

**HUBUNGAN TINGKAT RESILIENSI DENGAN KESEHATAN MENTAL  
REMAJA DI SMK NEGERI 1 SEYEGAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani  
Yogyakarta



Disusun Oleh:

**Gina Whydhytha M**

212201047

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

**2025**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT *RESILIENSI* DENGAN KESEHATAN MENTAL  
REMAJA DI SMK NEGERI 1 SEYEGAN**

Diajukan oleh:

**GINA WHYDHYTHA M**

212201047

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah Sebagai Salah  
Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan Di Fakultas  
Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 3 Januari 2024

Mengesahkan:

Penguji,

Pembimbing,



Dewi Utari, MNS

Suwarno, MNS

NIDN.0514028602

NIDN. 0507108703

Ketua Prodi Keperawatan (S-1)



Dewi Utari, MNS

NPP: 2010.13.0033

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Gina Whydhytha M

NPM 212201047

Program Studi : Keperawatan (S-1)

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Resiliensi Dengan Kesehatan Mental Remaja di SMK Negeri 1 Seyegan

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarism. Semua referensi dan sumber terakit yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 03 Januari 2024



Gina Whydhytha M

## PRAKATA

Segala puji dan Syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kekuatan serta kelancaran kepada saya dalam menyelesaikan penyusunan penelitian skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Resiliensi dengan Kesehatan Mental Remaja di SMK Negeri 1 Seyegan”. Peneliti menyadari bahwa keberhasilan penelitian dan penyusunan penelitian ini tidak lepas dari banantuan dan dukungan dari berbagai belah pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terima kasih dan penghormatan kepada:

1. Ida Nursanti, S.Kep., Ns., MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmadd Yani Yogyakarta.
2. Dewi Utari, MNS selaku ketua Program Studi Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta sekaligus dosen penguji saya yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis sehingga penulisan skripsi ini dapat lebih sempurna.
3. Suwarno, MNS selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, masukan dan juga saran dalam penyusunan penelitian ini.
4. Edy Widaryanta dan Sri Rahayu Manoppo selaku orang tua tercinta penulis terimakasih sudah selalu memberikan kasih sayang, dukungan dan motivasi serta doa kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsinya.
5. Guna Wira Sudibyو selaku kakak tersayang penulis terimakasih sudah selalu memberikan dukungan, motivasi serta doa kepada penulis.
6. Saudara dan teman-teman yang selalu memberikan support, membantu dan menemani serta mendengarkan keluh kesah penulis.

Yogyakarta,.....Mei 2024  
Penulis

Gina Whydhytha

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
PRAKATA.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
INTISARI.....	ix
ABSTRACT.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Manfaat Teoritis.....	4
2. Manfaat praktis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Landasan Teoritis.....	6
1. Remaja.....	6
2. Kesehatan Mental.....	12
3. Resiliensi.....	18
B. Kerangka Teori.....	22
C. Kerangka Konsep.....	23
D. Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Desain Penelitian.....	24
B. Lokasi dan Waktu Kegiatan.....	24
C. Populasi dan Sampel.....	24
D. Teknik Pengambilan Sampel.....	25
E. Variabel Penelitian.....	28

F. Definisi Operasional.....	29
G. Alat dan Metode Pengumpulan Data .....	29
H. Validitas dan Reliabilitas.....	31
I. Metode Pengolahan Data dan Analisis Data .....	32
J. Etika Penelitian .....	35
K. Pelaksanaan Penelitian .....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	39
A. Hasil.....	39
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	39
2. Karakteristik Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Seyegan.....	39
3. Distribusi Frekuensi Resiliensi Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Seyegan.....	40
4. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Seyegan.....	42
5. Hubungan Tingkat Resiliensi Dengan Kesehatan Mental Remaja Pada Siswa Kelas XI Di Smk Negeri 1 Seyegan .....	43
B. Pembahasan.....	44
1. Karakteristik pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan .....	44
2. Resiliensi Pada Siswa Kelas XI Di SMK Negeri 1 Seyegan .....	45
3. Kesehatan Mental Pada Siswa Kelas XI Di Smk Negeri 1 Seyegan ....	47
4. Hubungan Tingkat Resiliensi Dengan Kesehatan Mental Remaja Pada Siswa Kelas XI Di SMK Negeri 1 Seyegan.....	50
C. Keterbatasan Penelitian .....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	52
A. Kesimpulan .....	52
B. Saran .....	52
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN .....	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori .....	22
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	23

UNIVERSITAS PERPUSTAKAAN  
JENDRAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	29
Tabel 3. 2 Aspek Resiliensi.....	30
Tabel 3. 3 Perhitungan Kriteria Kategori Resiliensi .....	30
Tabel 3. 4 Aspek Kesehatan Mental .....	31
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .....	39
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Resiliensi pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan .....	40
Tabel 4. 3 Hasil Kuesioner Resiliensi .....	41
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan .....	42
Tabel 4. 5 Hasil Kuesioner Kesehatan Mental.....	42
Tabel 4. 6 Tabulasi Silang Tingkat Resiliensi dengan Kesehatan Mental Remaja Pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Seyegan.....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pendahuluan.....	58
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	59
Lampiran 3 <i>Ethical Clearence</i> .....	60
Lampiran 4 Alat Ukur Penelitian .....	61
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Responden .....	66
Lampiran 6 Excel Resiliensi .....	68
Lampiran 7 Excel Kesehatan Mental .....	69
Lampiran 8 Output SPSS .....	70
Lampiran 9 Lembar bimbingan dosen .....	72

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANU  
YOGYAKARTA