



VALIDASI PLATFORM *RISING LIFE* UNTUK MENINGKATKAN *MENTAL HEALTH FIRST AID RETREIVAL KNOWLEDGE* PADA REMAJA

Putri Amalia[✉], Fatma Kusuma Mahanani

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima
20 September 2020
Disetujui 21 Oktober
2020
Dipublikasikan
29 November 2020

Keywords:

mental health first aid, retrieval knowledge, Rising Life platform

Abstrak.

Salah satu penyebab rendahnya *mental health first aid retrieval knowledge* pada remaja yaitu belum adanya media informasi kesehatan mental yang tervalidasi secara empirik dan fungsional untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan mental. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui validitas isi dan fungsional platform *Rising Life* untuk meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen kuasi Nonrandomized Pretest-Posttest Control Group Design. Subjek penelitian ini merupakan siswa SMA Negeri 12 Semarang yang memiliki kategori *mental health first aid retrieval knowledge* rendah. Subjek terbagi dalam kelompok eksperimen (10 orang) dan kelompok kontrol (10 orang). Penelitian ini menggunakan instrumen *mental health first aid retrieval knowledge test*. Penelitian validasi dilakukan melalui uji validitas isi dan validitas fungsional. Validitas isi menggunakan teknik Aiken's V. Hasil validitas isi menunjukkan kisaran antara 0,75 hingga 0,86 yang berarti bahwa platform *Rising Life* memiliki validitas isi yang berkisar antara kategori sedang hingga sangat valid. Validitas fungsional diperoleh melalui uji empirik dengan metode eksperimen. Data penelitian diolah menggunakan teknik Wilcoxon Rank Test dan Mann Whitney U Test dengan bantuan software pengolahan data. Hasil uji validitas fungsional menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen, dengan hasil uji beda sebesar -2,807 dan taraf signifikansi 0,005 ($p < 0,05$). Selain itu, skor *post-test* pada kelompok eksperimen lebih unggul dibandingkan dengan kelompok kontrol, dengan hasil uji beda sebesar -3,797 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa platform *Rising Life* valid untuk meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge* pada siswa SMA Negeri 12 Semarang.

Abstract.

One cause of low mental health first aid knowledge acquisition in adolescents is there is no mental health information media which empirically and functionally validated to improve mental health knowledge. The purpose of this study is to find out content and functional validity of *Rising Life* platform to improve mental health first aid. This research used quantitative approach with quasi experimental design Nonrandomized Pretest-Posttest Control Group Design. Subjects in this study were students of SMA Negeri 12 Semarang who had low mental health first aid retrieval knowledge category. Subjects were divided into the experimental group (10 subject) and the control group (10 subject). This study used a mental health test instrument. This validation research is counted by content validity and functional validity test. The content validity used Aiken's V technique. The result of validity shows a range between 0,75 until 0,86 which means that the *Rising Life* platform has a content validity in a ranges from moderate to strong validity categories. Functional validity was obtained through empirical tests with experimental methods. Research data was processed using Wilcoxon Rank Test and Mann Whitney U Test in data processing software. Functional validity test results shows there were differences on the pretest and posttest scores in the experimental group with different -2,807 and significance level 0,005 ($p < 0,05$). In addition, the posttest score in the experimental group was superior compared to the control group with difference result is -3,797 and the significant level is 0,000 ($p < 0,05$). Based on this baseline, it can be concluded that *Rising Life* platform is valid to improve the mental health first aid retrieval knowledge for students of Senior High School 12 Semarang.

© 2020 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:
Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas
Negeri Semarang, Kampus Sekaran, Gunungpati,
Semarang Indonesia
putriamalia2603@gmail.com

p-ISSN 2086-0803
e-ISSN 2541-2965

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Suryabrata (2005:216) menyatakan bahwa remaja merupakan masa individu mengalami peralihan fisik, emosi, kejiwaan yang belum stabil dan rentan. Riset terbaru menemukan bahwa tingkat depresi berat pada usia remaja meningkat hingga lebih dari 50% dan sebanyak 6,2% remaja berusia 15-24 tahun mengalami depresi (beritagar.id, diunduh pada 31 Maret 2019). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam Riset Kesehatan Dasar (2018) menyatakan bahwa prevalensi gangguan depresi pada remaja usia 15 tahun keatas meningkat 6,1%. Dimana dari keseluruhan penderita depresi tersebut hanya 9% orang yang menjalankan pengobatan dan mendapatkan penanganan ahli, sementara 91% lainnya tidak mendapatkan penanganan ahli dan tidak menjalani pengobatan. Data tersebut menunjukkan bahwa kesadaran kesehatan mental Indonesia belum sepenuhnya baik. Terdapat banyak penduduk yang mengalami gangguan kesehatan mental namun tidak memutuskan untuk segera mencari pertolongan ahli psikologis. Agusno (dalam Purnama, Yani, dan Sutini, 2016) menyatakan bahwa akar permasalahan pada gangguan jiwa berasal dari tiga inti pokok, yaitu pengetahuan yang kurang mengenai gangguan jiwa, stigma mengenai gangguan jiwa, dan tidak meratanya ahli kesehatan mental.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 30 remaja, 83% (25 orang) tidak mengetahui langkah pertama yang tepat ketika sedang tidak sehat secara mental, 76% (23 orang) tidak mengetahui cara melakukan pertolongan pertama kesehatan mental, dan 40% (12 orang) tidak mengetahui tentang profesi psikolog. Setelah ditelusuri lebih lanjut, ternyata 90% (27 orang) remaja tidak pernah mengakses media informasi kesehatan mental. Data tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang *mental health*

