

**PENERAPAN *MENTAL HEALTH AND HIGH SCHOOL*
CURRICULUM GUIDE UNTUK MENINGKATKAN LITERASI
KESEHATAN MENTAL SISWA MENENGAH ATAS DI JAKARTA**



**KHALIDA ZIA BR SIREGAR
1108821006**

Tesis yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Untuk Mendapatkan
Gelar Magister Pendidikan

**PROGRAM MAGISTER BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2024**

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I



Dr. Eka Wahyuni, MAAPD

Tanggal : 23 Juli 2024

Pembimbing II



Dr. Happy Karlina Marjo, M.PD., Kons

Tanggal : 23 Juli 2024

Dr. Murni Winarsih, S.Pd., M.Pd

(Ketua)¹



(tanda tangan)

30 Juli 2024

(tanggal)

Dr. Eka Wahyuni, MAAPD

(Koordinator Prodi)²



(tanda tangan)

23 Juli 2024

(tanggal)

Nama : Khalida Zia Br Siregar

Nim : 1108821006




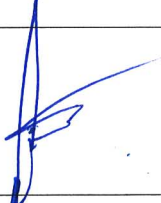
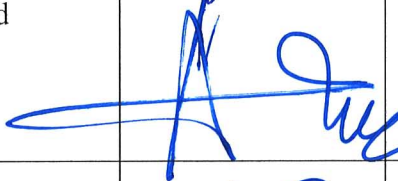

Tanggal Lulus : 19 Juli 2024

Angkatan : 2021

1. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Prodi Studi Bimbingan dan Konseling Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

HALAMAN PENGESAHAN PERBAIKAN UJIAN TESIS

Judul : Penerapan *Mental Health and High School Curriculum Guide* Untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Siswa Menengah Atas di Jakarta
Nama : Khalida Zia Br Siregar
No. Registrasi : 1108821006
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Dr. Eka Wahyuni, S.Pd., MAAPD NIP. 197309151999032003 (Koordinator Program Studi)		23 Juli 2024
2.	Dr. Eka Wahyuni, MAAPD NIP. 197309151999032003 (Pembimbing I)		23 Juli 2024
3.	Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons NIP. 197908192005012002 (Pembimbing II)		23 Juli 2024
4.	Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons NIP. 1972112311998022001 (Ketua Penguji)		30 Juli 2024
5.	Prof. Dr. Awaludin Tjalla, M. Pd NIP. 196011121985031001 (Penguji II)		22 Juli 2024
6.	Dr. Wirda Hanim, M. Psi NIP. 196203101986022001 (Penguji II)		23 Juli 2024

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Khalida Zia Br Siregar
No Registrasi : 1108821006
Tempat Tanggal Lahir : Medan, 26 Desember 1993
Program : Magister
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “Penerapan *Mental Health And High School Curriculum Guide* Untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Siswa Menengah Atas Di Jakarta” merupakan karya sendiri tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikuti maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila ditemukan hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 15 Juni 2024
Yang menyatakan,



Khalida Zia Br Siregar
No. Reg. 1108821006



SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Khalida Zia Br Siregar
No Registrasi : 1108821006
Tempat Tanggal Lahir : Medan, 26 Desember 1993
Program : Magister
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “Penerapan *Mental Health And High School Curriculum Guide* Untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Siswa Menengah Atas Di Jakarta” merupakan karya sendiri tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikuti maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila ditemukan hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 15 Juni 2024
Yang menyatakan

Khalida Zia Br Siregar
No. Reg. 1108821006

PERNYATAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khalida Zia Br Sitregar

No Registrasi : 1108821006

Menyatakan bahwa saya telah mempublikasikan hasil penelitian tesis saya sebagai berikut:

1. KZB Siregar, E Wahyuni, HK Marjo (2024). [Literature Review: Intervensi untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental](http://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/view/6133). G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling. Volume 8, Nomor 3, Bulan Agustus, Tahun 2024. <http://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/view/6133>

Jakarta, 15 Juni 2024
Yang menyatakan

Khalida Zia Br Siregar
No. Reg. 1108821006



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Khalida Zia Br Siregar
NIM : 1108821006
Fakultas/Prodi : Pendidikan Bimbingan dan Konseling
Alamat email : khalidasiregar26@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Penerapan Mental Health and High School Curriculum Guide

untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Siswa

Menengah Atas di Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta , 1 Agustus 2024

Penulis

khalida

(Khalida Zia Br Siregar)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa, atas berkat rahmat, nikmat serta kemudahan yang telah diberikan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini sebagai prasyarat kelulusan untuk memperoleh gelar magister pendidikan di Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti menyadari terselesainya tesis ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati peneliti ingin menghaturkan rasa terimakasih kepada :

