



Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Poster Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental Pada Remaja Siswa-Siswi Di MTS Al-Manar Sepatan Kabupaten Tangerang

The Effect of Education Using Posters on Mental Health Knowledge Among Adolescent Students at MTS Al-Manar Sepatan, Tangerang Regency

Dewi Septiawati^{1*}, Siti Rochmani², Ida Faridah³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani, Jl. Aria Santika No. 40A, RT.001/RW.003, Margasari, Kec. Karawaci, Kota Tangerang, Banten 15114

*Corresponding Author : dewiseptiaw951@gmail.com

ABSTRAK

Sejarah artikel:

Diterima 21 October 2025

Revisi 19 November 2025

Diterima 17 December 2025

Kata kunci:

Edukasi, Poster, Pengetahuan, Kesehatan Mental, Remaja

Gangguan kesehatan mental pada remaja merupakan salah satu isu kesehatan yang prevalensinya cukup tinggi. Minimnya pengetahuan remaja tentang kesehatan mental dapat berdampak pada prestasi belajar dan interaksi sosial. Oleh karena itu, dibutuhkan edukasi kesehatan mental dengan media yang sederhana, menarik, dan mudah dipahami, seperti poster. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan media poster terhadap tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja di sekolah. Desain Penelitian: Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan rancangan one group pretest-posttest design. Hasil: Penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi dengan media poster. Hasil uji Wilcoxon mendapatkan nilai $p < 0,05$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest. Kesimpulan: Edukasi kesehatan mental dengan media poster efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja di Mts Al-Manar Sepatan Kabupaten Tangerang. Poster dapat dijadikan media edukasi berkelanjutan di sekolah maupun fasilitas kesehatan.

ABSTRACT

Keywords:

Education, Poster, Knowledge, Mental Health

Mental health disorders among adolescents are one of the health issues with a fairly high prevalence. Limited knowledge of adolescents regarding mental health can affect their academic performance and social interactions. Therefore, mental health education using simple, attractive, and easily understood media such as posters is needed. This study aims to determine the effect of education using poster media on the level of knowledge about mental health among adolescents in schools. Research Design: This study uses a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest design. Results: The study showed an increase in adolescents' knowledge after being given education using poster media. The Wilcoxon test results showed a p value < 0.05 , indicating a significant difference between the pretest and posttest scores. Conclusion: Mental health education using poster media is effective in increasing adolescents' knowledge at Mts Al-Manar Sepatan, Tangerang Regency. Posters can be used as a continuous educational medium in schools and health facilities.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan bagian penting dalam mewujudkan kondisi sehat secara keseluruhan. Sama seperti kesehatan fisik, kesehatan mental juga memerlukan perhatian yang serius. Menurut World Health Organization (2024), kesehatan mental adalah keadaan di mana individu mampu mengatasi tekanan hidup, menyadari potensi dirinya untuk berkembang melalui belajar dan bekerja secara maksimal, dan mampu memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi lingkungannya.

Kesehatan mental merupakan bagian esensial dalam konsep kesehatan secara keseluruhan. Saat ini, diperkirakan terdapat lebih dari 450 juta individu yang mengalami gangguan mental, dan sekitar satu dari empat individu akan menghadapi masalah kesehatan jiwa sepanjang hidupnya. Berdasarkan data WHO regional Asia Pasifik (WHO SEARO), jumlah kasus depresi tertinggi tercatat di India, yaitu 56.675.969 kasus (4,5% dari populasi), sedangkan yang terendah di Maldives dengan 12.739 kasus (3,7%). Di Indonesia sendiri, terdapat sekitar 9.162.886 kasus atau 3,7% dari jumlah penduduk. Namun, sistem pelayanan kesehatan global dinilai masih belum memadai dalam merespons beban gangguan jiwa ini, sehingga menimbulkan kesenjangan yang besar antara kebutuhan layanan dan ketersediaannya. Bahkan, diperkirakan sekitar 85% penderita gangguan mental berat di negara berkembang tidak memperoleh pengobatan yang semestinya.