first aid masih kurang. Faktor rendahnya pengetahuan kesehatan mental disebabkan karena tidak adanya informasi mengenai kesehatan mental yang diakses oleh siswa. Siswa belum mengetahui seberapa penting kesehatan mental bagi individu sehingga kesadaran akan pentingnya kesehatan mental diri dan orang lain masih rendah. Selain itu, siswa dan teman di lingkungannya belum memiliki pengalaman dalam menggunakan bantuan profesional kesehatan mental sehingga siswa belum mengetahui tentang bantuan kesehatan mental. Pernyataan tersebut sejalan dengan Irawati (2011) yang memaparkan bahwa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, diantaranya tingkat pendidikan, informasi, budaya, pengalaman, usia, dan minat seseorang.

Beberapa platform media informasi mengenai kesehatan mental di Indonesia telah ada sebelumnya. Platform-platform tersebut memberikan informasi mengenai kesehatan mental dan layanan konseling. Platform kesehatan mental tersebut antara lain Ibunda.id dan Riliv. Kedua platform kesehatan mental tersebut diluncurkan pada tahun 2015 (dailysocial.id dan IDNtimes.com, diunduh pada tanggal 17 Mei 2021). Namun, jumlah platform kesehatan mental tersebut tidak seimbang dengan banyaknya kasus kesehatan mental remaja. Maka dari itu, platform kesehatan mental masih perlu dikembangkan agar dapat membantu menanggulangi masalah kesehatan mental pada remaja.

Platform Ibunda.id dan Riliv.co telah terlebih dahulu diluncurkan untuk memfasilitasi masyarakat umum dalam mengatasi masalah kesehatan mental. Ibunda.id merupakan platform berbasis *website* yang bertujuan untuk menjadi tempat pertolongan pertama psikologis bagi masyarakat. Platform Ibunda.id terdiri atas artikel psikologis, kuis psikologi, informasi event psikologi, layanan konseling

(www.ibunda.id, diakses pada 30 Maret 2020). Riliv.co merupakan aplikasi kesehatan mental yang terdiri atas konten meditasi dan layanan konseling (Riliv.co, diakses pada 30 Maret 2020). Aplikasi Riliv.co berfokus pada pertolongan psikologis, namun tidak ada konten artikel psikologi sebagai salah satu upaya memberikan informasi mengenai pertolongan pertama psikologis. Kedua platform tersebut telah memberikan banyak manfaat bagi penggunanya, namun peneliti belum menemukan bukti publikasi ilmiah hasil penelitian validasi maupun efektivitas kedua platform tersebut. Maka dari itu, penelitian validasi platform menjadi penting untuk memberikan manfaat secara teoritis, dan penelitian efektivitas menjadi penting untuk memberikan manfaat teoritis maupun praktis.

Platform *Rising Life* merupakan sebuah platform kesehatan mental yang dibuat oleh Putri Amalia, Friska Ulfalia, dan Fatma Kusuma Mahanani pada tahun 2019. Awal mula pembuatan platform tersebut yaitu didasarkan pada banyaknya kasus kesehatan mental pada remaja, serta rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai ahli kesehatan mental. Jumlah platform kesehatan mental yang telah ada di Indonesia juga tidak sebanding dengan banyaknya kasus kesehatan mental. Peneliti juga belum menemukan bukti publikasi ilmiah mengenai validasi dari platform-platform kesehatan mental yang telah ada sebelumnya. Maka dari itu Platform *Rising Life* dibuat dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai *mental health first aid retrieval knowledge*.

Berbeda dengan platform sebelumnya yang berfokus pada layanan psikologis secara umum, platform *Rising Life* berfokus pada informasi mengenai langkah *mental health first aid* yang perlu dilakukan ketika remaja merasa tidak sehat mental. Platform *Rising Life* merupakan media informasi kesehatan mental berbasis *website* yang bertujuan untuk meningkatkan *mental health first aid retrieval*

knowledge pada siswa. Platform *Rising Life* disusun berdasarkan aspek *mental health first aid* dan domain informasi yang diturunkan sebagai konten dalam platform tersebut. Tampilan platform *Rising Life* disesuaikan dengan remaja. Pengguna dapat melakukan konseling secara nyaman, karena dapat memilih konselor yang diinginkan, serta mengusulkan waktu dilakukannya konseling. Guna memastikan validitas dari platform *Rising Life*, maka diperlukan adanya penelitian validasi platform *Rising Life* untuk meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge*.

Penelitian validasi serupa pernah dilakukan sebelumnya oleh Rosita & Paramasti (2017) tentang “Validasi Modul GuLaLi untuk Meningkatkan Ketrampilan Guru Siswa Tuna Rungu Perlindungan Diri dari Kekerasan Seksual”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa modul “GuLaLi” valid digunakan untuk meningkatkan ketrampilan guru dalam mengajar kekerasan seksual pada anak Tuna Rungu. Selain itu penelitian validasi juga pernah dilakukan oleh Alfiah & Martani (2015). Penelitian tersebut memvalidasi “Modul Aku Sayang Kamu untuk Meningkatkan Pengetahuan Perilaku Prososial pada Anak Usia Dini”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa modul Aku Sayang Kamu valid untuk meningkatkan pengetahuan perilaku prososial pada anak usia dini.

