program effectiveness was evaluated using pre-tests, post-tests, observations, and participant satisfaction questionnaires. The results demonstrated substantial improvements across all measured indicators. Participants' understanding of mental health increased from 42% to 90%, financial literacy from 40% to 88%, digital literacy from 45% to 91%, and the ability to use the digital platform from 32% to 87%. In addition, participant satisfaction reached 94%. The developed platform also enabled partner institutions to provide sustainable educational services, preliminary mental health screening, and continuous access to financial and digital literacy resources. These findings indicate that integrating mental health education, financial literacy, digital literacy, and Islamic Psychology effectively strengthens young people's capacity to face the challenges of the digital era in an adaptive, productive, and responsible manner.*

**Keywords:** digital mental health, financial literacy, digital literacy, Islamic psychology, youth empowerment.

### **Abstrak**

Perkembangan teknologi digital telah memberikan banyak manfaat bagi generasi muda, namun juga memunculkan berbagai tantangan seperti meningkatnya masalah kesehatan mental, rendahnya literasi keuangan, dan belum optimalnya literasi digital. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya suatu program pemberdayaan yang mengintegrasikan ketiga aspek tersebut dalam satu media pembelajaran yang mudah diakses. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran generasi muda mengenai kesehatan mental, literasi keuangan, dan literasi digital melalui pengembangan Platform Kesehatan Mental Digital berbasis pendekatan Psikologi Islam. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan *Participatory Learning and Action* (PLA) yang meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Kegiatan dilaksanakan melalui penyuluhan, diskusi interaktif, simulasi, praktik penggunaan platform digital, serta pendampingan. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test, post-test, observasi, dan kuesioner kepuasan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pada seluruh indikator yang diukur. Pemahaman kesehatan mental meningkat dari 42% menjadi 90%, literasi keuangan dari 40% menjadi 88%, literasi digital dari 45% menjadi 91%, kemampuan menggunakan platform digital dari 32% menjadi 87%, serta tingkat kepuasan peserta mencapai 94%. Platform yang dikembangkan juga memberikan kemudahan bagi mitra dalam menyediakan layanan edukasi dan skrining awal kesehatan mental secara berkelanjutan. Program ini membuktikan bahwa integrasi kesehatan mental, literasi keuangan, literasi digital, dan pendekatan Psikologi Islam mampu meningkatkan kapasitas generasi muda dalam menghadapi tantangan era digital secara adaptif, produktif, dan bertanggung jawab..

**Kata Kunci:** kesehatan mental digital, literasi keuangan, literasi digital, Psikologi Islam, pemberdayaan generasi muda.

## 1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mengubah cara generasi muda berinteraksi, belajar, bekerja, dan memperoleh informasi. Pemanfaatan internet, media sosial, aplikasi digital, serta berbagai platform komunikasi memberikan banyak manfaat dalam mendukung aktivitas sehari-hari. Namun di sisi lain, perkembangan tersebut juga menghadirkan tantangan baru berupa meningkatnya tekanan psikologis, kecanduan media sosial, cyberbullying, penyebaran informasi yang tidak benar, hingga rendahnya kemampuan mengelola keuangan pribadi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa transformasi digital tidak hanya memerlukan penguasaan teknologi, tetapi juga kesiapan mental dan kemampuan mengambil keputusan yang tepat.

Generasi muda merupakan kelompok yang paling intensif memanfaatkan teknologi digital. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media digital yang berlebihan tanpa diimbangi dengan kemampuan mengelola emosi dapat meningkatkan risiko stres, kecemasan, depresi, gangguan tidur, serta menurunkan produktivitas belajar maupun bekerja. Selain itu, tingginya paparan terhadap gaya hidup konsumtif melalui media sosial yang mendorong perilaku pengeluaran yang tidak terencana, penggunaan layanan pinjaman bold ilegal, perjudian daring, hingga investasi bodong yang banyak menasar kalangan remaja dan pelajar.

Di sisi lain, literasi keuangan generasi muda di Indonesia masih memerlukan penguatan. Banyak remaja dan pelajar belum memiliki kemampuan menyusun anggaran, mengelola pendapatan, membedakan kebutuhan dan keinginan, memahami risiko investasi, serta menggunakan layanan keuangan digital secara bijak. Rendahnya literasi keuangan menyebabkan generasi muda lebih rentan terhadap masalah ekonomi yang pada akhirnya berdampak terhadap kondisi psikologis dan kesejahteraan hidup.

