

ABSTRAK

Hasbi Dzil Ikram, 18086490 : Tinjauan Kesehatan Mental Ibu-ibu di Sanggar Senam Neviera Kota Padang Selama Masa Pandemi Covid-19

Masalah dalam penelitian ini ialah selama masa pandemi Covid-19 yang mendatangkan banyak persoalan, salah satunya ialah gangguan kesehatan mental seperti rasa cemas, ketakutan dan stres, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kondisi kesehatan mental ibu-ibu selama masa pandemi.

Jenis Penelitian ini yaitu penelitian deskriptif atau tinjauan dengan menggunakan teknik *Sampling Sensus* sebagai teknik penarikan sampel, populasi dalam penelitian ini sebanyak 26 orang ibu-ibu di Sanggar Senam Neviera Kota Padang, dan semuanya dijadikan sebagai sampel. Jenis data yang di peroleh dalam penelitian ini ialah data primer yang berasal dari hasil tes pengukuran tingkat kesehatan mental ibu-ibu, dan data sekunder yang di peroleh dari dokumen dan dokumentasi seperti data dan nama-nama member ibu-ibu yang senam di Sanggar Senam Neviera Kota Padang, juga foto-foto yang diambil. Kemudian data yang didapatkan dianalisis menggunakan persentase dan di analisa menggunakan skala penilaian tes DASS-42 untuk mengukur keadaan kesehatan mental seseorang.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat keadaan kesehatan mental ibu-ibu di Sanggar Senam Neviera Kota Padang Selama Masa Pandemi Covid-19 rata-rata memiliki kesehatan mental yang baik, dengan persentase untuk Depresi ada 23 orang (88%) tingkat normal dan 3 orang (12%) tingkat ringan. Untuk Kecemasan ada 20 orang (77%) tingkat normal, 1 orang (4%) tingkat ringan, 4 orang (15%) tingkat sedang, dan ada 1 orang (4%) tingkat sangat berat. Untuk Stress ada 22 orang (85%) tingkat normal, 3 orang (12%) tingkat ringan dan 1 orang (4%) tingkat sedang. Dengan demikian dapat diketahui bahwa kesehatan mental ibu-ibu disanggar senam Neviera Kota Padang selama masa Pandemi covid-19 rata-rata dalam keadaan sehat.

Kata Kunci : Kesehatan Mental, Sanggar Senam, Ibu-ibu