

ABSTRAK

Peningkatan literasi depresi melalui psikoedukasi terbukti dapat membantu dalam menangani kasus depresi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan literasi depresi individu. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh psikoedukasi terhadap literasi depresi, di mana kelompok eksperimen memiliki peningkatan literasi yang lebih tinggi dibanding kelompok kontrol. Partisipan ($n = 35$) merupakan mahasiswa usia 18 – 24 tahun dan bukan berasal dari Psikologi maupun Kedokteran. Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen acak *pretest and posttest control group design*. Partisipan terbagi ke dalam kelompok eksperimen ($n = 16$) dan kontrol ($n = 19$). Pengetahuan dan literasi depresi diukur dengan tes prestasi berbentuk pilihan ganda dan dianalisis menggunakan *Mixed ANOVA*. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh kelompok yang tidak signifikan dengan $F = 1.965$ ($p > 0.05$). Terdapat pengaruh interaksi yang signifikan dengan $F = 8.665$ ($p < 0.05$), didukung dengan analisis *T Test posttest* bernilai $F = 0.630$ ($p < 0.05$). Perubahan rerata skor pada kelompok eksperimen sebesar -4.688 ($p < 0.05$) dan -1.722 ($p < 0.05$) pada kelompok kontrol. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan literasi depresi, di mana kelompok dengan psikoedukasi meningkat lebih tinggi. Dapat disimpulkan hipotesis penelitian diterima.

Kata Kunci: psikoedukasi, literasi kesehatan mental, literasi depresi.

ABSTRACT

The increasement of depression literacy through psychoeducation proved to be an important part for handling depression. This study aims to see the effectivity of psychoeducation to increase the depression literacy of person. It was proposed that there's influence of psychoeducation toward enhancement of depression literacy with higher enhancement in treatment group. Participant ($n = 35$) consisted of college student from university in Yogyakarta, whose main subject weren't psychology nor medicine, with age ranging from 18 – 24 years old. This study used randomized pretest and posttest control group design, with all participants were divided into treatment group ($n = 16$) and control group ($n = 19$). Depression literacy was assessed using multiple choice test of depression and analyzed using Mixed ANOVA. The results show non-significant effect of group with $F = 1.965$ ($p > 0.05$). However, there's significant interaction effect with $F = 8.665$ ($p < 0.05$), supported by posttest T Test analysis showing $F = 0.630$ ($p < 0.05$). Furthermore, the analysis shows the mean difference of pretest-posttest score were -4.688 and -1.684 ($p < 0.05$) for treatment and control group respectively. This result shows that there's effect of psychoeducation toward depression literacy with higher increasement at treatment group. Thus, these results indicate that research's hypothesis is accepted.

Keywords: *psychoeducation, mental health literacy, depression literacy.*