Di Indonesia sendiri, dengan beragam faktor biologis, psikologis, serta sosial yang dipengaruhi oleh heterogenitas penduduk, jumlah penderita gangguan jiwa diperkirakan akan terus meningkat. Gangguan jiwa menyumbang sekitar 4,3% dari total beban penyakit dan menjadi salah satu penyebab utama kecacatan di dunia, khususnya pada perempuan. Perlu dipahami bahwa kondisi kesehatan mental setiap individu berbeda-beda dan tidak dapat diseragamkan. Hal tersebut mempertegas pentingnya pembahasan mengenai kesehatan jiwa, terutama dalam upaya memberdayakan individu, keluarga, dan masyarakat agar mampu mengenali, mempertahankan, serta mengembangkan kesehatan mental yang optimal dalam menghadapi dinamika kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023, kesehatan mental didefinisikan sebagai kondisi sehat seseorang yang mencakup aspek fisik, psikis, dan sosial, bukan hanya sekadar bebas dari penyakit, sehingga memungkinkan individu dapat menjalani kehidupan secara produktif. Adanya gangguan kesehatan di masyarakat berpotensi menurunkan produktivitas dan menimbulkan kerugian bagi negara, sehingga diperlukan peningkatan derajat kesehatan masyarakat melalui transformasi di sektor kesehatan (Kemenkes RI, 2023). Tingginya angka prevalensi serta dampak signifikan terhadap kualitas hidup penderita menjadikan gangguan mental sebagai permasalahan penting yang harus mendapatkan perhatian serius (Florensa et al., 2023).

Masa remaja merupakan fase transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, sosial, dan emosional. Pada tahap ini, pembentukan dasar kepribadian serta kesejahteraan remaja berlangsung dalam waktu yang relatif singkat. Oleh karena itu, dukungan keluarga, lingkungan yang kondusif, serta pendidikan mengenai kesehatan mental sangat penting agar remaja dapat berkembang menjadi individu yang tangguh dan stabil secara emosional. Hasil survei Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (INAMHS) menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 20 remaja Indonesia mengalami Gangguan Mental Emosional (GME). Dari berbagai jenis gangguan, kecemasan menjadi yang paling banyak dialami remaja, sementara depresi tercatat sebesar 26,7%. Kecemasan ini ditemukan baik pada remaja laki-laki maupun perempuan. Hasil tersebut sejalan dengan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang melaporkan bahwa lebih dari 19 juta penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, sementara lebih dari 12 juta orang pada kelompok usia yang sama tercatat mengalami depresi. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kondisi kesehatan mental pada remaja.

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), tercatat sekitar 450 remaja mengalami gangguan kesehatan mental, sementara jumlah kasus di seluruh dunia telah mencapai 1 miliar jiwa, dengan prevalensi sekitar 20% dialami oleh kelompok remaja. Pada tahun 2019, jumlah penderita gangguan mental dilaporkan sebanyak 197 juta jiwa, dan meningkat menjadi 277 juta kasus pada tahun 2021. Hal ini menunjukkan adanya tren peningkatan setiap tahun, khususnya pada anak dan remaja. Secara global, diperkirakan 1 dari 5 remaja (20%) berisiko tinggi mengalami masalah kesehatan mental (Aziz et al., 2021).

Di Indonesia sendiri, prevalensi gangguan kesehatan mental pada anak dan remaja mencapai 40%. Data Riskesdas tahun 2021 menunjukkan bahwa sekitar 40% remaja mengalami gangguan tersebut, yang berdampak signifikan terhadap prestasi belajar mereka. Kondisi ini menjadikan



JURNAL VOKASI KESEHATAN

kesehatan mental sebagai isu penting di dunia pendidikan, karena angka remaja yang terdampak terus meningkat setiap tahun. Kelompok usia yang paling rentan terhadap masalah ini adalah remaja berusia 10–24 tahun (Aziz et al., 2021).

Kesehatan mental remaja dapat dipahami sebagai kondisi kesejahteraan psikologis, emosional, dan sosial yang mendukung mereka untuk berfungsi secara optimal dalam kehidupan sehari-hari. Para pakar di bidang kesehatan jiwa maupun psikologi memberikan definisi yang beragam, namun pada dasarnya mencakup aspek-aspek penting seperti kemampuan remaja dalam menghadapi tantangan di masa transisi, mengelola tekanan atau stres, serta berkembang secara positif dalam ranah psikologis, emosional, dan sosial (Utama, 2022; Gunawan et al., 2022).

kesehatan mental sangat berkaitan erat dengan ilmu keperawatan, terutama dalam hal memberikan perawatan pasien dengan gangguan mental, serta menjaga kesehatan mental perawat sendiri. Perawat memiliki peran penting dalam mendeteksi, menilai dan memberikan perawatan bagi pasien dengan masalah kesehatan mental. Kurangnya pemahaman remaja mengenai kesehatan mental dapat memberikan dampak buruk terhadap kesejahteraan mereka. Banyak remaja yang belum menyadari pentingnya pengetahuan terkait kesehatan mental, sehingga permasalahan gangguan jiwa sering kali terabaikan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui media poster sebagai sarana edukasi, karena poster memiliki keunggulan sebagai media visual yang menarik, menyajikan informasi secara singkat, serta mudah dipahami oleh remaja (Rupawan et al., 2022). Kegiatan ini akan dilakukan di dunia pendidikan karena di sekolah tempat berkumpulnya anak usia remaja dan dianggap dapat memahami status mental sehingga edukasi akan lebih mudah dilakukan.

