

Literasi Kesehatan Mental dan Stigma Publik sebagai Prediktor Sikap terhadap Bantuan Psikologis pada Mahasantri

*Malisa Falasifah**, *Diany Ufieta Syafitri*
Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung
e-mail: *malisafalasifah@std.unissula.ac.id

Received: 10th March 2021/**Revised:** 8th July 2021/**Accepted:** 17th December 2021

Abstract. *This study aimed to examine the relationship between mental health literacy and public stigma with attitudes towards psychological help among Mahasantri Pesanmasa Unissula Semarang. A sample of 174 respondents as the research sample were involved in this study. The sampling technique used cluster random sampling. The measuring instrument consisted of the attitude scale towards psychological, mental health literacy scale, and public stigma scale. The data analysis technique used multiple regression and partial correlation. The results of this study showed that mental health literacy was able to significantly predict attitudes towards psychological help among Mahasantri with contribution of 8,2%. However, partially it was found that only mental health literacy could predict attitudes towards psychological assistance, while public stigma did not contribute. Thus, mental literacy becomes an important factor in determining Mahasantri attitudes in seeking psychological help.*

Keywords: *Attitudes towards psychological help, mental health literacy, public stigma, college students*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara literasi kesehatan mental dan stigma publik dengan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri Pesanmasa Unissula Semarang. Sebanyak 174 responden sebagai sampel penelitian terlibat dalam penelitian ini. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini yaitu skala sikap terhadap bantuan psikologis, skala literasi kesehatan mental, dan skala stigma publik. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda dan korelasi parsial. Hasil penelitian menunjukkan literasi kesehatan mental dan stigma publik secara bersamaan mampu memprediksi secara signifikan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri dengan sumbangan efektif sebesar 8,2%. Namun secara parsial ditemukan hanya literasi kesehatan mental yang dapat memprediksi sikap terhadap bantuan psikologis, sedangkan stigma publik tidak berkontribusi. Dengan demikian, literasi mental menjadi faktor penting dalam menentukan sikap Mahasantri dalam mencari bantuan psikologis.

Kata kunci: Sikap terhadap bantuan psikologis, literasi kesehatan mental, stigma publik, mahasiswa

Mahasiswa merupakan segmen yang rentan untuk mengalami masalah kesehatan mental karena berada dalam masa transisi peran menuju kedewasaan serta diharuskan untuk menghadapi berbagai perubahan (Syafitri, 2019). Prevalensi gangguan kesehatan mental yang tinggi diasumsikan dengan perilaku mencari bantuan profesional yang tinggi pula. Namun,

sikap dalam mencari bantuan profesional psikologis pada kenyataannya masih berada pada kategori yang rendah. Rasyida (2019) mengemukakan faktor-faktor yang dapat menghambat mahasiswa dalam melakukan pencarian pertolongan profesional psikologi yaitu pengetahuan yang kurang tentang pelayanan konseling, memiliki teman atau keluarga yang dapat membantu secara informal serta merasa permasalahan mereka kurang serius. Apalagi mahasiswa yang berstatus sebagai santri atau yang disebut Mahasantri, hambatan dalam pencarian bantuan profesional psikologis bertambah di mana mereka lebih memilih sumber religius dalam menangani permasalahan psikologis (Syafitri, 2019).

Penanganan yang bersifat informal seperti dari keluarga, teman, dan tokoh religius berdampak pada penundaan pencarian pertolongan formal (Uwakwe & Otakpor, 2014). Terjadinya penundaan dalam pencarian pertolongan formal seperti psikolog dan psikiater menyebabkan tingkat kesadaran yang rendah tentang kepentingan dari pencarian profesional atau *professional help-seeking*. Rendahnya kesadaran untuk menjalani perawatan atau pengobatan kesehatan mental tidak sebanding dengan tingginya prevalensi gangguan kesehatan mental yang ada di Indonesia. Menurut data dari Risesdas (2018), golongan usia yang mengalami gangguan mental emosional tertinggi merupakan golongan remaja dengan rentang usia 15-24 tahun (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Sebagian besar individu yang berada dalam rentang usia tersebut berstatus sebagai mahasiswa karena pada umumnya, mahasiswa memasuki dunia perkuliahan berusia sekitar 18 tahun.

