

## Peran Literasi Kesehatan Mental dan Resiliensi terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Perantau

*Aura Lintang Amalia Sakti<sup>1</sup>, Diana Setiyawati<sup>2</sup>*

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Indonesia

e-mail : [auralintang01@mail.ugm.ac.id](mailto:auralintang01@mail.ugm.ac.id)<sup>1</sup>, [diana@ugm.ac.id](mailto:diana@ugm.ac.id)<sup>2</sup>

**Abstract.** Migrant students are at risk of facing challenges in various aspects, including academic difficulties and other life challenges in their host environments. Psychological well-being can help migrant students think optimally and act adaptively in overcoming such challenges. This study aims to examine the role of mental health literacy and resilience in the psychological well-being of migrant students in the Special Region of Yogyakarta Province. The participants in this study consisted of 116 students from Diploma-IV, Bachelor's, Master's, and Professional programs. The instruments used were the Mental Health Literacy Scale, Resilience Scale, and Psychological Well-Being Scale. Multiple linear regression analysis showed that mental health literacy and resilience together significantly contributed to the psychological well-being of migrant students ( $R^2 = 0.561$ ;  $F_{(2,113)} = 72.3$ ;  $p < 0.001$ ). One-way ANOVA analysis on demographic factors revealed significant differences in psychological well-being based on gender ( $p < 0.01$ ), education level ( $p < 0.05$ ), and average monthly allowance ( $p < 0.05$ ).

**Keywords:** *psychological well-being, migrant students, mental health literacy, resilience*

**Abstrak.** Mahasiswa perantau memiliki resiko untuk mengalami tantangan dalam berbagai aspek, baik itu tantangan akademis maupun berbagai tantangan kehidupan lainnya di tempat perantauan. Kesejahteraan psikologis dapat membantu mahasiswa perantau agar mampu berpikir secara optimal dalam bertindak untuk mengatasi tantangan secara adaptif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran literasi kesehatan mental dan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 116 orang mahasiswa dari jenjang Diploma-IV, Sarjana, Magister, serta Profesi. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Skala Literasi Kesehatan Mental, Skala Resiliensi, dan Skala Kesejahteraan Psikologis. Analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental secara simultan dengan resiliensi berperan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau ( $R^2 = 0.561$ ;  $F_{(2,113)} = 72.3$ ;  $p = <0.001$ ). Analisis *one-way ANOVA* pada faktor demografis menunjukkan adanya perbedaan signifikan tingkat kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin ( $p < 0.01$ ), jenjang pendidikan ( $p < 0.05$ ), serta rata-rata uang saku per bulan ( $p < 0.05$ ).

**Kata kunci:** *kesejahteraan psikologis, mahasiswa perantau, literasi kesehatan mental, resiliensi*