Literasi digital juga menjadi kebutuhan penting pada era transformasi digital. Literasi digital tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menggunakan perangkat teknologi, tetapi juga mencakup kemampuan berpikir kritis, menjaga keamanan data pribadi, memahami etika bermedia sosial, mengenali ancaman kejahatan siber, serta memanfaatkan teknologi secara produktif. Tanpa literasi digital yang mumpuni, generasi muda berpotensi menjadi korban cakupan data, penipuan digital, penyebaran hoaks, maupun konten negatif yang mempengaruhi kesehatan mental.

Dalam perspektif Psikologi Islam, kesehatan mental tidak hanya dipandang sebagai kondisi bebas dari gangguan psikologis, tetapi juga mencerminkan keseimbangan antara aspek spiritual, emosional, intelektual, dan sosial. Nilai-nilai seperti sabar, bersyukur, tawakal, mengendalikan diri, serta tanggung jawab menjadi fondasi penting dalam membangun ketahanan individu menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Oleh karena itu, pendekatan Psikologi Islam dapat menjadi pelengkap dalam upaya meningkatkan kesehatan mental generasi muda melalui penguatan karakter dan kesejahteraan psikologis.

Meskipun berbagai program edukasi mengenai kesehatan mental, literasi keuangan, maupun literasi digital telah dilaksanakan oleh berbagai pihak, sebagian besar masih dilakukan secara terpisah sehingga belum menghasilkan dampak yang optimal. Padahal aspek-aspek tersebut saling berkaitan dan mempengaruhi kualitas hidup generasi muda ketiga. Permasalahan psikologis dapat dipicu oleh masalah keuangan, sedangkan rendahnya literasi digital dapat membantu kondisi psikologis maupun kerugian finansial. Oleh karena itu, diperlukan suatu model pemberdayaan yang mengintegrasikan aspek ketiga tersebut ke dalam satu media pembelajaran yang mudah diakses oleh Masyarakat.

Program Pengabdian kepada Masyarakat ini menawarkan solusi melalui pengembangan **Platform Kesehatan Mental Digital** yang mengintegrasikan edukasi kesehatan mental, literasi keuangan, literasi digital, serta pendekatan Psikologi Islam. Platform ini dirancang sebagai media pembelajaran, skrining awal kesehatan mental, penyedia materi edukatif, latihan interaktif, dan sumber informasi yang dapat diakses secara fleksibel melalui perangkat digital. Melalui platform ini diharapkan generasi muda memiliki kemampuan menjaga kesehatan mental, mengelola keuangan secara bertanggung jawab, memanfaatkan teknologi secara aman, serta membangun karakter yang kuat berdasarkan nilai-nilai Islam.

Kegiatan ini merupakan bentuk sinergi multidisiplin antara Program Studi Akuntansi, Psikologi Islam, Teknologi Informasi, dan Teknik Informatika. Kolaborasi tersebut memungkinkan terciptanya solusi yang komprehensif melalui perpaduan keahlian dalam bidang pengelolaan keuangan, kesehatan mental, pengembangan sistem informasi, dan teknologi aplikasi digital. Oleh karena itu, kegiatan ini tidak hanya memberikan edukasi kepada masyarakat, tetapi juga menghasilkan inovasi digital yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan.

## 2. METODE PELAKSANAAN.

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dirancang secara partisipatif dengan melibatkan tim pelaksana, mitra, dan peserta sejak tahap perencanaan hingga evaluasi. Pendekatan yang digunakan adalah **Participatory Learning and Action (PLA)**, yaitu pendekatan yang menempatkan peserta sebagai subjek utama dalam proses pembelajaran melalui kegiatan edukasi, diskusi, praktik, simulasi, dan pendampingan. Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

