

GAMBARAN LITERASI KESEHATAN MENTAL

SISWA SMA NEGERI



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Oleh:

ANNISA SHOLIHA

1715140187

SKRIPSI

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan

Gelajar Sarjana Pendidikan

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2021

GAMBARAN LITERASI KESEHATAN MENTAL

SISWA SMA NEGERI 60 JAKARTA

Oleh

Annisa Sholiha

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran literasi kesehatan mental siswa SMA Negeri 60 Jakarta. Sampel penelitian berjumlah 317 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan metode survey. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Instrumen MHLQ (*Mental Health Literacy Questionnaire*). Hasil penelitian menunjukkan pada umumnya literasi kesehatan mental siswa SMA Negeri 60 Jakarta berada pada kategori tinggi dengan skor rerata sebesar 131. Sebanyak 270 siswa (85,2%) memiliki literasi kesehatan mental yang tinggi, terdapat 46 siswa (14,5%) memiliki literasi kesehatan mental sedang dan terdapat 1 siswa (0,3%) yang memiliki literasi kesehatan mental rendah. Aspek strategi pertolongan diri sendiri mendapat rerata paling tinggi sebesar 1342 sedangkan aspek keterampilan pertolongan pertama dan pencarian bantuan memiliki rerata terendah yaitu 1208. Aspek kepercayaan/streotipe yang salah memiliki rerata sebesar 1312.37, sementara aspek pengetahuan mendapat rerata sebesar 1221.46. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa mengetahui cara mencegah gangguan jiwa dan mampu mendeteksi gangguan secara dini, mampu memilih pencarian sumber bantuan yang tepat, mampu menyediakan sumber bantuan untuk membantu seseorang dan mampu melakukan strategi untuk pertolongan diri pada masalah kesehatan mental yang dialami.

Kata Kunci: Literasi Kesehatan Mental, Gangguan Jiwa, *MHLQ* dan Remaja

**DESCRIPTION OF THE MENTAL HEALTH LITERACY
OF STATE HIGH SCHOOL 60 JAKARTA**

By

Annisa Sholiha

ABSTRACT

This study aims to obtain an overview of the mental health literacy of SMA Negeri 60 Jakarta students. The research samples are 317 students. The sampling of this research is using random sampling technique. The method used is a quantitative approach with a survey method. Data was collected using the MHLQ (Mental Health Literacy Questionnaire) instrument. The results showed that most of the mental health literacy of SMA Negeri 60 Jakarta students were in the high category ($m=131$). A total of 270 students (85,2%) have a high level of self-care, there are 46 students (14,5%) and who have a moderate level of the mental health literacy, and there is 1 student (0,3%) who have low of the mental health literacy. The aspect of self-help strategies has the highest average ($m=1342$) while the aspect of first aid skills and help seeking has the lowest average ($m=1208$). The aspect of erroneous beliefs/stereotypes ($m=1312.37$) and the aspect of knowledge ($m=1221.46$). These results indicate that students know how to prevent mental disorders and are able to detect disorders early, are able to choose the right source of help, are able to provide sources of assistance to help someone and are able to carry out strategies for self-help on mental health problems experienced.

Keywords: Mental Health Literacy, Mental Disorders, MHLQ and Adolescents

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG
SKRIPSI**

Judul : Gambaran Literasi Kesehatan Mental Siswa SMA Negeri 60 Jakarta
Nama Mahasiswa : Annisa Sholiha
Nomor Registrasi : 1715140187
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Tanggal Ujian : 20 Agustus 2021

Pembimbing I


Dr. Eka Wahyuni, MAAPD.
NIP. 197309151999032003

Pembimbing II


Dr. Aip Badrujaman, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 197911292008121002

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof.Dr.Fahrurrozi, M.Pd* (Penanggung Jawab)		7 September 2021
Dr.Wirda Hanim, M.Psi** (Wakil Penanggung jawab)		7 September 2021
Dr.Happy Karlina Marjo, M.Pd.,Kons*** (Ketua Penguji)		3 September 2021
Dra. Michiko Mamesah, M.Psi**** (Anggota)		2 September 2021
Hilma Fitriyani,M.Pd**** (Anggota)		3 September 2021

