



PERBEDAAN MEKANISME KOPING, *SELF EFFICACY*, MOTIVASI, DAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA YANG MENGIKUTI DAN TIDAK MENGIKUTI POSYANDU REMAJA PERMATA KELURAHAN PILANG KECAMATAN KADEMANGAN

Ika Setya Purwiyarningsih¹, Iin Aini Isnawati² Grido Handoko Sriyono³

^{1,2,3} STIKes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo, Indonesia

Email Korespondensi: ikasetya.selalu84@gmail.com

ABSTRAK

Remaja merupakan peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Posyandu remaja ditujukan untuk meningkatkan derajat Kesehatan mental, mekanisme koping, *self efficacy*, motivasi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, Dan Kesehatan Mental Pada Remaja Yang Mengikuti Dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan. Jenis penelitian ini adalah penelitian *pra-eksperimen* dengan desain deskriptif dengan metode penelitian kompratif dan *peer group*. Populasi sebanyak 100 responden dan sampel sebanyak 58 responden, dipilih melalui tehnik *random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, Dan Kesehatan Mental, kemudian diproses *Editing, Coding, Scoring*, dan *Tabulating*. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan *Mann Whitney*. Hasil penelitian pada Remaja menunjukkan Mekanisme Koping yang mengikuti posyandu remaja sebagian besar adalah Adaptif sebanyak 17 responden (58,6%), yang tidak mengikuti posyandu sebagian besar adalah maladaptif sebanyak 16 responden (55,2%). *Self efficacy* remaja yang mengikuti posyandu sebagian besar adalah sedang sebanyak 15 responden (51,7%), yang tidak mengikuti posyandu sebagian besar sedang sebnyak 18 responden (62,1%). Motivasi remaja yang mengikuti posyandu sebagian besar sedang sebanyak 19 responden (65,5%), yang tidak mengikuti posyandu sebagian besar sedang sebanyak 13 responden (44,8%). Kesehatan Mental yang mengikuti posyandu sebagian besar adalah Kesehatan mental cukup sebanyak 15 responden (51,7%), yang tidak mengikuti posyandu sebagian besar cukup sebanyak 14 responden (48,3%). Ada Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan dengan Nilai p Value $< 0,05$. Diharapkan pihak puskesmas dapat memberikan inovasi dengan penyajian materi yang menarik agar peserta tidak bosan saat kegiatan posyandu remaja berlangsung, sehingga remaja dapat meningkatkan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, Dan Kesehatan Mental.

Kata kunci : Mekanisme Koping, *Self Efficacy*, Motivasi, Kesehatan Mental, Remaja dan Posyandu Remaja.

ABSTRACT

Adolescence is a transition from childhood to adulthood. Youth Posyandu is aimed at increasing the degree of mental health, coping mechanisms, self-efficacy, motivation. This study aims to look at the differences in coping mechanisms, self-efficacy, motivation, and mental health in adolescents who attend and do not attend the Permata Youth Posyandu, Pilang Village, Kademangan District. This type of research is a pre-experimental research with a descriptive design using comparative and peer group research methods. The population is 100 respondents and the sample is 58 respondents, selected through random sampling technique. The instrument used was a questionnaire sheet on Coping Mechanisms, Self-efficacy, Motivation, and Mental Health, which were then processed by Editing, Coding, Scoring, and Tabulating. The data obtained were analyzed using Mann Whitney. The results of the study on adolescents showed that the coping mechanisms that attended the youth posyandu were mostly adaptive, with 17 respondents (58.6%), those who did not attend the posyandu, most of them were maladaptive with as many as 16 respondents (55.2%). The self-efficacy of adolescents who attended posyandu was mostly moderate, with 15 respondents (51.7%), those who did not attend posyandu, mostly moderate, with 18 respondents (62.1%). Most of the motivation of adolescents who attend posyandu is moderate as much as 19 respondents (65.5%), those who do not attend posyandu are mostly moderate as many as 13 respondents (44.8%). 51.7%, most of whom did not attend posyandu were 14 respondents (48.3%). There were differences in coping mechanisms, self-efficacy, motivation, and mental health in adolescents who attended and did not attend the Permata Youth Posyandu, Pilang Village, Kademangan District with a p Value <0.05 . It is hoped that the puskesmas can provide innovation by presenting interesting material so that participants do not get bored when the youth Posyandu activities take place, so that adolescents can improve coping mechanisms, self-efficacy, motivation, and mental health