Berdasarkan wawancara yang telah peneliti lakukan dengan empat orang Mahasantri Pesanmasa Unissula, peneliti memperoleh data bahwa dalam menghadapi permasalahan baik mengenai perkuliahan, teman, bahkan orang tua, sebagian besar Mahasantri memilih untuk cerita ke teman dekat atau memendam permasalahan tersebut. Selain itu, mereka juga tidak memiliki pengetahuan tentang cara untuk mendapatkan bantuan profesional psikologis. Sebagian besar subjek juga merasa takut untuk mendapatkan bantuan profesional psikologis karena takut permasalahan mereka tersebar dan mendapatkan pandangan tidak baik oleh masyarakat sekitar atau orang terdekat sehingga lebih memilih menyelesaikan masalah sendiri seperti menggunakan strategi koping religius karena latar belakang pendidikan agama yang kental. Menurut Jorm, (2012), literasi kesehatan mental adalah pengetahuan dan keyakinan mengenai gangguan kesehatan mental serta upaya untuk menangani masalah tersebut yang dapat mendukung kemampuan untuk merekognisi,

manajemen, dan pencegahan gangguan mental. Selain itu, stigma publik juga seringkali dihubungkan dengan sikap terhadap pencarian bantuan psikologis. Menurut Goffman (2003), stigma merupakan karakteristik atau tanda yang dilabelkan pada individu untuk diinformasikan dan diperlihatkan kepada masyarakat bahwa individu tersebut adalah seseorang yang memiliki status moral yang buruk. Stigma publik atau sosial merupakan suatu pandangan atau reaksi negatif yang disematkan oleh suatu lingkungan atau masyarakat kepada individu yang mengalami gangguan mental (Corrigan, 2011). Stigma publik yang negatif dan literasi kesehatan mental yang rendah terhadap individu dengan gangguan mental berkaitan dengan keinginan yang rendah pada individu yang memiliki gejala gangguan mental tertentu untuk melakukan pencarian bantuan kepada tenaga profesional seperti psikolog (Bonabi dkk., 2016).

Individu dengan tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi dapat merekognisi kondisi kesehatan mental mereka serta mampu melakukan suatu tindakan pencegahan bagi masalah kesehatan mental karena memiliki sikap yang positif terhadap pencarian bantuan profesional psikologis (Andersson dkk., 2013). Namun pada individu yang melakukan persepsi stigma publik secara negatif mengenai orang yang menderita masalah kesehatan mental kurang memiliki keinginan untuk mendapatkan pertolongan karena takut akan penolakan dari masyarakat (Link, 1987). Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa literasi kesehatan mental dan stigma publik berhubungan erat dengan sikap terhadap pencarian bantuan profesional psikologis pada mahasiswa. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena belum ada penelitian mengenai literasi kesehatan mental, stigma publik dan sikap terhadap bantuan psikologis pada mahasiswa yang berstatus sebagai santri.

Metode

Partisipan Penelitian

Partisipan di dalam penelitian ini adalah Mahasantri Pesantren Mahasiswa Sultan Agung (Pesanmasa) yang terdiri dari mahasiswa/i seluruh fakultas di Unissula dari angkatan 2017-2020 yang berstatus sebagai Mahasantri Pesanmasa Unissula. Mahasantri adalah istilah yang digunakan bagi mahasiswa yang menjadi santri di Pesanmasa Unissula. Mahasantri memiliki perbedaan dengan mahasiswa biasa karena seorang Mahasantri diwajibkan untuk mengikuti kegiatan keagamaan yang diadakan pihak Pesanmasa. Subjek penelitian ini

berjumlah 174 responden yang ditentukan melalui teknik *cluster random sampling* yaitu seluruh anggota populasi mempunyai kesempatan dan peluang yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel (Azwar, 2018).

Teknik *cluster random sampling* disebut juga sebagai suatu teknik rumpun atau teknik kelompok, yang dilakukan dengan cara memilih sampel yang didasarkan pada *cluster* bukan pada individu (Sukardi, 2013). Di dalam penelitian ini, *cluster* yang dipilih sebagai sampel penelitian diambil secara acak dari 4 kelas Tahsin Putri (A,B,C, Takhasuss Al Quran) dan 4 kelas Tahsin Putra (A,B,C,D), di mana peneliti mengambil masing-masing 2 kelas dari Putra dan Putri sebagai berikut:

Tabel 1.

Data Penelitian Mahasantri

No.	Kelas	Jumlah
1.	Tahsin B Putri	77
2.	Tahsin C Putri	64
3.	Tahsin B Putra	14
4.	Tahsin D Putra	20
Total		174

Prosedur Penelitian

Persiapan penelitian dilakukan supaya proses penelitian dapat berjalan dengan lancar dan sesuai dengan prosedur sehingga mendapatkan sebuah hasil yang baik. Langkah dalam mempersiapkan penelitian meliputi perijinan, penyusunan alat ukur, uji coba alat ukur, estimasi diskriminasi aitem, dan reliabilitas alat ukur.

