



**PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP
SELF-DIAGNOSIS PADA GENERASI Z PENGGUNA TIK-TOK**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana

**Dosen Pembimbing :
Prahastia Kurnia Putri, S.Psi, M.Psi**

MERCU BUANA

**LUSI OKTAVIANI
46120010038**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2024

SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Nama : Lusi Ocktaviani

Nim : 46120010038

Program Studi : S1 Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Terhadap *Self-diagnosis* Pada Generasi Z Pengguna Tik-Tok.

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

Jakarta ,05 Februari 2025



Lusi Ocktaviani

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Lusi Ocktaviani

NIM : 46120010038

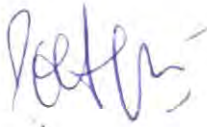
Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Terhadap *Self-Diagnosis* Pada Generasi Z Pengguna Tik-Tok

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 : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0315099102

()

Ketua Penguji : Riblita Damayanti, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0328128702

()

Penguji I : Hifizah Nur, S.Psi., M.Ed.
NIDN : 0322047809

()

Jakarta, 13 Februari 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan laporan skripsi yang berjudul "PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP *SELF-DIAGNOSIS* PADA GENERASI Z PENGGUNA TIK-TOK". Dalam penyusunan laporan skripsi ini peneliti mendapat banyak bantuan dari banyak pihak. Saya sebagai peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak ini, peneliti akan sulit menyelesaikan laporan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terimakasih banyak kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Ardiansyah, M.Eng selaku rektor Universitas Mercu Buana yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk menempuh pendidikan di Universitas ini.
2. Ibu laila Meiliyandrie Indah Wardani, 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 Prahastia Kurnia Putri, M. Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing , saya ingin mengucapkan terimakasih atas bimbingan, dukungan, dan kesabaran yang telah ibu berikan kepada saya selama proses penelitian.
5. Ibu Fatma Nur Aqmarina, S.Psi, M.Psi. Psikolog, selaku Dosen Penguji Seminar Proposal yang telah memberikan saran dan masukan untuk laporan skripsi peneliti.
6. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi,M.Sc selaku sekretaris prodi yang telah mengarahkan dan membantu peneliti dalam menyelesaikan laporan skripsi.
7. Dosen-Dosen fakultas Psikologi yang selalu memotivasi dan memberikan ilmu psikologi.
8. Bapak Rukmana dan Almh. Ibu Suketi selaku kedua orang tua peneliti yang selalu memberikan dukungan dan doa pada proses perkuliahan.

9. Fety dan Irvan selaku keluarga yang selalu membantu dan memberikan motivasi peneliti dalam menyelesaikan laporan skripsi.
10. Terimakasih juga untuk teman-teman, Diana, Bunga, Inggrit, Feli, Ipeh, Rafy, Wulan, Desta, Tarisa, dan pasangan Syarif yang selalu mendukung peneliti dalam menyelesaikan laporan skripsi.
11. Ucapan terimakasih terakhir untuk saya sendiri sebagai peneliti yang selalu berusaha dan tidak menyerah untuk menyelesaikan laporan skripsi ini.

Peneliti menyadari laporan skripsi yang dibuat masih banyak kekurangan. Kritik dan saran sangat dibutuhkan untuk dapat menyempurnakan laporan skripsi ini. Saya berharap laporan skripsi ini dapat memberikan kontribusi pada pengetahuan dan pemahaman mengenai topik yang saya teliti.



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Lusi Ocktaviani
NIM : 46120010038
Program studi : Psikologi
Judul laporan magang/skripsi : pengaruh literasi kesehatan mental terhadap *self-diagnosis* pada generasi Z pengguna Tik-Tok

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 diatas 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 Laporan Magang/Skripsi/Teses/Disertai saya sela tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 27 Februari 2025

Yang menyatakan



Lusi Ocktaviani

ABSTRAK

Nama : Lusi Ocktaviani
Nim : 46120010038
Program Studi : S1 Psikologi
Judul laporan skripsi : Pengaruh Literasi Kesehatan Mental Terhadap *Self-diagnosis*
Pada Generasi Z Pengguna Tik-Tok
Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M. Psi, Psikolog

Penggunaan media sosial Tik-Tok memudahkan generasi Z dalam mencari informasi mengenai gejala-gejala gangguan mental, namun hal ini juga dapat memicu terjadinya *self-diagnosis*. literasi kesehatan mental merupakan salah satu faktor penting untuk memahami dan menelaan informasi mengenai kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh literasi kesehatan mental terhadap *self-diagnosis* pada generasi Z pengguna Tik-Tok. Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif analisis deskriptif. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Self-I (*Self-Identification of Having a Mental Illness*) oleh Schomerus (2019) dan *Mental health literacy* oleh Jung (2016). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh literasi kesehatan mental terhadap *self-diagnosis* pada generasi Z pengguna Tik-Tok.

Kata Kunci: Literasi Kesehatan Mental, *Self-Diagnosis*, Generasi Z, Tik-Tok.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

ABSTRACT

Name : Lusi Ocktaviani
Nim : 46120010038
Study Program : S1 Psychology
Thesis report title : *The Effect of Mental Health Literacy on Self-diagnosis in Generation Z Tik-Tok Users*
Advisor : Prahastia Kurnia Putri, M. Psi, Psychologist

The use of Tik-Tok social media makes it easier for generation Z to find information about the symptoms of mental disorders, but this can also trigger self-diagnosis. mental health literacy is one of the important factors to understand and retrieve information about mental health. This study aims to determine the effect of mental health literacy on self-diagnosis in generation Z Tik-Tok users. This research method uses descriptive analysis quantitative research design. The measuring instruments used in this study are Self-I (Self-Identification of Having a Mental Illness) by Schomerus (2019) and Mental health literacy by Jung (2016). The results showed that there was no effect of mental health literacy on self-diagnosis in generation Z Tik-Tok users.

