

**MANAGEMENT of STUDENT MENTAL HEALTH
PROGRAMS at ZHEJIANG UNIVERSITY CHINA**



Oleh:

LI ZIWEN

1111824063

TESIS

**Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan**

**PROGRAM PASCASARJANA MANAJEMEN PENDIDIKAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2026**

**MANAGEMENT of STUDENT MENTAL HEALTH
PROGRAMS at ZHEJIANG UNIVERSITY CHINA**



Oleh:

LI ZIWEN

1111824063

TESIS

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan

**PROGRAM PASCASARJANA MANAJEMEN PENDIDIKAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2026**



Intelligentia - Dignitas

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING DIPERSYARATKAN UNTUK
YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I  Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D Tanggal: <u>20-8-2026</u>	Pembimbing II  Dr. Muh. Takdir. M.Pd Tanggal: <u>19-8-2026</u>								
Nama Dr. Aip Badrujaman, M.Pd (Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan)¹ Winda Dewi Listyasari, S.Pd., M.Pd., Ph.D (Koordinator Program Studi)²	<table style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 60%;">Tanda Tangan</td> <td style="width: 40%;">Tanggal</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;">  </td> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;"> <u>21-8-26</u> </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;">  </td> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;"> <u>18-8-26</u> </td> </tr> </table>	Tanda Tangan	Tanggal		<u>21-8-26</u>		<u>18-8-26</u>		
Tanda Tangan	Tanggal								
	<u>21-8-26</u>								
	<u>18-8-26</u>								
<table style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 30%;">Nama</td> <td>: Li Ziwen</td> </tr> <tr> <td>NIM</td> <td>: 1111824063</td> </tr> <tr> <td>Tanggal lulus</td> <td>: 20 Juli 2026</td> </tr> <tr> <td>Angkatan</td> <td>: 2024</td> </tr> </table>		Nama	: Li Ziwen	NIM	: 1111824063	Tanggal lulus	: 20 Juli 2026	Angkatan	: 2024
Nama	: Li Ziwen								
NIM	: 1111824063								
Tanggal lulus	: 20 Juli 2026								
Angkatan	: 2024								

¹ Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

² Koordinator Program Studi Manajemen Pendidikan

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK SEMINAR PROPOSAL**

Pembimbing I



Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D

Tanggal : 19/8/2026

Pembimbing II



Dr. Muh. Takdir. M.Pd

Tanggal : 19/8/2026

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Manajemen Pendidikan



Winda Dewi Listyasari, M.Pd., Ph.D

Tanggal : 18/8/2026

Nama : Li Ziwen
NIM : 1111824063
Angkatan : 2024

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK SIDANG TESIS**

Pembimbing I



Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D

Tanggal : 19/8/2026

Pembimbing II



Dr. Muh. Takdir. M.Pd

Tanggal : 19/8/2026

Mengetahui,
Koordinator Program Studi
Magister Manajemen Pendidikan



(Winda Dewi Listyasari, M. Pd, Ph. D)

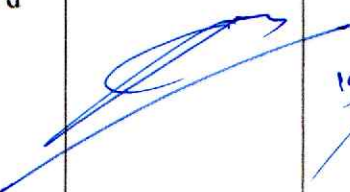
Tanggal : 19/8/2026

Nama : Li Ziwen
NIM : 1111824063
Program Studi : S2 Manajemen Pendidikan

1. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Program Studi Manajemen Pendidikan

BUKTI PENGESAHAN PERBAIKAN UJIAN TESIS

Nama : Li Ziwen
No. Registrasi : 1111824063
Program Studi : Magister Manajemen Pendidikan

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Winda Dewi Listyasari, M.Pd. Ph.D (Koordinator Program Studi)		18/8 - 2026
2	Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D (Pembimbing I)		30 Juli 2026
3	Dr. Muh. Takdir. M.Pd (Pembimbing II)		04 August 2026
4	Dr. Linda Ika Mayasari, M.Pd (Penguji I)		18/8 - 2026
5	Dr. Kamaludin, S.Pd.I., M.Pd (Penguji II)		19/8 - 2026 08