### 2.1 Tahap Persiapan

Tahap persiapan bertujuan untuk memastikan bahwa seluruh kegiatan pengabdian berjalan sesuai dengan kebutuhan mitra dan target luaran yang telah ditetapkan. Pada tahap ini dilakukan koordinasi antara tim pengabdian, mitra, dan pihak-pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan. Kegiatan pertama yang dilakukan adalah observasi lapangan untuk memperoleh gambaran

mengenai kondisi mitra, karakteristik peserta, sarana pendukung, serta permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan mental, literasi keuangan, dan literasi digital. Observasi dilakukan melalui kunjungan langsung ke lokasi mitra dan pengamatan terhadap aktivitas generasi muda sebagai peserta calon kegiatan. Selanjutnya dilakukan wawancara dan diskusi dengan pihak mitra untuk mengidentifikasi kebutuhan pelatihan, menentukan materi yang relevan, serta menyusun bentuk kegiatan yang sesuai dengan karakteristik peserta. Hasil wawancara digunakan sebagai dasar dalam menyusun materi pelatihan dan pengembangan platform kesehatan mental digital.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, tim menyusun modul pelatihan yang terdiri atas empat materi utama, yaitu:

1. Pendidikan kesehatan mental dan pengelolaan stres.
2. Literasi keuangan dan pengelolaan keuangan pribadi.
3. Literasi digital dan keamanan siber.
4. Pendekatan Psikologi Islam dalam membangun kesejahteraan psikologis.

Selain penyusunan materi, tim juga melakukan pengembangan awal **Platform Kesehatan Mental Digital** yang memuat informasi edukatif, fitur skrining awal kesehatan mental, materi literasi keuangan, materi literasi digital, video pembelajaran, kuis interaktif, serta media konsultasi sederhana. Tahap persiapan diakhiri dengan penyusunan jadwal kegiatan, pembagian tugas setiap anggota tim sesuai bidang keahlian, penyusunan instrumen pre-test dan post-test, penyediaan media pembelajaran, serta koordinasi teknis dengan mitra mengenai waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan

## 2.2 Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan inti kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan selama dua hari dengan memadukan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, pemaknaan, praktik langsung, simulasi kasus, dan pendampingan penggunaan platform digital.

### Hari Pertama

Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pelaksanaan **pre-test** untuk mengetahui tingkat pemahaman awal mengenai kesehatan mental, literasi keuangan, dan literasi digital. Selanjutnya peserta memperoleh materi mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental di era digital. Materi meliputi pengenalan kesehatan mental, faktor penyebab stres, strategi membangun resiliensi, pengendalian emosi, serta penguatan kesejahteraan psikologis berdasarkan nilai-nilai Psikologi Islam.

Sesi berikutnya membahas literasi keuangan yang meliputi pengelolaan keuangan pribadi, penyusunan anggaran, pengendalian pengeluaran, kebiasaan menabung, investasi yang aman, serta edukasi mengenai risiko pinjaman online ilegal, investasi bodong, dan penipuan digital. Pada sesi akhir dilakukan diskusi interaktif dan studi kasus sehingga peserta dapat menghubungkan materi yang diperoleh dengan pengalaman yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari.

### Hari Kedua

Hari kedua berfokus pada peningkatan literasi digital dan praktik penggunaan Platform Kesehatan Mental Digital. Materi literasi digital mencakup keamanan data pribadi, etika bermedia sosial, pengenalan ancaman siber, cara mengenali informasi palsu (hoaks), serta pemanfaatan teknologi digital secara produktif untuk mendukung kegiatan belajar dan pengembangan diri. Selanjutnya peserta melakukan praktik langsung menggunakan Platform Kesehatan Mental Digital. Pada sesi ini peserta didampingi oleh tim untuk:

- membuat akun pengguna;
- mengakses materi pendidikan;
- menggunakan fitur skrining awal kesehatan mental;
- mengerjakan kuis literasi keuangan dan literasi digital;
- memanfaatkan fitur konsultasi dan rekomendasi materi pembelajaran.

Seluruh kegiatan dilaksanakan secara interaktif sehingga peserta tidak hanya menerima materi secara teoritis, tetapi juga memperoleh pengalaman langsung dalam menggunakan platform digital sebagai media pembelajaran

## 2.3 Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui efektivitas pelaksanaan kegiatan dan tingkat keberhasilan program dalam meningkatkan pengetahuan serta keterampilan peserta. Evaluasi menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif melalui beberapa metode, yaitu :

### 1. Tes Pra dan Tes Pasca

Instrumen pre-test diberikan sebelum pelatihan dimulai untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, peserta mengikuti post-test menggunakan instrumen yang sama sehingga dapat diketahui peningkatan pemahaman peserta mengenai:

- kesehatan mental;
- literasi keuangan;

- literasi digital;
- pemanfaatan Platform Kesehatan Mental Digital.

