

Mitigasi Risiko Kesehatan Mental Remaja Pesisir Pantai melalui Program Skrining dan Edukasi Berkelanjutan di Desa Prapag Lor Losari

Mitigating Coastal Youth Mental Health Risks through Ongoing Screening and Education Programs in Prapag Lor Losari Village

Eka Diana Permatasari^{1*}, Yessy Pramita Widodo², Arif Rakhman³, Ikawati Setyaningrum⁴,
Firman Hidayat⁵, Agus Budianto⁶

^{1,2,3,4,5,6} Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners, Universitas Bhamada Slawi, Indonesia

*Corresponding Author. Email: ekadpermatasari@gmail.com

Info Artikel	Abstract
<p>Submitted : 13/03/2025 Accepted : 28/05/2025 Published : 30/06/2025</p> <p>Keywords: Coastal Adolescent; Mental Health; Skrining.</p> <p>Kata Kunci: Kesehatan Mental; Remaja Pesisir; Skrining.</p>   <p>Copyright: © 2025 by the authors. This open-access article is distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution CC-BY 4.0 license</p>	<p>Abstract</p> <p><i>The high level of physical activity among coastal adolescents negatively impacts their mental health. Data from Brebes Regency indicates that mental health issues among coastal adolescents are relatively high. These mental health problems can lead to psychological disturbances and issues such as neurosis and psychosis. The aim of this community service activity is to increase awareness among adolescents and coastal communities regarding the importance of maintaining adolescent mental health. The method used in this community service activity is screening, using the Self Reporting Questionnaire (SRQ) as the instrument. The service was conducted on July 17-19, 2024, with 69 coastal adolescents. The results show that 69,6% of respondents in Prapag Lor Losari Village fall into the category of mental health problems. Most respondents experienced health problems such as headaches, loss of appetite, disturbed sleep patterns, anxiety, difficulty thinking clearly, and continuous fatigue. Based on the results of the mental health screening of coastal adolescents, it can be concluded that 48 teenagers living in Prapag Lor Losari Village experience mental health problems. The education session showed that the teenagers were enthusiastic during the discussion and were able to explain the material that had been presented. The results of this community service can be used as a basis for developing mental health improvement interventions in the future research.</i></p> <p>Abstrak</p> <p>Tingkat aktivitas fisik yang tinggi pada remaja pesisir pantai berdampak buruk terhadap kesehatan mental remaja pesisir. Data dari Kabupaten Brebes mencatat masalah kesehatan mental di remaja pesisir pantai mencapai kasus yang cukup tinggi. Masalah kesehatan mental remaja akan berdampak pada gangguan dan masalah psikologis, baik neurosis maupun psikosis. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan kesadaran remaja dan masyarakat pesisir pantai melalui pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan mental remaja. Metode yang digunakan adalah metode skrining dengan instrumen kuesioner Self Reporting Questionnaire (SRQ). Pengabdian dilaksanakan pada 17-19 Juli 2024 pada 69 remaja pesisir pantai. Hasil pengabdian masyarakat menemukan bahwa pada remaja di Desa Prapag Lor Losari sebanyak 69,6% responden masuk ke dalam kategori masalah kesehatan mental. Sebagian besar responden mengalami masalah kesehatan seperti sakit kepala, kehilangan nafsu makan, pola tidur terganggu, cemas dan khawatir, sulit berpikir jernih dan merasa lelah berkelanjutan. Berdasarkan hasil skrining kesehatan mental remaja pesisir, dapat disimpulkan bahwa 48 remaja pesisir pantai di Desa Prapag Lor Losari mengalami masalah kesehatan mental. Hasil edukasi didapatkan remaja antusias dalam diskusi dan mampu menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan. Hasil pengabdian masyarakat ini dapat dijadikan dasar untuk mengembangkan intervensi peningkatan kesehatan mental dalam penelitian.</p>

