

**Peran Literasi Kesehatan Mental Sebagai Moderator Hubungan  
Kecenderungan Depresi Terhadap Intensi Pencarian Bantuan Telepsikologi  
Pada Mahasiswa**

***Raissa Rahma Nadhira<sup>1</sup>, Arum Febriani<sup>2</sup>***

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta

\*Corresponding Author: [nadhiraey@mail.ugm.ac.id](mailto:nadhiraey@mail.ugm.ac.id)

**Abstract.** The Covid-19 pandemic has led to an increase in mental health problems which has led to an increase in the number of telepsychology consultations compared to previous years. One of the most common mental health problems is depression, which is also a factor in individuals seeking help. In addition, mental health literacy is also an influencing factor. This study tries to find out whether mental health literacy can moderate the relationship between depressive tendencies and the intention to seek telepsychology assistance in university students. University students are one that has a fairly high risk of depression considering the heavy academic load and the current pandemic situation. In this study, the selected participants were individuals aged 18-24 years and active as undergraduate students. As a result, mental health literacy is not proven to be a moderator of the relationship between depressive tendencies and the intention to seek telepsychology. There is a possibility that this is caused by the young adult population who prefer to seek help informally more, individual's low trust in privacy and outcomes of digital psychotherapy, and fears of threats to the self-identity of individuals who admit to having depression.

**Keywords:** *Help-seeking behaviour intention, telepsychology, depression tendencies, mental health literacy, undergraduate students.*

**Abstrak.** Pandemi Covid-19 telah menyebabkan adanya peningkatan masalah kesehatan mental yang merujuk pada peningkatan jumlah konsultasi telepsikologi dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Salah satu masalah kesehatan mental yang umum dialami adalah depresi yang juga menjadi salah satu faktor individu mencari bantuan. Selain itu, literasi kesehatan mental juga turut menjadi faktor yang mempengaruhi. Penelitian ini mencoba untuk mencari tahu apakah literasi kesehatan mental dapat memoderasi hubungan kecenderungan depresi terhadap intensi pencarian bantuan telepsikologi pada mahasiswa. Mahasiswa dinilai menjadi salah satu yang memiliki risiko depresi yang cukup tinggi mengingat beratnya beban akademik dan keadaan pandemi yang terjadi. Dalam penelitian ini, partisipan yang dipilih merupakan individu yang berusia 18 - 24 tahun dan aktif sebagai mahasiswa S1. Hasilnya, literasi kesehatan mental tidak terbukti dapat menjadi moderator hubungan kecenderungan depresi dan intensi pencarian bantuan telepsikologi. Ada kemungkinan hal ini disebabkan oleh populasi dewasa muda yang lebih suka mencari bantuan secara informal, rendahnya rasa percaya individu pada privasi dan hasil psikoterapi digital, dan adanya kekhawatiran ancaman bagi identitas diri individu yang mengaku memiliki depresi.

**Keywords:** *Intensi pencarian bantuan, telepsikologi, kecenderungan depresi, literasi kesehatan mental, mahasiswa S1.*