Penelitian dilakukan setelah melakukan uji alat ukur yaitu skala untuk mendapatkan daya beda aitem dan aitem yang lolos selanjutnya digunakan untuk mengambil data penelitian. Skala penelitian tersebut dibagikan kepada 174 Mahasantri Pesanmasa Unissula. Teknik dalam penentuan sampel yaitu dengan menggunakan *cluster random sampling*. Penelitian dilakukan pada tanggal 25 Januari 2021 sampai tanggal 1 Februari 2021.

Instrumen Penelitian

Skala sikap terhadap bantuan psikologis disusun berdasarkan aspek sikap terhadap bantuan psikologis dari Fischer dan Turner (1970) yaitu keterbukaan interpersonal mengenai

masalah yang dihadapi serta keyakinan terkait dengan kemampuan pelayanan psikologi profesional dalam memberi pertolongan.

Penelitian ini menggunakan skala sikap terhadap bantuan psikologis dari Fischer dan Turner (1970) yang telah diadaptasi sebelumnya oleh Syafitri dan Kusumaningsih (2021). Pada uji coba yang telah dilakukan peneliti sebelumnya pada mahasiswa Fakultas Psikologi, 7 dari 10 aitem memiliki daya beda tinggi yang bergerak antara 0,255 sampai 0,435 dengan koefisien *cronbach alpha* sebesar 0.72. Peneliti menggunakan reliabilitas penelitian sebelumnya (Syafitri & Kusumaningsih, 2021) karena memiliki kriteria subjek yang sama dengan penelitian ini yaitu mahasiswa Unissula.

Kemudian, penyusunan skala literasi kesehatan mental mengacu kepada aspek-aspek literasi kesehatan mental dari (Jorm dkk., 1997) yaitu kemampuan untuk mengenali gangguan, pengetahuan tentang di mana mencari informasi, pengetahuan tentang faktor dan penyebab risiko, pengetahuan tentang pengobatan sendiri, pengetahuan tentang pencarian profesional yang tersedia dan sikap yang mendorong pengenalan dan perilaku mencari pencarian yang sesuai. Skala literasi kesehatan mental yang digunakan di dalam penelitian ini diadaptasi dari skala *Mental Health Literay Scale* oleh O'Connor & Casey (2015) yang memiliki koefisien *alpha cronbach* sebesar 0.83.

Di dalam skala Literasi Kesehatan Mental (*Mental Health Literacy Scale*) versi asli dari peneliti sebelumnya (O'Connor & Casey 2015) terdapat 51 aitem pernyataan, 22 aitem dinyatakan tidak sah dan 29 aitem dinyatakan sah. Setelah penghapusan 22 aitem karena memiliki nilai korelasi aitem-total <0.25 , diperoleh koefisien *alpha cronbach* sebesar 0.879. Namun, 6 aitem dimasukkan kembali untuk mempertahankan setidaknya satu item yang mewakili setiap aspek yang ada di dalam skala yang juga mewakili *alpha cronbach* tertinggi sehingga dihasilkan sejumlah 35 aitem dengan koefisien *alpha cronbach* sebesar 0.873.

Pada penelitian ini, tahap adaptasi skala *Mental Health Literacy* diawali dengan menerjemahkan setiap instrumen ke dalam Bahasa Indonesia. Penerjemahan ini dilakukan oleh dosen psikologi bergelar master yang telah tinggal di negara berbahasa Inggris selama 5 tahun dan ahli di bidang kesehatan mental.

Selanjutnya, peneliti melakukan *focus group discussion* dengan beberapa orang mahasiswa umum non-fakultas psikologi untuk menilai bahwa setiap aitem dari skala tersebut mampu dipahami oleh mahasiswa yang akan menjadi responden dalam penelitian

ini. Setelah itu, proses sintesis dilakukan oleh peneliti untuk menentukan ketepatan bahasa yang digunakan di dalam skala literasi kesehatan mental. Seluruh rangkaian adaptasi alat ukur dilaksanakan dengan berhati-hati dan sesuai prosedur seperti yang telah dijelaskan di paragraf sebelum ini agar meminimalisir kesalahan.