Catatan:

* Dekan FIP

**Wakil Dekan I

***Koordinator Program Studi

****Dosen Penguji selain pembimbing dan Koordinator Program Studi

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Annisa Sholiha

No. Registrasi : 1715140187

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "**Gambaran Literasi Kesehatan Mental Siswa SMA Negeri Jakarta**" disusun dan diselesaikan oleh saya sendiri berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Juli 2021. Penelitian ini bukan duplikasi skripsi yang dibuat oleh pihak lain atau menjiplak karya tulis orang lain serta bukan terjemahan karya tulis orang lain. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan saya bersedia menerima sanksi sebagaimana aturan yang diberlakukan di Universitas Negeri Jakarta apabila saya terbukti melalukan pelanggaran etika akademik.

Jakarta, Juli 2021

Pembuat pernyataan,



Annisa Sholiha

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. Yang telah memberikan rahmat, taufik serta hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian ini. Proses penyusunan proposal penelitian ini tidak lepas dari dukungan serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan rasa terimakasih kepada:

Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNJ Yang telah memberikan izin untuk mengikuti Seminar Proposal Penelitian. Dr. Eka Wahyuni, MAAPD., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, saran, serta mengoreksi proposal penelitian ketika proses penyusunan. Dr. Aip Badrujaman, S.Pd.,M.Pd.,Dr. selaku Dosen Pembing Akademik yang telah memberikan saya arahan dan bimbingan. Dosen penguji yang telah memberikan masukan dan penilaian pada proposal penelitian. Keluarga yang tiada hentinya memenuhi fasilitas serta dukungan di setiap proses penelitian serta kepada seluruh pihak yang terlibat dalam proses penyusunan proposal penelitian ini.

Kepada diri saya sendiri karena telah berusaha semaksimal mungkin dalam penyelesaian penelitian dan penyusunan skripsi. Tidak lupa juga kepada orang terdekat, sahabat, serta teman-teman yang telah membantu proses pelaksanaan penelitian serta penyusunan skripsi.

Peneliti berharap semoga kelak skripsi ini dapat memberikan sumbangsih pengetahuan dalam disiplin ilmu khususnya bagi ilmu Bimbingan dan Konseling serta civitas akademika Universitas Negeri Jakarta. Terimakasih.

Jakarta, Agustus 2021



Pereliti

MOTO

“Laa Tahzan Inallaha Ma’ana”

Artinya : “Jangan Bersedih Sesungguhnya Allah Bersama Kita”
(QS. At-Taubah : 40)

“Tenang, Dunia akan baik-baik saja jika kamu bersama aku.”

-anonim-

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN		
PANITIA SIDANG SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GRAFIK	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	12
C. Pembatasan Masalah	12
D. Perumusan Masalah	13
E. Manfaat Penelitian	13
1. Teoritis	13
2. Praktis	14
BAB II KAJIAN TEORI	15
A. Literasi Kesehatan Mental	15

1.	Definisi Literasi Kesehatan Mental	15
2.	Komponen Literasi Kesehatan Mental	18
a.	Pengetahuan Cara Mencegah Gangguan Jiwa	18	
b.	Kemampuan Rekognisi Saat Gangguan Berkembang	18
c.	Pengetahuan Akan Pemilihan <i>Help Seeking</i> dan Penanganan yang Tersedia	19
d.	Pengetahuan Akan Stategi <i>Self-Help</i> Untuk Kasus yang Masih Ringan	20
e.	Kemampuan Pertolongan Pertama Untuk Membantu Seseorang Yang Sedang Berada Dalam Krisis Kesehatan Mental	21
3.	Faktor Literasi Kesehatan Mental	21
a.	Sikap Positif	22
b.	Pengalaman	22
c.	Pengetahuan	22
d.	Pengaruh Sosial	23
B.	Pengukuran Literasi Kesehatan Mental	23
C.	Hasil Penelitian Yang Relevan	25
D.	Kerangka Berfikir	26
BAB III	METODE PENELITIAN	30
A.	Tujuan Penelitian	30