Sebagai bagian dari tujuan penelitian ini, peneliti melakukan observasi awal di MTS AL-MANAR SEPATAN KABUPATEN TANGERANG. Berdasarkan hasil survei awal, terdapat 169 siswa dan diketahui bahwa beberapa siswa jarang membaca maupun mencari informasi terkait kesehatan mental baik melalui internet maupun poster, sehingga tingkat pengetahuan mereka masih tergolong rendah. Pemberian intervensi kesehatan mental menggunakan media poster memiliki potensi besar sebagai sarana edukasi untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai isu tersebut. Dengan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Poster Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental Pada Remaja di MTS AL-MANAR SEPATAN KABUPATEN TANGERANG”

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yang menggunakan metode *Pre Experiment*. Desain penelitian menggunakan rancangan *One Group Pre Test And Post Test*. Penelitian ini untuk melihat Pengaruh Edukasi Kesehatan Menggunakan Media Poster Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental pada Siswa di Mts Al-Manar Sepatan Kabupaten Tangerang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi usia responden

Usia	f	%
12 Tahun	16	13,6%
13 Tahun	27	22,9%
14 Tahun	51	43,2%
15 Tahun	24	20,3%
Total	118	100%

Berdasarkan distribusi usia responden yang menjadi responden dengan usia 12 tahun sebanyak 6 orang atau setara (13,6%), pada usia 13 tahun terdapat 27 orang setara dengan (22,9%), selanjutnya usia 14 tahun sebanyak 51 orang (43,3%) dan usia 15 tahun terdapat 24 orang (20,3%)

responden dari jumlah keseluruhan 100%. Karakteristik usia ini frekuensi terbanyak pada usia 14 tahun.

Tabel 2. Distribusi frekuensi jenis kelamin responden

Jenis Kelamin	f	%
Laki laki	48	40,7%
Perempuan	70	59,3%
Total	118	100 %

Berdasarkan tabel distribusi jenis kelamin yang menjadi responden dengan jenis kelamin laki – laki sebanyak 48 orang atau setara (40,7%) sedangkan perempuan sebanyak 70 orang setara (59,3%). Sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini yang menjadi responden dengan frekuensi terbanyak pada jenis kelamin perempuan 70 orang dari dari jumlah keseluruhan 118 responden.

Tabel 3. Distribusi frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum diberikan Edukasi Menggunakan Media Poster

Tingkat Pengetahuan pre test	f	%
Baik	12	10,2%
Cukup	33	28,0%
Kurang	73	61,9%
Total	118	100%

Berdasarkan tabel distribusi tingkat pengetahuan data menunjukkan hasil bahwa kategori baik sebanyak 12 orang atau setara (10,2%), selanjutnya pada kategori cukup didapatkan hasil 33 orang atau (28,0%), sedangkan terdapat 73 orang atau setara (61,9%) dengan kategori kurang. Data diatas dapat disimpulkan bahwa 73 responden memiliki tingkat pengetahuan kurang dengan presentase (61,9%) dari 118 responden.

Tabel 4. Distribusi frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden Setelah diberikan Edukasi Menggunakan Media Poster

Tingkat Pengetahuan post test	f	%
Baik	101	85,6%
Cukup	14	11,9%
Kurang	3	2,5%
Total	118	100 %

Berdasarkan tabel distribusi tingkat pengetahuan setelah diberikan edukasi menggunakan media poster data menunjukkan hasil bahwa kategori baik sangat meningkat sebanyak 101 orang atau setara (85,6%), selanjutnya pada kategori cukup didapatkan hasil 14 orang atau (11,9%), sedangkan terdapat 3 orang atau setara (2,5%) dengan kategori kurang dan artinya pada kategori kurang mengalami penurunan. Data diatas dapat disimpulkan bahwa 101 responden memiliki tingkat pengetahuan baik dengan presentase (85,6%) dari 118 responden.

Tabel 5. Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Poster Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental Siswa/I di Mts. Al-Manar Sepatan Kabupaten Tangerang

Uji Wilcoxon	Z	P-Value	Keterangan
Pre-Test Pengetahuan – Post-Test Pengetahuan	-9.170	,000	Signifikan (p < 0,05)

Berdasarkan Tabel Hasil Uji Bivariat *Wilcoxon* Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental Siswa/I di Mts Al-Manar Sepatan Kabupaten Tangerang mendapatkan nilai *p-value* sebesar (0.000) nilai tersebut dapat dikatakan lebih kecil dari nilai probabilitasnya ($0.000 < 0.05$) yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, secara statistik edukasi menggunakan media poster memiliki pengaruh terhadap



tingkat pengetahuan tentang Kesehatan mental pada siswa/i di Mts. Al-Manar Sepatan Kabupaten Tangerang.

