

**PSIKOEDUKASI SEBAGAI STRATEGI PROMOSI
KESEHATAN MENTAL PADA KELOMPOK REMAJA
DI KAMPUNG SINDANGHURIP**

KARYA TULIS ILMIAH



**ANISA NURFAUZI ASTUTI
NIM : 11025122094**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
2025**

**PSIKOEDUKASI SEBAGAI STRATEGI PROMOSI
KESEHATAN MENTAL PADA KELOMPOK REMAJA
DI KAMPUNG SINDANGHURIP**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan

KARYA TULIS ILMIAH



ANISA NURFAUZI ASTUTI

NIM : 11025122094

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
2025**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juli 2025

Anisa Nurfauzi Astuti

Psikoedukasi Sebagai Strategi Promosi Kesehatan Mental pada Kelompok Remaja di Kampung Sindanghurip

xvii + 83 halaman + 8 tabel + 8 gambar + 3 grafik + 17 lampiran

ABSTRAK

Latar belakang: Kesehatan mental merupakan isu yang semakin mendapat perhatian baik di tingkat nasional maupun global, terutama di kalangan remaja. Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang rentan terhadap masalah psikologis. **Tujuan:** Untuk mengetahui tingkat pengetahuan kelompok remaja sebelum dan sesudah dilaksanakan psikoedukasi kesehatan mental. **Metode penelitian:** kuantitatif menggunakan metode *quasi-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. **Hasil:** Hasil pre-test menunjukkan 20% responden berada kategori kurang, 50% berkategori cukup, dan 30% termasuk kategori baik. Hasil post-test menunjukkan 80% responden berada pada kategori baik, dan 20% responden berada pada kategori cukup. Selain itu, hasil observasi menunjukkan sebelum dilakukan senam 50% responden menunjukkan ekspresi netral dan 50% menunjukkan ekspresi bahagia. Setelah dilakukan senam ada perubahan, yaitu 90% responden menunjukkan ekspresi bahagia dan 10% menunjukkan ekspresi netral. **Kesimpulan:** Setelah diberikan psikoedukasi kesehatan mental terjadi peningkatan pengetahuan secara signifikan. **Saran:** Peneliti menyarankan pada peneliti selanjutnya, untuk melaksanakan kegiatan penelitian pada waktu libur sekolah agar pelaksanaan intervensi tidak terganggu oleh jadwal akademik.

Kata kunci: Kesehatan mental, pengetahuan, remaja, senam

**D III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Scientific Paper, July 2025

Anisa Nurfauzi Astuti

Psychoeducation as a Strategy for Promoting Mental Health among Adolescent Groups in Sindanghurip Village

xvii + 83 pages + 8 tables + 8 picture + 3 chart + 17 appendices

ABSTRACT

Background: Mental health is an issue that is increasingly receiving attention both nationally and globally, especially among adolescents. Adolescence is a stage of development that is vulnerable to psychological problems. **Objective:** To determine the level of knowledge of adolescent groups before and after mental health psychoeducation is carried out. **Research method:** Quantitative using quasi-experimental methods with a one group pretest-posttest design approach. **Results:** The pre-test results showed that 20% of respondents were in the less category, 50% were in the sufficient category, and 30% were in the good category. The post-test results showed that 80% of respondents were in the good category, and 20% of respondents were in the sufficient category. In addition, the observation results showed that before the exercise, 50% of respondents showed a neutral expression and 50% showed a happy expression. After the exercise, there was a change, namely 90% of respondents showed a happy expression and 10% showed a neutral expression. **Conclusion:** After being given mental health psychoeducation, there was a significant increase in knowledge. **Suggestion:** The researcher suggests to further researchers to carry out research activities during school holidays so that the implementation of the intervention is not disturbed by the academic schedule.

Keywords : *Adolescents, exercise, knowledge, mental health,*