Hasil pre-test dan post-test dijelaskan secara deskriptif menggunakan persentase peningkatan nilai

## 2. Observasi

Tim pengabdian melakukan observasi selama pelaksanaan kegiatan untuk menilai tingkat partisipasi, antusiasme, kemampuan menggunakan platform digital, serta keterlibatan peserta dalam diskusi dan praktik.

## 3. Kuesioner Kepuasan

Peserta diminta mengisi kuesioner kepuasan yang mencakup penilaian terhadap materi pelatihan, metode komunikasi, sumber daya, kemudahan penggunaan platform digital, serta manfaat kegiatan bagi peserta

## 4. Evaluasi Platform Digital

Evaluasi juga dilakukan terhadap Platform Kesehatan Mental Digital dengan mengukur jumlah pengguna yang berhasil mengakses platform, tingkat penyelesaian materi pembelajaran, penggunaan fitur skrining kesehatan mental, serta umpan balik pengguna terhadap tampilan dan kemudahan penggunaan sistem.

## 5. Refleksi Bersama Mitra

Pada akhir kegiatan dilakukan diskusi evaluasi bersama mitra untuk mengidentifikasi keberhasilan program, kendala pelaksanaan, peluang pengembangan, serta rencana tindak lanjut agar platform dan kegiatan edukasi dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan.

Hasil evaluasi diharapkan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai kesehatan mental, literasi keuangan, dan literasi digital, peningkatan kemampuan menggunakan platform digital sebagai media pembelajaran, serta peningkatan kesadaran peserta dalam menjaga kesehatan mental dan mengelola keuangan secara bijaksana. Temuan tersebut menjadi dasar penyusunan rekomendasi untuk pengembangan program pengabdian pada tahap berikutnya.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan sesuai dengan tahapan yang telah direncanakan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Kegiatan diikuti oleh generasi muda yang terdiri atas siswa, pelajar, serta anggota organisasi kepemudaan sebagai mitra sasaran. Seluruh rangkaian kegiatan berlangsung secara interaktif melalui penyampaian materi, diskusi kelompok, praktik penggunaan Platform Kesehatan Mental Digital, serta simulasi pengelolaan keuangan dan literasi digital.

Pada awal kegiatan, peserta diberikan **pre-test** untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai kesehatan mental, literasi keuangan, dan literasi digital. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang rendah, khususnya mengenai cara menjaga kesehatan mental, pengelolaan keuangan pribadi, keamanan digital, serta pemanfaatan teknologi secara produktif. Kondisi tersebut menjadi dasar dalam penyusunan strategi pembelajaran yang lebih aplikatif dan partisipatif.

Selama pelaksanaan kegiatan, peserta memperoleh materi mengenai kesehatan mental berbasis Psikologi Islam, pengelolaan keuangan pribadi, literasi digital, keamanan siber, serta praktik langsung menggunakan Platform Kesehatan Mental Digital. Peserta juga diberikan kesempatan untuk berdiskusi, mengerjakan studi kasus, melakukan skrining kesehatan mental secara mandiri, menyusun anggaran keuangan sederhana, dan memanfaatkan berbagai fitur edukasi yang tersedia pada platform.

Hasil observasi menunjukkan bahwa peserta mengikuti seluruh kegiatan dengan antusias. Tingkat partisipasi peserta meningkat pada setiap sesi pelatihan, terutama saat praktik penggunaan platform digital dan simulasi pengelolaan keuangan. Peserta aktif mengajukan pertanyaan, berdiskusi, serta mencoba berbagai fitur yang tersedia pada platform. Hal ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran berbasis praktik mampu meningkatkan keterlibatan peserta dibandingkan penyampaian materi secara konvensional.