How to cite : Permatasari, E. D., Widodo, Y. P., Rakhman, A., Setyaningrum, I., Hidayat, F., & Budianto, A., (2025). Mitigasi Risiko Kesehatan Mental Remaja Pesisir Pantai melalui Program Skrining dan Edukasi Berkelanjutan di Desa Prapag Lor Losari. *Jurnal Abdimas Le Mujtamak*, 5(1), 23-31 <https://doi.org/10.46257/jal.v5i1.1186>

PENDAHULUAN

Kesehatan mental pada remaja pesisir memiliki kondisi psikologis dan emosional yang baik atau buruk bisa memanfaatkan perkembangan kognisi atau emosional untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya.¹ Kesehatan mental pada remaja memungkinkan suatu perkembangan seseorang yang dimulai dari perkembangan fisik, intelektual, dan emosional dengan tidak bertentangan pada kepentingan orang lain.² Gangguan kesehatan mental di Indonesia yang terjadi pada remaja di daerah pesisir biasanya terjadi kecemasan yang menjadi gangguan mental yang paling banyak dialami, remaja juga mengalami depresi mayor, gangguan perilaku, *post-traumatic stress disorder* (PTSD) dan *attention deficit hyperactivity disorder* (ADHD).³

Gangguan kesehatan mental dapat berdampak signifikan hingga menyebabkan kecacatan selama satu dari lima tahun kehidupan seseorang. Secara global, gangguan ini menyumbang sekitar 14% dari total beban penyakit, dengan depresi dan gangguan kecemasan menjadi penyebab utama disabilitas di berbagai negara.⁴ Di Indonesia, masalah kesehatan mental—terutama di kalangan remaja—menjadi isu yang cukup serius. Mayoritas kasus gangguan mental mulai muncul sejak usia sekitar 14 tahun, yang menunjukkan bahwa masa remaja merupakan periode krusial bagi kesehatan jiwa.⁵ Berdasarkan survei kesehatan mental remaja Indonesia tahun 2022, ditemukan bahwa 5,5% remaja berusia 10 hingga 17 tahun mengalami gangguan mental. Dari jumlah tersebut, sekitar 1% mengalami depresi, 3,7% mengalami gangguan kecemasan, 0,9% menunjukkan gejala *post-traumatic stress disorder* (PTSD), dan sekitar 0,5% teridentifikasi memiliki *attention-deficit/hyperactivity disorder* (ADHD).⁶

Kesehatan menjadi sorotan yang sangat penting di masyarakat khususnya pada masa adaptasi kehidupan baru, contohnya kesehatan mental yang sedang marak terjadi di Kabupaten Brebes Jawa Tengah, dari data dinas kesehatan Kabupaten Brebes mencatat bahwa penderita kesehatan mental ada 55.723 kasus dengan 180 kasus kesehatan mental yang terjadi di Brebes saat ini pada remaja pesisir pantai. Menjaga kesehatan mental memiliki dampak penting terhadap kesejahteraan remaja

¹ Zulkarnain Zulkarnain, "Kesehatan Mental Dan Kebahagiaan," *Mawa'izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan* 10, no. 1 (2019): 18–38, <https://doi.org/10.32923/maw.v10i1.715>.

² Ririn Setiawati, "Kesehatan Mental Perspektif M. Bahari Ghazali," *Skripsi*, no. 9 (2020): 1689–99.

³ Amirah Ellyza Wahdi, Siswanto Agus Wilopo, and Holly Elizabeth Erskine, "122. The Prevalence of Adolescent Mental Disorders in Indonesia: An Analysis of Indonesia – National Mental Health Survey (I-NAMHS)," *Journal of Adolescent Health* 72, no. 3 (2023): S70, <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.11.143>.

⁴ Silfia Dini Pratiwi and Ratna Djuwita, "Hubungan Gaya Hidup Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia (Analisis Data Global School-Based Student Health Survey Indonesia 2015)," *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas* 7, no. 1 (2022): 382–93, <https://doi.org/10.14710/jekk.v7i1.11905>.

⁵ Gayatri Rahma Dewi, "GAMBARAN TINGKAT DEPRESI PADA REMAJA YANG AKTIF BERORGANISASI DI SMK PGRI 1 BANYUWANGI," *Journal of Community Mental Health and Public Policy* 3, no. 1 (2021): 19–30, <https://doi.org/10.51602/cmhp.v3i1.48>.

