

## **HALAMAN MOTO DAN PERSEMBAHAN**

“Jangan biarkan kesehatan mental menghalangimu, tapi jadikanlah kesehatan mental ini sebagai kekuatan.”

“Kita paham bahwa menyayangi diri sendiri bukanlah pekerjaan egois. Menjaga apa yang kita makan dan menjaga suasana hati adalah wujud kasih nyata kita terhadap diri sendiri sekaligus jutaan mikroba di dalam tubuh.” – Loving the Wounded Soul, Regis Machdy.

**KUPERSEMBAHKAN TUGAS AKHIR INI UNTUK:**

Agus Supriyono dan Suparni, ayah dan ibuku tercinta.

Meta Yulinda Kurniawati, adikku tersayang.

Diriku sendiri yang telah berhasil menyelesaikan skripsi ini.