Keywords: *Coping Mechanisms, Self Efficacy, Motivation, Mental Health, Adolescents and Youth Posyandu.*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa dimana seseorang mengalami transisi atau peralihan, dalam masa remaja ini pula seseorang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan secara fisik maupun psikis (Ta'at Sumedi *dkk.*, 2020), karena pada masa ini mereka (remaja) sudah mulai berpikir logis, segala tindakan dan perbuatan mereka sudah tidak seperti anak-anak lagi. Masa ini biasanya berlangsung antara umur 12 sampai dengan 21 tahun (Yunia Lisma dan Ruwayda, 2021). Sebagai bentuk kepedulian terhadap generasi remaja, pemerintah menghadirkan Posyandu remaja untuk mendampingi para remaja menghadapi masa pertumbuhan dan perkembangan dalam hidupnya yang berfungsi sebagai wadah pemberdayaan masyarakat dalam alih informasi dan keterampilan dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan dan keterampilan hidup sehat remaja (Kemenkes RI, 2020).

Tingkat kehadiran remaja sangat mempengaruhi keberhasilan Posyandu remaja di daerah tersebut, karena tidak jarang hanya ramai pada awal pendirian saja, para remaja tidak semuanya mau mengikuti program yang diselenggarakan oleh pemerintah sehingga Posyandu remaja menjadi tidak optimal (Ni Made Muliati *dkk.*, 2022). Terbentuknya Posyandu remaja dikarenakan permasalahan yang banyak dialami remaja seperti kurangnya pengetahuan remaja tentang kesehatan remaja, pergaulan bebas, kehamilan remaja dengan segala konsekuensinya yaitu hubungan seks pranikah, aborsi, Penyakit Menular Seksual (PMS), HIV-AIDS serta narkoba, kurangnya sarana curhat dan konsultasi selain teman atau orangtua (Kemenkes RI,

2020). Akan tetapi beberapa remaja mempunyai bakat seni, olahraga, musik yang belum di arahkan optimal. Dengan adanya Kegiatan Posyandu Remaja ini dapat menstimulasi remaja dalam menghadapi masa puber dengan segala permasalahannya, memahami gaya hidup yang sehat untuk remaja serta menggali hal positif, bakat dan Kreativitas remaja serta menumbuhkan jiwa kemandirian pada remaja (Yunia Lisma dan Ruwayda, 2021).

Posyandu remaja yang terdata di Provinsi Jawa Timur berjumlah 151 Posyandu yang dilaporkan aktif (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2021). Posyandu remaja di Kota Probolinggo berjumlah 4 Posyandu remaja (Dinkes Kota Probolinggo, 2022). Sementara berdasarkan Petunjuk teknis penyelenggaraan posyandu remaja Kementerian Kesehatan 2018 selayaknya posyandu remaja berada disetiap *Kelurahan*/kelurahan dan beranggotakan maksimal 50 orang remaja (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada remaja di Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan pada tanggal 17 Januari 2023, melalui wawancara pada 5 orang remaja yang mengikuti posyandu remaja dan 5 remaja yang tidak mengikuti posyandu remaja di Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan, didapatkan data bahwa 5 orang remaja (100%) yang mengikuti posyandu remaja mengatakan bahwa mampu mengelola waktu dengan baik menyusun jadwal sesuai dengan prioritas secara mandiri, mengutamakan kegiatan yang menunjang masa depan seperti belajar, mengerjakan tugas, serta diselingi dengan olahraga dan hobi agar tidak merasakan stres karena beban belajar yang cukup berat, dan 5 orang remaja (100%) yang tidak mengikuti posyandu remaja mengatakan bahwa mengalami masa-masa yang penuh dengan stres karena dihadapkan berbagai pekerjaan atau tugas secara bersamaan, mulai dari tugas-tugas sekolah, beban belajar yang cukup berat, kecemasan yang dapat menghancurkan motivasi, membagi waktu mengerjakan pekerjaan rumah, olahraga, hobi dan kehidupan sosial remaja lainnya.