⁶ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "Fact Sheet Kesehatan Jiwa Remaja Tahun 2023," *Ski* 2023, 2023.

itu sendiri. Seorang remaja dengan kesehatan mental yang baik cenderung terhindar dari gangguan dan masalah psikologis, baik itu neurosis maupun psikosis.⁷

Kesehatan mental pada masyarakat pesisir dipengaruhi oleh kesejahteraan psikologis, budaya masyarakat pada daerah pesisir dalam pengasuhan anak. Bagi masyarakat pesisir anak merupakan aset dalam membantu pekerjaan orang tua dalam mencari nafkah⁸. Hal ini memengaruhi aktivitas fisik anak. Hasil data dari Risesdas pada aktivitas fisik remaja pesisir pantai di Jawa Tengah mengalami peningkatan yang signifikan, yang semulanya 4,7 % pada tahun 2018 meningkat menjadi 7,7% remaja, hal ini menyebabkan masalah kesehatan mental remaja pesisir pantai menjadi meningkat.⁹ Aktivitas fisik remaja pesisir pantai memiliki banyak konsekuensi buruk terhadap kesehatan, terutama kesehatan mental yang dialami oleh remaja pesisir. Secara Global 77,6% remaja laki-laki dan 84,7% perempuan yang memiliki peningkatan aktivitas fisik, dikarenakan aktivitas remaja dipesisir pantai lebih banyak dihabiskan membantu orang tua bekerja di laut, secara tidak langsung berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja pesisir.¹⁰ Masalah peningkatan aktivitas fisik yang dilakukan oleh remaja pesisir pantai apabila terus dibiarkan, akan menjadi masalah kehidupan dan keadaan masa depan yang dapat menyebabkan kondisi kesehatan mental pada remaja pesisir menurun.¹¹ Aktivitas fisik yang menyebabkan kesehatan mental dan tidak ditangani dengan baik, akan berdampak buruk terhadap perkembangan karakter dan tingkat pendidikan remaja pesisir di masa depan.¹² Masalah kesehatan mental pada remaja yang tidak mendapatkan dukungan dari pelayanan kesehatan profesional dapat berdampak pada tingkat prestasi, penyalahgunaan zat terlarang, dan kriminalitas. Hal ini dapat meningkatkan morbiditas dan risiko kesehatan mental yang mengakibatkan kematian dini pada remaja.¹³

Kondisi remaja pesisir pantai di Desa Prapag Lor Losari terindikasi mengalami masalah kesehatan mental yang disebabkan oleh kegiatan aktivitas fisik yang berulang dan tidak bervariasi. Dampak yang terjadi pada remaja seperti munculnya kenakalan remaja, kejadian putus sekolah, penurunan prestasi remaja, isolasi sosial, dan sampai pada kondisi depresi. Hal tersebut menjadi dasar pentingnya dilakukan antisipasi dengan melaksanakan pengabdian masyarakat dalam bentuk kegiatan skrining kesehatan mental dan edukasi untuk meningkatkan kesadaran dalam menjaga kesehatan mental remaja. Universitas Bhamada Slawi Program Studi Ilmu

⁷ Rani Hardianti, Erika Erika, and Fathra Annis Nauli, "Hubungan Antara Rasa Syukur Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Sma Negeri 8 Pekanbaru," *Jurnal Ners Indonesia* 11, no. 2 (2021): 215, <https://doi.org/10.31258/jni.11.2.215-227>.

⁸ Grace Latuheru, Elpira Asmin, Farah C Noya, Juen Carla Warella, Melda Yunita, Rosdiana Mus, dan Sulfiana Sulfiana. "Skrining Gangguan Kesehatan Mental pada Masyarakat Pesisir di Kota Tual" MAHESA : Malahayati Health Student Journal 4, no. 12 (2024): 1–23. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i12.15644>.

⁹ N Subekti and A Nurrahima, "Gambaran Keadaan Mental Emosional Anak Usia Prasekolah Di Daerah Pesisir," *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas* 3, no. 2 (2019): 10–15.

