

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMK N 1 Seyegan bertempat di Jalan Kebon Agung Street KM8, Jamblangan, Margomulyo, Seyegan, Kab. Sleman, DIY. SMK N 1 Seyegan didirikan pada tahun 1973 yang sebelumnya bernama STM Sleman, awal berdiri hanya memiliki 2 jurusan dengan menerima 2 rombongan belajar yaitu jurusan bangunan dan jurusan teknik mesin. Pada tahun 1996 tatanama STM Sleman berubah menjadi SMK N 1 Seyegan. (Halaman Profil SMK N 1 Seyegan, 2024). Tahun ajaran 2024/2025 terdata mempunyai 7 jurusan, terbagi menjadi Teknik Konstruksi dan perumahan, Desain Permodelan Informasi Bangunan, Teknik Fabrikasi Logam Manufaktur, TKR, TSM, Teknik Ototronik, dan TKJ dengan 15 kelas dan populasi sebanyak 1.683 siswa (Data Sekunder, 26 Agustus 2024). SMK N 1 Seyegan terakreditasi A dengan no. sertifikat 032/BAN-SM/SK/2019. Kurikulum yang digunakan dalam pembelajaran di sekolah tersebut menggunakan kurikulum merdeka. Pihak sekolah selalu mengadakan kegiatan kerohanian seperti kajian dan ceramah pada setiap hari Jumat untuk meningkatkan resiliensi dan kesehatan mental pada siswa dan siswinya. Selain itu guru bimbingan konseling juga melakukan konseling pada siswa-siswinya yang bermasalah serta mencari solusi bersama untuk menghadapi ataupun keluar dari masalah tersebut.

2. Karakteristik Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Seyegan

Hasil dari penelitian ini mengamati siswa kelas XI SMK Negeri 1 Seyegan meliputi jenis kelamin, usia, dan jurusan yang disajikan dalam tabel 4.1

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase %
Jurusan		
Teknik Konstruksi dan Perumahan 1	16	6.7
Teknik Konstruksi dan Perumahan 2	15	6.3
Desain Permodelan Informasi Bangunan 1	18	7.6
Desain Permodelan Informasi Bangunan 2	18	7.6
Teknik Fabrikasi Logam Manufaktur 1	15	6.3

Teknik Fabrikasi Logam Mafaktur 2	16	6.7
Teknik Kendaraan Ringan 1	15	6.3
Teknik Kendaraan Ringan 2	16	6.7
Teknik Kendaraan Ringan 3	15	6.3
Teknik Sepeda Motor 1	16	6.7
Teknik Sepeda Motor 2	15	6.3
Teknik Ototronik 1	16	6.7
Teknik Ototronik 2	16	6.7
Teknik Komputer dan Jaringan 1	16	6.7
Teknik Komputer dan Jaringan 2	15	6.3
Total	238	100
Usia		
14-16 tahun	98	41.2
17-20 tahun	140	58.8
Total	238	100
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	212	89.1
Perempuan	26	10.9
Total	238	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4.1 di dapatkan hasil kebanyakan anak didik XI SMK N 1 Seyegan berusia 17 - 20 tahun (58.8%). Jenis kelamin Sebagian besar adalah laki laki (89.1%).

3. Distribusi Frekuensi Resiliensi Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Seyegan

Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa resiliensi yang dimiliki siswa kelas XI SMK Negeri 1 Seyegan dikategorikan sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi yang terlampir pada tabel 4.2.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Resiliensi pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan

Resiliensi	Frekuensi	Persentase %
Sangat rendah	42	17.6
Rendah	54	22.7
Sedang	54	22.7
Tinggi	54	22.7
Sangat Tinggi	34	14.3
Total	238	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan informasi resiliensi yang dimiliki oleh siswa SMK Negeri 1 Seyegan pada kategori sangat rendah (17.6%), kategori rendah (22.7%), kategori sedang (22.7%), kategori tinggi (22.7%), dan

kategori sangat tinggi (14.3%). Dilihat dari tabel 4.2 didapatkan bahwa tingkat resiliensi yang dimiliki paling banyak dengan 3 kategori resiliensi yang berbeda dengan hasil yang sama yaitu kategori rendah (22.7%), kategori sedang (22.7%) dan kategori tinggi (22.7%).