Penelitian validasi yang lain pernah dilakukan oleh Anggraeni, Kumara, & Utami (2011) dengan melakukan penelitian tentang “Validasi Program Remaja “STOP” (Sadar, Tolong, dan Perangi) *Bullying* untuk Mengurangi Intensi Perilaku *Bullying* pada Siswa SMP”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa Program Remaja STOP valid untuk mengurangi intensitas perilaku *bullying* pada siswa SMP. Beberapa penelitian validasi diatas menjadi referensi bahwa penelitian ini dapat menjadi salah satu

alternatif solusi untuk meningkatkan pengetahuan tentang *Mental Health First Aid* pada siswa. Sehingga diharapkan dapat menurunkan angka masalah kesehatan mental pada remaja.

Program *Mental Health First Aid* pertama kali dikembangkan di negara Australia dengan tujuan untuk mengajarkan individu mengenali tanda-tanda awal penyakit mental, mengidentifikasi potensi mental krisis yang berhubungan dengan kesehatan, dan membantu remaja untuk mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan secepat mungkin. Program ini telah diadopsi lebih dari 25 negara seperti Hongkong, Singapura, Prancis, Kanada, dan berbagai negara lainnya (<http://www.mhfainternational.org/international-mhfa-programs.html>, diunduh pada 5 Mei 2019). Namun, di Indonesia *mental health first aid* belum dikembangkan untuk mengatasi gangguan kesehatan mental masyarakat. Hal tersebut menjadi keunikan tersendiri pada penelitian kali ini yang berusaha mengkaji *Mental health first aid* di Indonesia. Berdasarkan fenomena yang dipaparkan, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai validitas platform *Rising Life* untuk meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge* pada remaja.

Fenomena tersebut menarik peneliti untuk mengkaji lebih dalam mengenai "Validasi Platform *Rising Life* untuk Meningkatkan *Mental Health First Aid Retrieval Knowledge* pada Siswa SMA N 12 Semarang". Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah mengetahui validitas platform *Rising Life* untuk meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge* pada remaja. Hipotesis penelitian yang diajukan yaitu platform *Rising Life* valid untuk meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge* pada remaja.

Penelitian kali ini diharapkan mampu memberikan manfaat berupa pengetahuan

kesehatan mental dan pertolongan pertama psikologis kepada siswa, membantu pihak sekolah dalam memfasilitasi siswa mengenai pengetahuan pertolongan pertama psikologis, meningkatkan pengetahuan kesehatan mental masyarakat dan memudahkan masyarakat dalam mencari pertolongan psikologis, dan diharapkan mampu menjadi referensi serta inspirasi untuk mengembangkan penelitian selanjutnya mengenai *mental health first aid retrieval knowledge*.

METODE

Peneliti melibatkan siswa SMA N 12 Semarang sebagai subjek dalam penelitian ini, dengan kriteria remaja berusia 15-19 tahun, memiliki pengetahuan yang rendah mengenai *mental health first aid retrieval knowledge*. Subjek yang terpilih berdasarkan kriteria tersebut sebanyak 20 siswa. Subjek dibagi dalam dua kelompok sama rata berupa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Variabel independen (X) dalam penelitian ini yaitu, platform *Rising Life*. Platform *Rising Life* adalah media informasi kesehatan mental yang memfasilitasi masyarakat untuk memperoleh pengetahuan dan layanan kesehatan mental berbasis *website*. Sedangkan, variabel dependen (Y) dalam penelitian ini yaitu *mental health first aid retrieval knowledge*. *Mental health first aid retrieval knowledge* adalah hasil belajar seseorang pada level pertama proses kognitif yang terdiri atas rekognisi, mengingat kembali, dan melaksanakan pengetahuan mengenai cara memberikan pertolongan pertama terhadap masalah kesehatan mental baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain.

Penelitian validasi ini menggunakan dua jenis validitas yaitu validitas isi dan validitas fungsional. Validitas isi bertujuan untuk mengetahui keselarasan antara isi platform *Rising Life* dengan aspek *mental health first aid retrieval knowledge*. Sebelum dilakukan uji validitas isi, peneliti melakukan identifikasi komponen platform

Rising Life berdasarkan domain pengetahuan dan aspek *mental health first aid*. Berdasarkan aspek tersebut, diketahui bahwa platform *Rising Life* memiliki komponen layanan kesehatan mental, pengetahuan tentang kesehatan mental, dan asesmen psikologis. Komponen tersebut dikembangkan menjadi konten dalam platform *Rising Life*, antara lain teman baca, cek kesehatan mental, curhat yuk, dan sahabat *Rising Life*. Berdasarkan proses pembuatan konten *Rising Life* tersebut terlihat bahwa platform *Rising Life* sudah sesuai dengan aspek *mental health first aid*. Namun, untuk memastikan kesesuaian dari isi platform *Rising Life* dengan *mental health first aid*, peneliti melakukan uji validitas isi dengan teknik Aiken's V yang melibatkan 9 *expert judgement* terdiri atas 8 psikolog dan 1 konselor. *Expert judgement* bertugas untuk memberikan nilai relevansi konten platform *Rising Life* terhadap teori *mental health first aid retrieval knowledge*. Hasil nilai dari 9 *expert judgement* tersebut dihitung secara manual menggunakan rumus Aiken's V.