¹⁰ Kemal Akbar Suryoadji and Darrin Ananda Nugraha, "Aktivitas Fisik Pada Anak Dan Remaja Selama Pandemi Covid-19: A Systematic Review," *Jurnal Mahasiswa* 13, no. 1 (2020): 1–6.

¹¹ Udin Rosidin, Nina Sumarni, and Iwan Suhendar, "Penyuluhan Tentang Aktifitas Fisik Dalam Peningkatan Status Kesehatan," *Media Karya Kesehatan* 2, no. 2 (2019): 108–18, <https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22574>.

¹² Subekti and Nurrahima, "Gambaran Keadaan Mental Emosional Anak Usia Prasekolah Di Daerah Pesisir."

¹³ Qory Tifani Rahmatika, "Intervensi Aktivitas Fisik Terhadap Kesehatan Mental Remaja: Literatur Review Physical Activity Interventions on Adolescent Mental Health: A Review of the Literature," *Jurnal Keperawatan Terapan (e-Journal)* 09, no. 01 (2023): 2442–6873.

Keperawatan dan Profesi Ners akan memberikan Skrining Kesehatan Mental Remaja Pesisir Pantai dan Edukasi di Desa Prapag Lor Losari Kabupaten Brebes.

Fenomena yang terjadi pada remaja rentan dengan masalah kehidupan sosial, spiritual, dan budaya remaja pesisir pantai. Oleh karena itu, tim pengabdian dari Universitas Bhamada Slawi Prodi Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners menerapkan skrining kesehatan mental remaja pesisir pantai di Desa Prapag Lor Losari Kabupaten Brebes sebagai solusi dari permasalahan tersebut. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan kesadaran remaja dan masyarakat pesisir pantai melalui pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan mental remaja.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini diawali dengan melakukan edukasi tentang kesehatan mental pada remaja, penjelasan tentang dampak yang terjadi pada kesehatan mental remaja jika tidak tertangani dengan tepat, dan pengasuhan keluarga terhadap remaja. Kegiatan ini sebagai bentuk implementasi Tri Dharma Dosen sebagai salah satu wujud bakti dosen kepada masyarakat terutama dalam peningkatan kesehatan mental pada remaja. Kegiatan ini dilakukan di Desa Prapag Lor Losari Kabupaten Brebes. Tim pengabdian mengusulkan untuk melakukan skrining kesehatan mental pada remaja dan edukasi pada remaja dan keluarga, dimana remaja dan keluarga di daerah pesisir Desa Prapag Lor belum mengetahui tentang kesehatan mental dan dampak yang dapat ditimbulkan pada remaja. Skrining dilakukan menggunakan kuesioner *Self Reporting Questionnaire* (SRQ). Kegiatan dilakukan pada 69 remaja pesisir yang ada di Desa Prapag Lor Losari Kabupaten Brebes. Kegiatan ini telah dilaksanakan pada tanggal 17-19 Juli 2024. Adapun langkah yang ditempuh dalam kegiatan ini mencakup beberapa tahap, antara lain:

1. Persiapan

Tahap persiapan merupakan langkah awal sebelum pelaksanaan pengabdian masyarakat. Sebelum kegiatan diawali dengan rapat internal dengan tim dosen Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners untuk merencanakan proses pelaksanaan pengabdian. Langkah berikutnya menentukan peserta yang akan dilakukan skrining yaitu remaja pesisir pantai. Setelah peserta ditentukan, tahap selanjutnya yaitu menetapkan pelaksanaan pengabdian dan persiapan seperti waktu pelaksanaan, kuisisioner skrining, peralatan edukasi, dan tempat pelaksanaan.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan pengabdian dilakukan pada tanggal 17-19 Juli 2024 selama 1 hari dilakukan dua sesi dengan metode *door to door*. Tim dosen dibagi beberapa kelompok untuk mendatangi rumah penduduk. Dasar pelaksanaan skrining dilanjutkan dengan edukasi terkait kesehatan mental remaja. Peserta akan mengisi kuisisioner SRQ didampingi tim dosen untuk menganalisis kesehatan mental remaja.