Menurut Taat Sumedi *dkk* (2020), remaja sebagai masa perkembangan transisi antara anak dan dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Untuk menghadapi berbagai permasalahan dan perubahan-perubahan yang terjadi remaja membutuhkan mekanisme koping yang tepat. Mekanisme koping merupakan cara atau strategi yang digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, serta respon terhadap situasi yang mengancam (A.Octavia dan Shilpy, 2020). Keberhasilan remaja menentukan mekanisme koping dalam menghadapi segala perubahan dan permasalahan yang terjadi juga dipengaruhi oleh penilaian dan keyakinan atau *Self efficacy* mereka terhadap kemampuan diri sendiri. *Self efficacy* merupakan keyakinan akan kemampuan individu untuk dapat mengorganisasi dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dianggap perlu untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan. Dijelaskan juga bahwa berhasil tidaknya suatu perilaku dipengaruhi secara signifikan oleh *Self efficacy* (Regitasari Dwi Cahyani *dkk*, 2020).

Self efficacy sangat mempengaruhi kepercayaan diri, sedangkan kepercayaan diri adalah satu diantara aspek-aspek kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia yang terbentuk melalui proses belajar dalam interaksinya dengan lingkungan, disamping *Self efficacy* remaja perlu dibekali adanya motivasi karena motivasi mempunyai peranan sangat penting dalam masa pertumbuhan dan perkembangan remaja (Avianti *dkk.*, 2021). Motivasi merupakan keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna pencapaian suatu tujuan tertentu, orang tua tentunya punya peran sangat penting dalam membantu anak usia remaja untuk mendapatkan motivasi (Adevita, M., & Widodo, 2021). Pentingnya peranan motivasi dalam masa remaja karena masa remaja merupakan masa perkembangan paling kritis bagi pertumbuhan tiap individu. Pada masa ini, seorang remaja sangat rawan mengalami gangguan kesehatan mental dikarenakan begitu banyaknya tekanan dan tuntutan yang dihadapi (A.Octavia dan Shilpi, 2020).

Kesehatan mental pada remaja merupakan sebuah kondisi dimana remaja terbebas dari segala bentuk gejala-gejala gangguan mental. Remaja yang sehat secara mental dapat berfungsi

secara normal dalam menjalankan hidupnya khususnya saat menyesuaikan diri untuk menghadapi masalah-masalah yang akan ditemui sepanjang hidupnya (Ahyani. L dan Astuti. D, 2020). Pemerintah juga menyediakan satu kegiatan/wadah yang memfasilitasi, mengarahkan serta memberikan masukan – masukan mengenai seluk beluk remaja terutama masa puber yang ditujukan untuk menciptakan remaja yang sehat yaitu posyandu remaja (Edi Suhartanto, 2020).

Posyandu remaja merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat termasuk remaja dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan, guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan dalam memperoleh pelayanan kesehatan bagi remaja (Kemenkes RI, 2018). Posyandu remaja ini membekali remaja untuk memiliki keterampilan hidup sehat, sekaligus sebagai aktualisasi diri dalam peningkatan derajat kesehatan mereka. Dengan adanya keterampilan ini, diharapkan dapat membantu para remaja membentuk pribadi yang lebih baik dan berprinsip (Ni Made Muliati *dkk.*, 2022).

Dengan demikian berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian *pra-eksperimen* dengan desain deskriptif dengan metode penelitian komparatif dan *peer group*. Populasi sebanyak 100 responden dan sampel sebanyak 58 responden, dipilih melalui teknik *random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, Dan Kesehatan Mental, kemudian diproses *Editing, Coding, Scoring*, dan *Tabulating*. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan *Mann Whitney*.

HASIL PENELITIAN

Data umum dari penelitian ini meliputi karakteristik responden yang terdiri dari : Jenis Kelamin, Usia, dan Pendidikan yaitu sebagai berikut:

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, dan Pendidikan pada remaja Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan.

Jenis Kelamin	Remaja yang mengikuti posyandu (Frekuensi)	Remaja yang tidak mengikuti posyandu (Frekuensi)
Laki Laki	10 (34,4%)	13 (44,8)
Perempuan	19 (65,6%)	16(55,2)
Total	29	29
Usia	Remaja yang mengikuti posyandu (Frekuensi)	Remaja yang tidak mengikuti posyandu (Frekuensi)
10-12 Tahun	8 (27,5%)	9 (31,2%)
13-15 Tahun	14 (48,2%)	12 (41,3%)
16-18 Tahun	7 (24,3%)	8 (27,5%)
Total	29	29

Pendidikan	Remaja yang mengikuti posyandu (Frekuensi)	Remaja yang tidak mengikuti posyandu (Frekuensi)
SD	7 (24,1%)	6 (20,6%)
SMP	13 (44,8%)	14 (48,2%)
SMA	9 (31,1%)	9 (31,2%)
Total	29	29

Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juni 2023

Berdasarkan tabel 1 didapatkan mayoritas diatas jenis kelamin yang terbanyak pada remaja yang mengikuti posyandu adalah perempuan sebanyak 19 responden (65,6%), dan laki laki sebanyak 10 responden (34,4%). Pada remaja yang tidak mengikuti posyandu jenis kelamin paling banyak adalah perempuan (55,2%). Laki laki sebanyak 13 (44,8%). usia yang terbanyak pada remaja yang mengikuti posyandu adalah 13-15 tahun sebanyak 14 responden (48,2%), Usia 10-12 tahun sebanyak 8 responden (27,5%), dan Usia 16-18 tahun sebanyak 7 responden (24,3%). Usia remaja yang tidak mengikuti posyandu yang terbanyak adalah usia 13-15 tahun sebanyak 12 responden (41,3%), usia 10-12 tahun sebanyak 9 responden (31,2%) dan usia 16-18 tahun sebanyak 8 responden (27,5%). pendidikan yang terbanyak pada remaja yang mengikuti posyandu adalah SMP sebanyak 13 responden (44,8%), SMA sebanyak 9 responden (31,1%), dan SD sebanyak 7 responden (24,1%). Pendidikan remaja yang yang tidak mengikuti posyandu yang paling banyak adalah SMP sebanyak 14 responden (48,2%). SMA sebanyak 9 responden (31,2%), dan SD sebanyak 6 responden (20,6%).

Identifikasi Mekanisme koping

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan mekanisme koping pada remaja Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan.

Mekanisme Koping	Remaja yang mengikuti posyandu (Frekuensi)	Remaja yang tidak mengikuti posyandu (Frekuensi)
Maladaptip	12 (41,4%)	16 (55,2)
Adaptip	17 (58,6%)	13 (44,8)
Total	29	29

Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juni 2023

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa karakteristik responden berdasarkan mekanisme koping pada remaja yang mengikuti posyandu yang terbanyak adalah Adaptip sebanyak 17 responden (58,6%), dan Maladaptip sebanyak 12 responden (41,4%). Mekanisme koping remaja yang tidak mengikuti posyandu remaja yang terbanyak adalah maladaptive sebanyak 16 responden (55,2%), adaptif sebanyak 13 responden (44,8%).

Identifikasi Self efficacy

Tabel 3. Distribusi Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Self efficacy koping pada remaja Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan

Self efficacy	Remaja yang mengikuti posyandu (Frekuensi)	Remaja yang Tidak mengikuti Posyandu (Frekuensi)
Rendah	4 (13,8%)	10 (34,5%)
Sedang	15 (51.7%)	18 (62,1%)
Tinggi	10 (34,5%)	1 (3,4%)
Total	29	29

Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juni 2023

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa karakteristik responden berdasarkan *self efficacy* yang mengikuti posyandu remaja yang terbanyak adalah Sedang sebanyak 15 responden (51,7%), tinggi sebanyak 10 responden (34,5%), dan rendah sebanyak 4 responden (19,1%). Pada Remaja yang tidak mengikuti posyandu paling banyak adalah *self efficacy* sedang sebanyak 18 responden (62,1%), rendah sebanyak 10 responden (34,5%) tinggi sebanyak 1 responden (3,4%).

Identifikasi Motivasi

Tabel 4 Distribusi Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan motivasi pada remaja Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan.

Motivasi	Remaja yang mengikuti posyandu Frekuensi	Remaja yang Tidak mengikuti posyandu Frekuensi
Rendah	4 (13,8%)	10 (34,5)
Sedang	19 (65,5%)	13 (44,8%)
Tinggi	6 (20,7%)	6 (20,7%)
Total	29	29

Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juni 2023

Berdasarkan tabel 4 diatas didapatkan motivasi remaja yang mengikuti posyandu yang terbanyak adalah Sedang sebanyak 19 responden (65,%), tinggi sebanyak 6 responden (20,7%), dan rendah sebanyak 4 responden (13,8%). Motivasi pada remaja yang tidak mengikuti posyandu yang terbanyak adalah sedang sbenayak 13 resoinden (44,8%), rendah sebanyak 10 responden (34,5%), tinggi sebanayk 6 responden (20,7%).

Identifikasi Kesehatan Mental

Tabel 5. Distribusi Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kesehatan mental pada remaja Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan.

