

ABSTRAK

Latar Belakang : Kesehatan mental adalah sebuah kondisi seseorang terbebas dari semua gejala gangguan mental. Perubahan dan perkembangan pada masa remaja dapat memicu terjadinya gangguan mental. Gangguan cemas merupakan gangguan mental yang paling banyak dialami oleh remaja dan depresi mencapai 26.7%. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pengetahuan dan sikap remaja melalui media poster baik sebelum dan sesudah intervensi terkait kesehatan mental.

Metode : Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode *eksperimen*, dengan intervensi menggunakan media poster dan kuesioner sebagai alat pengumpulan data di SMAN 5 Kota Jambi. Sampel pada penelitian ini berjumlah 30 responden dan diuji menggunakan uji statistik *Paired T-Test*.

Hasil : Hasil intervensi menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi sebanyak 100% didapatkan nilai *posttest-pretest* (Δ) = 33.46 (P-Value = < .001) dan terdapat peningkatan sikap sebelum dan sesudah dilakukan intervensi sebanyak 96.7% dengan nilai *posttest-pretest* (Δ) = 21.73 (P-Value = < .001).

Kesimpulan dan Saran : Ada pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi media poster terhadap kesehatan mental di SMAN 5 Kota Jambi. Disarankan pemanfaatan media edukasi poster dengan tema spesifik terkait kesehatan mental ditampilkan di sekitar lingkungan bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan mental dan mampu mengurangi stigma lingkungan sekitar agar siswa tidak merasa takut atau malu untuk mencari bantuan.

Kata Kunci : Kesehatan Mental, Pengetahuan, Sikap, Poster, SMA

ABSTRACT

Background : *Mental health is a condition where a person is free from all symptoms of mental disorders. Changes and developments during adolescence can trigger mental disorders. Anxiety disorder is the most common mental disorder experienced by adolescents and depression reaches 26.7%. The purpose of this study was to determine the effect of knowledge and attitudes of adolescents through poster media both before and after interventions related to mental health.*

Method : *The type of research used is quantitative research with experimental methods, with interventions using poster media and questionnaires as data collection tools at SMAN 5 Jambi City. The sample in this study amounted to 30 respondents and was tested using the Paired T-Test statistical test.*

Results : *The intervention results showed that there was an increase in knowledge before and after the intervention by 100% with a posttest-pretest value (Δ) = 33.46 (P-Value = < .001) and there was an increase in attitude before and after the intervention by 96.7% with a posttest-pretest value (Δ) = 21.73 (P-Value = < .001).*

Conclusions and Suggestions : *There was an influence on knowledge and attitudes before and after the poster media intervention on mental health at SMAN 5 Jambi City. It is recommended that the utilization of educational media posters with specific themes related to mental health be displayed around the environment to increase adolescents' understanding of mental health and be able to reduce environmental stigma so that students do not feel afraid or embarrassed to seek help.*

Keywords : *Mental Health, Knowledge, Attitude, Poster, High School*