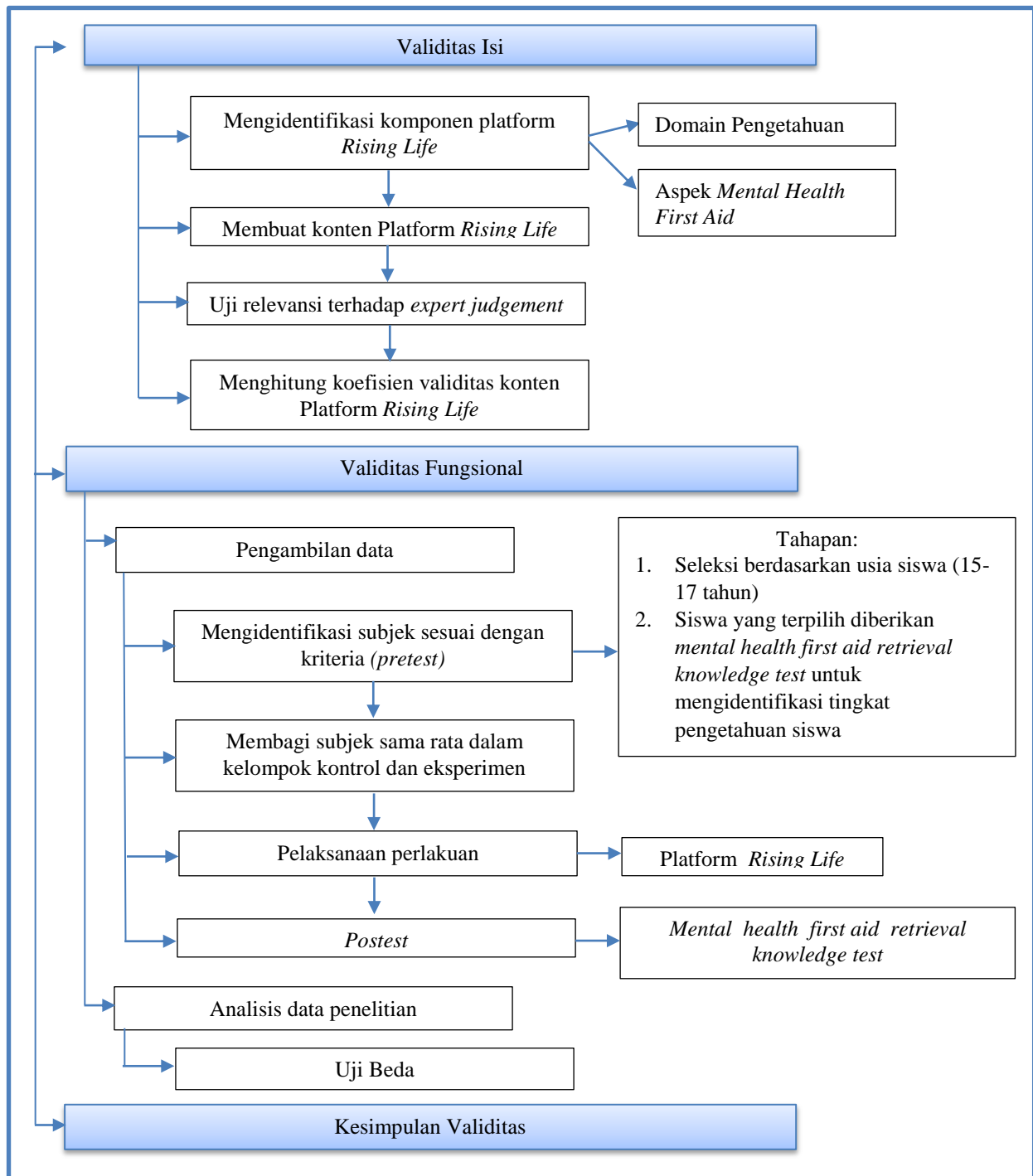
Setelah menghitung koefisien validitas isi dan memastikan bahwa konten *Rising Life* sudah valid, peneliti melakukan uji validitas fungsional platform *Rising Life*. Validitas fungsional bertujuan untuk mengetahui sejauh mana platform *Rising Life* dapat mengubah *mental health first aid retrieval knowledge* pada siswa melalui riset eksperimental. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen kuasi *Nonrandomized Pretest-Posttest Control Group Design*. Desain ini membagi subjek menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Pembagian kelompok tersebut tidak menggunakan randomisasi, maka dari itu desain ini merupakan jenis penelitian eksperimental-kuasi (Seniati, Yulianto, dan Setiadi, 2005:126). Sebelum dan sesudah perlakuan dilakukan pengukuran (pretes dan postes) pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil pretes dan postes

pada kedua kelompok perlakuan dibandingkan untuk mengetahui efek perlakuan sebagai hasil eksperimen (Azwar, 2017:172).