Kesehatan mental	Remaja yang mengikuti posyandu Frekuensi	Remaja yang tidak mengikuti posyandu Frekuensi
Kurang	4 (13,8%)	13 (44,8%)
Cukup	15 (51,7%)	14 (48,3%)
Baik	10 (34,5%)	2 (6,9%)
Total	29	29

Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juni 2023

Berdasarkan tabel 5 diatas didapatkan Kesehatan mental pada emaja yang mengikuti posyandu yang terbanyak adalah cukup sebanyak 15 responden (51,7%), baik sebanyak 10 responden (34,5%), dan kurang sebanyak 4 responden (13,8%). Reamaja yang tidak mengikuti posyandu yang terbanyak adalah cukup 14 responden (48,3%), kurang 13 resonden (44,8%), dan baik sebanyak 2 responden (6,9%).

Tabel 6. Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan

	N	Mean Rank	Mann Whitney U	Asymp.Sig.(2 -tailed)
MekanismeKoping				
Kelompok 1	29	35,00	261,000	,003
Kelompok 2	29	24,00		

SelfEfficacy				
Kelompok 1	29	35,34	251,000	,003
Kelompok 2	29	23,66		
Motivasi				
Kelompok 1	29	36,34	277,000	,004
Kelompok 2	29	25,55		
KesehatanMental				
Kelompok 1	29	35,90	235,000	,002
Kelompok 2	29	23,10		

Berdasarkan tabel 6 didapatkan hasil data *Mean Rank* atau rata rata peringkat tiap kelompok. Yaitu pada kelompok kesatu rerata peringkatnya lebih besar dari pada rerata peringkat kelompok kedua yang artinya ada perbedaan yang bermakna pada Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja anantara kelompok 1 dan kelompok 2, Kemudian didapatkan Nilai p Value $< 0,05$ maka disimpulkan H1 diterima yang berarti Ada Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 6 didapatkan hasil Ada Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mia Afrita *dkk*, (2020) yang menyatakan bahwa kelompok remaja yang mengikuti posyandu remaja memiliki praktik yang lebih baik mengenai kesehatan reproduksi dan kesehatan jiwa dibandingkan kelompok remaja yang tidak mengikuti posyandu remaja yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna mengenai pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesehatan jiwa pada remaja. Hal ini sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.02.02/Menkes/52/2015 tentang Posyandu Remaja, yang merupakan suatu bentuk kepedulian terhadap generasi remaja, pemerintah menghadirkan Posyandu remaja untuk mendampingi para remaja menghadapi masa pertumbuhan dan perkembangan dalam hidupnya yang berfungsi sebagai wadah pemberdayaan masyarakat dalam alih informasi dan keterampilan dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan dan keterampilan hidup sehat remaja (Kemenkes RI, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan K. Malleshappa *et. al* (2019) di Kuppam Mandal, India, bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara remaja yang diberikan penyuluhan dengan yang tidak mendapatkan penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya posyandu remaja dapat menjadi salah satu sarana dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi dan kesehatan jiwa. Kualitas kesehatan mental atau jiwa individu pada masa remaja memengaruhi kesehatan mental mereka di masa dewasa. Melakukan promosi terhadap kesehatan mental remaja artinya meningkatkan kesehatan mental masyarakat di masa depan secara keseluruhan.

Menurut Elly Yulindari (2019) Upaya pemberian dukungan pada kesehatan mental dapat dilakukan melalui tiga cara, yaitu promosi, prevensi, dan intervensi (kurasi). Merancang upaya dukungan terhadap kesehatan mental pun perlu dilakukan secara sistemik dan melibatkan berbagai pihak, mulai dari orang tua (keluarga), guru atau pihak sekolah, komunitas, serta pemerintah salah satunya dengan program posyandu remaja. Dengan adanya posyandu remaja maka remaja akan lebih mudah mengakses informasi dan dapat menjadi

wadah dalam membantu menyelesaikan permasalahan remaja khususnya mengenai mekanisme koping, *Self efficacy*, Motivasi dan Kesehatan Mental pada remaja.