B.	Tempat dan Waktu Penelitian	30
1.	Tempat Penelitian	30
2.	Waktu Penelitian	30
C.	Metode Penelitian	31
D.	Populasi dan Sampel	31
1.	Populasi	31
2.	Sampel	32
E.	Metode Pengumpulan Data	33
1.	Definisi Konseptual	35
2.	Definisi Operasional	35
F.	Langkah-langkah Adaptasi Instrumen	35
G.	Kisi-kisi Instrumen	38
H.	Teknik Analisis Data	40
I.	Prosedur Penelitian	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		44
A.	Deskripsi Data	44
1.	Deskripsi Data Responden	45
1)	Jenis Kelamin	45
2)	Usia	46
3)	Urutan Kelahiran	48
4)	Agama	49
5)	Suku	50

6) Kelas Angkatan	53
7) Kelas Sosial	54
8) Tingkat Pendidikan Ayah	55
9) Tingkat Pendidikan Ibu	57
10) Pengalaman	58
a) Memiliki Keluarga yang mengalami Gangguan Jiwa	59
b) Pengalaman tinggal di lingkungan yang terdapat orang dengan gangguan jiwa	60
11) Sumber Bantuan	61
2. Deskripsi Data Keseluruhan	63
3. Deskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin	65
4. Deskripsi Data Berdasarkan Usia	67
5. Deskripsi Data Berdasarkan Urutan Kelahiran	69
6. Deskripsi Data Berdasarkan Kelas Angkatan	71
7. Deskripsi Data Berdasarkan Kelas Sosial	73
8. Deskripsi Data Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ayah	75
9. Deskripsi Data Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu	77
10. Deskripsi Data Berdasarkan Pengalaman di Keluarga	79

11. Deskripsi Data Berdasarkan Pengalaman tinggal di lingkungan yang terdapat orang dengan gangguan jiwa	81
12. Deskripsi Data Berdasarkan Sumber Bantuan .	83
13. Deskripsi Data Per Aspek	85
1) Perbandingan Setiap Aspek Berdasarkan Jenis Kelamin	86
a. Pengetahuan	87
b. Kepercayaan/Streotipe yang salah	87
c. Ketrampilan Pertolongan Pertama dan Pencarian Bantuan.....	88
d. Strategi Pertolongan Diri Sendiri	89
B. Pembahasan Hasil Penelitian	89
C. Keterbatasan	100
BAB V KESIMPULAN	103
A. Kesimpulan	103
B. Implikasi	107
C. Saran	108
DAFTAR PUSTAKA	112

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1	Diagram Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Grafik 4.2	Diagram Reponden Berdasarkan Usia	48
Grafik 4.3	Diagram Responden Berdasarkan Urutan Kelahiran ..	49
Grafik 4.4	Diagram Responden Berdasarkan Agama	50
Grafik 4.5	Diagram Responden Berdasarkan Suku	52
Grafik 4.6	Diagram Responden Berdasarkan Kelas	54
Grafik 4.7	Diagram Responden Berasarkan Kelas Sosial	55
Grafik 4.8	Diagram Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ayah	57
Grafik 4.9	Diagram Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu	58
Grafik 4.10	Diagram Responden Berdasarkan Pengalaman memiliki keluarga yang mengalami gangguan jiwa	60
Grafik 4.11	Diagram Responden Berdasarkan pengalaman tinggal dengan orang yang mengalami gangguan jiwa di dalam satu lingkungan	61
Grafik 4.12	Diagram Responden Berdasarkan pencarian sumber bantuan	63
Grafik 4.13	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental SMAN 60 Jakarta	65

Grafik 4.14	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Jenis Kelamin	65
Grafik 4.15	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Jenis Kelamin	67
Grafik 4.16	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan Usia	68
Grafik 4.17	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Usia	69
Grafik 4.18	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan urutan Kelahiran	69
Grafik 4.19	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Urutan Kelahiran	71
Grafik 4.20	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan urutan Kelas angkatan	71
Grafik 4.21	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Kelas Angkatan	73
Grafik 4.22	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan urutan kelas sosial	73
Grafik 4.23	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Kelas Sosial	74
Grafik 4.24	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan Tingkat Pendidikan Ayah	75