Tabel 4. 3 Hasil Kuesioner Resiliensi

No	Pertanyaan	Dimensi	Skor
1.	Saya mampu beradaptasi dengan perubahan	<i>Hardiness</i>	733
2.	Saya mampu menghadapi keadaan apapun yang terjadi	<i>Hardiness</i>	734
3.	Saya mampu melihat masalah dari sisi yang membuat saya tertawa	<i>Hardiness</i>	704
4.	Keberhasilan menghadapi tekanan dapat menguatkan saya	<i>Hardiness</i>	757
5.	Saya cenderung bangkit embali setelah mengalami sakit atau penderitaan	<i>Hardiness</i>	773
6.	Saya dapat mencapai tujuan walaupun terdapat tantangan	<i>Persistenece</i>	767
7.	Saya dapat tetap fokus dibawah tekanan	<i>Hardiness</i>	638
8.	Saya tidak mudah putus asa karena kegagalan	<i>Hardiness</i>	742
9.	Saya menganggap diri sendiri sebagai seorang yang kuat	<i>Hardiness</i>	753
10.	Saya dapat mengatasi perasaan yang tidak menyenangkan untuk dimakan	<i>Hardiness</i>	704

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan informasi bahwa skor tertinggi pada resiliensi terdapat pada dimensi *Hardiness* dengan skor 773 pada pernyataan

“Saya cenderung bangkit kembali setelah mengalami sakit atau penderitaan”. Skor terendah juga terdapat pada dimensi Hardiness dengan skor 638 pada pernyataan “Saya dapat tetap fokus dibawah tekanan”.

4. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Seyegan

Berdasarkan tabel 4.1 di dapatkan hasil kebanyakan anak didik XI SMK N 1 Seyegan berusia 17 - 20 tahun (58.8%). Jenis kelamin Sebagian besar adalah laki laki (89.1%)

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan

Kesehatan Mental	Frekuensi	Presentase %
Rendah	112	47.1
Tinggi	126	52.9
Total	238	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan informasi kesehatan mental yang dimiliki siswa SMK Negeri 1 Seyegan pada kategori rendah (47.1%) dan kategori tinggi (52.9%). Dilihat dari tabel 4.4 didapatkan bahwa kesehatan mental paling banyak dialami dengan kategori tinggi (52.9%).

Tabel 4. 5 Hasil Kuesioner Kesehatan Mental

No	Pertanyaan	Dimensi	Skor
1.	Apakah kehidupan sehari-hari penuh hal-hal yang menarik?	<i>Psychological well being</i>	721
2.	Apakah pada umumnya Anda menikmati hal yang dilakukan	<i>Psychological well being</i>	754
3.	Apakah Anda merasa nyaman berkomunikasi dengan teman anda	<i>Psychological well being</i>	845
4.	Apakah Anda merasa berharga karena perlakuan teman Anda	<i>Psychological well being</i>	726
5.	Apakah Anda merasa bahagia dalam menjalani kehidupan ini	<i>Psychological well being</i>	788

6.	Apakah Anda menikmati apa yang terjadi dalam kehidupan ini	<i>Psychological well being</i>	810
7.	Apakah Anda dapat mendapatkan diri Anda sebagai orang yang bingung atau frustrasi	<i>Psychological distress</i>	635
8.	Apakah Anda merasakan sebagai orang yang lelah atau merasa tak berdaya	<i>Psychological distress</i>	660
9.	Apakah Anda merasa berada pada titik yang terendah	<i>Psychological distress</i>	630
10.	Apakah Anda menggunakan waktu untuk menikmati putus asa	<i>Psychological distress</i>	770
11.	Apakah Anda merasa kehilangan kontrol terhadap pikiran, perasaan dan perilaku	<i>Psychological distress</i>	645
12.	Apakah anda merasa tidak mempunyai apa- apa dalam menatap masa depan?	<i>Psychological distress</i>	662

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan hasil bahwa skor tertinggi pada kesehatan mental terdapat pada dimensi *psychological well being* dengan skor 845 pada pertanyaan “Apakah Anda merasa nyaman berkomunikasi dengan teman anda?”. Skor terendah pada kesehatan mental terdapat pada dimensi *psychological distress* dengan skor 630 pada pertanyaan “Apakah anda merasa pada titik yang terendah?”.