Hasil penelitian Nisak (2019) Remaja yang diberikan penyuluhan terkait mekanisme koping cenderung dapat mengatasi suatu masalah yang dialami dan memiliki koping yang baik seperti membahas masalah bersama orang yang dipercaya dapat membantu mengatasi masalahnya seperti teman atau keluarga, terbiasa merencanakan tindakan untuk mengatasi masalah yang tengah dihadapi, giat bekerja dan berkumpul dengan teman, mencari informasi sebagai solusi pemecahan masalah, berusaha mencari dan mendapatkan perhatian serta dukungan. Mekanisme koping yang remaja lakukan untuk menghindari masalah yang baru, mereka mengatakan selalu menanamkan keyakinan positif pada diri sendiri, mencoba menerima kenyataan, meningkatkan aktivitas ibadah dan berusaha menghilangkan perasaan tertekan (Estevez & Lopez, 2019).

Keberhasilan remaja menentukan mekanisme koping dalam menghadapi segala perubahan dan permasalahan yang terjadi juga dipengaruhi oleh penilaian dan keyakinan atau *Self efficacy* mereka terhadap kemampuan diri sendiri. Remaja yang memiliki *Self efficacy* tinggi remaja dapat mengelola situasi/ menetralkan kesulitan, menetapkan tujuan dengan cara membuat target/ jadwal, merencanakan, mempersiapkan, mempraktekkan, remaja dapat mengelola stress ketika menghadapi tugas yang sulit (Regitasari Dwi Cahyani dkk, 2020).

Posyandu Remaja berfungsi sebagai wadah, pembinaan dan media komunikasi bagi remaja untuk menginterpretasikan perilakunya, dan sebagai pendorong, penggerak, dan penyeleksi perbuatan untuk meningkatkan motivasi pada remaja, Motivasi merupakan keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna pencapaian suatu tujuan tertentu, orang tua tentunya punya peran sangat penting dalam membantu anak usia remaja untuk mendapatkan motivasi (Adevita, M., & Widodo, 2021). Pentingnya peranan motivasi dalam masa remaja karena masa remaja merupakan masa perkembangan paling kritis bagi pertumbuhan tiap individu. Pada masa ini, seorang remaja sangat rawan mengalami gangguan kesehatan mental dikarenakan begitu banyaknya tekanan dan tuntutan yang dihadapi (A. Octavia dan Shilpi, 2020).

Menurut pendapat peneliti, didapatkan bahwa posyandu remaja sangat penting untuk dikembangkan karena remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai masalah kesehatan, baik Kesehatan mental maupun fisik, serta memiliki banyak manfaat dalam menambah pengetahuan remaja dan meningkatkan mekanisme koping, *Self efficacy*, dan motivasi. Masa remaja juga merupakan masa transisi yang sangat penting dalam kehidupan seseorang karena pada masa ini terjadi perubahan fisik, emosional, sosial, dan perlu adanya perhatian, bagi para remaja melalui kegiatan posyandu remaja. Remaja merasa posyandu ini merupakan wadah positif untuk mengatasi masalah masalah yang domain terjadi pada remaja, melalui wadah ini para remaja mendapatkan pelayanan Kesehatan, mendapatkan edukasi Kesehatan yang tepat. Kepada petugas kesehatan Puskesmas Ketapang agar memberikan bimbingan, arahan kepada kader posyandu remaja dan perlu adanya regenerasi kader Posyandu untuk lebih meningkatkan keaktifan kader Posyandu remaja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan penelitian di atas dapat disimpulkan sebagai berikut: Mekanisme Koping Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan Mekanisme Koping yang mengikuti posyandu remaja sebagian besar adalah Adaptif sebanyak 17 responden (58,6%), yang tidak mengikuti posyandu sebagian besar adalah maladaptif sebanyak 16 responden (55,2%). *Self efficacy*, Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan. *Self efficacy* remaja yang mengikuti

posyandu sebagian besar adalah sedang sebanyak 15 responden (51,7%), yang tidak mengikuti posyandu sebagian besar sedang sebanyak 18 responden (62,1%). Motivasi, Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan Motivasi remaja yang mengikuti posyandu sebagian besar sedang sebanyak 19 responden (65,5%), yang tidak mengikuti posyandu sebagian besar sedang sebanyak 13 responden (44,8%). Kesehatan Mental, Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan. Kesehatan Mental yang mengikuti posyandu sebagian besar adalah Kesehatan mental cukup sebanyak 15 responden (51,7%), yang tidak mengikuti posyandu sebagian besar cukup sebanyak 14 responden (48,3%). Ada Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja Permata Kelurahan Pilang Kecamatan Kademangan dengan Nilai p Value $< 0,05$.