Pengambilan data validitas fungsional menggunakan *mental health first aid retrieval knowledge test* sebagai instrumen pretest dan posttest. Langkah pertama, peneliti melakukan seleksi subjek berdasarkan kriteria yang ditentukan. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan *mental health first aid* subjek, peneliti melakukan pretest menggunakan *mental health first aid retrieval knowledge test*. Subjek dibagi dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdasarkan skor *mental health first aid retrieval knowledge* secara seimbang, guna memastikan bahwa kedua kelompok memiliki tingkat pengetahuan yang sama sebelum diberikan perlakuan. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa platform *Rising Life*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan apapun. Kemudian kedua kelompok tersebut diberikan posttest untuk mengetahui perubahan pengetahuan yang terjadi setelah perlakuan. Uji beda dilakukan pada hasil pretest dan posttest kedua kelompok melalui bantuan software pengolahan data. Uji validitas fungsional diolah menggunakan teknik *Wilcoxon Rank Test* dan *Mann Whitney U Test* dengan bantuan software pengolahan data.

Hasil validitas isi dan validitas fungsional tersebut dianalisis untuk menghasilkan kesimpulan validitas. Prosedur tersebut juga dilakukan pada penelitian validasi sebelumnya yaitu Alfiah dan Martani (2017), Agustini dan Andayani (2017), Rosita dan Paramastri (2017). Berbeda dengan penelitian intervensi, penelitian validitas menggunakan teori yang sama antara variabel independen dan variabel dependen. Sehingga konstruk teori antara Platform *Rising Life* serta variabel yang diukur sama yaitu *mental health first aid retrieval knowledge*. Sedangkan, penelitian intervensi memiliki memiliki konstruk teori yang berbeda

antara program dan variabel yang diukur. penelitian yang dilakukan:
Berikut merupakan gambaran prosedur



Gambar 1. Gambaran prosedur penelitian yang dilakukan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji validasi isi digunakan untuk mengetahui relevansi atau kesesuaian konten platform *Rising Life* dengan konstruk teori *mental health first aid retrieval knowledge*.

Validasi isi dilakukan oleh *expert judgement* yang terdiri atas psikolog dan konselor. Berikut merupakan hasil dari validasi isi Aiken's V:

Tabel 1.
Uji Validitas Platform *Rising Life*

Domain Pengetahuan	Aspek <i>Mental Health First Aid</i>	Konten	ΣS	V
Informasi	Mengidentifikasi orang dengan masalah gangguan kesehatan mental	Teman Baca	31	0,86
		Cek Kesehatan Mental: Tes Psikologi	31	0,86
	Memberikan bantuan awal	Curhat Yuk: Buat Curhatan	30	0,833
		Sahabat Rising-Life	30	0,833
Prosedur Mental	Mengidentifikasi orang dengan masalah gangguan kesehatan mental	Teman Baca	28	0,777
		Cek Kesehatan Mental: Tes Psikologi	29	0,805
	Memberikan bantuan awal	Curhat Yuk: Buat Curhatan	28	0,777
		Sahabat Rising-Life	28	0,777
Prosedur Psikomotorik	Mengidentifikasi orang dengan masalah gangguan kesehatan mental	Teman Baca	28	0,777
		Cek Kesehatan Mental: Tes Psikologi	27	0,75
	Memberikan bantuan awal	Curhat Yuk: Buat Curhatan	27	0,75
		Sahabat Rising-Life	28	0,777
Membimbing orang tersebut mendapatkan bantuan yang sesuai				

Berdasarkan tabel diatas, hasil validitas isi platform *Rising Life* berada pada rentan angka 0,75 hingga 0,86 artinya platform *Rising Life* memiliki rentan kategori validitas sedang hingga sangat valid. Platform *Rising Life* sesuai dengan tujuan dan teori *mental health first aid retrieval knowledge*.

Validitas fungsional diperoleh melalui uji empirik dengan metode eksperimen terhadap siswa untuk

mengetahui perbedaan skor subjek sebelum dan sesudah perlakuan. Data yang diperoleh diolah menggunakan bantuan software pengolahan data. Teknik yang digunakan untuk melakukan uji beda kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Mann Whitney U Test*. Berikut merupakan hasil uji beda sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen.

Tabel 2.
Hasil *Wilcoxon Signed Rank Test* Kelompok Eksperimen

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POSTTEST EKPERIMEN - PRETEST EKSPERIMEN	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	10 ^b	5.50	55.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		

a. POSTTEST EKPERIMEN < PRETEST EKSPERIMEN
b. POSTTEST EKPERIMEN > PRETEST EKSPERIMEN
c. POSTTEST EKPERIMEN = PRETEST EKSPERIMEN

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa 10 subjek kelompok eksperimen memiliki skor posttest yang lebih tinggi dibandingkan dengan skor pretest. Artinya,

terdapat peningkatan skor *mental health first aid retrieval knowledge* sesudah perlakuan. Hal tersebut diperkuat dengan hasil perhitungan uji beda. Berikut merupakan tabel

hasil uji beda pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah perlakuan:

Tabel 3.

Uji Beda Kelompok Eksperimen

Test Statistics ^a	
	POSTTEST EKPERIMEN - PRETEST EKSPERIMEN
Z	-2.807 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Tabel 3 menunjukkan hasil uji beda sebesar -2,807 dengan taraf signifikansi 0,005 ($p < 0,05$). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen.