5. Hubungan Tingkat Resiliensi Dengan Kesehatan Mental Remaja Pada Siswa Kelas XI Di Smk Negeri 1 Seyegan

Hubungan Tingkat Resiliensi Kesehatan Mental Remaja siswa/i XI SMK N 1 Seyegan menggunakan Kendall’s Tau-b karena skala dalam kedua variabel ini adalah ordinal. Hasil dari uji korelasi disajikan

Tabel 4. 6 Tabulasi Silang Tingkat Resiliensi dengan Kesehatan Mental Remaja Pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan
KESEHATAN MENTAL

RESILIENSI	Rendah		Tinggi		<i>p-value</i>	<i>r</i>
	F	%	F	%		
Sangat Rendah	32	13.4	10	4.2		
Rendah	25	10.5	29	12.2		
Sedang	25	10.5	29	12.2		
Tinggi	18	7.6	36	15.1	0.000	0.227
Sangat Tinggi	12	5.0	22	9.2		
TOTAL	112	47.1	126	52.9		

Hasil analisis yang dipresentasikan dalam tabel 4. 6 Nilai tertinggi didapatkan yaitu resiliensi dengan kesehatan mental tinggi (15.1%) dan nilai terendah yang didapatkan yaitu resiliensi sangat rendah dengan kesehatan mental tinggi (4.2%). Namun juga ditemukan hasil yang tidak sesuai dengan teori yaitu resiliensi sangat rendah dengan kesehatan mental tinggi (4.2%), resiliensi rendah dengan kesehatan mental tinggi (12.2%), resiliensi tinggi dengan kesehatan mental rendah 47 (7.6%), dan resiliensi sangat tinggi dengan kesehatan mental rendah (5.0%).

B. Pembahasan

1. Karakteristik pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan

Dari hasil yang diperoleh, dapat dijelaskan bahwa karakteristik responden terdiri anak didik XI SMK N1 Seyegan, yang berusia 17 – 20 tahun (58,8%). Menurut Rahmawaty et al. (2023), masa remaja adalah periode antara 10- 18 tahun, yang beralih dari anak menjadi dewasa. Masa ini sering kali ditandai oleh gejolak emosional dan perubahan mood yang cepat. Remaja berada dalam fase yang rentan terhadap masalah kesehatan mental, karena pada tahap ini, kemampuan untuk mengendalikan diri belum sepenuhnya matang, sering kali memicu perilaku yang tidak biasa (Sislina et al. , 2023).

Remaja, dengan segala keunikan yang dimilikinya, sangat rentan terhadap berbagai masalah yang dapat menghambat pertumbuhan mereka. Apabila masalah-masalah tersebut tidak ditangani dengan baik, dampaknya bisa sangat negatif dan bahkan mungkin menghentikan perkembangan mereka pada suatu titik. Banyak siswa yang menghadapi tekanan psikologis dalam situasi semacam ini untuk membangun ketahanan diri atau resiliensi yang dapat membantu mereka menghadapi tantangan tersebut (Putri et al., 2024). Jenis kelamin anak didik XI SMK N1 Seyegan sebagian besar adalah laki-laki (89.1%)

Menurut Hapsari et al., (2023) Maskulin pria jadi hambatan psikologis. Ada dominan pria tidak butuh pertolongan khususnya kesehatan 48 mental, di masyarakat pria tidak boleh rentan membutuhkan bantuan psikologis.

2. Resiliensi Pada Siswa Kelas XI Di SMK Negeri 1 Seyegan

Dari hasil penelitian, diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan tingkat resiliensi XI SMK N1 Seyegan terbagi rata pada tiga kategori: rendah (22,7%), sedang (22,7%), dan tinggi (22,7%). Total skor terendah pada kuesioner resiliensi terdapat pada dimensi hardiness, yaitu pada pernyataan "Sayadapat tetap fokus dibawah tekanaan" dengan total skor 638. Skor sedang ditemukan pada pernyataan "Sayamampumelihat masalah darisisi yangmembuat sayatertawa" dan "Saya dapat mengatasi perasaan tidak menyenangkan dalam waktu tertentu" dengan total skor 704. Sementara itu, skor tertinggi terlihat pada pernyataan "Saya cenderung bangkit kembali setelah mengalami sakit atau penderitaan".

Hasil penelitian Pratiwi (2021) bahwa lingkup besar responden resiliensi rendah (51,8%) akibat kejadian bullying. Studi ini juga didukung oleh temuan Salamah et al. (2020) sebagian besar mahasiswa keperawatan resiliensi sedang (64,4%), dan oleh penelitian Muslimin (2021), yang menemukan bahwa 56% mahasiswa yang menyelesaikan skripsi memiliki tingkat resiliensi sedang. Seseorang yang memiliki resiliensi rendah dapat ditingkatkan melalui pelatihan yang berfokus pada pengembangan rasa percaya diri, keterampilan mengatasi masalah, serta peningkatan dukungan sosial. Selain itu, hasil dari

studi meta analisis menunjukkan bahwa pelatihan resiliensi merupakan salah satu intervensi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis pada berbagai kelompok (Marbun et al., 2024).