Saran Bagi Institusi Pendidikan Hasil Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi dalam proses belajar mengajar baik untuk kalangan mahasiswa, pendidikan sarjana maupun profesi menjadi bukti dasar yang dipergunakan pembelajaran keperawatan komunitas dan jiwa khususnya tentang Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja. Bagi Profesi Keperawatan Bagi bidang ilmu keperawatan khususnya keperawatan komunitas dan jiwa hendaknya hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan mengembangkan keilmuan terkait Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja. Bagi Tempat Penelitian pihak puskesmas, penelitian ini diharapkan dapat sebagai makan bagi pihak puskesmas agar meningkatkan pengetahuan terkait Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja, serta disarankan untuk meningkatkan keaktifan remaja dalam mengikuti posyandu remaja dapat dilakukan dengan cara memberikan kegiatan atau edukasi yang menarik seperti mengadakan pelatihan dokter kecil dan memberikan reward kepada remaja yang datang posyandu sehingga remaja tertarik untuk mengikuti posyandu remaja. Kepada petugas kesehatan Puskesmas Ketapang agar memberikan bimbingan, arahan kepada kader posyandu remaja dan perlu adanya regenerasi kader Posyandu untuk lebih meningkatkan keaktifan kader Posyandu remaja. Bagi Responden Disarankan bagi responden agar lebih aktif lagi untuk mengikuti posyandu remaja dan mengetahui pentingnya posyandu remaja bagi remaja, serta lebih meningkatkan pemahaman atau pengetahuan terkait Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada. Bagi Peneliti Selanjutnya Sebagai penambah informasi untuk pengembangan penelitian lebih lanjut, khususnya bagi peneliti keperawatan yang ingin melakukan pengembangan penelitian tentang Perbedaan Mekanisme Koping, *Self efficacy*, Motivasi, dan Kesehatan Mental Pada Remaja yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Posyandu Remaja, serta disarankan untuk melakukan penelitian intervensi untuk meningkatkan kehadiran remaja dalam mengikuti posyandu remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- A.Octavia dan Shilpy. 2020. *Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja*. Sleman:CV Budi Utama.
<https://books.google.co.id/books?id=QmrSDwAAQBAJ&printsec=copyright>
Adevita, M., & Widodo. (2021). Peran Orang Tua Pada Motivasi Belajar Anak dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*. Vol 5 No 1 Hal 64 – 77. DOI: <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpls/article/view/13539>
Agustina, M. T. & Kurniawan, D. A., (2020). Motivasi Belajar Mahasiswa di

Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Perseptual*. Vol 5, No 2. Hal 120-128. DOI: <https://doi.org/10.24176/perseptual.v5i2.5168>

- Ahmad, A. A., & Ambotang, A. S. Bin. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Persekitaran Keluarga Terhadap Stres Akademik Murid Sekolah Menengah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(5), 12–23. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v5i5.407>
- Ahyani L, Astuti D, 2020. Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Edisi Pertama. Perpustakaan Nasional RI Data (KDT) Universitas Muria Kudus <https://scholar.google.co.id/citations?user=ZG3PBzYAAAAJ&hl=id>
- Apritia, Mia, dkk. 2019. *Peran Posyandu Remaja Terhadap Perilaku Kesehatan Reproduksi Remaja Di Kota Tanjung*. Jurnal Dinkes Kota Tanjung Pinang <http://eprints.undip.ac.id/75409/>
- Avianti, D., Setiawati, O. R., Lutfianawati, D., & Putri, A. M. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Program Studi Pendidikan Dokter. *PSYCHE: Jurnal Psikologi*, 3(1), 83–93. <https://doi.org/10.36269/psyche.v3i1.283>
- Burhan, Sigit, A., Alwi M., (2022). Pengaruh Dukungan Keluarga, Konsep Diri Akademik dan Regulasi Diri terhadap Motivasi Berprestasi Mahasiswa UPPJB-UT Makassar (Studi Pada Mahasiswa Pendas Pokjar Tana Toraja). *CJPE: Cokroaminoto Jurnal of Primary Education*. Vol. 5, No. 1. Hal. 69-83. DOI: <https://e-journal.my.id/cjpe>.
- Cahyani, A., Listiana, I. D., & Larasati, S. P. D., (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *IQ (Ilmu Alqur'an): Jurnal Pendidikan Islam*. Vol.3. No. 1. Hal. 123-140. 2715-4793. DOI: <https://doi.org/10.37542/iq>
- Dinkes Kota Probolinggo 2022, *Laporan Progam Posyandu Remaja Kota Probolinggo Tahun 2022*, Kota Probolinggo. <https://dinkesp2kb.probolinggokota.go.id/pkmmketapang/>
- Dinkes Propinsi Jawa Timur, 2020, *Profil Kesehatan Propinsi Jawa Timur 2020* <https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL%20KESEHATAN%202020.pdf>
- Edi Suhartanto. 2020. *Pengaruh Konsep Diri, Motivasi, Kenakalan Remaja, Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Siswa Jurusan Teknik Kendaraan Ringan (TKR) Kelas XII Di Smk Negeri 1 Grogol Kab. Kediri* <https://ejournal.iai-tribakti.ac.id/index.php/intelektual/article/download/696/489/>
- Kasimo, Tadeus Alberto. 2020. “Pengaruh Strategi Koping Terhadap Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Penyusunan Skripsi.” *Jurnal Psikologi* 1(1):1–15. <http://ejurnal.untag-smd.ac.id/index.php/MTV/article/download/5894/5496>
- Kemendes RI. *Posyandu Remaja*. Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementrian kesehatan RI. 2018 <https://pusdatin.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-data-pusat-data-dan-informasi.html>
- Kemendes RI. Pedoman Standar Nasional Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja. Vol. 8, *Journal of Chemical Information and Modeling*. 2017. 1–122 p <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf>
- Lestari D, Saadah S, Silalahi UA. Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Peminatan Pembentukan Posyandu Remaja di Kelurahan Nagrog Kecamatan Cicalengka Kota Bandung Tahun 2018. *JBidan “Midwife Journal.”* 2019;5(02):1–11.

