



**PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL DAN DUKUNGAN  
SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP *SELF*-DIAGNOSIS KESEHATAN  
MENTAL**

**SKRIPSI**

**NURUL FAIZA AMALIA**

**46120010089**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**JAKARTA**

**2024**



**PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL DAN DUKUNGAN  
SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP *SELF*-DIAGNOSIS KESEHATAN  
MENTAL**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program  
Sarjana (S-1) pada Program Studi Psikologi**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

**NURUL FAIZA AMALIA**

**46120010089**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**JAKARTA**

**2024**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurul Faiza Amalia  
NIM : 46120010089  
Program Studi : S1 Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh Literasi Kesehatan Mental dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Self-Diagnosis* Kesehatan Mental

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.



Jakarta, 22 Februari 2024



Nurul Faiza Amalia

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Nurul Faiza Amalia  
NIM : 46120010089  
Program Studi : S1 Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh Literasi Kesehatan Mental dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Self-Diagnosis* Kesehatan Mental

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

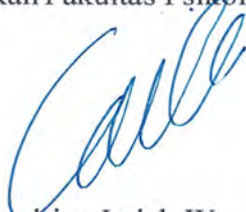
Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Dearly, M.Psi. Psikolog. (  )  
NIDN : 0302038003  
Ketua Penguji : Popi Avati, M.Psi., Psikolog. (  )  
NIDN : 0315028801  
Penguji 1 : Riblita Damayanti, M.Psi., Psikolog. (  )  
NIDN : 0328128702

Jakarta, 7 Februaari 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliandriye Indah Wardani, M.Psi., Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog.

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Program Pascasarjana Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, M.Psi., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog. selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
4. Ibu Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan banyak saran, arahan, dukungan, dan waktu untuk memberikan bimbingan selama proses penyusunan skripsi ini
5. Ibu Popi Avati, M.Psi., Psikolog. dan Ibu Riblita Damayanti, M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Kepada Mamah dan Papah yang selalu memberikan dukungan serta doa selama proses menempuh pendidikan psikologi
7. Firhan dan Kamil selaku kakak dan adik yang sudah menghibur dan menyemangati selama proses menyusun skripsi
8. Kepada diri saya sendiri yang telah berjuang dari rasa malas untuk mengerjakan tugas akhir ini
9. Perpustakaan Nasional Republik Indonesia yang sudah memberikan tempat yang nyaman untuk proses penyusunan skripsi
10. Teman-teman NKRI (Kevin, Rahma, Igan, Nasrin, Disa) yang sudah membantu dalam proses pengambilan data skripsi dan menghibur selama penyusunan skripsi, terima kasih *guys!*
11. Teman-teman bimbingan bersama yang saling memberikan semangat dan dukungan
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah mendukung dan selalu memotivasi peneliti selama masa perkuliahan hingga terselesainya skripsi

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembang ilmu.

Jakarta, 7 Februari 2024

Penulis



## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurul Faiza Amalia  
NIM : 46120010089  
Program Studi : S1 Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh Literasi Kesehatan Mental dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Self-Diagnosis* Kesehatan Mental

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*). Merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 22 Februari 2024

Yang menyatakan,



Nurul Faiza Amalia

## ABSTRAK

Nama : Nurul Faiza Amalia  
NIM : 46120010089  
Program Studi : Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana  
Judul Skripsi : Pengaruh Literasi Kesehatan Mental dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Self-Diagnosis* Kesehatan Mental  
Pembimbing : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh literasi kesehatan mental dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *self-diagnosis* kesehatan mental dengan subjek *followers* Instagram @studiodjiwa, @socialconnect.id, dan @psycircle.id. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan analisis regresi linear berganda yang dibantu oleh SPSS versi 25. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling* dan memperoleh sampel sebanyak 437 responden. Pengukuran *self-diagnosis* menggunakan instrumen *Identification of Having a Mental Illnes (SELF-I) Scale* dari Schomerus *et al.* (2019). Literasi kesehatan mental menggunakan *Mental Health Literacy Scale* dari Jung, *et al.* (2016). Dukungan sosial teman sebaya dari Zimet, *et al.* (1988) *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara literasi kesehatan mental dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *self-diagnosis* baik secara parsial maupun secara bersama-sama dengan nilai koefisien determinasi sebesar 12,7% pada literasi kesehatan mental terhadap *self-diagnosis*, 2,4% pada dukungan sosial teman sebaya, dan 13% pada literasi kesehatan mental dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *self-diagnosis* kesehatan mental.

**Kata Kunci:** *Self-diagnosis*, literasi kesehatan mental, dukungan sosial teman sebaya.



## **ABSTRACT**

*Name* : Nurul Faiza Amalia

*NIM* : 46120010089

*Study Program* : Psychology Program at Mercu Buana University

*Title of Thesis Report* : *The Influence of Mental Health Literacy and Peer Social Support on Self-Diagnosis of Mental Health*

*Counsellor* : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog.