Intelligentia - Dignitas

MANAGEMENT of STUDENT MENTAL HEALTH PROGRAMS at ZHEJIANG UNIVERSITY CHINA

Li Ziwen

Jl. R.Mangun Muka Raya, RT. 11/RW.14, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota
Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13220

li.ziwen@mhs.unj.ac.id

ABSTRAK

Tesis magister dari Universitas Negeri Jakarta ini mengambil Universitas Zhejiang sebagai studi kasus, dengan menggunakan metodologi studi kasus kualitatif yang melibatkan kuesioner, wawancara, observasi lapangan, dan analisis dokumen untuk mengkaji pengelolaan kelembagaan program kesehatan mental mahasiswa. Penelitian ini menemukan bahwa Universitas Zhejiang (ZJU) memiliki sistem dukungan psikologis yang matang dan mendapat pengakuan tinggi dari mahasiswa, yang ditandai dengan adanya konselor profesional, kerahasiaan yang ketat, serta fasilitas yang lengkap. Tantangan utama meliputi daftar tunggu yang panjang, koordinasi antardepartemen yang lemah, partisipasi proaktif mahasiswa yang rendah, serta stigma kesehatan mental yang masih melekat. Saran-saran yang ditargetkan mengenai penyebaran informasi, kapasitas layanan, kolaborasi lintas unit, kegiatan pencegahan, pengurangan stigma, dan evaluasi berkala diajukan. Studi ini memperkaya penelitian empiris mengenai tata kelola kesehatan mental di pendidikan tinggi dan menawarkan referensi praktis bagi universitas di seluruh dunia.

Kata kunci: Kesehatan Mental Mahasiswa, Program Kesehatan Mental, Manajemen Kelembagaan, Dukungan Psikologis, Pendidikan Tinggi, Layanan Kesehatan Mental.

MANAGEMENT of STUDENT MENTAL HEALTH PROGRAMS at ZHEJIANG UNIVERSITY CHINA

Li Ziwen

Jl. R.Mangun Muka Raya, RT. 11/RW.14, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota
Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13220

Li ziwen@mhs.unj.ac.id

ABSTRACT

This master's thesis from Universitas Negeri Jakarta takes Zhejiang University as a case study, adopting qualitative case study methodology with questionnaires, interviews, field observation and document analysis to explore the institutional management of university student mental health programs. The research finds ZJU has a mature psychological support system with high student recognition, featuring professional counselors, strict confidentiality and complete facilities. Key challenges include long waiting lists, weak inter-department coordination, low proactive student participation and persistent mental health stigma. Targeted suggestions on information dissemination, service capacity, cross-unit collaboration, preventive activities, stigma reduction and regular evaluation are put forward. This study enriches empirical research on higher education mental health governance and offers practical references for universities globally.

Keywords: *Student Mental Health; Mental Health Programs; Institutional Management; Psychological Support; Higher Education; Mental Health Services*

STATEMENT OF ORIGINALITY

I, the undersigned : Li Ziwen
Name : Li Ziwen
Student ID (NIM) : 1111824063
Study Program : Educational Management
Place/date of birth : Shandong Province, China/25 July 1999
Degree Level : S2
University : Universitas Negeri Jakarta (UNJ)

Hereby declare that the Thesis/Dissertation entitled: MANAGEMENT of STUDENT MENTAL HEALTH PROGRAMS at ZHEJIANG UNIVERSITY CHINA is entirely my own original work. It has not been submitted previously, in whole or in part, to obtain any academic degree at any university or institution.

I also declare that all sources of information and references used in this thesis/dissertation have been properly acknowledged in accordance with academic writing standards and ethical guidelines applicable at Universitas Negeri Jakarta.

