

**PERAN LITERASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP SIKAP
MENCARI BANTUAN PADA MAHASISWA STEM: STIGMA DIRI
SEBAGAI MEDIATOR**

Rindang Ajeng Fitria¹, Wulan Nur Jatmika²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada

Jalan Sosio Humaniora 1, Bulaksumur, Yogyakarta 55281, Indonesia

Email : rindang.ajeng0703@mail.ugm.ac.id¹, wulan.nur.j@mail.ugm.ac.id²

Abstrak.

Sikap mencari bantuan merupakan penilaian yang dimiliki individu terkait perilaku mencari bantuan. Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi sikap terkait pencarian bantuan pada mahasiswa, antara lain keyakinan yang dimiliki terkait kesehatan mental dan aspek afektif-normatif yang dimiliki mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengukur peran literasi kesehatan mental terhadap sikap terkait pencarian bantuan khususnya pada mahasiswa STEM dengan stigma diri sebagai mediator. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode pengambilan data berupa survei. Penelitian ini menggunakan tiga instrumen pengukuran, antara lain *Attitudes Toward Psychological Professional Help -Short Form (ATSPPH-SF)*, *Multicomponent Mental Health Literacy Measures (MMHLM)*, dan *Internalized Stigma of Mental Illness Inventory-9 (ISMI-9)*. Partisipan yang diperoleh dari penelitian ini berjumlah 116 dengan rentang usia 18-22 tahun yang berasal dari beberapa perguruan tinggi di Indonesia. Hasil analisis mediasi menggunakan *re-sample bootstrapping* 5000 menunjukkan adanya efek langsung yang signifikan dari literasi kesehatan mental terhadap sikap terkait pencarian bantuan ($\beta = 0.513, p < 0.01$). Akan tetapi, dalam penelitian ini ditemukan bahwa stigma diri tidak menjadi mediator antara literasi kesehatan mental dan sikap pencarian bantuan ($\beta = 0.004, p = 0.828$). Penelitian ini diharapkan menjadi perhatian bagi institusi mengenai masalah pencarian bantuan psikologis pada mahasiswa dengan edukasi literasi kesehatan mental.

Kata kunci: Mahasiswa, Help-Seeking Attitudes, Mental Health Literacy, Self-Stigma.

Abstract.

The attitude towards seeking help is an evaluation possessed by individuals regarding the behaviour of seeking help. There are several factors that can influence attitudes related to seeking help among students, including their beliefs about mental health and their affective-normative aspects. Therefore, this study aims to measure the role of mental health literacy on attitudes towards help-seeking among STEM students with self-stigma as a mediator. The approach used in this study is quantitative with a survey method of data collection. This study used three measurement instruments, namely Attitudes Toward Psychological Professional Help -Short Form (ATSPPH-SF), Multicomponent Mental Health Literacy Measures (MMHLM), and Internalized Stigma of Mental Illness Inventory-9 (ISMI-9). There were 116 participants in this study, aged 18-22 years, from several universities in Indonesia. The results of the analysis using 5000 re-sample bootstrapping showed a significant direct effect of mental health literacy on attitudes toward seeking help ($\beta = 0.513$, $p < 0.01$). However, this study found that self-stigma did not successfully mediate between mental health literacy and attitudes toward seeking help ($\beta = 0.004$, $p = 0.828$). This study is expected to draw attention to institutions regarding the issue of seeking psychological assistance among students with mental health literacy education.

Keyword: STEM students, Help-Seeking Attitudes, Mental Health Literacy, Self-Stigma