1. Khalida Zia Br Siregar, S.Pd., Gr selaku peneliti yang sudah bertahan sejauh ini untuk menyelesaikan penelitian ini.
2. Dr. Eka Wahyuni, MAAPD selaku Koordinator Program Magister Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta sekaligus Dosen Pembimbing utama yang telah banyak memberikan arahan serta masukan dalam menyusun tesis ini.
3. Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons selaku Dosen Pendamping yang telah memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan tesis ini.
4. Dr. Mirza Irawan, S.Pd, M.Pd., Kons selaku Dosen yang membantu peneliti dalam melakukan penilaian ahli terhadap Modul literasi Kesehatan Mental dan RPL
5. Alm. Mangalihon Siregar selaku orang tua yang semasa hidupnya banyak memotivasi peneliti untuk terus fokus pada pendidikan yang dijalani, walaupun beliau tidak sempat untuk melihat peneliti menamatkan pendidikan S2 ini.
6. Nuraini Sembiring selaku orangtua yang banyak memotivasi peneliti dan alasan peneliti untuk terus belajar dan berproses menyelesaikan tesis yang sedang ditulis.
7. Abang peneliti Muhammad Iqbal Siregar dan Kakak peneliti Justitia Siregar yang selalu mendengarkan keluh kesah peneliti dalam menyelesaikan penulisan tesis ini, terima kasih banyak atas waktunya.
8. Drs. Amirsyah, MM selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 19 Jakarta

9. Peserta didik kelas X SMA Negeri 19 Jakarta
10. Seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti baik secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penyelesaian tesis ini maupun selama menjalankan studi di Program Magister Bimbingan Konseling Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti menyadari tesis ini jauh dari kata sempurna oleh karena itu kritik dan saran yang membangun peneliti harapkan untuk kesempurnaan tesis ini dan semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi pembaca semua.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Jakarta, 3 Juni 2024

Peneliti

Khalida Zia Br Siregar

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
ABSTRAK	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
PERNYATAAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Pembatasan Masalah	5
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian	5
E. Kebaruan Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORITIS	
A. Landasan Teori	7
1. Literasi Kesehatan Mental	7
a) Definisi Literasi Kesehatan Mental	7
b) Dimensi Literasi Kesehatan Mental	8
2. Jenis – Jenis Pengembangan Program Literasi Kesehatan Mental	12
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	14
B. Waktu dan Tempat Penelitian	14
1. Tempat Penelitian	14
2. Waktu Penelitian	14
C. Desain Penelitian	15
1. Subject Penelitian	16
2. Teknik Pengumpulan Data	16
3. Langkah – Langkah Penelitian	17

4. Teknik Analisis Data`	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	31
B. Pembahasan Hasil Penelitian	37
C. Keterbatasan Penelitian	39
BAB V KESIMPILAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	
A. Kesimpulan	40
B. Implikasi	41
C. Rekomendasi	41
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN	46
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	78

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rencana Pelaksanaan Penelitian	16
Tabel 3.2 Metode Penelitian	17
Tabel 3.3 Kisi – Kisi Instrumen <i>Mental Health Literacy Questionnaire</i>	19
Tabel 3.4 Pilihan Jawaban	20
Tabel 3.5 Panduan Literasi Kesehatan Mental	21
Tabel 3.6 Angket Uji Ahli / Expert Judgment	26
Tabel 3.7 Kesesuaian Modul dan RPL BK	27
Tabel 3.8 Perbaikan Pernyataan Instrumen	29
Tabel 4.1 Hasil <i>Pretest</i>	32
Tabel 4.2 Hasil <i>Posttest</i>	33
Tabel 4.3 Hasil Analisis Angket Kepuasan Siswa	34
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas	37
Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas	37
Tabel 4.7 Independent Sample Test	38
Tabel 4.8 Group Statistics	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	46
Lampiran 2 Surat Keterangan Izin Penelitian	47
Lampiran 3 Instrumen Mental Health Literacy Questinnaire (MHLQ)	48
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	50
Lampiran 5 Surat Permohonan Judgment Ahli	55
Lampiran 6 Instrumen Penilaian Judgment Ahli	56
Lampiran 7 Hasil penilaian Judgement Ahli	58
Lampiran 8 Mental Health and High School Curriculum Guide	59
Lampiran 9 Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling Topik Literasi Kesehatan Mental	59
Lampiran 10 Tabulasi Hasil Pretest (Kelas Eksperimen)	60
Lampiran 11 Tabulasi Hasil Posttest (Kelas Eksperimen)	62
Lampiran 12 Tabulasi Hasil Pretest (Kelas Kontrol)	64
Lampiran 13 Tabulasi Hasil Posttest (Kelas Kontrol)	66
Lampiran 14 Dokumentasi Kegiatan	68
Lampiran 15 Kuisisioner Kepuasan Siswa	73
Lampiran 16 Instrumen Observasi Kelas	76
Lampiran 17 Daftar Riwayat Hidup	78