Berdasarkan hasil **post-test**, terjadi peningkatan yang signifikan pada seluruh aspek yang diukur. Peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, kemampuan menyusun perencanaan keuangan pribadi, pemanfaatan teknologi digital secara aman, serta kemampuan menggunakan Platform Kesehatan Mental Digital sebagai media pembelajaran mandiri.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan perubahan perilaku. Peserta mulai memahami pentingnya mengatur waktu penggunaan media sosial, menjaga keseimbangan aktivitas digital, menyusun anggaran pengeluaran bulanan, meningkatkan kesadaran terhadap keamanan data pribadi, serta menerapkan nilai-nilai Psikologi Islam dalam menghadapi tekanan kehidupan sehari-hari.

Dampak kegiatan juga dirasakan oleh mitra. Mitra memperoleh sebuah media edukasi digital yang dapat digunakan secara berkelanjutan sebagai sarana pembelajaran dan pendampingan bagi generasi muda. Platform yang dikembangkan tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga sebagai sarana skrining awal kesehatan mental, penyedia materi literasi

keuangan, literasi digital, video edukasi, kuis interaktif, dan media konsultasi sederhana. Dengan demikian, program yang diinginkan dapat terus terjaga meskipun kegiatan pelatihan telah selesai dilaksanakan.

Secara umum, hasil evaluasi menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Integrasi antara kesehatan mental, literasi keuangan, literasi digital, dan pendekatan Psikologi Islam terbukti mampu meningkatkan kapasitas generasi muda dalam menghadapi tantangan era digital secara lebih adaptif, produktif, dan bertanggung jawab

**Tabel 1. Hasil Evaluasi Sebelum dan Sesudah Kegiatan**

| Aspek Penilaian                        | Sebelum (%) | Sesudah (%) | Peningkatan (%) |
|----------------------------------------|-------------|-------------|-----------------|
| Pemahaman Kesehatan Mental             | 42          | 90          | 48              |
| Literasi Keuangan                      | 40          | 88          | 48              |
| Literasi Digital                       | 45          | 91          | 46              |
| Kemampuan menggunakan Platform Digital | 32          | 87          | 55              |
| Kemampuan Praktik                      | 38          | 86          | 48              |
| Kepercayaan Diri                       | 47          | 90          | 43              |
| Keamanan Digital                       | 35          | 89          | 54              |
| Kepuasan Peserta terhadap Program      | 50          | 94          | 44              |

**Sumber: Hasil Pengolahan Data Tim Pengabdian (2026)**

#### **Pembahasan Hasil Evaluasi**

Tabel 1 menunjukkan adanya peningkatan pada seluruh indikator yang diukur setelah pelaksanaan kegiatan. Peningkatan tertinggi terjadi pada kemampuan menggunakan Platform Kesehatan Mental Digital, yaitu dari 32% menjadi 87%, atau meningkat sebesar 55%. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis praktik secara langsung mampu meningkatkan kemampuan peserta dalam memanfaatkan teknologi digital sebagai media pembelajaran dan layanan edukasi.

Aspek kesadaran keamanan digital juga mengalami peningkatan yang cukup tinggi, yaitu sebesar 54%, menunjukkan bahwa peserta semakin memahami pentingnya menjaga keamanan data pribadi, mengenali ancaman siber, serta menggunakan media digital secara aman dan bertanggung jawab.

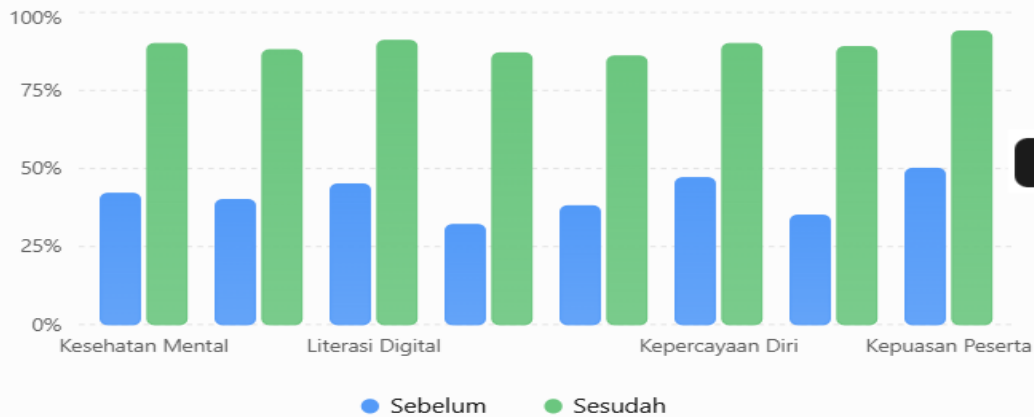
Sementara itu, indikator pemahaman kesehatan mental, literasi keuangan, literasi digital, dan kemampuan praktik mengalami peningkatan antara 46% hingga 48%. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa materi integrasi dari empat bidang ilmu mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif kepada peserta. Selain memperoleh pengetahuan teoritis, peserta juga mampu mengaplikasikan materi melalui praktik langsung selama kegiatan berlangsung.