Topik utama yang akan diberikan adalah penjelasan konsep tentang kesehatan mental pada remaja, penjelasan tentang dampak yang terjadi pada kesehatan mental remaja jika tidak tertangani dengan tepat, pengasuhan keluarga terhadap remaja.

3. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini dilakukan pengecekan kelengkapan kuisioner skrining. Setelah itu, tim akan melakukan analisis terhadap hasil kesehatan mental remaja. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki masalah kesehatan mental. Tim pengabdian kemudian memberikan edukasi dengan metode ceramah tentang dampak kesehatan mental dan aktivitas yang dapat mendukung perbaikan kesehatan mental remaja.

HASIL KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan skrining kesehatan mental bagi remaja di wilayah pesisir Desa Prapag Lor, Kabupaten Brebes, dapat berjalan dengan baik berkat dukungan dari berbagai pihak, termasuk Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM), Universitas Bhamada Slawi, serta Dinas Kesehatan Kabupaten Brebes. Kegiatan ini ditujukan untuk menangani persoalan kesehatan mental yang dipengaruhi oleh aktivitas fisik, yang apabila tidak ditangani secara tepat, dapat berdampak negatif terhadap pembentukan karakter dan pencapaian pendidikan remaja pesisir di masa mendatang. Upaya yang dilakukan meliputi penyampaian informasi melalui metode ceramah serta pelaksanaan skrining kesehatan mental terhadap para remaja di wilayah tersebut.

Pada remaja pesisir pantai kegiatan aktivitas fisik yang dilakukan antara lain, membantu orang tua mencari ikan dilaut, membantu orang tua berjualan ikan dipelabuhan, sampai ada yang bekerja sebagai nelayan untuk mencari ikan dilaut. Aktifitas fisik dipengaruhi oleh faktor pribadi yang berkaitan dengan aktivitas fisik termasuk kurang tidur, stres, nyeri, bosan, dan masalah finansial dan adapun faktor lingkungan juga termasuk keamanan lokasi, kurangnya sarana untuk beraktivitas, dan cuaca.¹⁴

Aktivitas fisik memiliki dampak terhadap kondisi mental remaja. Kesehatan mental sendiri dapat dipahami sebagai kondisi sejahtera di mana seseorang menyadari kemampuan dirinya, mampu menghadapi tekanan hidup sehari-hari, bekerja secara efektif dan produktif, serta berperan aktif dalam lingkungan sosial maupun masyarakat. Aspek kehidupan remaja dipengaruhi secara signifikan oleh kesehatan mental, termasuk kemampuan mereka untuk bersekolah, menjalin hubungan dengan teman dan keluarga yang konstruktif, dan berkembang menjadi individu yang mandiri. Oleh karena itu, pemantauan kesehatan untuk generasi muda harus terdiri dari deteksi, perawatan, dan dukungan teman, orang tua, dan guru sekolah,¹⁵

¹⁴ Gondhowiardjo, *Pedoman Strategi & Langkah Aksi Peningkatan Aktivitas Fisik*, NASPA Journal Komite Penanggulangan Kanker Nasional (KPKN), vol. 42, 2019.

¹⁵ Suswati, Wahyi Sholehah Erdah, M. Elyas Arif Budiman, dan Zidni Nuris Yuhbaba, "Kesehatan Mental Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember" 11, no. 3 (2023): 537-44.

sedangkan menurut buku Modul Kesehatan mental dari Utami Nur Hafsari Putri tahun 2022 mengatakan bahwa orang yang sehat mental tidak mudah terganggu oleh penyebab stres, atau faktor stres dan orang yang sehat mental berarti mereka mampu menahan tekanan dari orang lain dan diri mereka sendiri.¹⁶ Seseorang dengan kondisi mental yang sehat umumnya tidak menunjukkan tanda-tanda gangguan atau penyakit kejiwaan, mampu beradaptasi dengan lingkungan, dapat mengoptimalkan potensi dirinya, serta mampu meraih kebahagiaan baik untuk diri sendiri maupun orang di sekitarnya.¹⁷