Sejalan dengan teori yang sudah dijelaskan pada penelitian ini menggunakan media poster dalam memberikan edukasi tentang Kesehatan mental dalam upaya meingkatkan pengetahuan remaja di Mts. Al – Manar Sepatan Kabupaten Tangerang dengan hasil penelitian menggunakan uji bivariat wilcoxon mendapatkan nilai p-value sebesar (0.000) nilai tersebut dapat dikatakan lebih kecil dari nilai probabilitasnya ($0.000 < 0.05$) yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, secara statistik edukasi menggunakan media poster memiliki pengaruh terhadap tingkat pengetahuan tentang Kesehatan mental pada siswa/i di Mts. Al-Manar Sepatan Kabupaten Tangerang. Hal ini sejalan dengan penelitian Aurora, M. C., dkk (2025) hasil analisis data didapatkan jumlah distribusi frekuensi pengetahuan responden pada saat sebelum intervensi yang memiliki pengetahuan baik adalah 33.3% dan pengetahuan kurang 66.7% dan setelah diberikan intervensi mengalami peningkatan menjadi 100%. Uji data yang dilakukan menghasilkan nilai Sig. (2-tailed) adalah 2.045 atau nilai t hitung $>$ nilai t tabel. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap nilai pengetahuan remaja tentang kesehatan mental antara sebelum dan sesudah intervensi menggunakan poster. Dengan kesimpulan menerima hipotesis H_a pada pengujian hipotesis variabel.

Edukasi sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang, sehingga pengetahuan akan mudah diingat. Hal ini sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang (*overt behavior*) (Notoatmodjo dalam yunika, 2022). Memberikan edukasi menggunakan media yang menarik merupakan nilai tambah untuk setiap penelitian karena media dapat diartikan sebagai sarana pendukung yang membantu peneliti dalam menyampaikan edukasi. Dengan adanya media maka lebih mudah menjelaskan konsep, sementara responden lebih cepat memahami isi edukasi yang diberikan (Andrew, 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Poster terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Mental pada Remaja di Sekolah*, dapat dirumuskan beberapa kesimpulan sebagai berikut: Sebelum diberikan edukasi melalui media poster, sebagian besar remaja masih memiliki tingkat pengetahuan tentang kesehatan mental dalam kategori rendah hingga sedang. Hal ini menggambarkan pentingnya intervensi edukasi yang lebih menarik dan mudah dipahami oleh remaja. Setelah dilakukan edukasi dengan media poster, pengetahuan remaja mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Poster dengan desain visual yang jelas, singkat, serta menarik terbukti efektif dalam membantu remaja memahami materi kesehatan mental.

Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest ($p < 0,000$), yang berarti edukasi dengan menggunakan media poster berpengaruh positif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mental pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aurora, M. C., Ibnu, I. N., & Ningsih, V. R. (2025). Pengaruh media poster terhadap pengetahuan dan sikap tentang kesehatan mental pada remaja di SMAN 5 Kota Jambi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 12(1), 45–52.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Ferdian, D., et al. (2024). Pengaruh edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan mental. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 13(2), 89–97.
- Gunnell, D., Kidger, J., & Elvidge, H. (2020). School-based interventions to improve mental health in adolescents. *The Lancet Psychiatry*, 7(9), 791–802. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30171-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30171-1)
- Hidayat, A. A. A. (2014). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisa data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil utama Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan Jiwa. Jakarta: Kemenkes RI. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/260596/permendagri-no-17-tahun-2023>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Patel, V., Saxena, S., Lund, C., Thornicroft, G., Baingana, F., Bolton, P., ... & Unützer, J. (2018). The Lancet Commission on global mental health and sustainable development. *The Lancet*, 392(10157), 1553–1598. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31612-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31612-X)
- Saputra, R. K., et al. (2023). Peningkatan pengetahuan remaja tentang kesehatan mental menggunakan media audiovisual. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(3), 112–120.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- UNICEF Indonesia. (2021). *Situasi kesehatan mental remaja di Indonesia*. Jakarta: UNICEF. <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/situasi-kesehatan-mental-remaja>
- World Health Organization. (2018). *World health statistics 2018: Monitoring health for the SDGs*. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565585>
- World Health Organization. (2021). *Adolescent mental health*. Geneva: WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- World Health Organization. (2022). *Global status report on mental health: Transforming mental health for all*. Geneva: WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240065345>