Nilai kepercayaan diri peserta meningkat dari 47% menjadi 90%, menunjukkan bahwa peserta menjadi lebih yakin dalam mengelola kesehatan mental, mengambil keputusan keuangan, serta memanfaatkan teknologi digital secara positif. Selain itu, tingkat kepuasan peserta mencapai 94%, yang menunjukkan bahwa materi, metode pelaksanaan, dan platform yang dikembangkan dinilai sangat bermanfaat dan sesuai dengan kebutuhan generasi muda.

Secara keseluruhan, hasil evaluasi membuktikan bahwa program pengabdian ini berhasil meningkatkan kompetensi peserta dalam aspek kesehatan mental, literasi keuangan, literasi digital, dan pemanfaatan teknologi. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa pendekatan multidisiplin yang mengintegrasikan Program Studi Akuntansi, Psikologi Islam, Teknologi Informasi, dan Teknik Informatika efektif dalam menghasilkan solusi pemberdayaan yang berkelanjutan.

**Grafik 1. Peningkatan Hasil Kegiatan**

Perbandingan hasil evaluasi peserta sebelum dan sesudah mengikuti program pengabdian.



Grafik menunjukkan bahwa seluruh indikator mengalami kinerja setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Peningkatan paling tinggi terjadi pada **kemampuan menggunakan Platform Kesehatan Mental Digital**, yang meningkat dari **32% menjadi 87%**. Hal ini menunjukkan bahwa peserta mampu mengoperasikan platform dengan baik setelah memperoleh pelatihan dan pendampingan.

Selain itu, **literasi digital**, **pemahaman kesehatan mental**, dan **kesadaran keamanan digital** juga mengalami peningkatan yang signifikan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendekatan yang mengintegrasikan edukasi kesehatan mental, literasi keuangan, literasi digital, dan Psikologi Islam efektif dalam meningkatkan kompetensi generasi muda.

#### Hasil Observasi

Hasil observasi selama pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa peserta mengikuti seluruh rangkaian pelatihan dengan antusias dan aktif. Hal tersebut terlihat dari tingginya partisipasi peserta dalam sesi diskusi, tanya jawab, praktik penggunaan Platform Kesehatan Mental Digital, serta penyelesaian studi kasus yang diberikan oleh tim pengabdian. Peserta mampu memahami materi yang disampaikan dan menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mengidentifikasi permasalahan kesehatan mental, menyusun perencanaan keuangan sederhana, serta memanfaatkan teknologi digital secara lebih aman dan produktif.

#### Hasil Post-test

Berdasarkan hasil post-test, terjadi peningkatan yang signifikan pada seluruh indikator penilaian dibandingkan dengan hasil pre-test. Peningkatan tersebut meliputi pemahaman mengenai kesehatan mental, literasi keuangan, literasi digital, kemampuan menggunakan Platform Kesehatan Mental Digital, serta kesadaran terhadap pentingnya keamanan data pribadi di era digital. Hasil evaluasi ini menunjukkan bahwa metode pelatihan yang mengombinasikan penyampaian materi, diskusi interaktif, simulasi, dan praktik langsung mampu meningkatkan kompetensi peserta secara efektif.

#### Perubahan

Selain peningkatan pengetahuan, peserta juga mengalami perubahan sikap dan perilaku setelah mengikuti kegiatan pengabdian. Peserta menjadi lebih peduli terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental, lebih mampu mengelola keuangan pribadi secara bijaksana, lebih berhati-hati dalam menggunakan media digital, serta lebih memahami pentingnya menjaga keamanan data pribadi. Peserta juga menunjukkan peningkatan rasa percaya diri dalam memanfaatkan teknologi digital sebagai media pembelajaran, komunikasi, dan pengembangan diri.