Pada uji coba skala literasi kesehatan mental yang telah dilakukan peneliti pada 225 responden yang terdiri dari 145 Mahasantri Pesanmasa Unissula dan 80 mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula diperoleh reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,814 yang dikatakan reliabel sedangkan untuk validitas pada penelitian ini menggunakan validitas isi (*content validity*) yaitu validitas yang diperoleh melalui kesepakatan yang dilakukan dengan *expert judgement*.

Skala stigma publik yang digunakan di dalam penelitian ini adalah skala *Stigma Scale for Receiving Psychological Help* (SSRPH) oleh Komiya dkk (2000) yang telah diadaptasi sebelumnya oleh Soebiantoro (2017). Penyusunan skala stigma publik menyesuaikan aspek stigma publik dari Corrigan (2004) yaitu stereotip. Skala ini merupakan skala unidimensional dengan satu faktor solusi dan didesain untuk menilai persepsi individu tentang bagaimana stigma yang akan mereka peroleh apabila menerima bantuan psikologis. Jumlah total aitem yang digunakan dalam skala ini adalah 5 aitem, dengan ke semua aitem merupakan aitem *favorable*. Hasil dari pengujian skala peneliti sebelumnya (Soebiantoro, 2017) pada 20 orang yang terdiri dari 10 pria dan 10 wanita yang sudah bekerja dan memiliki penghasilan dengan kisaran usia dari 19 hingga 52 tahun diperoleh *alpha cronbach* sebesar 0.72 dinyatakan reliabel.

Pada penelitian ini, penulis melakukan sintesis dari skala *Stigma Scale for Receiving Psychological Help* (SSRPH) yang telah diterjemahkan oleh Soebiantoro (2017) untuk menentukan ketepatan bahasa yang digunakan di dalam skala stigma publik. Skala ini berisikan pernyataan-pernyataan yang menggunakan aitem dengan empat alternatif pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skor terdiri dari skor 0 sampai 3, dan setiap jawaban memiliki skor yang berbeda yaitu SS=3, S=2, TS =1 dan STS= 0.

Analisis Data

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis data regresi berganda dan korelasi parsial. Analisis regresi berganda digunakan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel bebas dengan tergantung sedangkan teknik korelasi parsial digunakan di

dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dengan mengontrol efek dari satu atau lebih variabel yang lain (Sugiyono, 2019). Analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan *software Statistical Packages for Social Science* (SPSS) versi 2.0.

Hasil

Uji normalitas di dalam penelitian ini menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov-Z* dengan taraf signifikansi 0,05. Berdasarkan uji Kolmogorov Smirnov-Z, variabel sikap terhadap bantuan psikologis dan literasi kesehatan mental memiliki distribusi data yang normal dengan masing-masing taraf signifikansi sebesar 0,141 ($p>0,05$) dan 0,126 ($p>0,05$) sedangkan untuk variabel stigma publik diperoleh taraf signifikansi sebesar 0,048 ($p<0,05$) yang artinya distribusi data pada variabel tersebut tidak normal.

Hasil uji linier yang dilakukan antara variabel literasi kesehatan mental dengan sikap terhadap bantuan psikologis diperoleh F_{linier} sebesar 14,950 dengan taraf signifikansi $p=0,000$ ($p<0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel literasi kesehatan mental dengan sikap terhadap bantuan psikologis memiliki hubungan secara linier. Sedangkan hasil dari uji linieritas antara variabel stigma publik dengan sikap terhadap bantuan psikologis diperoleh F_{linier} sebesar 3,353 dengan taraf signifikansi $p=0,069$ ($p>0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel stigma publik dengan sikap terhadap bantuan psikologis tidak memiliki hubungan secara linier.

Hasil uji multikolinearitas pada penelitian ini memperoleh hasil skor *tolerance* sebesar 0,877 dengan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) sebesar 1,140 yang memiliki arti nilai yang diperoleh tersebut kurang dari 10, sehingga dapat dinyatakan bahwa tidak terdapat hubungan multikolinearitas terhadap kedua variabel bebas model regresi.

Hasil uji hipotesis pertama yaitu literasi kesehatan mental dan stigma publik mampu memprediksi sikap terhadap pencarian profesional psikologis yang diuji dengan metode regresi berganda menunjukkan nilai $R^2=0,82$ dan $F_{\text{hitung}}=7,608$ dengan signifikansi 0,001 ($p<0,01$), artinya literasi kesehatan mental dan stigma publik secara bersamaan mampu memprediksi sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri.

Hasil uji hipotesis kedua yaitu ada hubungan antara literasi kesehatan mental dengan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri menggunakan korelasi parsial

menunjukkan nilai $r_{x1y} = 0,253$ dengan signifikansi $0,001$ ($p < 0,01$), artinya ada hubungan antara literasi kesehatan mental dengan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri.