Di sisi lain, studi Waluyan et al. (2023), bahwa sebagian besar kelas X SMA N 6 Semarang memiliki resiliensi tinggi (60%). Selain itu, penelitian Budiyati et al. (2020) mengenai stres dan resiliensi remaja dipandemi Co-19 menunjukkan mayoritas responden memiliki resiliensi tinggi (53,6%). Dengan memiliki kemampuan resiliensi yang tinggi, seseorang dapat lebih mudah beradaptasi dengan perubahan dan menghadapi situasi yang tak terduga. Resiliensi tidak hanya membantu dalam mengelola stres, tetapi juga memperkuat kemampuan individu untuk beradaptasi dengan keadaan yang sulit serta bertahan menghadapi tekanan dan tantangan. Kita harus mengembangkan kemampuan ini, sehingga mereka dapat menghadapi dan mengatasi tantangan hidup dengan cara yang adaptif, sambil terus belajar dan beradaptasi dalam situasi yang sulit. (Putri et al., 2024).

Hasil dari Simorangkir et al., (2022) siswa SMP Tamansiswa Binjai memiliki resiliensi akademik sangat tinggi (53,3%). Studi Rahayu et al. (2021) tentang *self-compassion* dan resiliensi pada mahasiswa didapatkan hasil sebagian 50 besar resiliensi sangat tinggi (53.9%). Seseorang yang memiliki resiliensi sangat tinggi adalah seseorang yang mampu mempertahankan aspirasi dan harapan pribadi yang sstinggi, memiliki keterampilan pemecahan masalah yang baik berkat kemampuan mereka untuk menginterpretasikan aspek positif dari pengalaman, serta memiliki kompetensi sosial yang mendorong mereka untuk mengubah lingkungan yang menantang menjadi sumber motivasi (Wahyuni et al., 2021).

Hasil Analisa kuesioner didapatkan skor yang paling tinggi terdapat pada dimensi Hardiness dengan skor 773 pada pernyataan “Saya cenderung bangkit kembali setelah mengalami sakit atau penderitaan”. Skor terendah juga terdapat pada dimensi hardiness dengan skor 638 dengan pernyataan “ Saya dapat tetap fokus dibawah tekanan”. Hardiness atau ketabahan adalah pola sikap serta strategi yang memungkinkan perubahan didalam situasi penuh

tekanan, dari potensi kesulitan menjadi peluang untuk berkembang (Shabrina et al., 2021).

Konsep resiliensi berakar dari bidang psikologi perkembangan, yang menjelaskan tentang kompetensi dan kemampuan anak dalam menghadapi kesulitan serta tumbuh sebagai individu yang sehat dengan penyesuaian diri yang positif. Resiliensi dapat dipahami sebagai suatu kekuatan atau asset, kualitas yang diharapkan dan berguna, serta karakteristik katau proses yang berpotensi memberikan dampak positif pada berbagai aspek performa iindividu, prestasi, kesehatan dan kesejahteraan (Setyawan et al., 2021).

Kemampuan ini menjadi dasar bagi kesehatan emosional dan psikologis yang kuat. Bagi siswa dengan tingkat resiliensi rendah, diperlukan intervensi berupa pelatihan yang berfokus pada peningkatan rasa percaya diri, keterampilan mengatasi masalah, dan dukungan sosial. Studi Marbun et al. (2024) menunjukkan bahwa pelatihan resiliensi efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis di berbagai kelompok. Pada penelitian ini telah didapatkan resiliensi pada siswa dan siswi XI SMK N1 Seyegan yang mayoritas resiliensi rendah dan tinggi.

3. Kesehatan Mental Pada Siswa Kelas XI Di Smk Negeri 1 Seyegan

Berlandaskan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 1 Seyegan diperoleh bahwa siswa kelas XI mayoritas memiliki kesehatan mental yang tinggi (52.9%).

