

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KESEHATAN MENTAL
PADA REMAJA DI SMAN 1 SUBOH**

SKRIPSI



**Oleh:
Aulia Maharani
NIM. 21102194**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA
REMAJA DI SMAN 1 SUBOH**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Keperawatan



Oleh :
Aulia Maharani
NIM. 21102194

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul *Hubungan Efikasi Diri Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMAN 1 Suboh* telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Aulia Maharani
NIM : 21102194
Hari, Tanggal : Jumat, 11 Juli 2025
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Tim Penguji
Ketua Penguji,



Ns. Elyas Arif Budiman, S.Kep., M.Kep

NIDN. 071002923

Penguji II,



Aipul Hidayati, S.Kep., Ns., M.KM
NIDN. 0431128105

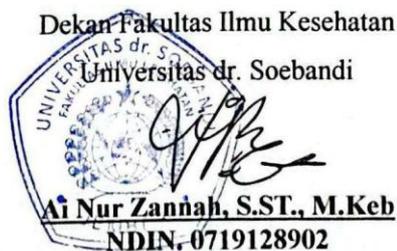
Penguji III,



Wahyi Sholehah Erdah Suswati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0710119002

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN. 0719128902

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA DI SMAN 1 SUBOH

*The relationship between self-efficacy and mental health in
adolescents at SMAN 1 Suboh*

Aulia Maharani ^{1*}, Wahyi Sholehah Erdah Suswati ²

^{1,2} Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi.

Email: amharani123@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Kesehatan mental remaja saat ini menjadi masalah penting yang dapat meningkatkan tekanan emosional dan sosial yang mereka hadapi. Gangguan seperti stres, kecemasan, dan depresi semakin sering ditemukan pada usia remaja pertengahan. Efikasi diri sebagai keyakinan individu dalam menghadapi tantangan, diyakini berperan penting dalam menjaga stabilitas mental.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan efikasi diri dengan kesehatan mental pada remaja di SMAN 1 Suboh.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan analisis *cross-sectional*. Populasi sebanyak 100 siswa siswi dengan jumlah sampel 50 siswa siswi, teknik yang digunakan yaitu *stratified proportioned random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner efikasi diri (CDES) dan kuesioner kesehatan mental (MHC-SF), yang sudah teruji secara validitas dan realibilitas. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *spearman rank*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri remaja berada pada kategori sedang yaitu 100% dan kesehatan mental remaja 98% pada kategori sedang. Analisis hubungan menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara efikasi diri dan kesehatan mental *p-value* $0,017 < 0,05$ dengan kekuatan hubungan yang rendah.

Kesimpulan: Terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dan kesehatan mental pada remaja, meskipun kekuatan hubungan tersebut tergolong rendah. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri berperan penting sebagai salah satu faktor pendukung kesehatan mental remaja.

Kata Kunci: Efikasi diri; Kesehatan mental, Remaja