

**PSIKOEDUKASI KESEHATAN MENTAL UNTUK MENINGKATKAN
LITERASI KESEHATAN MENTAL
PADA MAHASISWA
PENDIDIKAN BAHASA DAN SASTRA INDONESIA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO**

TESIS

**Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Derajat Magister
Psikologi Program Studi Magister Psikologi**



Oleh:

**Nurmila Hendrayanti
1908044047**

**PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

**MENTAL HEALTH PSYCOEDUCATION TO IMPROVE
MENTAL HEALTH LITERACY AMONG INDONESIAN LANGUAGE
AND LITERATURE EDUCATION STUDENTS MUHAMMADIYAH
PURWOREJO UNIVERSITY**

THESIS

**To Fulfill the Requirements for Obtaining a Master's Degree
in Psychology, Master of Psychology Study Program**



Written By:

**Nurmila Hendrayanti
1908044047**

**PSYCHOLOGY MASTER'S
POSTGRADUATE PROGRAM
AHMAD DAHLAN UNIVERSITY
YOGYAKARTA
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

**PSIKOEDUKASI KESEHATAN MENTAL
UNTUK MENINGKATKAN
LITERASI KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA
PENDIDIKAN BAHASA dan SASTRA INDONESIA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO**

Dipersiapkan dan Disusun oleh :

NURMILA HENDRAYANTI
1908044047

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 11 Januari 2024

Susunan Dewan Penguji
Ketua/ Pembimbing


Eli Nur Hayati, MPH., Ph. D., Psikolog
NIPM: 19660603 200508 011 0956982

Penguji I



Prof. Dr. M. Noor Rochman Hadjam, SU.
NIK: 340407 220450 0001

Penguji II



Dr. Nurul Hidayah, S.Psi., M.Si
NIDN: 19740627 200501 2001

Tesis Ini Telah Diterima dan Disahkan Sebagai Salah Satu
Persyaratan Memperoleh Gelar Magister Psikologi

Tanggal: 24 Januari 2024

Dekan



Eli Nur Hayati, MPH., Ph. D., Psikolog
NIPM: 19660603 200508 011 0956982

APPROVAL

MENTAL HEALTH PSYCHOEDUCATION TO INCREASE MENTAL HEALTH LITERACY IN INDONESIAN LANGUAGE AND LITERATURE EDUCATION STUDENTS MUHAMMADIYAH UNIVERSITY PURWOREJO

Prepared and Compiled by:

NURMILA HENDRAYANTI

1908044047

Has been defended before the Board of Examiners
On January 11, 2024

Composition of the Board of Examiners

Head/Supervisor



Eli Nur Hayati, MPH., Ph. D., Psikolog

NIPM: 19660603 200508 011 0956982

Examiner I



Prof. Dr. M. Noor Rochman Hadjam, SU.

NIK: 340407 220450 0001

This Thesis Has Been Accepted and
Validated as One requirements for
Obtaining a Master of Psychology
Degree

On: January 24, 2024

Dekan



Eli Nur Hayati, MPH., Ph. D., Psikolog

NIPM:196606032005080110956982

Pernyataan Tidak Plagiat

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nurmila Hendrayanti

NIM : 1908044047

Email : milahendrayanti@gmail.com

Program Studi : Magister Psikologi

Fakultas : Psikologi

Judul Tesis : Psikoedukasi Kesehatan Mental untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental pada Mahasiswa Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Muhammadiyah Purworejo

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah mendapatkan gelar keserjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian dan implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan di setujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan.

Yogyakarta, 25 Januari 2024
Yang Menyatakan



(Nurmila Hendrayanti)

Lampiran 2

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurmila Hendrayanti
NIM : 1908044047 Email : milahendrayanti@gmail.com
Fakultas : Psikologi Program Studi : Magister Psikologi
Judul tugas akhir : Psikoedukasi Kesehatan Mental untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Muhammadiyah Purworejo

Dengan ini saya menyerahkan hak *sepenuhnya* kepada Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut

Saya (**mengijinkan/tidak mengijinkan**)* karya tersebut diunggah ke dalam Repository Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 24 Januari 2024



Nurmila Hendrayanti

Mengetahui,
Pembimbing



Dra. Eli Nur Hayati, MPH., Ph. D., Psikolog

MOTO

Qul inna sholaatii wa nusuki wa mahyaaya wa mamaatii lillaahi robbil-‘alamiin
Katakanlah (Muhammad),”Sesungguhnya sholatku, ibadahku, hidupku, dan
matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan seluruh

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tesis ini saya persembahkan untuk ibuku tersayang (Rahimahullah), semoga Allah merahmati beliau. Terimakasih untuk bapak,kakak-kakak, keluarga besar dan sahabat terbaikku atas semua do'a, semangat, dukungan, perhatian, motivasi, serta cinta dan kasih sayang yang tak terhingga selama ini.

KATA PENGANTAR

Bismillaahirrahmaanirrahiim.

Assalamualaikum, Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahu wa ta'ala, karena berkat dan hidayah-Nya yang telah memberikan banyak kemudahan kepada penulis sehingga tesis ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam tercurah kepada Nabi Muhammad Shallallahu alaihi wasallam serta kesejahteraan, limpahan rahmat dan ampunan Allah terlimpah kepada keluarga, sahabat dan seluruh umatnya.

