

INTISARI

Latar Belakang: Remaja merupakan fase peralihan antara anak-anak dan dewasa dengan rentang usia dari 10-19 tahun. Remaja mengalami berbagai perkembangan fisik, kognitif, seksual, emosional yang pesat sehingga menyebabkan remaja rentan mengalami permasalahan kesejahteraan psikologis. Literasi kesehatan mental menjadi faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis. Belum terdapat penelitian terkait kedua variabel pada remaja di Yogyakarta.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan antara literasi kesehatan mental dengan kesejahteraan psikologis pada remaja.

Metode: Penelitian kuantitatif non eksperimental dengan pendekatan cross sectional. Responden berjumlah 71 orang remaja usia 15-18 tahun yang merupakan siswa SMA Negeri 1 Kasihan yang dipilih menggunakan teknik *multistage sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner *Mental Health Literacy Scale* (MHLS) dan *Scale of Psychological Well-Being* (SPWB) versi Bahasa Indonesia. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Pearson* dan *Independent T Test*.

Hasil: Gambaran literasi kesehatan mental remaja tergolong sedang dengan rata-rata skor 104. Kesejahteraan psikologis remaja juga tergolong sedang dengan rata-rata skor 121,17. Hasil analisis uji korelasi *Pearson* antara literasi kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,480 (p value: < 0.001).

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara literasi kesehatan mental dengan kesejahteraan psikologis pada remaja.

Kata Kunci : Literasi Kesehatan Mental, Kesejahteraan Psikologis, Remaja

ABSTRACT

Background: Adolescence is a transitional phase between children and adults with an age range of 10-19 years. Adolescents experience a variety of rapid physical, cognitive, sexual, emotional developments that make adolescents vulnerable to psychological well-being problems. Mental health literacy is a factor that influences psychological well-being. There has been no research related to the two variables in adolescents in Yogyakarta.

Objective: To determine the relationship between mental health literacy and psychological well-being in adolescents.

Method: Non-experimental quantitative research with a cross sectional approach. Respondents totaled 71 adolescents aged 15-18 years who were students of SMA Negeri 1 Kasihan who were selected using multistage sampling technique. The measuring instruments used were the Mental Health Literacy Scale (MHLS) questionnaire and the Indonesian version of the Scale of Psychological Well-Being (SPWB). Data were analyzed using Pearson test and Independent T Test.

Results: Adolescent mental health literacy was classified as moderate with an average score of 104. The psychological well-being of adolescents is also classified as moderate with an average score of 121,17. The results of the Pearson correlation test analysis between mental health literacy and psychological well-being showed a correlation coefficient (r) of 0,480 (p value: $<0,001$).

Conclusion: There is a relationship between mental health literacy and psychological well-being in adolescents.

Keywords: Mental Health Literacy, Psychological Wellbeing, Adolescent