*This research aims to examine the influence of mental health literacy and peer social support on self-diagnosis of mental health among followers of Instagram accounts @studiodjiwa, @socialconnect.id, and @psycircle.id. The research employed a quantitative method with multiple linear regression analysis assisted by SPSS version 25. The sample was obtained using accidental sampling technique, resulting in 437 respondents. Self-diagnosis was measured using the Identification of Having a Mental Illness (SELF-I) Scale by Schomerus et al. (2019). Mental health literacy was assessed using the Mental Health Literacy Scale by Jung et al. (2016), and peer social support was measured using Zimet et al.'s (1988) Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). The research findings demonstrate a significant positive influence of both mental health literacy and peer social support on self-diagnosis, both partially and collectively, with a coefficient of determination of 12.7% for mental health literacy, 2.4% for peer social support, and 13% for the combined effect of mental health literacy and peer social support on self-diagnosis mental health.*

*Keywords: Self-diagnosis, mental health literacy, peer social support.*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	8
1.4.2 Manfaat Praktis .....	8
<b>BAB II</b> .....	<b>9</b>
<b>LANDASAN TEORI</b> .....	<b>9</b>
2.1 <i>Self-Diagnosis</i> .....	9
2.1.1 Pengertian <i>Self-Diagnosis</i> .....	9
2.1.2 Dampak <i>Self-Diagnosis</i> .....	10
2.2 Literasi Kesehatan Mental.....	11
2.2.1 Pengertian Literasi Kesehatan Mental .....	11
2.2.2 Dimensi/Indikator Literasi Kesehatan Mental.....	12
2.3 Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	13

2.3.1 Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	13
2.3.2 Dimensi Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	14
2.4 Peneliti Terdahulu .....	15
2.5 Dinamika Penelitian .....	23
2.6 Kerangka Berpikir .....	25
2.7 Hipotesis Penelitian.....	26
<b>BAB III.....</b>	<b>27</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>27</b>
3.1 Desain Penelitian.....	27
3.2 Populasi dan Sampel .....	27
3.2.1 Populasi .....	27
3.2.2 Sampel .....	27
3.2.3 Teknik Sampling.....	29
3.3 Teknik Pengumpulan Data .....	29
3.3.1 Teknik Pengumpulan Data Primer .....	29
3.4 Definisi Operasional Variabel.....	29
3.4.1 Variabel <i>Self-Diagnosis</i> (Y).....	29
3.4.2 Literasi Kesehatan Mental (X1) .....	30
3.4.3 Dukungan Sosial Teman Sebaya (X2).....	30
3.5 Instrumen Penelitian.....	30
3.5.1 Alat Ukur <i>Self-Diagnosis</i> .....	30
3.5.2 Alat Ukur Literasi Kesehatan Mental.....	32
3.5.3 Alat Ukur Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	33
3.6 Validitas dan Reliabilitas .....	33
3.6.1 Validitas.....	33
3.6.2 Reliabilitas dan Analisis Item.....	34
3.7 Analisa Data .....	34
3.7.1 Analisa Deskriptif.....	34
3.7.2 Analisa Inferensial .....	34
3.8 Uji Tambahan .....	37
3.9 <i>Try Out</i> Alat Ukur.....	37

<b>BAB IV</b> .....	<b>43</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>43</b>
4.1 Gambaran Umum Subjek .....	43
4.2 Analisis Deskriptif.....	45
4.3 Uji Asumsi Klasik .....	55
4.4 Uji Hipotesis .....	59
4.5 Uji Tambahan .....	62
4.5.1 Uji Beda.....	62
4.6 Pembahasan .....	63
<b>BAB V</b> .....	<b>71</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>71</b>
5.1 Kesimpulan .....	71
5.2 Keterbatasan Penelitian .....	71
5.3 Saran Penelitian .....	71
5.3.1 Saran Teoritis.....	71
5.3.2 Saran Praktis .....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>73</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>77</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Peneliti Terdahulu .....	15
Tabel 3.1	<i>Blue Print Self-Diagnosis</i> .....	30
Tabel 3.2	<i>Blue Print</i> Literasi Kesehatan Mental .....	31
Tabel 3.3	<i>Blue Print</i> Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	32
Tabel 3.4	Hasil Uji Validitas <i>Self-Diagnosis</i> , Literasi Kesehatan Mental, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	36
Tabel 3.5	Hasil Analisis Item Alat Ukur <i>Self-Diagnosis</i> .....	38
Tabel 3.6	Hasil Analisis Item Alat Ukur Literasi Kesehatan Mental Dimensi <i>Knowledge</i> .....	39
Tabel 3.7	Hasil Analisis Item Alat Ukur Literasi Kesehatan Mental Dimensi <i>Beliefs</i> .....	39
Tabel 3.8	Hasil Analisis Item Alat Ukur Literasi Kesehatan Mental Dimensi <i>Resource</i> .....	40
Tabel 3.9	Hasil Analisis Item Alat Ukur Dukungan Sosial Teman Sebaya...40	
Tabel 3.10	Hasil Uji Reliabilitas .....	41
Tabel 4.1	Gambaran Subjek .....	42
Tabel 4.2	Analisis Deskriptif.....	44
Tabel 4.3	Rumus Kategorisasi Skor .....	45
Tabel 4.4	Kategorisasi Skor Variabel <i>Self-Diagnosis</i> .....	45
Tabel 4.5	Kategorisasi Skor Variabel Literasi Kesehatan Mental .....	46
Tabel 4.6	Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	46
Tabel 4.7	<i>Mean Self-Diagnosis</i> , Literasi Kesehatan Mental, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	47
Tabel 4.8	Mean Jenis Kelamin <i>Self-Diagnosis</i> , Literasi Kesehatan Mental, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	48
Tabel 4.9	Mean Usia <i>Self-Diagnosis</i> , Literasi Kesehatan Mental, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	49
Tabel 4.10	Mean Usia (dalam tahun) <i>Self-Diagnosis</i> , Literasi Kesehatan Mental, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	49

