	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

**LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT**


**PENYULUHAN SEHAT MENTAL REMAJA DI SMA NEGERI 6 BURU**



**Disusun Oleh:**

**Ketua : Ns. Wahyu Dwi Fatimah, M.Kep (0209069401)**  
**Anggota 1. Nurhasanah, M.Psi., Psikolog (0201058401)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN  
PENDIDIKAN PROFESI NERS  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU  
TAHUN 2022-2023**

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

## 1. Identitas PkM

### A. Judul PkM

Penyuluhan Sehat Mental Remaja di SMA Negeri 6 Buru
---

### B. Waktu PkM

Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semeslater	Lama Penelitian
2023	2023	Genap	6 bulan

### C. Mata Kuliah

Kode MK	Mata Kuliah
2034442	Keperawatan Anak Sehat dan Sakit

### D. Dasar alqur'an

Surah dan ayat	[Surat Al-Baqarah: 222]
Ayat alquran	يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ
Artinya	Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi sesuatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin.
Hadis	

## 2. Identitas pelaksana PkM

Nama	Peran	Tugas
Wahyu Dwi Fatimah	Ketua Penelitian	Mengkoordinir pelaksanaan PKM
Nama	Peran	Tugas
Nurhasanah	Anggota 1	Menyusun laporan
Yosinia Yogaswari	Mahasiswa 1	Membantu penyusunan laporan
Viosa Priska Leftiana	Mahasiswa 2	Membantu pelaksanaan pengabdian

## 3. Mitra PkM

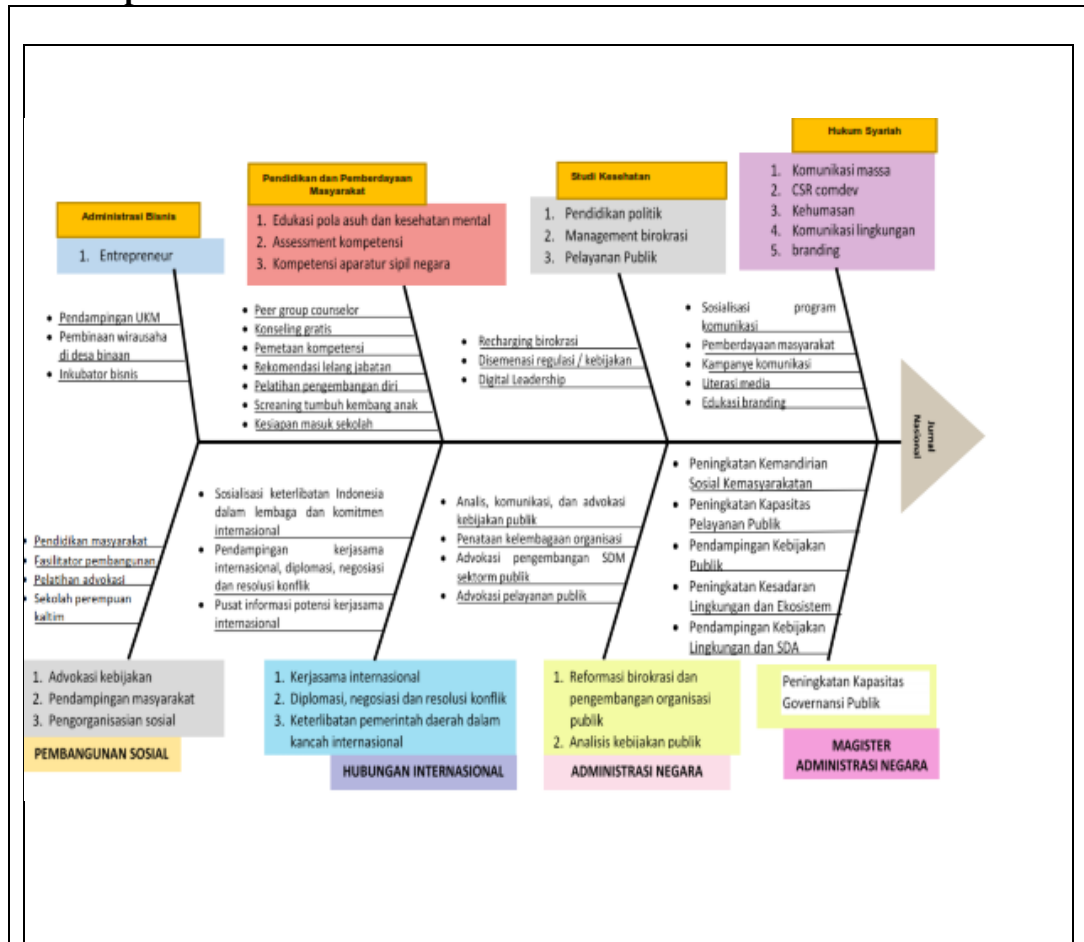
Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA
-	-	-	-