- <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/PJPM/article/download/1189/432>
Lestari, Popi Eka dkk. 2021. "Hubungan Tingkat Stres Dengan Motivasi Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi." *Jurnal Perawat* 6(1):15–21.
<https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/ijp/article/download/869/834>
- Ni Made Muliati, Sudirman, Herlina Yusuf.2022. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Minat Remaja Berkunjung ke Posyandu di Kelurahan Baiya Kecamatan Tawaeli*. ISSN 2623-2022. Volume 03, Nomor 03, Juni 2020
<https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS/article/download/1701/1465/>
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2017. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta.
<https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=50667>
- Prabowo, Eko. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Nuha Medika.
https://scholar.google.co.id/scholar?q=Prabowo,+Eko.+2014.+Buku+Ajar+Keperawatan+Jiwa.+Yogyakarta:+Nuha+Medika.&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar
- Regitasari Dwi Cahyani, Erti Ikhtiarini Dewi, Enggal Hadi.2022. *Hubungan Efikasi Diri dengan Mekanisme Koping Siswa dalam Menghadapi Tugas Di SMA Negeri 1 Jember*. e-Journal Pustaka Kesehatan, vol. 10 (no. 1)
<https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/view/11085>
- Sarafino & Smith. 2014. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Canada: John Wiley & Son
<https://www.google.com/books?hl=id&lr=&id=ypODBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR6&q=Sarafino+%26+Smith.+2014.+Health+Psychology:+Biopsychosocial+Interactions.+Canada:+John+Wiley+%26+Son&ots=18qQkJYGhV&sig=SY2w3hoU3hxyXPh0PsHmFzIpok>
- Siregar, I. K., & Putri, S. R. (2020). Hubungan Self-Efficacy dan Stres Akademik Mahasiswa. *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 6(2), 91.
<https://doi.org/10.37064/consilium.v6i2.6386>
- Yunia Lisma, Ruwayda.2021. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Remaja ke Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bulian*. DOI : 10.36565/jab.v10i2.352 p-ISSN: 2302-8416 e-ISSN: 2654-2552 <https://docplayer.info/219263878-Faktor-faktor-yang-mempengaruhi-perilaku-remaja-ke-posyandu-di-wilayah-kerja-puskesmas-muara-bulian.html>
- Wahid L, Indraswari R, Shaluhayah Z, Widjanarko B. Gambaran Pelaksanaan Posyandu Remaja Di Kelurahan Panggung Kidul Kecamatan Semarang Utara. *J Kesehatan Masy*. 2020;8(4):557–63.
<http://jurnal.iakmi.id/index.php/IJKMI/article/download/111/126/>
- WHO. 2020. "Mental Health: Strengthening Our Response." Retrieved (<https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/mentalhealthstrengthening-our-respons>)