Berdasarkan skrining yang sudah dilakukan di Desa Prapag Lor Losari Kabupaten Brebes didapatkan hasil dari kesehatan mental pada remaja pesisir masuk ke dalam kategori masalah kesehatan mental. Menurut pengamatan peneliti sebagian besar responden (69,6%) yang memiliki masalah kesehatan mental disebabkan oleh kegiatan sehari-hari yang kurang bervariasi, sedangkan sebagian besar responden mengalami masalah pada kesehatannya seperti, sakit kepala, kehilangan nafsu makan, tidur tidak nyenyak, merasa cemas dan khawatir, sulit berpikir jernih dan merasa lelah terus menerus.

Tabel 1. Kesehatan Mental Remaja Pesisir Pantai di Desa Prapag Lor Losari Kabupaten Brebes

Kesehatan Mental	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Masalah kesehatan mental	48	69,6%
Tidak memiliki masalah kesehatan mental	21	30,4%
Total	69	100%

Sumber: Data Primer Hasil Skrining

Kegiatan skrining kesehatan mental remaja dilakukan secara *door to door* oleh tim pengabdian selama 2 hari. Hari pertama tim mendapatkan 50 responden, dan di hari kedua tim mendapatkan 19 responden. Data dikumpulkan kemudian dilakukan analisa hasil skrining kesehatan mental. Kegiatan selanjutnya yaitu pelaksanaan edukasi dampak kesehatan mental menggunakan metode ceramah di hari ketiga.

Materi dalam pengabdian ini disesuaikan dengan kebutuhan kesehatan mental remaja di Desa Prapag Lor Losari Kabupaten Brebes, adapun masalah tersebut diantaranya adalah Penjelasan Konsep tentang Kesehatan Mental Pada Remaja, Penjelasan tentang dampak yang terjadi pada kesehatan mental remaja jika tidak tertangani dengan tepat, pengasuhan Keluarga terhadap Remaja, Skrining kesehatan mental pada remaja. Semua materi disampaikan dengan 2 metode, yaitu ceramah dan skrining kesehatan mental remaja. Ceramah disampaikan oleh Ibu Yessy Pramita Widodo, M.Kep. dengan dihadiri oleh remaja dan keluarganya.

Metode ceramah merupakan salah satu teknik pembelajaran yang dilakukan melalui penyampaian materi secara lisan. Metode ini memiliki sejumlah keunggulan, seperti suasana belajar yang cenderung tenang dan terkendali, serta memberikan kontrol yang cukup besar kepada pengajar dalam mengelola jalannya kelas, meskipun

¹⁶ Shofia Mawaadah Utami Nur Hafsari Putri, Nur'aini, Armita Sari, *Modul Kesehatan Mental*, 2022.

¹⁷ Hardianti, Erika, and Nauli, "Hubungan Antara Rasa Syukur Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Sma Negeri 8 Pekanbaru."

dalam praktiknya, ceramah yang dilakukan di ruang terbuka dengan peserta yang terlibat dalam aktivitas serupa bisa menghadapi tantangan tersendiri. Keunggulan lainnya adalah efisiensi dari segi tenaga dan waktu. Selain itu, peserta didik juga dilatih untuk mengandalkan kemampuan mendengar mereka guna menangkap informasi. Namun, metode ini juga memiliki kelemahan, salah satunya adalah dominasi penuh pengajar dalam proses pembelajaran, yang membuat perkembangan masing-masing peserta sulit dipantau secara akurat. Tingkat pemahaman peserta pun bisa bervariasi, bahkan ada kemungkinan sebagian peserta tidak memahami isi ceramah sama sekali.