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
<b>FORMULIR SPMI</b>		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

#### 4. Luaran dan Target capaian


Tahun	Jenis Luaran
1	Jurnal nasional

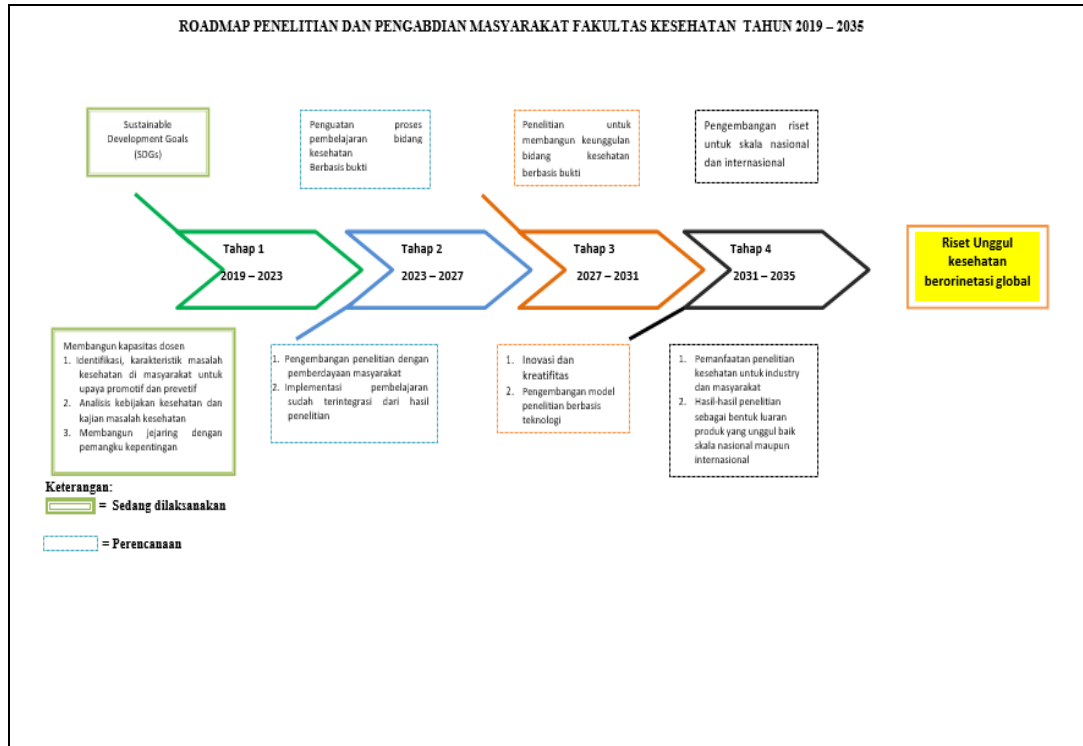
#### 5. Roadmap Universitas



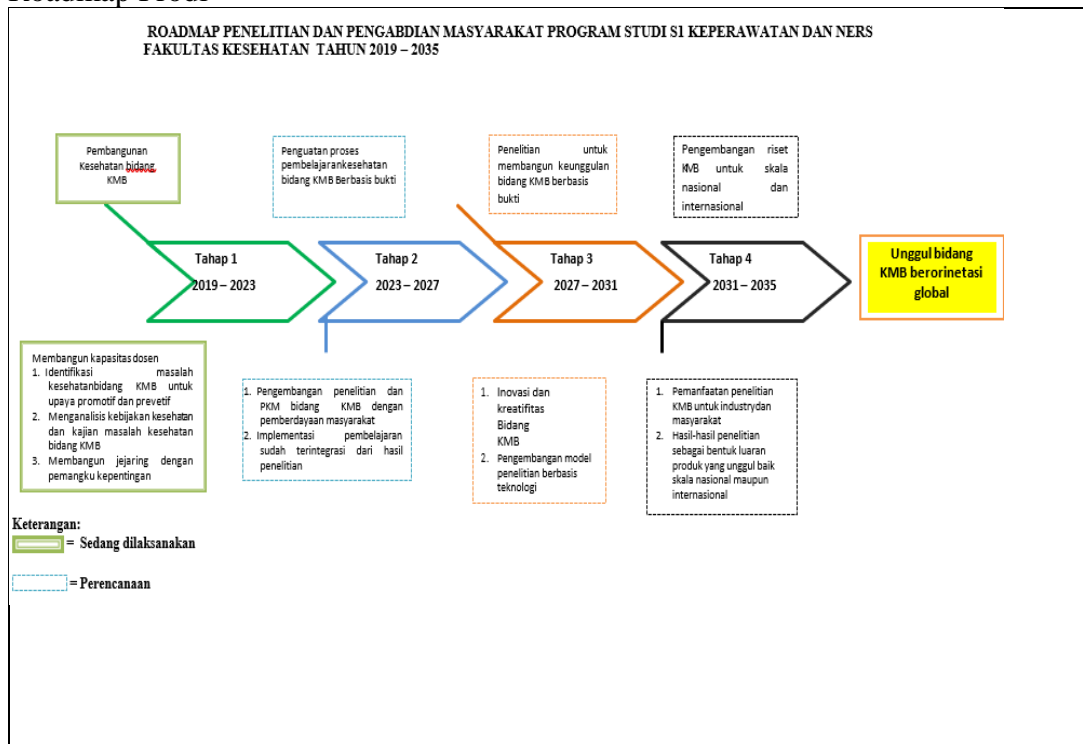
#### 6. Roadmap Fakultas


--

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

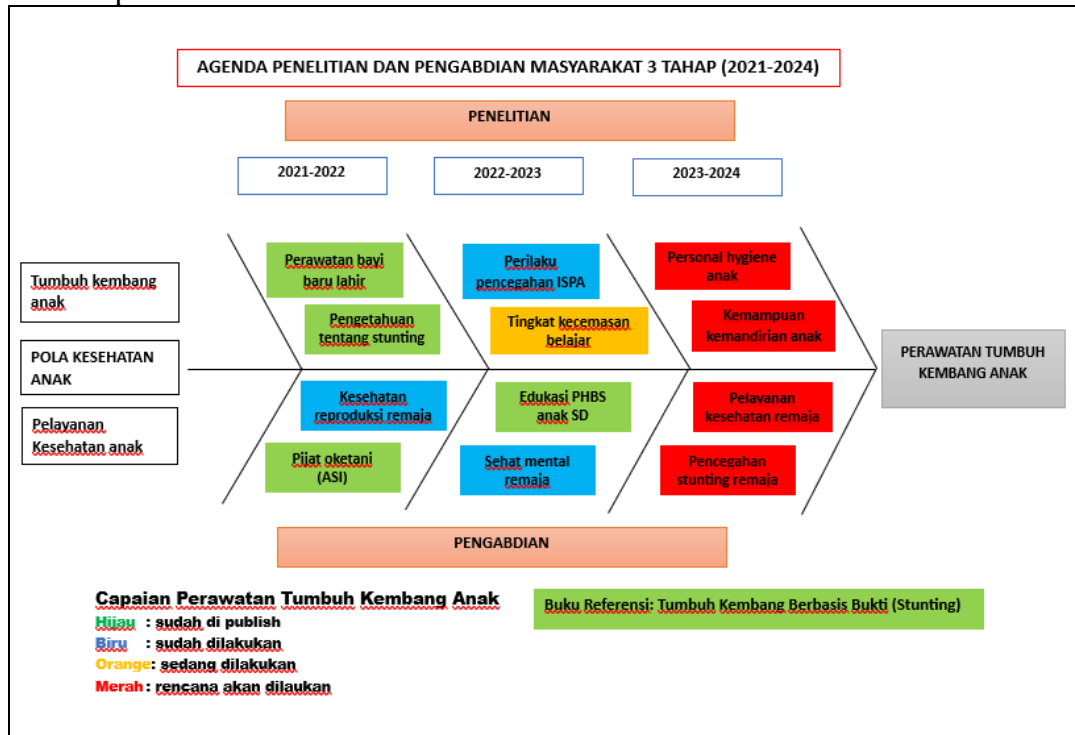


## 7. Roadmap Prodi




	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

## 8. Roadmap dosen





## 9. Anggaran Pengabdian

NO	URAIAN	SATUAN	VOLUME	JUMLAH
1	Honor pengabdian	2	Rp 500.000,00	Rp 1.000.000,00
2	Belanja barang habis pakai	1	Rp 500.000,00	Rp 500.000,00
3	Biaya perjalanan (survey, ambil data, transpot )	2	Rp 1.000.000,00	Rp 2.000.000,00
4	Publikasi	1	Rp 500,000,00	Rp 500,000,00
5	Lain-lain	1	Rp 1.000.000,00	Rp 1.000.000,00
	Jumlah			Rp 5.000.000,00

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15


#### 10. Halaman pengesahan

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
1. Judul Penelitian	: Penyuluhan Sehat Mental Remaja di SMA Negeri 6 Buru
2. Bidang Penelitian	: Kesehatan/Keperawatan
3. Ketua Peneliti	
a. Nama lengkap	: Ns. Wahyu Dwi Fatimah, M.Kep.
b. NIDN	: 0209069401
c. Jabatan /golongan	: Tenaga Pengajar