Hasil uji hipotesis ketiga ada hubungan antara stigma publik dengan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri atau hasil uji korelasi parsial kedua menunjukkan nilai $r_{x1y} = -0,043$ dengan signifikansi $0,570$ ($p > 0,05$) yang artinya tidak ada hubungan antara stigma publik dengan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri.

Selanjutnya dilakukan pengolahan data untuk menentukan kategorisasi dari masing-masing variabel. Kategorisasi didasarkan pada asumsi terkait skor individu dalam suatu kelompok adalah perkiraan skor individu dalam suatu populasi yang memiliki distribusi normal sehingga menciptakan suatu batas kategori yang sesuai dengan model norma distribusi yang standar (Azwar, 2018). Tujuan kategorisasi adalah untuk menempatkan individu ke dalam tiap kelompok di mana posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2018). Deskripsi data variabel sikap terhadap pencarian bantuan profesional psikologis secara menyeluruh menggunakan norma kategorisasi pada tabel berikut.

Tabel 2.

Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Sikap Terhadap Pencarian Bantuan Profesional Psikologis

Norma			Kategorisasi	Jumlah	Persentase
28,005	<	X	Sangat Tinggi	9	5,2%
23,335	< X ≤	28,005	Tinggi	71	40,8%
18,665	< X ≤	23,335	Sedang	81	46,6%
13,995	< X ≤	18,665	Rendah	13	7,5%
X	≤	13,995	Sangat Rendah	0	0%
Total				174	100%

Deskripsi data variabel literasi kesehatan mental menggunakan norma kategorisasi yang dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.

Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Literasi Kesehatan Mental

Norma			Kategorisasi	Jumlah	Persentase
81,75	<	X	Sangat Tinggi	11	6,3%
75	< X ≤	81,75	Tinggi	23	13,2%
54,75	< X ≤	75	Sedang	135	77,6%

	Norma		Kategorisasi	Jumlah	Persentase
41	$< X \leq$	54,75	Rendah	5	2,9%
X	\leq	41	Sangat Rendah	0	0%
Total				174	100%

Deskripsi data variabel stigma publik secara menyeluruh menggunakan norma kategorisasi pada tabel berikut.

Tabel 4.

Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Stigma Publik

Norma			Kategorisasi	Jumlah	Persentase
10,0035	$<$	X	Sangat Tinggi	6	3,4
7,3345	$< X \leq$	10,0035	Tinggi	39	22,4
4,6655	$< X \leq$	7,3345	Sedang	85	48,9
1,9965	$< X \leq$	4,6655	Rendah	35	20,1
X	\leq	1,9965	Sangat Rendah	9	5,2
Total				174	100%

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara literasi kesehatan mental dan stigma publik terhadap sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa literasi kesehatan mental dan stigma publik mampu memprediksi secara signifikan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri. Variabel literasi kesehatan mental dan stigma publik memiliki sumbangan efektif sebesar 8,2% terhadap sikap terhadap pencarian bantuan profesional psikologis. Berdasarkan hasil dari analisis terhadap hipotesis pertama juga dapat diketahui bahwa literasi kesehatan mental memiliki sumbangan efektif terhadap sikap pencarian bantuan profesional psikologis sebesar 7,6% sedangkan stigma publik memiliki sumbangan efektif terhadap sikap terhadap pencarian bantuan profesional psikologis sebesar 0,6%.

Hasil penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya yang telah dilakukan oleh Nam dkk., (2013) melalui sebuah meta analisis berkaitan dengan faktor psikologis terhadap sikap terhadap bantuan psikologis pada mahasiswa di mana dua di antara faktor yang diungkap di dalam penelitian tersebut adalah stigma publik dan literasi kesehatan mental. Selain itu, Bonabi dkk., (2016) juga mengemukakan bahwa literasi kesehatan mental dan stigma publik merupakan prediktor bagi sikap dalam mencari bantuan ke profesional psikologis seperti

psikolog dan psikiater. Literasi kesehatan mental yang tinggi dan stigma publik yang rendah menyebabkan sikap terhadap bantuan psikologis yang positif (Andersson dkk., 2013).