Tabel 4.11	Mean Tingkat Pendidikan <i>Self</i> -Diagnosis, Literasi Kesehatan Mental, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	50
Tabel 4.12	Mean <i>Follow</i> Instagram <i>Self</i> -Diagnosis, Literasi Kesehatan Mental, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	51
Tabel 4.13	Mean Konsultasi Kepada Ahli <i>Self</i> -Diagnosis, Literasi Kesehatan Mental, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	51
Tabel 4.14	Mean Melakukan <i>Self</i> -Diagnosis, Literasi Kesehatan Mental, Dukungan Sosial Teman Sebaya, dan <i>Self</i> -Diagnosis.....	52
Tabel 4.15	Mean Situasi <i>Self</i> -Diagnosis, Literasi Kesehatan Mental, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	53
Tabel 4.16	Hasil Linearitas Literasi Kesehatan Mental dan <i>Self</i> -Diagnosis....	56
Tabel 4.17	Hasil Linearitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dan <i>Self</i> -Diagnosis.....	57
Tabel 4.18	Hasil Uji Heterokedastistas .....	57
Tabel 4.19	Hasil Uji Multikolinearitas.....	58
Tabel 4.20	Hasil Uji Koefisien Determinasi Literasi Kesehatan Mental terhadap <i>Self</i> -diagnosis .....	59
Tabel 4.21	Hasil Uji Koefisien Determinasi Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap <i>Self</i> -diagnosis .....	59
Tabel 4.22	Hasil Uji Koefisien Determinasi Literasi Kesehatan Mental dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap <i>Self</i> -diagnosis.....	59
Tabel 4.23	Hasil Uji F Literasi Kesehatan Mental dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap <i>Self</i> -diagnosis .....	60
Tabel 4.24	Hasil Uji t Literasi Kesehatan Mental terhadap <i>Self</i> -Diagnosis ....	60
Tabel 4.25	Hasil Uji t Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap <i>Self</i> -Diagnosis.....	61
Tabel 4.26	Hasil Uji Beda Kruskal Wallis dan Mann Whitney Variabel <i>Self</i> -Diagnosis.....	61
Tabel 4.27	Hasil Uji Beda Kruskal Wallis dan Mann Whitney Variabel Literasi Kesehatan Mental.....	62

Tabel 4.28	Hasil Uji Beda Kruskal Wallis dan Mann Whitney Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	62
------------	--	----



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner .....	74
Lampiran 2. <i>Blue Print</i> MHL .....	78
Lampiran 3. <i>Blue Print</i> DST .....	79
Lampiran 4. <i>Blue Print</i> SD .....	80
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas .....	81
Lampiran 6. Hasil Uji Realibilitas .....	85
Lampiran 7. Analisis Deskriptif.....	87
Lampiran 8. Hasil Mean Data Demografi .....	88
Lampiran 9. Uji Linearitas.....	91
Lampiran 10. Uji Heteroskedastitas.....	91
Lampiran 11 Uji Multikolinearitas .....	91
Lampiran 12. Uji Hipotesis.....	91
Lampiran 13. Gambaran Data Responden Penelitian.....	95
Lampiran 14. Hasil Pra Survey.....	98
Lampiran 15. Poster dan <i>Dirrect Massage Followers</i> .....	99





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	Normal <i>Q-Q Plot Self-Diagnosis</i> .....	54
Gambar 4.2	<i>Box Plot Self-Diagnosis</i> .....	54
Gambar 4.3	Normal <i>Q-Q Plot Literasi Kesehatan Mental</i> .....	55
Gambar 4.4	<i>Box Plot Literasi Kesehatan Mental</i> .....	55
Gambar 4.5	Normal <i>Q-Q Plot Dukungan Sosial Teman Sebaya</i> .....	55
Gambar 4.6	<i>Box Plot Dukungan Sosial Teman Sebaya</i> .....	56