Grafik 4.25	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ayah	76
Grafik 4.26	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan Tingkat Pendidikan Ibu	77
Grafik 4.27	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu	78
Grafik 4.28	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan Pengalaman di Keluarga	79
Grafik 4.29	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Pengalaman di Tingkat Keluarga	80
Grafik 4.30	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan pengalaman di Lingkungan	81
Grafik 4.31	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Pengalaman di Lingkungan Tempat Tinggal	82
Grafik 4.32	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan urutan kelas sosial	83
Grafik 4.33	Diagram Persentase Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Sumber Bantuan	85
Grafik 4.34	Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berasarkan Aspek .	86
Grafik 4.35	Pengetahuan Berdasarkan Jenis Kelamin	87

Grafik 4.36	Kepercayaan/sreotipe yang salah Berdasarkan Jenis Kelamin	
	Kelamin	88
Grafik 4.37	Keterampilan pertolongan pertama dan pencarian bantuan Berdasarkan Jenis Kelamin
	bantuan Berdasarkan Jenis Kelamin	89
Grafik 4.38	Strategi pertolongan diri sendiri Berdasarkan Jenis Kelamin	
	Kelamin	89

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Kisi-Kisi Instrumen Literasi Kesehatan Mental	122
Lampiran 2.	Instrumen untuk Siswa SMA Negeri 60 Jakarta	127
	BAGIAN 1	128
	BAGIAN 2	129
	BAGIAN 3	130
Lampiran 3.	Data Karakteristik Responden Secara Keseluruhan	131
Lampiran 4.	Data Hasil Penemuan Literasi Kesehatan Mental pada Siswa SMA Negeri 60 Jakarta	135
Lampiran 5.	Data Temuan Literasi Kesehatan Mental pada Siswa SMA Negeri 60 Jakarta	148

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Waktu Penelitian	31
Tabel 3.2	Populasi Penelitian	32
Tabel 3.3	Sampel Penelitian	33
Tabel 3.4	Kisi-kisi Instrumen	39
Tabel 3.5	Bobot Skala Nilai	40
Tabel 3.6	Kategorisasi Tingkat Literasi Kesehatan Mental	42
Tabel 4.1	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	...	46
Tabel 4.2	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	47
Tabel 4.3	Gambaran Responden Berdasarkan Urutan Kelahiran	.	48
Tabel 4.4	Gambaran Responden Berdasarkan Agama	49
Tabel 4.5	Gambaran Responden Berdasarkan Suku	51
Tabel 4.6	Gambaran Responden Berdasarkan Kelas Angkatan	.	53
Tabel 4.7	Gambaran Responden Berdasarkan Kelas Sosial	54
Tabel 4.8	Gambaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan		
	Ayah	56
Tabel 4.9	Gambaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan		
	Ibu	57
Tabel 4.10	Gambaran Responden Berdasarkan Pengalaman memiliki keluarga yang mengalami Gangguan Jiwa	59

Tabel 4.11	Gambaran Responden Berdasarkan Pengalaman tinggal di lingkungan yang terdapat orang dengan gangguan jiwa	60
Tabel 4.12	Gambaran Responden Berdasarkan pencarian sumber bantuan	61
Tabel 4.13	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental SMA Negeri 60 Jakarta	64
Tabel 4.14	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Jenis Kelamin	66
Tabel 4.15	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Usia	68
Tabel 4.16	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Urutan Kelahiran	70
Tabel 4.17	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Kelas Angkatan	72
Tabel 4.18	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Kelas Sosial	74
Tabel 4.19	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ayah	76
Tabel 4.20	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu	78

Tabel 4.21	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Pengalaman di Keluarga	80
Tabel 4.22	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Pengalaman di Lingkungan Tempat Tinggal	82
Tabel 4.23	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan Sumber Bantuan	84
Tabel 4.24	Data Keseluruhan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Berdasarkan aspek	86
Tabel 4.25	Data aspek berdasarkan jenis kelamin	86