

INTISARI

Latar Belakang: Adanya perubahan pesat dalam diri remaja dan banyaknya masalah atau tantangan yang dihadapi mengakibatkan remaja lebih rentan terhadap stres. Salah satu faktor yang dapat mengurangi tekanan psikologis, seperti kejadian stres, yaitu literasi kesehatan mental. Penelitian hubungan antara literasi kesehatan mental dengan stres pada remaja SMAN 1 Kasihan belum pernah dilakukan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara literasi kesehatan mental dengan stres pada remaja di SMA Negeri 1 Kasihan Bantul.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik korelatif dengan rancangan *cross sectional*. Responden berjumlah 71 orang dari populasi remaja di SMAN 1 Kasihan yang berusia 15 – 18 tahun. Instrumen yang digunakan adalah *Mental Health Literacy Scale* (MHLS), *Perceived Stress Scale 10* (PSS-10), dan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Analisa data menggunakan *Pearson's correlation*.

Hasil: Remaja SMA Negeri 1 Kasihan memiliki nilai rata-rata literasi kesehatan mental yaitu 104 ($\pm 8,88$) dan nilai rata-rata stres yaitu 17,94 ($\pm 4,6$). Terdapat hubungan bermakna antara literasi kesehatan mental dengan stres dan korelasi kedua variabel berada dalam kategori yang lemah (0,046).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan dengan stres pada remaja usia 15 – 18 tahun di SMAN 1 Kasihan.

Kata Kunci: literasi kesehatan mental, remaja, stres

ABSTRACT

Background: Adolescents' rapid changes and the many problems or challenges that they experience make them more vulnerable to stress. One of the factors that can reduce psychological pressure, such as stressful events, is mental health literacy. Research on the relationship between mental health literacy and stress in adolescents of SMAN 1 Kasihan has never been done.

Objective: This study aims to determine the correlation between mental health literacy and stress in adolescents at SMAN 1 Kasihan.

Method: This study was a quantitative analytic correlational study with a cross-sectional design. A total of 71 respondents were from the adolescents of SMAN 1 Kasihan between the ages of 15 and 18 years. This study used the Mental Health Literacy Scale, Perceived Stress Scale 10, and Multidimensional Scale of Perceived Social Support. Data were analyzed using Pearson's correlation.

Results: The students at SMAN 1 Kasihan have an average mental health literacy score of 104 ($\pm 8,88$) and an average stress score of 17,94 ($\pm 4,6$). There was a significant relationship between mental health literacy and stress, and the correlation between the two variables was weak (0.046).

Conclusion: There is a significant correlation between mental health literacy and stress in adolescents aged 15 – 18 years at SMAN 1 Kasihan.

Keywords: adolescent, mental health literacy, stress