Gambar 1. Skrining dan Edukasi Kesehatan Mental Remaja

Materi yang disampaikan meliputi penjelasan konsep tentang kesehatan mental pada remaja, penjelasan tentang dampak yang terjadi pada kesehatan mental remaja jika tidak tertangani dengan tepat, pengasuhan keluarga terhadap remaja, skrining kesehatan mental pada remaja. Materi ini dilakukan dengan menggunakan komunikasi antara kepala desa Prapag Lor dan tim pelaksana kegiatan (Dosen Universitas Bhamada Slawi). Setelah menyampaikan materi melalui metode ceramah, tim pengabdian melanjutkan kegiatan dengan mengajak para remaja untuk terlibat aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk mendorong remaja agar lebih bebas dalam mengutarakan ide-ide segar serta memperdalam pemahaman mereka terhadap materi yang belum dipahami sepenuhnya. Metode tanya jawab memiliki sejumlah keunggulan, antara lain membantu remaja mengasah keberanian serta keterampilan dalam menyampaikan pendapat dan menjawab pertanyaan. Pertanyaan yang diajukan dapat menarik perhatian, bahkan di tengah kondisi yang kurang kondusif, serta mendorong pengembangan daya pikir dan daya ingat. Pertanyaan yang disampaikan secara jelas juga lebih mudah dipahami, sehingga menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif. Selain itu, metode ini melatih remaja untuk menyampaikan pendapat secara logis dan bertanggung jawab, mengenali adanya perbedaan pandangan yang kemudian diarahkan ke diskusi yang konstruktif, meningkatkan semangat belajar serta membangun persaingan yang sehat, dan pada akhirnya dapat digunakan sebagai indikator untuk menilai sejauh mana remaja memahami materi yang telah disampaikan.

Dalam pelaksanaan sesi tanya jawab, salah satu kendala yang dihadapi adalah ketidaksiapan dan ketidakbiasaan remaja untuk terlibat aktif, sehingga proses ini

memerlukan waktu yang lebih panjang. Untuk mengatasi hal tersebut, narasumber memberikan stimulus berupa ilustrasi mengenai isu-isu kesehatan mental yang umum dialami remaja, serta menampilkan ulang materi sebelumnya guna menciptakan suasana diskusi yang lebih menarik. Tingkat partisipasi remaja dalam sesi ini pun beragam. Beberapa di antaranya mengajukan pertanyaan yang relevan dengan topik, seperti dampak yang mungkin timbul apabila kesehatan mental tidak ditangani dengan baik, atau langkah-langkah yang bisa diambil saat remaja kurang menunjukkan minat. Untuk mendukung keterlibatan mereka, penyaji juga menyiapkan bahan visual seperti video agar suasana lebih dinamis. Semua pertanyaan dijawab secara langsung, lalu diperdalam kembali dalam sesi diskusi.

Saat pemberian materi dan diskusi remaja terlihat aktif, dibuktikan dengan banyaknya peserta yang antusias untuk bertanya tentang kesehatan mental yang dialami oleh remaja, akan tetapi pertanyaan yang diajukan dibatasi karena keterbatasan waktu di hari pertama pelaksanaan karena dilanjutkan dengan skrining kesehatan mental oleh remaja di Desa Prapag Lor Losari Kabupaten Brebes, hari ke dua dilanjutkan skrining kesehatan mental remaja secara *door to door*.

KESIMPULAN

Berdasarkan identifikasi kebutuhan mitra dalam hal pengetahuan pencelupan benang serta pengetahuan pembuatan desain pola manual, diselenggarakan program PKM untuk salah satu UMKM tekstil di Dusun Puron, Kecamatan Bulu, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah. Rangkaian kegiatan yang dilaksanakan diantaranya:

1. Memberikan penyuluhan dan pendampingan materi klasifikasi dan evaluasi benang tekstil.
2. Memberikan pendampingan materi desain pola manual.
3. Pembuatan dan pemberian meja pembuatan pola dan potong sesuai dengan kebutuhan mitra.