Hasil analisis menunjukkan bahwa skor tertinggi pada kuesioner kesehatanmental terdapat dimensi psychologicalwell-being, dengan pernyataan “Apakah Anda merasa nyaman berkomunikasi dengan teman Anda?” (total skor 845), “Apakah Anda menikmati apa yang terjadi dalam kehidupan ini?” (total skor 810), dan “Apakah Anda merasa bahagia dalam menjalani kehidupan ?” (total skor 788). Sebaliknya, skor terendah terdapat pada dimensi psychological distress, dengan pernyataan “Apakah Anda merasa pada titik yang terendah?” (total skor 630), “Apakah Anda mendapatkan diri Anda sebagai orang yang bingung atau frustrasi?” (total skor 635), dan “Apakah Anda merasa kehilangan kontrol terhadap pikiran, perasaan, dan

perilaku?” (total skor 645).

Temuan Aziz et al. (2021), Studi tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden (50,6%) memiliki tingkat kesehatan mental yang tinggi. Selain itu, hasil ini juga mendukung penelitian Ningrum et al. (2020) tentang korban *cyber bullying* dan kesehatan mental pada remaja, yang menemukan bahwa 75,1% remaja menunjukkan tingkat kesehatan mental yang tinggi.

Ciri-ciri khas seseorang dilihat baik dengan melibatkan sinergi dari berbagai usaha dan potensi yang dimiliki. Hal ini memungkinkan seseorang untuk lebih mudah beradaptasi dengan tuntutan lingkungan sosial, standar, serta norma-norma sosial, termasuk perubahan sosial yang berlangsung cepat. Selain itu, individu tersebut menunjukkan kemampuan untuk mengintegrasikan dan mengatur struktur kepribadiannya sendiri, sehingga dapat berpartisipasi secara aktif dalam masyarakat. Mereka mencerminkan semangat yang tinggi. Kepribadian mereka cenderung tenang dan harmonis, dan mereka bertindak dengan efisiensi. Selain itu, mereka mampu 52 menikmati dan merasakan kepuasan dalam memenuhi kebutuhan mereka. (Syahfitri et al., 2021).

Hasil studi Suswati et al.,(2023) dalam studi mereka mengenai KesehatanMental Remaja diLingkungan SMA di Wilayah Ubran dan Rurla Kab.Jember, di mana mengalami kesehata mental yang rendah (65,6%). Selain itu penelitian Sisliana et al., (2023) meneliti Hubungan *antara Sell f-effcacy* dan Kesehatan Mental Remaja di SMA N 5 Pekan baru, yang menemukan bahwa mayoritas remaja juga mengalami masalah kesehatan mental dengan persentase mencapai 81,6%.

Ciri-ciri mental yang tidak sehat mencakup perasaan tidak nyaman, ketidakamanan, kurangnya rasa percaya diri, ketidakpahaman terhadap diri sendiri, serta kurangnya kepuasan dalam berinteraksi sosial. Selain itu, individu dengan mental tidak sehat sering mengalami ketidakmatangan emosi dan gangguan kepribadian. Pada sisi yang lain, karakteristik mental yang sehat ditandai dengan keterhindaran dari gangguan jiwa dan kemampuan beradaptasi. Proses penyesuaian diri ini melibatkan pemenuhan kebutuhan serta penanganan stress, konflik, dan masalah tertentu dengan cara yang tepat.

Hasil dari Analisa kuesioner didapatkan bahwa skor kesehatan mental tinggi terdapat pada dimensi *psychological wellbeing* dengan skor 845 pada item pertanyaan “ Apakah anda merasa nyaman berkomunikasi dengan teman anda?”. *Psychological wellbeing* adalah keadaan dimana potensi psikologis individu berkembang sepenuhnya, penerimaan diri terhadap kelebihan dan kekurangan diri, kemampuan mengendalikan perilaku, kemampuan memelihara hubungan baik dengan orang lain, kemampuan mengendalikan diri secara berkelanjutan (Yenita et al., 2022).

Hasil kuesioner dengan skor kesehatan mental *rendah* terdapat pada dimensi *psychological distress* dengan skor 630 dengan item pertanyaan “ Apakah anda merasa berada pada titik yang terendah?”. *Psychological distress* 53 adalah kondisi kesehatan mental negative yang secara langsung atau tidak langsung mempengaruhi individu secara emosional dan psikologis (Bukhori et al., 2023). Sehat mental di kontaminasi oleh lingkungan dan pergaulan, seperti pada kasus diatas kesehatan mental dipengaruhi oleh lingkungan sekolah yang bebas. Hal-hal yang diperbolehkan dalam satu budaya sering kali dianggap unik juga berlaku sebaliknya (Prasetyo et al., 2021).

