

INTISARI

Latar Belakang: Literasi kesehatan mental merupakan lini pertama untuk seseorang mengenal kesehatan mental hingga mereka mencari pertolongan psikologis profesional. Kedua hal ini menjadi poin yang penting dan menarik untuk diteliti terlebih pada kalangan mahasiswa. Hal ini dikarenakan kondisi kesehatan mahasiswa perlu untuk diperhatikan dengan maraknya kasus kesehatan mental di usia tersebut.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan antara literasi kesehatan mental dengan perilaku pencarian pertolongan psikologis profesional pada mahasiswa kluster kesehatan dan non-kesehatan.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian adalah 165 mahasiswa Universitas Gadjah Mada yang dipilih secara *stratified random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner Mental Health Literacy Questionnaire (MHLq) dan *Mental Help Seeking Intention Scale* (MHSIS). Analisis data menggunakan uji *Spearman's rho* dengan koefisien korelasi = 0,530 dan nilai signifikansi $p < 0,05$.

Hasil: Sebagian besar responden memiliki literasi kesehatan mental tinggi (98,8%) dan pencarian pertolongan psikologis profesional sedang (64,8%). Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan signifikan antara literasi kesehatan mental dengan pencarian pertolongan psikologis profesional ($p = 0,344$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan mental dengan pencarian pertolongan psikologis profesional pada mahasiswa kesehatan dan non-kesehatan tetapi memiliki kekuatan yang berbeda antar kluster.

Kata kunci: Kesehatan Mental, Literasi Kesehatan Mental, Pencarian Pertolongan Psikologis Profesional, Mahasiswa

ABSTRACT

Background: Mental health literacy is crucial for recognizing mental health issues before seeking professional psychological help. This is an important and interesting area of research, particularly among students, as their health conditions must be taken into account given the rise of mental health cases at that age.

Aims: To explore the relationship between mental health literacy and professional psychological help-seeking behavior in student populations in both health and non-health clusters.

Methods: A quantitative study with a cross sectional approach. The study sample consisted of 165 Gadjah Mada University students selected by stratified random sampling. The research instrument used the Mental Health Literacy Questionnaire (MHLq) and *Mental Help Seeking Intention Scale* (MHSIS). Data analysis used the *Spearman's rho* test with correlation coefficient = 0,530 and a significance value of $p < 0.05$.

Results: Most respondents had high mental health literacy (98.8%) and moderate professional psychological help-seeking behavior (64.8%). Statistical test results showed significant relationship between mental health literacy and seeking professional psychological help ($p = 0.344$).

Conclusion: There was a significant association between mental health literacy and seeking professional psychological help among health and non-health students but with different strengths.

Keywords: Mental health, Mental health literacy, Professional help seeking, Students