

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI FAKULTAS
KESEHATAN DAN INFORMATIKA INSTITUT KESEHATAN PAYUNG
NEGERI PEKANBARU**
Penelitian 23 Mei 2025

Penika Vaiza

**Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Edukasi
Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Kesehatan Mental di SMP
Negeri 18 Pekanbaru**

xii + 62 Halaman + 15 Tabel + 14 Lampiran

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental. Kurangnya pengetahuan dan sikap yang tepat menjadi faktor risiko yang dapat memperburuk kondisi mental. Pendidikan kesehatan melalui media video edukasi dinilai berpengaruh dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan video edukasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja di SMP Negeri 18 Pekanbaru. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain *pre-eksperimen one group pretest-posttest*. Penelitian dilakukan pada 23 Mei 2025 dengan jumlah sampel sebanyak 82 siswa kelas VII dan VIII, yang diambil menggunakan teknik *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan dan sikap. Hasil analisis univariat menunjukkan rata-rata pengetahuan meningkat dari 5,01 menjadi 7,51, dan rata-rata sikap meningkat dari 21,91 menjadi 25,37 setelah intervensi. Uji *Paired T-Test* menunjukkan nilai $p = 0,000 (< 0,05)$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah pemberian video edukasi. Dengan demikian, pendidikan kesehatan menggunakan media video edukasi terbukti berpengaruh meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang kesehatan mental. Media ini dapat dijadikan alternatif yang menarik dalam upaya promotif dan preventif terhadap masalah kesehatan mental pada remaja.

Kata kunci : Kesehatan Mental, Video Edukasi, Pengetahuan dan Sikap
Daftar Bacaan : 67 (2018-2025)

**BACHELOR OF MIDWIFERY AND PROFESSION STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH AND INFORMATICS STATE HEALTH
INSTITUTE OF PEKANBARU**

Research May 23, 2025

Penika Vaiza

**The Effect of Health Education Using Educational Video Media on
Adolescents' Knowledge and Attitudes About Mental Health at SMP Negeri
18 Pekanbaru**

xii + 62 Pages + 15 Tables + 14 Attachments

ABSTRACT

Adolescents are an age group vulnerable to mental health disorders. Lack of knowledge and appropriate attitudes are risk factors that can worsen mental health. Health education through educational videos is considered influential in increasing adolescents' understanding of the importance of maintaining mental health. This study aims to determine the effect of health education using educational videos on the knowledge and attitudes of adolescents at SMP Negeri 18 Pekanbaru. This study was quantitative with a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The study was conducted on May 23, 2025, with a sample of 82 students in grades VII and VIII, selected using a proportional random sampling technique. The instrument used was a knowledge and attitude questionnaire. The results of the univariate analysis showed that the average knowledge increased from 5.01 to 7.51, and the average attitude increased from 21.91 to 25.37 after the intervention. The Paired T-Test showed a p-value = 0.000 (<0.05), which means there was a significant difference before and after the educational videos were given. Thus, health education using educational videos has been proven to be effective in increasing adolescents' knowledge and attitudes about mental health. This media can be used as an interesting alternative in promotional and preventive efforts towards mental health problems in adolescents.

Keywords : Mental Health, Educational Video, Knowledge and Attitude

References : 67 (2018-2025)