Literasi kesehatan mental yang tinggi dan stigma publik yang rendah terhadap seseorang dengan gangguan mental berkaitan dengan keinginan yang rendah pada individu yang memiliki gejala gangguan mental tertentu dalam melakukan pencarian untuk mendapatkan pertolongan ke tenaga profesional seperti psikolog atau psikiater (Bonabi dkk., 2016). Individu yang memiliki literasi kesehatan mental yang tinggi mampu melakukan suatu rekognisi mengenai kondisi kesehatan mental mereka ataupun melakukan suatu tindakan pencegahan bagi masalah kesehatan mental karena memiliki sikap yang positif terhadap pencarian bantuan profesional psikologis (Andersson dkk., 2013). Namun individu yang memiliki persepsi stigma publik secara negatif mengenai individu yang menderita gangguan mental kurang memiliki keinginan untuk mencari bantuan karena takut akan penolakan dari masyarakat (Link, 1987).

Hipotesis kedua pada penelitian ini adalah ada hubungan antara literasi kesehatan mental terhadap sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri. Hasil dari uji korelasi antara literasi kesehatan mental terhadap sikap terhadap bantuan psikologis diperoleh. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara literasi kesehatan mental dan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri di mana semakin tinggi literasi kesehatan mental, maka semakin tinggi sikap positif terhadap bantuan psikologis maka dapat dikatakan bahwa hipotesis kedua diterima.

Hasil ini mendukung penelitian sebelumnya yang telah dilakukan di Malaysia pada 202 pelajar tingkat SMA dan mahasiswa yang memiliki latar belakang ekonomi yang rendah di mana berdasarkan penelitian tersebut, literasi kesehatan mental memiliki hubungan yang signifikan dengan sikap terhadap pencarian bantuan (Ibrahim dkk., 2019). Selain itu, penelitian serupa juga telah dilakukan pada 201 orang dewasa di Kepulauan Malta, Eropa yang menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental berhubungan secara positif dan signifikan dengan sikap terhadap pencarian bantuan psikologis (Grech, 2019).

Hipotesis ketiga dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara stigma publik dengan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri. Berdasarkan hasil uji korelasi antara stigma publik terhadap sikap terhadap bantuan psikologis mengungkapkan bahwa hipotesis ketiga dalam penelitian ini ditolak serta tidak terdapat hubungan antara stigma

publik dengan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Maya (2020) mengenai pengaruh literasi kesehatan mental dan stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi pada remaja Kota Bandung di mana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa stigma publik terbukti tidak memberi kontribusi yang signifikan terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologis ($p>0,5$). Selain itu, sebuah studi longitudinal yang telah dilakukan di Australia juga menunjukkan hasil serupa yaitu tidak terdapat hubungan antara stigma publik dengan pemanfaatan layanan bantuan kesehatan mental (Golberstein dkk., 2008).

Berdasarkan hasil kategorisasi data, sebagian besar subjek berada dalam kategori sedang untuk seluruh variabel yaitu sikap terhadap bantuan psikologis, literasi kesehatan mental dan stigma publik. Maka dapat disimpulkan bahwa kebanyakan Mahasantri memiliki sikap terhadap bantuan psikologis yang sedang karena memiliki literasi kesehatan mental yang sedang pula. Walaupun hal ini tidak sesuai dengan permasalahan awal yang diangkat oleh peneliti, namun menurut Jorm dkk. (1997) mengemukakan bahwa kelompok remaja dalam rentang usia 18 hingga 24 tahun mempunyai kemampuan untuk melakukan rekognisi tentang gejala gangguan kesehatan mental yang lebih baik dari kelompok usia yang lain di mana seluruh subjek penelitian ini berada dalam rentang usia tersebut.

Hasil yang berbeda ditunjukkan variabel stigma publik di mana walaupun Mahasantri memiliki sikap dan literasi kesehatan mental yang sedang ke arah tinggi, namun stigma publik yang mereka miliki juga cenderung sedang ke arah tinggi. Padahal menurut teori, apabila individu memiliki sikap terhadap bantuan psikologis yang tinggi maka stigma publik cenderung rendah. Hal ini kemungkinan terjadi karena Mahasantri tinggal di lingkungan yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi. Berdasarkan penelitian, religiusitas telah diasosiasikan dengan sikap terhadap pencarian bantuan psikologis yang negatif. Hal ini disebabkan oleh kepercayaan mereka mengenai ilmu psikologi yang berasal dari dunia barat dan banyak yang kurang sesuai dengan ajaran agama yang mereka yakini (Rogers-Sirin dkk., 2017). Oleh karena itu, Mahasantri cenderung memiliki lingkungan baik dari keluarga atau tenaga pendidik yang masih konservatif sehingga mereka memersepsikan stigma publik dengan negatif walaupun secara individu, mereka memiliki sikap terhadap pencarian bantuan psikologis yang positif serta literasi kesehatan mental yang cenderung

tinggi. Hal tersebut juga menjadi salah satu alasan stigma publik tidak berhubungan dengan sikap terhadap bantuan psikologis pada penelitian ini.