If in the future this work is proven to contain plagiarism or academic misconduct, I am willing to accept any sanctions in accordance with the academic regulations of Universitas Negeri Jakarta.

This statement is made truthfully and without any coercion.

Jakarta, 13 Augst 2026

李紫雯



2026年8月13日

NIM: 1111824063



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : Li Ziwen
NIM : 1111824063
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan/S-2 Educational Management
Alamat email : 18364899497@163.com

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

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

yang berjudul :

MANAGEMENT OF STUDENT MENTAL HEALTH PROGRAMS AT ZHEJIANG UNIVERSITY CHINA

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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 August 26, 2026

Penulis

Li Ziwen

(李紫雯)

nama dan tanda tangan



Intelligentia - Dignitas

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas rahmat, hidayah, serta karunianya karena saya dapat menyelesaikan Tesis penelitian dengan judul **“Efektivitas Penggunaan Media Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Footwork Bulutangkis Pada Ekstrakurikuler SMP Yakobus”**. Shalawat serta salam tak lupa kami sampaikan kepada junjungan kita nabi Muhammad SAW, yang telah membawa dari zaman kegelapan hingga zaman terang benderang, yang telah membawa peralihan dari zaman kejahiliyah ke zaman transformasi islam yang membimbing umat dengan ajaran-ajaran yang penuh hikmah dan cahaya.

Untuk itu dalam kesempatan ini, perkenankan peneliti menyampaikan rasa hormat serta ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada :

1. Dr. Aip Badrujaman, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberikan dukungan, fasilitas, serta kesempatan kepada penulis untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di lingkungan Universitas Negeri Jakarta.
2. Winda Dewi Listyasari, M.Pd., Ph.D., selaku Koordinator Program Studi, yang telah memberikan arahan dan perhatian selama penulis menjalani proses pendidikan serta memberikan dukungan dalam penyelesaian tesis ini.
3. Dr. Karta Sasmita, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing I, yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan, arahan, koreksi, dan pemikiran yang sangat membantu penulis dalam menyusun serta menyelesaikan tesis ini.
4. Dr. Muh. Takdir, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing II, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan, saran, dan pendampingan selama proses penelitian dan penyusunan tesis. Berbagai arahan yang diberikan menjadi bagian penting dalam penyempurnaan penelitian ini.
5. Dr. Linda Ika Mayasari, M.Pd dan Dr. Kamaludin, S.Pd.I., M.Pd, selaku Dosen Penguji, yang telah memberikan penilaian, pertanyaan, kritik, serta saran yang membangun. Masukan tersebut sangat bermanfaat bagi penulis untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas tesis ini.
6. Penulis juga menyampaikan rasa terima kasih kepada seluruh dosen dan tenaga kependidikan yang telah memberikan ilmu, pelayanan, serta bantuan selama penulis mengikuti proses pendidikan. Pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh selama masa studi menjadi bekal yang berharga bagi penulis.
7. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada keluarga tercinta atas doa, kasih sayang, perhatian, dan dukungan yang senantiasa diberikan. Dukungan keluarga

menjadi salah satu sumber kekuatan bagi penulis dalam menghadapi berbagai proses dan tantangan selama menyelesaikan pendidikan.

8. Penulis juga berterima kasih kepada teman-teman dan rekan mahasiswa yang telah menemani perjalanan akademik ini. Kebersamaan, komunikasi, pertukaran informasi, dan bantuan yang diberikan selama masa studi telah memberikan pengalaman yang bermakna bagi penulis.