d. Program Studi	: S1 Keperawatan
e. No Hp	: 082137371520
4. Anggota Peneliti 1	
a. Nama lengkap	: Nurhasanah, M.Psi., Psikolog.
b. NIDN	: 0201058401
5. Lokasi PkM	: SMA Negeri 6 Buru
6. Jumlah biaya yang diusulkan	: Rp.5.000.000
Pringsewu, Juli 2023 Mengetahui	
Dekan FKes,	Kepala LPPM UMPRI
 Elni Nuryati, M.Epid, NIDN. 0215117601	 Borwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN. 0213108601

#### 5. Isi Penelitian

##### a. Abstrak

Menurut WHO kesehatan tidak hanya berbicara tentang fisik, namun juga tentang kesehatan psikis atau mental. Remaja menjadi salah satu individu yang sering terkena masalah kesehatan mental. Sehingga perlu adanya upaya yang dilakukan untuk mengatasi keadaan tersebut. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

memberikan pemahaman kepada remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan mental yaitu dengan menyedikana penyuluhan kesehatan mental remaja. Tujuan kegiatan ini untuk memberikan pelayanan kesehatan pada remaja khususnya terkait dengan sehat mental pada remaja. Kegiatan pengabdian ini mencakup penyampaian materi, berdiskusi dan evaluasi. Jumlah peserta yang turut serta yaitu 56 siswa. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, peserta memahami pentingnya menjaga kesehatan mental bagi dirinya sendiri dan akan berupaya menjaganya.