Uji validitas fungsional diperkuat dengan membandingkan skor kelompok eksperimen dan kontrol setelah perlakuan. Teknik yang digunakan adalah *Mann-Whitney Test* dengan bantuan *software* pengolahan data. Berikut merupakan hasil uji beda sesudah perlakuan:

Tabel 4.

Rank Mann-Whitney Sesudah Perlakuan

Ranks				
GR		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POST	KONTROL	10	5.50	55.00
TEST	EKSPERIMEN	10	15.50	155.00
Total		20		

Tabel di atas menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki rata-rata skor yang lebih tinggi (15,5) dibandingkan dengan skor rata-rata kelompok kontrol (5,50). Artinya, kelompok yang diberikan perlakuan platform *Rising Life* memiliki kategori *mental health first aid retrieval knowledge* yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang tidak terpapar perlakuan. Hal tersebut diperkuat dengan data hasil perhitungan uji beda. Berikut merupakan tabel hasil uji beda pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah perlakuan:

Tabel 5.

Uji Beda Setelah Perlakuan

Test Statistics ^a	
	POSTTEST
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	55.000
Z	-3.797
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 ^b

a. Grouping Variable: GR

b. Not corrected for ties.

Tabel 4 menunjukkan nilai Z pada hasil uji beda setelah perlakuan kelompok eksperimen sebesar -3,797 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kategori *mental health first aid retrieval knowledge* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan.

Hasil menunjukkan bahwa platform *Rising Life* memiliki rentan validitas isi sebesar 0,75 hingga 0,86 yang berarti bahwa koefisien validitas platform *Rising Life* berada pada kategori sedang hingga sangat valid. Hasil validitas isi tersebut menunjukkan konten Platform *Rising Life* telah sesuai dengan *mental health first aid retrieval knowledge*.

Uji validitas fungsional dilakukan melalui riset eksperimental terhadap siswa. Siswa tersebut dibagi dalam dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa terdapat perbedaan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan. Dimana kelompok eksperimen menunjukkan hasil rata-rata posttest yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil tersebut diperoleh karena adanya pemberian informasi *mental health first aid retrieval knowledge* melalui media platform *Rising Life* terhadap kelompok eksperimen. Sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan apapun. Analisis data kelompok eksperimen menunjukkan bahwa rata-rata hasil posttest lebih tinggi dibandingkan dengan hasil pretest. Hal tersebut berarti bahwa platform

Rising Life dapat meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge* pada siswa.

Marzano & Kendall (2007) menjelaskan lebih lanjut bahwa peningkatan tersebut dapat terjadi karena pengetahuan dibentuk melalui tiga domain, yaitu informasi, prosedur mental, dan psikomotorik. Pada domain informasi, individu mengetahui dan memahami makna dari sebuah kata. Informasi yang disajikan berupa fakta dengan urutan waktu yang jelas. Pengetahuan informasi berada dalam bentuk memori proposisional. Memori proposisi adalah unit terkecil dari pemikiran yang dapat diketahui sebagai pernyataan terpisah. Pengetahuan ini berkaitan dengan apakah informasi yang didapat masuk akal sehingga individu dapat membuat penilaian benar atau salah. Domain prosedur mental menjelaskan mengenai prosedur seseorang melakukan suatu aktivitas. Perbedaan dengan domain informasi adalah pada domain informasi individu mengetahui apa yang diinformasikan sedangkan pada pengetahuan prosedural individu mengetahui bagaimana cara melakukan suatu kegiatan tertentu dengan benar. Tujuan dari *taxonomy* prosedur mental ini yaitu individu dapat melakukan aktivitas prosedural secara otomatis dan dapat dikendalikan. Prosedur psikomotorik adalah prosedur fisik yang dijalankan untuk aktivitas individu sehari-hari, seperti bekerja dan respon individu terhadap lingkungan. Prosedur psikomotorik tersimpan dalam memori yang identik, dengan prosedur sebab-akibat. Memori tersebut tersimpan untuk mempersiapkan individu ketika menghadapi suatu situasi tertentu dan mempersiapkan prosedur reaksi yang harus dilakukan.

Secara konten, platform *Rising Life* telah memenuhi ketiga domain tersebut dalam level pengetahuan *retrieval*. Marzano & Kendall (2007) menjelaskan bahwa *retrieval* merupakan level pertama dari proses kognitif pengetahuan. Pada level ini siswa tidak harus menunjukkan pengetahuan secara mendalam

atau mengetahui struktur pengetahuan secara kritis. *Retrieval* terdiri atas tiga tipe antara lain *recognizing*, *recalling*, dan *executing*. Setiap tipe proses kognitif tersebut memiliki tingkatan dalam pemberian tugas. Platform *Rising Life* telah disusun untuk memfasilitasi siswa agar dapat melalui pengalaman *recognizing*, *recalling*, dan *executing*. Peningkatan *retrieval knowledge* dapat dijelaskan melalui pengalaman yang dilalui siswa tersebut, sehingga secara fungsional platform *Rising Life* dapat secara efektif meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge* pada siswa.