9. Terakhir, penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penelitian, pengumpulan data, penyusunan, hingga penyelesaian tesis ini. Penulis menyadari bahwa tidak semua pihak dapat disebutkan satu per satu, namun setiap bentuk bantuan dan dukungan yang diberikan memiliki arti yang penting bagi terselesaikannya penelitian ini. Dalam penulisan tesis ini yang berjudul **“Manajemen Program Kesehatan Mental Mahasiswa di Zhejiang University, Tiongkok”**, penulis berupaya untuk menyajikan hasil penelitian yang dapat memberikan gambaran mengenai pelaksanaan pelatihan klub bulu tangkis di kedua negara. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan bagi pengembangan sistem pembinaan dan pelatihan bulu tangkis, khususnya bagi klub, pelatih, maupun pihak-pihak yang berkaitan dengan pembinaan atlet.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna dan masih terdapat kekurangan dalam proses maupun hasil penelitian. Oleh sebab itu, penulis dengan terbuka menerima kritik dan saran yang bersifat membangun sebagai bahan untuk memperbaiki dan mengembangkan penelitian pada masa yang akan datang. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta menjadi salah satu sumber informasi yang dapat digunakan dalam pengembangan penelitian dan praktik pelatihan bulu tangkis, baik di Tiongkok maupun di Indonesia.

Jakarta, 12 August 2026

Penulis



Intelligentia - Dignitas

TABLE OF CONTENT

TABLE OF CONTENT.....	ii
LIST OF TABLE.....	iii
CHAPTER I	1
INTRODUCTION	1
1.1. Background of the Problem	1
1.2. Research Limitations	8
1.3. Research Problems	10
1.4. Research Objectives	10
1.5. State of the Art	13
1.6. Road Map	15
CHAPTER II	20
LITERATURE STUDY	20
2.1. Theoretical Study	20
2.1.1. Student Mental Health In Higher Education	22
2.1.1.1. Introduction	22
2.1.1.2. Prevalence of Mental Health Problems Among University Students	23
2.1.1.3. Global Prevalence of Mental Health Problems	23
2.1.1.4. Prevalence of Depression and Anxiety	24
2.1.1.5. Stress, Burnout, and Emotional Exhaustion	25
2.1.1.6. Loneliness and Social Isolation	25
2.1.1.7. Sleep Problems and Co-Occurring Conditions	26
2.1.1.8. Demographic and Sociocultural Variations	26
2.1.1.9. Trends Over Time and Post-Pandemic Context	28
2.1.1.10. Academic Stress and Learning Environment	28
2.1.1.11. Concept and Sources of Academic Stress	29
2.1.1.12. Relationship Between Academic Stress and Mental Health	29
2.1.1.13. Learning Environment and Teaching Practices	30
2.1.1.14. Competitive Academic Culture	30
2.1.1.15. Faculty–Student Relationships	31
2.1.1.16. Online and Hybrid Learning Environments	31
2.1.1.17. Academic Stress, Burnout, and Academic Outcomes	32
2.1.1.18. Social Factors, Loneliness, and Campus Life	32
2.1.1.19. Social Transition and Adjustment to University Life	33
2.1.1.20. Loneliness as a Mental Health Risk Factor	33
2.1.1.21. Peer Relationships and Social Support	34
2.1.1.22. Campus Climate and Sense of Belonging	34
2.1.1.23. Extracurricular Activities and Student Engagement	35
2.1.1.24. Digital Social Interaction and Online Communities	35
2.1.1.25. Cultural and Individual Differences in Social Experiences	36
2.1.1.26. Lifestyle and Individual Factors	36
2.1.1.27. Sleep Patterns and Mental Health	37