**b. Key word**

Sehat mental, remaja

**c. Latar Belakang**

Isu kesehatan remaia yang semakin marak di masyarakat, dimana banyak anak usia remaja yang mengalami gangguan kesehatan baik fisik maupun mental. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental dengan gejala depresi juga kecemasan sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia (Rachmawati, 2022). Masalah ini perlu adanya solusi dan penanganan lebih baik bagi remaja. Minimnya akses informasi menjadi salah satu faktor penyebab basalah ini muncul. Sehingga perlu adanya upaya yang dilakukan untuk mengatasi kondisi tersebut.

Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk memberikan pelayanan kesehatan bagi remaja yaitu dengan adanya penyuluhan sehat mental bagi remaja. Tujuan dari pelayanan ini yaitu untuk memberikan praktik layanan kesehatan pada remaja, sehingga tercapailah remaja yang sehat secara mental. Perlunya edukasi kesehatan pada remaja dengan penyuluhan kesehatan mental pada remaja juga diperlukan guna meningkatkan sehat mental bagi remaja (Asril, 2023).


SMA merupakan salah satu wadah dimana anak-anak usia remaja berada dan menuntut ilmu. Dimana di dalam sekolahan sendiri terdiri dari remaja putra maupun putri. Sehingga peneliti tertarik untuk memberikan penyuluhan kesehatan mental pada anak SMA.