Salah satu keterbatasan pada penelitian ini adalah penggunaan skala yang diadaptasi dan diterjemahkan dari skala yang digunakan di luar negeri sehingga terdapat perbedaan budaya dan latar belakang pada pernyataannya. Hal ini menyebabkan butuh penyesuaian yang cukup banyak pada item-item yang akan digunakan untuk penelitian. Pada penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan alat ukur yang lebih sesuai sehingga lebih selaras dengan latar belakang budaya masyarakat Indonesia.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa literasi kesehatan mental dan stigma publik secara simultan mampu memprediksi secara signifikan sikap terhadap bantuan psikologis pada Mahasantri Pesanmasa Unissula Semarang. Sumbangan efektif yang diberikan variabel literasi kesehatan mental dan stigma publik kepada sikap terhadap bantuan psikologis sebesar 8,2% dan sebesar 91,8% dipengaruhi faktor lain di luar model penelitian. Literasi kesehatan mental berdasarkan korelasi parsial memiliki korelasi positif dengan sikap terhadap bantuan psikologis sedangkan stigma publik tidak berkorelasi dengan sikap terhadap bantuan psikologis. Hal ini menunjukkan pentingnya peran literasi mental pada Mahasantri dalam meningkatkan sikap terhadap bantuan psikologis. Pengetahuan tentang kesehatan mental mampu memprediksi sikap Mahasantri untuk mencari bantuan dari tenaga profesional. Dengan demikian, sebagai upaya dalam meningkatkan kesehatan mental pada Mahasantri diperlukan edukasi untuk meningkatkan literasi terkait kesehatan mental.

Saran

Peneliti menyarankan tenaga profesional psikologis agar memperbanyak sosialisasi tentang gambaran konseling atau psikoterapi seperti jenis dan alternatif bantuan psikologis yang tersedia, cara untuk mendapatkan bantuan psikologis, waktu yang tepat untuk mencari bantuan dan kondisi apa saja ketika bantuan psikologis diperlukan. Hal ini penting untuk meningkatkan sikap individu terhadap bantuan profesional psikologis. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti sikap terhadap bantuan psikologis

diharapkan dapat mencari faktor-faktor yang lain selain literasi kesehatan mental dan stigma publik sehingga dapat memberikan pembaruan. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menggunakan subjek yang berbeda atau lebih bervariasi yang memiliki karakteristik lain dengan penelitian ini. Alat ukur yang dipakai haruslah mempertimbangkan faktor budaya bagi subjek penelitian.

Daftar Pustaka

- Andersson, L. M. C., Schierenbeck, I., Strumpher, J., Krantz, G., Topper, K., Backman, G., Ricks, E., & Van Rooyen, D. (2013). Help-seeking behaviour, barriers to care and experiences of care among persons with depression in Eastern Cape, South Africa. *Journal of Affective Disorders*, 151(2), 439–448. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.06.022>
- Azwar, S. (2018). Reabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bonabi, H., Müller, M., Ajdacic-Gross, V., Eisele, J., Rodgers, S., Seifritz, E., Rössler, W., & Rüsch, N. (2016). Mental health literacy, attitudes to help seeking, and perceived need as predictors of mental health service use: A longitudinal study. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(4), 321–324. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000488>
- Burns, J., & Birrell, E. (2014). Enhancing early engagement with mental health services by young people. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 303–312. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S49151>
- Corrigan, P., W., Roe, D., Tang, H., W., H (2011), Challenging the stigma of mental illness: Lesson for therapist and advocates. John Willey and Sons.
- Fischer, E. H., & Turner, J. I. (1970). Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35(1, Pt.1), 79–90. <https://doi.org/10.1037/h0029636>
- Goffman, E. (2003). Key Ideas in Sociology. In *Key Ideas in Sociology* (pp. 185–186). Nelson Thomes Ltd.
- Grech, A. (2019). *Mental health literacy, stigma and attitudes towards seeking help in Malta*. (Tesis tidak diterbitkan). Department of Sociology. University of Malta, Malta.
- Ibrahim, N., Amit, N., Shahar, S., Wee, L. H., Ismail, R., Khairuddin, R., Siau, C. S., & Safien, A. M. (2019). Do depression literacy, mental illness beliefs and stigma influence mental health help-seeking attitude? A cross-sectional study of secondary school and university students from B40 households in Malaysia. *BMC Public Health*, 19 (Suppl 4), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6862-6>
- Ilmy, S. K., Noorhamdani, & Windarwati, H. D. (2020). Factors associated with pasung (seclusion and restraint) in Indonesia: A systematic review. *International Journal of Science and Society*, 2(3), 248–258.
- Jorm, A. F. (2012). Mental health literacy: empowering the community to take action for better mental health. *Am Psychol.*, 67(3), 231–43. doi: 10.1037/a0025957.