Menurut WHO dalam Sarmini et al., (2023) Kesehatan mental merujuk pada kondisi di mana seseorang memiliki kesadaran akan kemampuannya sendiri, mampu menghadapi tekanan hidup yang wajar, bekerja dengan produktif, serta berkontribusi positif bagi lingkungan sekitarnya..

Pada penelitian ini telah didapatkan hasil kesehatan mental pada siswa dan siswi XI di SMK N 1 Seyegan yang mayoritas kesehatan mental tinggi. Orang yang memiliki kesehatan yang baik adalah mereka yang mampu melakukan penilaian diri serta menilai kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri. Kesehatan mental yang baik akan membantu individu meraih kehidupan yang bahagia, aman, dan damai serta diterima di lingkungan tempat tinggal mereka. Dengan memiliki kesehatan mental yang baik, kehidupan seseorang menjadi lebih terarah karena adanya keselarasan antara fungsi psikologis dan kemampuan beradaptasi. Selain itu, individu dengan kesehatan mental yang prima mampu berperilaku normal, yaitu perilaku yang sesuai dengan norma dan

tidak menyimpang, sehingga mereka mampu menghadapi berbagai tuntutan dalam hidup (Syahfitri et al., 2021).

4. Hubungan Tingkat Resiliensi Dengan Kesehatan Mental Remaja Pada Siswa Kelas XI Di SMK Negeri 1 Seyegan

Hasil Analisis menunjukkan antara tingkat resiliensi dengan kesehatan mental remaja anak didik XI di SMK N 1 Seyegan nilai tertinggi yaitu resiliensi tinggi dengan kesehatan 54 mental tinggi (15.1%) dan nilai terendah yang didapatkan yaitu resiliensi sangat rendah dengan kesehatan mental tinggi (4.2%). Namun ditemukan hasil yang tidak sesuai dengan teori yaitu resiliensi sangat rendah dengan kesehatan mental tinggi (4.2%), resiliensi rendah dengan kesehatan mental tinggi (12.2%), resiliensi tinggi dengan kesehatan mental rendah (7.6%), dan resiliensi sangat tinggi dengan kesehatan mental rendah (5.0%).

Keeratan hubungan yang lemah pada penelitian ini, sebagaimana dibuktikan dalam studi oleh Lestari et al. (2022) tentang hubungan self-esteem dengan depresi, ansietas, dan stres pada klien hemo. Hasil penelitian tersebut menjadi penentu antara self-esteem dengan ketiga variabel.

Hasil studi Waluyan et al. (2023) menyelidiki korelasi kesehatan mental dan resiliensi akademik anak didik X di SMA N6 Semarang. Studi tersebut menunjukkan korelasi yang signifikan dan positif antara kedua variabel, p-value 0.000. korelasi kuat ini menegaskan bahwa semakin baik kesehatan mental siswa, semakin tinggi resiliensi akademik yang mereka miliki, dan sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan oleh Ikhwaningrum (2021) juga mendukung studi ini, dengan fokus pada hubungan antara resiliensi dan persepsi dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran daring. Adanya korelasi negatif dari kedua variabel, nilai korelasi sebesar -0,303 dan tingkat signifikansi 0,000. mengindikasikan semakin tinggi tingkat resiliensi dan dukungan sosial yang dirasakan, semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa. Dalam konteks ini, hubungan menggambarkan keadaan di mana individu, objek, atau situasi saling mempengaruhi dan

bergantung satu sama lain.. Hubungan juga dapat dipahami sebagai suatu aktivitas spesifik yang menghasilkan dampak pada aktivitas lainnya.

Selain itu, makna kata hubungan dapat dijelaskan sebagai proses, metode, atau arah untuk menggambarkan objek tertentu yang menghasilkan dampak atau pengaruh pada objek lain. Berdasarkan definisi tersebut dalam penelitian ini hubungan dimaknai sebagai keadaan saling keterkaitan, saling mempengaruhi, dan saling ketergantungan antara variabel-variabel yang berbeda (Istifaizah, 2019). Pada penelitian ini telah mencari hubungan antara resiliensi dengan kesehatan mental remaja dan didapatkan hasil yang berhubungan.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti memiliki keterbatasan penelitian yaitu pengisian kuesioner yang tertunda dan tidak sesuai dengan rencana dikarenakan acara sekolah dan juga ujian tengah semester