2.1.1.28.	Physical Activity and Health Behaviors	37
2.1.1.29.	Digital Media Use and Screen Time	38
2.1.1.30.	Psychological Resilience and Coping Skills	38
2.1.1.31.	Self-Efficacy, Motivation, and Personality Traits	39
2.1.1.32.	Mental Health Literacy and Help-Seeking Behavior	39
2.1.1.33.	Interaction Between Lifestyle and Institutional Context .	40
2.1.1.34.	Institutional Responsibility and Support Systems	40
2.1.1.35.	Universities as Mental Health–Promoting Institutions	41
2.1.1.36.	Mental Health Policies and Governance Structures	41
2.1.1.37.	Counseling Centers and Professional Support Services ...	42
2.1.1.38.	Role of Faculty and Academic Staff.....	42
2.1.1.39.	Student Affairs and Non-Clinical Support Services	43
2.1.1.40.	Early Identification and Crisis Intervention Systems	43
2.1.1.41.	Campus Culture, Stigma Reduction, and Inclusivity	43
2.1.1.42.	Digital Infrastructure and Support Innovations	44
2.1.1.43.	Evaluation, Quality Assurance, and Sustainability	44
2.1.1.44.	Interventions and Emerging Trends	45
	In the past five years, research on mental health interventions in higher education has expanded significantly. Evidence supports the effectiveness of psychosocial interventions such as cognitive-behavioral strategies, mindfulness-based programs, resilience training, and peer support initiatives in reducing symptoms of anxiety and depression among students (Sun et al., 2024).....	45
	Digital mental health interventions have also gained prominence, particularly following the COVID-19 pandemic. Online counseling, mobile mental health applications, and digital self-help tools offer scalable and accessible options for student support. While these innovations show promise, recent studies emphasize the need for careful integration with existing services and robust evaluation to ensure effectiveness and ethical use.....	45
2.1.1.45.	Preventive and Promotion-Based Interventions	45
2.1.1.46.	Counseling and Psychological Services	46
2.1.1.47.	Peer Support and Community-Based Interventions	46
2.1.1.48.	Digital and Technology-Based Interventions	47
2.1.1.49.	Data-Driven and Early Warning Systems	48
2.1.1.50.	Institutional and Policy-Level Interventions	48
2.1.1.51.	Future Directions and Challenges	48
2.1.1.52.	Management of Student Mental Health	49
2.1.1.53.	Conceptual Framework of Student Mental Health Management	49
2.1.1.54.	Planning and Policy Development	50
2.1.1.55.	Organization and Resource Allocation	50
2.1.1.56.	Implementation of Mental Health Programs	51
2.1.1.57.	Monitoring, Evaluation, and Quality Assurance	51
2.1.1.57.	Challenges in Managing Student Mental Health	52
2.1.1.58.	Implications for Higher Education Institutions	52
CHAPTER III		54

RESEARCH METHOD	54
3.1. Type of Research	54
3.2. Time and Place Research	56
3.3. Design Research	57
3.4. Population	60
3.5. Data Collection Techniques	62
3.6. Development of Research Instruments	65
3.7. Data Analysis Techniques	69
CHAPTER IV	74
RESEARCH RESULTS AND FINDINGS	74
4.1. Research Findings	74
4.1.1. Findings by Indicator	75
4.1.2. General Finding	77
4.1.3. Awareness and Information Management	79
4.1.4. Accessibility and Service Delivery Management	80
4.1.5. Professionalism and Confidentiality Management	81
4.1.6. Program Management and Organizational Coordination	82
4.1.7. Program Effectiveness and Student Engagement	83
4.1.8. Stigma and Help-Seeking Behavior	84
4.2. Discussion	85
CHAPTER V	87
CONCLUSION, AND RECOMMENDATIONS	87
5.1. Conclusion	87
5.2. Recommendations	96
5.2.1. Strengthening Communication and Information Dissemination	96
5.2.2. Improving Service Timeliness and Capacity	96
5.2.3. Enhancing Student Engagement	97
5.2.4. Strengthening Coordination Across Institutional Units	97
5.2.5. Reducing Mental Health Stigma	98
5.2.6. Developing Monitoring and Evaluation Systems	98
5.2.7. Promoting Preventive Approaches	99
REFERENCES	100
APPENDIX	103

LIST OF TABLE

Table 1.1 State of the Art.....	14
---------------------------------	----



Intelligentia - Dignitas