

Peran Literasi Kesehatan Mental Terhadap Perilaku Mencari Bantuan dengan Strategi Koping Sebagai Moderator

Auwalia Ramadhani¹, Satwika Rahapsari²

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

*Corresponding Author: Auwalia.ramadhani@mail.ugm.ac.id

Abstract. The cases of mental disorders and drug abuse increase in productive age, 15-21 years, or often referred to as generation Z. The increasing prevalence of mental disorders and drug abuse is unfortunately not followed by an increase in the use of mental health care. In Indonesia, only 5.9% of individuals of access mental health care. This study was conducted to find the significance of mental health literacy supported by coping strategies (problem focused coping and emotional focused coping) as moderator for seeking professional help behavior. The method used is a field survey with sampling using the slovin method. The number of respondents involved in this study was 338 students from various universities in Yogyakarta. Multiple regression analysis is used to test the hypothesis in this study. The results showed that mental health literacy supported by problem focused coping and emotion focused coping did not predict formal help-seeking behavior ($F = .188; p > 0.05$). In conclusion, students with high mental health literacy but having a preference for problem-focused coping and emotion-focused coping strategies have a small tendency to seek help to access professional mental health stakeholders.

Keywords: Mental Health Literacy; Help Seeking Behavior; Coping Strategy; Student.

Abstrak. Kasus gangguan mental dan penyalahgunaan obat meningkat pada usia produktif, yaitu pada usia 15-21 tahun. meningkatnya prevalensi gangguan mental dan penyalahgunaan obat tersebut sayangnya tidak diikuti dengan meningkatnya perawatan kesehatan mental. Di Indonesia, hanya 5.9% individu pada usia tersebut yang mengakses perawatan kesehatan mental. Penelitian ini dilakukan untuk menemukan signifikansi literasi kesehatan mental dengan strategi koping sebagai moderator terhadap perilaku mencari bantuan profesional. Metode yang digunakan adalah survei lapangan dengan pengambilan sampel menggunakan metode slovin. Jumlah responden yang terlibat pada penelitian ini adalah 338 mahasiswa dari berbagai universitas yang ada di Yogyakarta. Hasil analisis regresi berganda yang digunakan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental yang didukung dengan strategi koping (*problem focused coping* dan *emotion focused coping*) tidak memprediksi perilaku mencari bantuan formal ($F=.188; p>0.05$). Kesimpulannya, mahasiswa dengan literasi kesehatan mental yang tinggi namun memiliki preferensi strategi *problem focused coping* dan *emotion focused coping* memiliki kecenderungan yang kecil untuk melakukan pencarian bantuan ke akses kesehatan mental formal.

Keywords: Literasi Kesehatan Mental; Perilaku Mencari Bantuan; Strategi Koping; Mahasiswa