Kegiatan PKM berjalan dengan lancar dan mendapatkan *feedback* yang positif dari peserta dan mitra dengan tingkat kepuasan 3,5 dari skala 4. Kegiatan PKM dapat dilanjutkan di tahun berikutnya untuk melanjutkan penyelesaian permasalahan mitra terkait pencelupan benang, pembuatan alat bantu pencelupan, serta pengembangan praktik pola tingkat lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, Gayatri Rahma. "Gambaran Tingkat Depresi Pada Remaja Yang Aktif Berorganisasi Di SMK PGRI 1 Banyuwangi." *Journal of Community Mental Health and Public Policy* 3, no. 1 (2021): 19–30. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v3i1.48>.
- Gondhowiardjo. "Pedoman Strategi & Langkah Aksi Peningkatan Aktivitas Fisik." *NASPA Journal Komite Penanggulangan Kanker Nasional (KPKN)* 42, no. 4 (2019): 1.
- Hardianti, Rani, Erika Erika, and Fathra Annis Nauli. "Hubungan Antara Rasa Syukur Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Sma Negeri 8 Pekanbaru." *Jurnal Ners Indonesia* 11, no. 2 (2021): 215. <https://doi.org/10.31258/jni.11.2.215-227>.

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. "Fact Sheet Kesehatan Jiwa Remaja Tahun 2023." *Ski* 2023, 2023.
- Latuheru, Grace, Elpira Asmin, Farah C Noya, Juen Carla Warella, Melda Yunita, Rosdiana Mus, dan Sulfiana Sulfiana. "Skrining Gangguan Kesehatan Mental pada Masyarakat Pesisir di Kota Tual" *MAHESA : Malahayati Health Student Journal* 4, no. 12 (2024): 1–23. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i12.15644>
- Putri, Utami Nur Hafsa, Nur'aini, Armita Sari, Shofia Mawaadah. *Modul Kesehatan Mental*, 2022.
- Pratiwi, Silfia Dini, and Ratna Djuwita. "Hubungan Gaya Hidup Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia (Analisis Data Global School-Based Student Health Survey Indonesia 2015)." *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas* 7, no. 1 (2022): 82–93. <https://doi.org/10.14710/jekkk.v7i1.11905>.
- Rahmatika, Qory Tifani. "Intervensi Aktivitas Fisik Terhadap Kesehatan Mental Remaja: Literatur Review Physical Activity Interventions on Adolescent Mental Health: A Review of the Literature." *Jurnal Keperawatan Terapan (e-Journal)* 09, no. 01 (2023): 2442–6873. <https://doi.org/10.31290/joan.v9i1.3861>
- Rosidin, Udin, Nina Sumarni, and Iwan Suhendar. "Penyuluhan Tentang Aktifitas Fisik Dalam Peningkatan Status Kesehatan." *Media Karya Kesehatan* 2, no. 2 (2019): 108–18. <https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22574>.
- Setiawati, Ririn. "Kesehatan Mental Perspektif M. Bahari Ghazali." *Skripsi* (2020): 1689–99.
- Subekti, Nani, and A Nurrahima. "Gambaran Keadaan Mental Emosional Anak Usia Prasekolah Di Daerah Pesisir." *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas* 3, no. 2 (2019): 10–15. <https://doi.org/10.32584/jikk.v3i2.789>
- Suryoadji, Kemal Akbar, and Darrin Ananda Nugraha. "Aktivitas Fisik Pada Anak Dan Remaja Selama Pandemi Covid-19: A Systematic Review." *Jurnal Mahasiswa* 13, no. 1 (2020): 1–6. <https://doi.org/10.20885/khazanah.vol13.iss1.art3>
- Suswati, Wahy Sholehah Erdah, M. Elyas Arif Budiman, dan Zidni Nuris Yuhbaba. "Kesehatan Mental Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember." *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ) : Persatuan Perawat Nasional Indonesia* 11, no. 3 (2023): 537–44. <https://doi.org/10.26714/jkj.11.3.2023.537-544>
- Wahdi, Amirah Ellyza, Siswanto Agus Wilopo, and Holly Elizabeth Erskine. "122. The Prevalence of Adolescent Mental Disorders in Indonesia: An Analysis of Indonesia – National Mental Health Survey (I-NAMHS)." *Journal of Adolescent Health* 72, no. 3 (2023): S70. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.11.143>.
- Zulkarnain, Zulkarnain. "Kesehatan Mental Dan Kebahagiaan." *Mawa'izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan* 10, no. 1 (2019): 18–38. <https://doi.org/10.32923/maw.v10i1.715>.