- Jorm, A. F., Korten, A. E., Jacomb, P. A., Christensen, H., Rodgers, B., & Pollitt, P. (1997). "Mental health literacy": A survey of the public's ability to recognise mental disorders and their beliefs about the effectiveness of treatment. *Medical Journal of Australia*, 166(4), 182–186. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.1997.tb140071.x>
- Kartikasari, N., & Ariana, A. D. (2019). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Mental, Stigma Diri Terhadap Intensi Mencari Bantuan Pada Dewasa Awal. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 4(2), 64. <https://doi.org/10.20473/jpkkm.v4i22019.64-75>
- Komiya, N., Good, G. E., & Sherrod, N. B. (2000). Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 138–143. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.1.138>
- Lestari, N. W., Soeharto, S., & Windarwati, H. D. (2020). *Reasons Pasung in People with Mental Disorders*. 12(4), 195-197.
- Link, B. G. (1987). Understanding Labeling Effects in the Area of Mental Disorders: An Assessment of the Effects of Expectations of Rejection. *American Sociological Review*, 52(1), 96. <https://doi.org/10.2307/2095395>
- Maya, N. (2020). *Pengaruh literasi kesehatan mental dan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi pada remaja kota bandung Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Nam, S. K., Choi, S. I., Lee, J. H., Lee, M. K., Kim, A. R., & Lee, S. M. (2013). Psychological factors in college students' attitudes toward seeking profesional psychological help: A meta-analysis. *Profesional Psychology: Research and Practice*, 44(1), 37–45. <https://doi.org/10.1037/a0029562>
- O'Connor, M., & Casey, L. (2015). The Mental Health Literacy Scale (MHLS): A new scale-based measure of mental health literacy. *Psychiatry Research*, 229(1–2), 511–516. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.05.064>
- Rasyida, A. (2019). Faktor yang menjadi hambatan untuk mencari bantuan psikologis formal di kalangan mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 193–207. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2586>
- Rickwood, D., & Thomas, K. (2012). Conceptual measurement framework for help-seeking for mental health problems. *Psychology Research and Behavior Management*, 5, 173–183. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S38707>
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–100.
- Rogers-Sirin, L., Yanar, C., Yüksesbaş, D., Senturk, M. I., & Sirin, S. (2017). Religiosity, Cultural Values, and Attitudes Toward Seeking Psychological Services in Turkey. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 48(10), 1587–1604. <https://doi.org/10.1177/0022022117732532>
- Semrau, M., Evans-Lacko, S., Koschorke, M., Ashenafi, L., & Thornicroft, G. (2014). Stigma and discrimination related to mental illness in low- and middle-income countries. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 24(5), 382–394. <https://doi.org/10.1017/S2045796015000359>
- Soebiantoro, J. (2017). Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Intensif Terhadap Stigma pada

- Pengguna Layanan Kesehatan Mental. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v2i12017.1-21>
- Sukardi. (2013). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya* (pp. 57–58). PT. Bumi Aksara.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syafitri, D. U. (2019). *Literasi Kesehatan Mental pada Mahasiswa di Kota Semarang* (Vol. 5, Issue 1).
- Syafitri, D. U., & Kusumaningsih, L. P. S. (2021). Sikap terhadap bantuan psikologis (tatap muka dan daring) ditinjau dari penyembunyian diri, harapan pengungkapan, dan stigma diri pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 9(1), 84. <https://doi.org/10.22219/jipt.v9i1.14151>
- Uwakwe, R., & Otakpor, A. (2014). Public mental health - using the Mental Health Gap Action Program to put all hands to the pumps. *Frontiers in Public Health*, 2(APR), 1–5. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2014.00033>
- Widodo, A., Prabandari, Y. S., Sudiyanto, A., & Rahmat, I. (2019). Increasing the Quality of Life of Post Shackling Patients Through Multilevel Health Promotion of Shackling Prevention. *Bali Medical Journal*, 8(2), 678. <https://doi.org/10.15562/bmj.v8i2.1470>