**d. Metode**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di SMA Negeri 6 Buru. Sasaran kegiatan ini adalah semua remaja yang hadir dalam kegiatan di SMA Negeri 6 Buru saat kegiatan berlangsung, berjumlah 56 siswa-siswi. Kegiatan dilakukan dengan beberapa tahap, yaitu mulai dari penyampaian materi, diskusi tanya-jawab, dan evaluasi secara langsung. Kegiatan dilaksanakan selama satu hari.

**e. Hasil dan Pembahasan**

Menurut peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak pasal 28, anak usia sekolah mendapatkan pelayanan melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Sebagai upaya kegiatan lintas sektor

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	<b>FORMULIR SPMI</b>	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

pendidikan dan kesehatan untuk memberikan pelayanan dan pemantauan kesehatan masyarakat lingkungan sekolah (Kemenkes RI, 2022). SD Negeri 1 Waelata masih belum memiliki UKS sebagai penyedia layanan kesehatan khusus di sekolah.

Sehingga dilakukan dilakukanlah edukasi kesehatan secara berkala oleh instansi-instansi terkait. Salah satu bentuk kegiatan yang dapat dilakukan yaitu dengan diadakannya pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang kesehatan mental pada remaja.

Pelaksanaan kegiatan berjalan lancar dengan kegiatan awal berupa *brainstorming* atau penggalian kembali sejauh mana siswa mengetahui tentang pentingnya menjaga kesehatan mental bagi diri sendiri. Pada penelitian yang dilakukan oleh Indriani (2022) menyatakan bahwa edukasi sehat mental mampu meningkatkan pengetahuan tentang bagaimana remaja mengontrol kesehatan mental pada dirinya sendiri. Sedangkan pada penelitian lain menyebutkan bahwa penyuluhan yang dilakukan baik secara langsung maupun secara online dapat meningkatkan pemahaman bagi remaja dalam meningkatkan kesehatan mental bagi dirinya sendiri. Menurut penelitian yang dilakukan pada remaja yang dilakukan secara online memiliki pengaruh yang signifikan. Dimana konseling ini membantu mengatasi permasalahan kesehatan mental yang dialami oleh remaja (Sosialita, 2022).


Setelah pemberian materi, siswa diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dalam diskusi kelas. Siswa tampak antusias saat dilakukan diskusi, dimana beberapa diantaranya menanyakan terkait dengan masalah hubungan antar teman yang berkaitan dengan kesehatan mental. Dimana masalah yang paling sering terjadi pada anak remaja diantaranya yaitu tentang interaksi antar individu. Lalu siswa diminta untuk merumuskan rencana kedepan dalam mengatasi sehat mental bagi diri sendiri. Kegiatan diakhiri dengan menyimpulkan dan menarik garis besar sebagai evaluasi bahwa siswa mampu memahasi dan merencanakan untuk menerapkan pola hidup sehat metal.

#### **f. Kesimpulan**

Semua siswa mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dengan antusias. Semua siswa memahami tentang pentingnya menjaga sehat mental bagi diri sendiri dan bagaimana cara mengatur diri agar tetap dalam kondisi sehat. Setiap siswa merasakan manfaat dari edukasi yang diberikan. Diharapkan pihak sekolah juga mampu mendampingi dan memberikan pelayanan konseling kesehatan mental bagi anak melalui BK (bimbingan konseling).

#### **g. Daftar Pustaka**

Asril, Ningsih, K. W., Fitri, R. P., Muhamadiyah. (2023). Edukasi Kesehatan Mental pada Remaja. *Health Community Service (HCS)*. Vol. 1 No. 1.

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
<b>FORMULIR SPMI</b>		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

- Rahmawati, F., Silalahi, R. P., Berthiani, T., & Mansyah, B. (2022). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja: Factors Affecting Mental Health in Adolensents. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(3), 276-281.
- Indriani, F. (2024). Edukasi Kesehatan Mental Remaja dengan Media Aplikasi Riliv dan Media Leaflet di SMP PGRI 1 Surakarta. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*.
- Sosialita, T.D. (2022). Efektivitas Konseling Online pada Kesehatan Mental Remaja. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*. Vol 13, No 1 Page: 69-80.
- Kemendes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemendes.Go.Id*.

#### **h. Dokumentasi**



Gambar 1. Penyampaian Materi

#### **6. Publikasi PkM**

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link
-	Belum dipublikasi	-