#### Dampak Kegiatan

Dampak kegiatan tidak hanya dirasakan oleh peserta, tetapi juga oleh mitra melalui tersedianya Platform Kesehatan Mental Digital yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan sebagai media edukasi, pembelajaran, dan pendampingan. Platform tersebut menyediakan berbagai fitur seperti materi kesehatan mental berbasis Psikologi Islam, modul literasi keuangan, materi literasi digital, skrining awal kesehatan mental, video edukasi, kuis interaktif, serta informasi mengenai keamanan digital. Kehadiran platform ini

memberikan kemudahan bagi mitra dalam melaksanakan kegiatan edukasi secara berkesinambungan tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu

## 5. KESIMPULAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program pengabdian berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Integrasi antara kesehatan mental, literasi keuangan, literasi digital, dan pendekatan Psikologi Islam terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta kesadaran generasi muda dalam menghadapi tantangan era transformasi digital. Pendekatan multidisiplin yang meliputi Program Studi Akuntansi, Psikologi Islam, Teknologi Informasi, dan Teknik Informatika menghasilkan model pemberdayaan yang inovatif, aplikatif, dan berkelanjutan. Program ini diharapkan dapat menjadi model pengabdian kepada masyarakat yang dapat direplikasi di berbagai sekolah, perguruan tinggi, organisasi kepemudaan, maupun komunitas masyarakat sebagai upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang sehat secara mental, cakap secara digital, dan mandiri secara finansial.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Otoritas Jasa Keuangan, *Survei Nasional Literasi dan Inklusi Keuangan Indonesia 2025* , Otoritas Jasa Keuangan, Jakarta, 2025.
- [2] Kementerian Komunikasi dan Digital Republik Indonesia, *Status Literasi Digital Indonesia 2024* , Kementerian Komunikasi dan Digital Republik Indonesia, Jakarta, 2024.
- [3] Organisasi Kesehatan Dunia, *Laporan Kesehatan Mental Dunia: Transformasi Kesehatan Mental untuk Semua* , Organisasi Kesehatan Dunia, Jenewa, Swiss, 2022.
- [4] Asosiasi Psikiatri Amerika, *Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental* , edisi ke-5, Revisi Teks (DSM-5-TR), Penerbitan Asosiasi Psikiatri Amerika, Washington, DC, 2022.
- [5] D. Goleman, *Kecerdasan Emosional: Mengapa Hal Itu Bisa Lebih Penting Daripada IQ* , Bantam Books, New York, 2005.
- [6] A. Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* , WH Freeman and Company, New York, 1997.
- [7] Organisasi untuk Kerja Sama Ekonomi dan Pembangunan (OECD), *Survei Internasional OECD/INFE tentang Literasi Keuangan Dewasa 2023* , Penerbitan OECD, Paris, Prancis, 2023.
- [8] A. Lusardi, OS Mitchell, Pentingnya Literasi Keuangan bagi Ekonomi: Teori dan Bukti, *J. Econ. Lit.* **52** (2014) 5-44.
- [9] UNESCO, *Laporan Pemantauan Pendidikan Global 2023: Teknologi dalam Pendidikan: Alat Atas Persyaratan Siapa?* , Penerbitan UNESCO, Paris, Prancis, 2023.
- [10] MD Griffiths, Kecanduan Jejaring Sosial: Tema dan Isu yang Muncul, *J. Addict. Res. Ther.* **4** (2013) e118.
- [11] RM Ryan, EL Deci, Teori Penentuan Diri dan Fasilitasi Motivasi Intrinsik, Perkembangan Sosial, dan Kesejahteraan, *Am. Psychol.* **55** (2000) 68-78.
- [12] MEP Seligman, *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being* , Free Press, New York, 2011.
- [13] AH Maslow, *Motivasi dan Kepribadian* , edisi ke-3, Harper & Row Publishers, New York, 1987.
- [14] MU Chapra, *Islam dan Tantangan Ekonomi* , Yayasan Islam, Leicester, Britania Raya, 1992.
- [15] MU Najati, *Al-Qur'an wa 'Ilm al-Nafs (Al-Qur'an dan Psikologi)* , Dar Al-Shuruq, Kairo, Mesir, 2001.