Selama menempuh pendidikan dan menyelesaikan tesis ini, penulis menyadari banyak bantuan dan dukungan dari berbagai pihak dalam sumbang saran pemikiran.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Muchlas, M.T., selaku Rektor Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, yang telah memberikan dukungan fasilitas dan sarana belajar kepada penulis selama menjadi mahasiswa di Universitas Ahmad Dahlan.
2. Ibu Dr. Nina Zulida Situmorang, M.Si, selaku Kepala Program Studi Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan .
3. Ibu Elli Nur Hayati, MPH., PhD., Psikolog, selaku pembimbing utama tesis yang telah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan dalam proses penyelesaian tesis ini.
4. Ibu Fuadah Fakhrudiana., S.Psi, M.Psi, selaku penanggung jawab sekretaris Program Studi Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan.
5. Pengelola Program Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan beserta para pengajar dan staf yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang memberikan kemudahan dan bantuan kepada penulis selama menempuh Program Magister Psikologi.
6. Ibu Dr. Umi Faizah, M.Pd, selaku Kaprodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Muhammadiyah Purworejo atas izin yang diberikan kepada penulis untuk melakukan penelitian.

7. Ibu Annisa Maimunah, S.Psi., M.Psi, Psikolog selaku Psikolog Rumah Sakit Nasional Diponegoro Semarang, yang telah membantu menjadi pemateri dalam pelaksanaan penelitian. Mahasiswa Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Muhammadiyah Purworejo, yang telah berpartisipasi dan meluangkan waktunya untuk menjadi subjek penelitian sehingga dapat berjalan dengan lancar.
8. Keluarga besar tersayang, ibu (Rahimahullah), bapak dan kakak-kakak, serta keluarga lainnya yang selalu mendukung dan memberikan semangat serta mendoakan dengan penuh keikhlasan yang tidak akan terbalas dan hanya terbalaskan dari Allah Subhanahu wa ta'ala.
9. Teman-teman kuliah di Magister Psikologi yang telah memberikan banyak inspirasi bagi penulis untuk kebersamaan yang sangat bermakna sehingga penulis dapat mengambil hikmah kejadian untuk mengembangkan diri lebih baik.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu atas doa, dukungan, dorongan, semangat dan bantuan yang telah diberikan.

Semoga Allah Subhanahu wa ta'ala yang akan membalas atas semua bantuan dan kebaikan dengan pahala serta limpahan rahmat dan hidayahNya. Semoga karya ini memberikan manfaat kepada pihak yang membutuhkan dan untuk pengembangan ilmu. Aamiin.

Alhamdulillahirabbil'alamin.

Wassalamu'alaikum, wr.wb.

Yogyakarta, Agustus 2023



Nurmila Hendrayanti., S.Psi

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
MOTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
PENDAHULUAN	1
METODE	10
Pendekatan/Desain penelitian	10
Subjek penelitian	10
Etika Penelitian	11
Metode Penelitian	12
Analisis Data	14
HASIL	16
DISKUSI	24
KESIMPULAN	27
DAFTAR PUSTAKA	29
LAMPIRAN	33

**PSIKOEDUKASI KESEHATAN MENTAL UNTUK MENINGKATKAN
LITERASI KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA
PENDIDIKAN BAHASA dan SASTRA INDONESIA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO**

Nurmila Hendrayanti
Magister Psikologi
Universitas Ahmad Dahlan

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas psikoedukasi kesehatan mental untuk meningkatkan literasi kesehatan mental pada mahasiswa Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Muhammadiyah Purworejo. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa semester awal sejumlah 20 orang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *eksperimen Pretest-Posttest Control Group Design*. Skala yang digunakan dalam penelitian yaitu *Mental Health Literacy Scale* (MHLS). Analisis data menggunakan statistik non parametrik Mann-Whitney U Test. Hasil analisis data berdasarkan uji beda Mann-Whitney U Test nilai Sig. (2-tailed) = 0,003 ($p < 0,01$) artinya sangat signifikan. Artinya ada perbedaan literasi kesehatan mental yang sangat signifikan antara kelompok subjek yang mendapatkan psikoedukasi dan kelompok kontrol (tanpa psikoedukasi). Kelompok subjek yang mendapatkan psikoedukasi memiliki literasi kesehatan mental yang lebih tinggi daripada kelompok kontrol (tanpa psikoedukasi). Kesimpulannya psikoedukasi efektif meningkatkan literasi kesehatan mental pada mahasiswa semester awal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Muhammadiyah Purworejo.

Kata Kunci : Literasi Kesehatan Mental, Psikoedukasi

**MENTAL HEALTH PYSCOEDUCATION
TO INCREASE MENTAL HEALTH LITERACY IN INDONESIAN LANGUAGE
AND LITERATURE EDUCATION STUDENTS
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY PURWOREJO**

Nurmila Hendrayanti
Master of Psychology
Ahmad Dahlan University

Abstract

This research aims to determine the effectiveness of mental health psychoeducation to increase mental health literacy in Indonesian Language and Literature Education students at Muhammadiyah University, Purworejo. The sample used was 20 first semester students. This research uses quantitative methods with an experimental research design Pretest-Posttest Control Group Design. The scale used in the research is the Mental Health Literacy Scale (MHLS). The analysis data used was the statistical non-parametric Mann-Whitney U Test. The results of data analysis are based on the Mann-Whitney U Test, Sig value. (2-tailed) = 0,003 ($p < 0,01$) meaning very significant. This means that there is a very significant difference in mental health literacy between the group of subjects who received psychoeducation and the control group (without psychoeducation). The group of subjects who received psychoeducation had higher mental health literacy than the control group (without psychoeducation). In conclusion, psychoeducation is effective in increasing mental health literacy in students in the first semester of Indonesian Language and Literature Education, Muhammadiyah University, Purworejo.

Key Words: Mental Health Literacy, Psychoeducation

