

ABSTRAK

Laporan tugas akhir ini yaitu menerjemahkan *E-book* berjudul “*Positive Thinking For Beginners*” karya Lisa Edwards dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia . Tujuan dipilihnya *E-book* tersebut untuk mengingat akan pentingnya berpikir positif yang berpengaruh pada kesehatan mental. Hal tersebut dilandasi oleh Data Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), prevalensi gangguan jiwa yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6.1% dari jumlah penduduk Indonesia.

Metode penelitian ini yaitu menggunakan studi pustaka yang diperoleh dengan *browsing* di internet, membaca berbagai literatur, hasil kajian dari peneliti terdahulu, catatan perkuliahan, serta sumber-sumber lain yang relevan, dan metode praktik langsung yaitu menerapkan beberapa teknik penerjemahan seperti Adaptasi, Deskripsi, Padanan Lazim, Peminjaman yang dinaturalisasi, Peminjaman Murni dan Penerjemahan Harfiah. Secara keseluruhan teks pada *E-book* menggunakan kalimat sehari-hari sehingga mudah untuk dipelajari oleh semua kalangan sekaligus ajakkan bagi siapapun agar senantiasa berpikir positif.

Kata kunci : menerjemahkan *e-book*, kesehatan mental

ABSTRACT

This final report is translating an E-book entitled "Positive Thinking For Beginners" by Lisa Edwards from English to Indonesian. The purpose of choosing the E-book is to remember the importance of positive thinking which affects mental health. This is based on the Basic Health Research Data (Riskedas) from the Ministry of Health of the Republic of Indonesia (2018), the prevalence of mental disorders as indicated by symptoms of depression and anxiety for ages 15 years and over reaches around 6.1% of the total population of Indonesia.

This research method is using a literature study obtained by browsing the internet, reading various literatures, the results of studies from previous researchers, lecture notes, and other relevant sources, and direct practice methods, namely applying several translation techniques such as Adaptation, Description, Establish equivalence, Pure naturalized, Pure Borrowing and Literal Translation. Overall the text in the E-book uses everyday sentences so that it is easy to learn by all groups as well as invites anyone to always think positively.

Keywords: translating e-books, mental health