

**Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Keperawatan
Fakultas Keperawatan
Skripsi, Januari 2024
Puji Purwanto
NIM : 017222038**

**Gambaran Kesehatan Mental Pada Remaja Siswa Sma Negeri 1 Kumai
ABSTRAK**

Remaja adalah periode kritis untuk meningkatkan kesehatan mental karena lebih dari separuh masalah kesehatan mental dimulai pada tahap remaja dan beberapa di antaranya bertahan hingga dewasa. Masa remaja adalah periode penting untuk mengembangkan kebiasaan sosial dan emosional yang penting untuk kesejahteraan mental. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan kesehatan mental pada remaja di lingkungan sekolah menengah atas. Rancangan penelitian ini adalah penelitian deskriptif observasional. Populasi dan sampel penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Atas di SMA N 1 Kumai yang berjumlah 100 orang. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20). Gejala depresi mayoritas responden mengalami gejala sering menangis sebesar 36 responden (36%), gejala cemas responden mengalami gejala tidur tidak nyenyak sebesar 74 responden (74%), pada gejala somatik gejala yang dialami responden adalah merasa sakit kepala yaitu 55 responden (55%), gejala kognitif yang sering dialami responden adalah responden kesulitan mengambil keputusan yaitu 53 responden (53%), dan untuk gejala penurunan energi responden mengalami mudah lelah sebesar 61 responden (61%), Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam mengembangkan upaya kegiatan peningkatan dan pencegahan masalah kesehatan jiwa remaja.

Kata kunci: Remaja; Masalah Emosional; Masalah Perilaku; Masalah Sebaya; Perilaku Prosocial
Kepustakaan:

Ngudi Waluyo University
Nursing Study Program
Nursing Faculty
Final Assignment, August 2023
Puji Purwanto
NIM : 017222038

Abstract

Adolescence is a critical period for improving mental health because more than half of mental health problems start at the adolescent stage and some of them persist into adulthood. Adolescence is an important period for developing social and emotional habits that are important for mental well-being. The purpose of this research is to describe mental health in adolescents in the high school SMA N 1 Kumai. The design of this research is a observation descriptive research. The population and sample of this study were 100 junior high school students in SMA N 1 Kumai. The data collection tool used the *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20). Symptoms of depression: The majority of respondents experienced symptoms of frequent crying, 36 respondents (36%), anxiety symptoms, 74 respondents (74%) experienced symptoms of restless sleep, with somatic symptoms, the symptoms experienced by respondents were feeling headaches, namely 55 respondents (55%), the cognitive symptoms that respondents often experience are respondents having difficulty making decisions, namely 53 respondents (53%), and for symptoms of decreased energy, 61 respondents (61%) experience fatigue easily. The results of this study can be used as a basis for developing activities to improve and prevent adolescent mental health problems.

Keywords: Adolescent; Behavioral Problem; Emotional Problem; Peer Problem; Prosocial Ability