Keywords: Mental Health Literacy, Self-Diagnosis, Generation Z, Tik-Tok.



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI	ix
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat penelitian.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II	9
KAJIAN PUSTAKA.....	9
2.1 <i>Self-Diagnosis</i>	9
2.1.1 <i>Pengertian Self-Diagnosis</i>	9
2.1.2 <i>Dimensi Self-diagnosis</i>	10
2.1.3 <i>Faktor Self-Diagnosis</i>	11
2.1.4 <i>Dampak Self-Diagnosis</i>	11
2.2 Literasi Kesehatan Mental.....	13
2.2.1 <i>Pengertian Literasi Kesehatan Mental</i>	13
2.2.2 <i>Alat ukur Literasi Kesehatan Mental</i>	14
2.2.3 <i>Faktor Literasi Kesehatan Mental</i>	15
2.2.4 <i>Strategi Literasi Kesehatan Mental</i>	17
2.3 Generasi Z.....	18
2.3.1 <i>Pengertian Generasi Z</i>	18
2.4 Tik-Tok	19

2.4.1 Pengertian Tik-Tok	19
Tabel 2.5	21
Penelitian Terdahulu	21
2.6 Dinamika Antarvariabel	32
2.7 Kerangka Berpikir	33
2.8 Hipotesis Penelitian	35
BAB III	36
METODE PENELITIAN	36
3.1 Desain Penelitian	36
3.2 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	36
3.3 Definisi Operasional	38
3.3.1 Literasi Kesehatan Mental	38
3.3.2 Self-Diagnosis	38
3.4 Teknik Pengumpulan Data	39
3.5 Instrumen Penelitian	39
3.5.1 Skala Self-Diagnosis	39
3.5.2 Skala Literasi Kesehatan Mental	40
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas	41
3.6.1 Uji Validitas	41
Tabel 3.6.1 Expert Judgment	42
3.6.2 Uji Reliabilitas	47
Tabel 3.6.2 Uji Realibilitas	47
3.6.3 Uji Analisis Item	48
Tabel 3.6.3 validitas Literasi Kesehatan Mental	48
Tabel 3.6.4 Validitas Self-diagnosis	49
3.7 Teknik Analisis Data	49
3.7.1 Analisis Deskriptif	49
3.7.2 Uji Normalitas	49
3.7.3 Uji Linearitas	50
3.7.4 Uji Hipotesis	50
3.7.5 Uji Heteroskedastisitas	50
BAB IV	52
HASIL DAN DISKUSI	52

4.1 Gambaran umum subjek.....	52
4.2 Deskripsi Demografi	52
4.3 Analisis Deskriptif	56
<i>Tabel 4.3.1 Analisis Deskriptif</i>	56
<i>Tabel 4.3.2 Mean Variabel Literasi Kesehatan Mental Dan Self-diagnosis</i>	56
<i>Tabel 4.3.3 Sampel penelitian Jenis Kelamin</i>	58
<i>Tabel 4.3.4 Sampel Penelitian Usia</i>	58
<i>Tabel Penelitian 4.3.5 Sampel Penelitian Domisili</i>	59
<i>Tabel 4.3.6 Sampel Penelitian Pendidikan</i>	60
<i>Tabel 4.3.7 Sampel Penelitian Pertanyaan 2</i>	60
<i>Tabel 4.3.8 Sampel Penelitian Pertanyaan 3</i>	61
<i>Tabel 4.3.9 Sampel Penelitian Pertanyaan 4</i>	61
<i>Tabel 4.3.10 Sampel Penelitian Pertanyaan 5</i>	61
<i>Tabel 4.3.11 Sampel Penelitian Pertanyaan 6</i>	62
<i>Tabel 4.3.12 Sampel Penelitian Pertanyaan 7</i>	62
4.3.1 Kategorisasi Variabel Penelitian.....	62
<i>Tabel 4.3.1 Rumus Kategorisasi</i>	62
<i>Tabel 4.3.2 Hipotetik Literasi Kesehatan Mental</i>	63
<i>Tabel 4.3.3 Hipotetik Self-diagnosis</i>	63
<i>Tabel 4.3.4 Empirik Literasi Kesehatan Mental</i>	64
<i>Tabel Empirik 4.3.5 Self-diagnosis</i>	64
4.4 Uji Normalitas	64
<i>Tabel 4.4 Uji Normalitas Kolmogrov-Smirnov</i>	64
4.4.1 Uji Linearitas	65
<i>Tabel 4.4.1 Uji Linearitas</i>	65
4.4.2 Uji Heteroskedastisitas	65
<i>Tabel 4.4.2</i>	65
4.4.3 Uji Korelasi	66
4.4.4 Uji Korelasi Antar Dimensi.....	66
4.5 Uji Hipotesis.....	67
<i>Tabel 4.5 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana</i>	67
4.5.1 Koefisiensi Determinasi.....	67
4.6 Diskusi.....	68

BAB V	73
KESIMPULAN DAN SARAN	73
5.1 Kesimpulan.....	73
5.2 Keterbatasan Penelitian	73
5.3 Saran.....	73
5.3.1 Saran Teoritis.....	73
5.3.2 Saran Praktis.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN.....	80
Lampiran 1 : Daftar item alat ukur	80