Peningkatan skor *mental health first aid retrieval knowledge* pada kelompok eksperimen sesudah perlakuan dipengaruhi oleh pemberian informasi *mental health first aid* melalui media platform *Rising Life*. Platform tersebut berisi konten tentang *mental health first aid* yang mudah dipahami oleh remaja, sehingga siswa dapat dengan mudah memproses informasi yang didapat menjadi sebuah pengetahuan. Hal tersebut sejalan dengan Salsabiila (2017) yang menyatakan bahwa informasi yang disajikan harus sesuai dengan kebutuhan sehingga siswa dapat mengkonstruksi dan mengaplikasikan pengetahuan yang didapat. Faktor lain yang dapat meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge* adalah kemampuan trainer dalam menyampaikan cara penggunaan platform *Rising Life*, sehingga siswa dapat mengerti cara penggunaan platform ketika mengalami masalah kesehatan mental. Siswa difasilitasi untuk praktik secara langsung cara menggunakan platform tersebut yang dipandu oleh trainer. Kemudian, siswa diberikan kesempatan untuk menggunakan platform *Rising Life* tanpa bantuan trainer. Hal tersebut bertujuan agar siswa menggunakan platform *Rising Life* secara berulang, sehingga siswa dapat memaknai informasi dalam platform *Rising Life*. Sejalan dengan penelitian Amsari & Mudjiran (2018) yang menyatakan bahwa semakin sering materi diulang atau dilatih

maka materi tersebut akan semakin kuat tersimpan dalam memori. Hal tersebut merupakan implementasi dari teori belajar Thorndike yaitu hukum latihan, semakin sering tingkah laku diulang maka semakin kuat asosiasinya.

Hasil validitas fungsional yang diperoleh tidak terlepas dari validitas isi dari platform *Rising Life* yang telah dilakukan sebelumnya. Kesesuaian konten platform *Rising Life* dengan aspek *mental health first aid retrieval knowledge* membantu siswa mendapatkan informasi yang sesuai dengan *mental health first aid*. Sehingga perubahan *mental health first aid retrieval knowledge* siswa dipengaruhi oleh isi konten dalam platform *Rising Life*.

Faktor lain yang menyebabkan perubahan hasil *posttest* yang signifikan pada kelompok eksperimen yaitu karena penelitian ini hanya mengukur pada level pertama proses kognitif. Level tersebut merupakan level dasar dalam suatu pengetahuan, sehingga siswa mudah untuk mencerna informasi yang didapatkan. Meskipun penelitian ini hanya terfokus pada level proses kognitif yang terendah, pengetahuan level tersebut bermakna agar siswa dapat mencapai level proses pengetahuan berikutnya. Seperti yang disebutkan Marzano & Kendall (2007:35) bahwa level proses kognitif disajikan dalam hirarki yang terdiri dari 6 level yaitu Level 1 *Retrieval*, Level 2 *Comprehension*, Level 3 *Analysis*, Level 4 *Knowledge Utilization*, Level 5 *Metacognitif*, dan Level 6 *Self-System Thinking*.

Hasil uji beda menunjukkan bahwa rata-rata *posttest* pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal tersebut berarti bahwa *mental health first aid retrieval knowledge* kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Selain faktor tidak adanya pemberian media informasi *mental health first aid* pada kelompok kontrol, IQ siswa juga berpengaruh terhadap hasil *posttest* tersebut.

Siswa yang memiliki IQ rendah, bisa saja menjawab salah karena tidak dapat mencerna pertanyaannya dengan baik, atau bisa jadi siswa tersebut sudah mendapatkan pemberian informasi terkait kesehatan mental sebelumnya namun tidak dapat memproses dengan baik sehingga tidak bertahan lama menjadi sebuah pengetahuan. Maka dari itu, kontrol IQ pada siswa sebenarnya diperlukan sebelum dilakukan eksperimen sehingga validitas internal penelitian lebih terjaga. Meskipun demikian, penelitian ini telah diupayakan kontrol ketat terhadap ancaman validitas tersebut dengan membagi siswa kedalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdasarkan kategori skor *mental health first aid retrieval knowledge* sebelum perlakuan. Sejalan dengan Seniati, Yulianto, & Setiadi (2015) yang menyatakan bahwa untuk mengontrol ancaman validitas *proactive history* dapat dilakukan dengan pengukuran inteligensi dan menyetarakan usia subjek yang diteliti.

Penelitian ini mendukung penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Jorm, dkk (2010) menyatakan bahwa pelatihan e-learning dapat meningkatkan pengetahuan *tentang mental health first aid*. Penelitian yang dilakukan oleh Kelly, dkk (2011) juga menegaskan bahwa pelatihan *tentang mental health first aid* dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan seseorang dalam memberikan pertolongan psikologis pada remaja. Platform *Rising Life* dapat dijadikan salah satu alternatif untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pertolongan pertama psikologis pada remaja.

Uraian diatas dapat menunjukkan bahwa peningkatan skor *mental health first aid retrieval knowledge* pada kelompok eksperimen setelah perlakuan, diyakini sebagai akibat dari penggunaan platform *Rising Life*. Maka dari itu, dapat dinyatakan bahwa platform *Rising Life* valid untuk meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge*.

Penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan, sehingga menjadi penelitian yang sempurna. Penelitian ini memiliki keterbatasan yang dapat dijadikan bahan evaluasi dimasa mendatang. Pertama, peneliti tidak melakukan pengukuran IQ pada siswa sebelum perlakuan sebagai salah satu cara untuk mengontrol ancaman validitas internal berupa *proactive history*. Kedua, keterbatasan waktu penelitian menyebabkan penelitian ini hanya terbatas pada satu level proses kognitif (*retrieval*) pada subjek siswa saja. Ketiga, jangka waktu penelitian yang diberikan oleh mitra menyebabkan peneliti tidak dapat melakukan *follow up* untuk mengetahui jangka waktu *mental health first aid retrieval knowledge* dapat bertahan pada kognitif subjek setelah dilakukan posttest.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa platform *Rising Life* valid untuk meningkatkan *mental health first aid retrieval knowledge* pada siswa SMA Negeri 12 Semarang. Platform *Rising Life* dapat memberikan informasi kepada siswa mengenai *mental health first aid* baik bagi dirinya sendiri maupun orang lain. Maka dari itu, hipotesis penelitian ini diterima.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, saran dari peneliti kepada peneliti selanjutnya adalah melakukan penelitian replikasi pada subjek yang serupa untuk memastikan reliabilitas platform *Rising Life* karena penelitian ini hanya terbatas pada subjek siswa. Selain itu, peneliti selanjutnya perlu memperketat validitas internal penelitian dengan mengontrol IQ subjek, karena hal ini berkaitan dengan proses kognitif siswa, sehingga dapat dipastikan bahwa kedua kelompok yang dibandingkan setara secara level kognitif. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan *follow up* untuk mengetahui jangka waktu *mental health first aid retrieval knowledge* dapat bertahan setelah diberikan

perlakuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, N. M., & Andayani, B. (2017). Validasi Modul “Cakap” untuk Meningkatkan Keterampilan. *Gadjah Mada Journal Of Professional Psychology*, 3(1), 1-13.
- Alfiyah, S., & Martani, W. (2015). Validasi Modul Bermain Peran “Aku Sayang Kawan” untuk Meningkatkan Pengetahuan Perilaku Prososial pada Anak Usia Dini. *Gadjah Mada Professional of Psychology*, 120-137.
- Amsari, D., & Mudjiran. (2018). Implikasi Teori Belajar E. Thorndike (Behavioristik) dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Basicedu*, 120-137.
- Anggraeni, D. T., Kumara, A., & Utami, M. S. (2016). Validasi Program Remaja “STOP” (Sadar, Tolong, dan Perangi) Bullying untuk Mengurangi Intensi Perilaku Bullying pada Siswa SMP . *Gadjah Mada Professional of Psychology*, 73-84.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dewi, F. L. (2020, Agustus 19). *Life* . Retrieved from IDNtimes: www.idntimes.com/life/inspiration/fajar-laksmi-dewi-1/cara-audrey-maximilian-mengembangkan-riliv
- Herli, A. M. (2020, Maret 31). *Riliv.co*. Retrieved from <https://riliv.co/>
- Ibunda.id. (2020, Maret 31). *Ibunda.id*. Retrieved from <https://www.ibunda.id/>
- Irawati, D. (2011). Faktor Karakteristik Ibu yang Berhubungan dengan Ketepatan Imunisasi DPT Combo dan Campak di Pasuruan. *Hospital Majapahit*, 1-14.

- Jorm, A., Fischer, J. A., Kitchener, B. A., & Svetkovsi, S. (2010). Mental Health First Aid Training By E-Learning: A Randomized Controlled Trial. *The Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists*, 1072-1081.
- Kelly, J., Sanchez, J. R., Henderson, J., Masi, A. T., Nair, K., Andonian, B. J., & Prus, K. M. (2011). Integrative Structural Biomechanical Concepts of Ankylosing Spondylitis. *Hindawi Publishing Corporation*, 1-10.
- Kitchener, B. A., & Jorm, A. F. (2002). Mental Health First Aid Training For The Public : Evaluation Of Effects On Knowledge, Attitudes, and Helping Behavior. *BMC Psychiatry*, 1-6.
- Maharrani, A. (2019, Maret 16). *Generasi Muda dihantui Ganggu Mental*. Retrieved from Beritagar.id: <https://beritagar.id/artikel/gaya-hidup/generasi-muda-dihantui-gangguan-mental>
- Marzano, R. S., & Kendall, J. S. (2007). *Designing & Assessing Educational Objectives Apllying the New Taxonomy*. California: Corwin Press.
- Mental Health First Aid International*. (2019, Mei 5). Retrieved from International Mental Health First Aid Program: www.mhfainternational.org
- Pratiwi, H. (2015, Februari 16). *Berita*. Retrieved from Daily Social: <https://dailysocial.id/post/ibunda-curhat>
- Purnama, G., Yani, D. I., & Sutini, T. (2016). Gambaran Stigma Masyarakat terhadap Klien Gangguan Jiwa di RW 09 Desa Cileles Sumedang. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 29-37.
- Rosita, F. N., & Paramastri, I. (2017). Validasi Modul "GuLaLi" untuk Meningkatkan Kemtrampilan Guru Mengajar Sisiea Tunarungu Perlindungan Diri dari Kekerasan Seksual. *Gajah Mada of Profesional Psychology*, 79-92.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2015). *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: PT Indeks.
- Suryabrata, S. (2005). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.