

NARRATIVE REVIEW: HUBUNGAN LITERASI KESEHATAN MENTAL DAN INTENSI MENCARI BANTUAN PADA REMAJA

Mar'ati Indah Pakerti

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

Email: marati.indah.pakerti-2018@psikologi.unair.ac.id

Abstract

Adolescents are vulnerable to mental health problems due to the changes experienced during the transition from childhood to adulthood. However, adolescents intention to seek professional's help for their mental health problems is still at low level, which is reported to be closely related to low levels of mental health literacy. Therefore, a narrative review was conducted regarding the relationship between mental health literacy and intention to seek mental health professionals help in adolescents. The literature analysis showed mixed results.

Keyword: Help-Seeking Intention, Mental Health Literacy, Adolescent

Abstrak

Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami masalah dengan kesehatan mentalnya akibat berbagai perubahan yang dialami selama masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Meski demikian, intensi remaja untuk mencari bantuan profesional atas masalah kesehatan mental mereka masih rendah yang diduga berkaitan erat dengan rendahnya tingkat literasi kesehatan mental. Oleh karenanya, dilakukan telaah literatur secara naratif mengenai hubungan literasi kesehatan mental dengan intensi mencari bantuan profesional kesehatan mental pada remaja, analisis literatur menunjukkan hasil yang beragam.

Kata Kunci: Intensi Mencari Bantuan, Literasi Kesehatan Mental, Remaja

Diserahkan: 05-05-2023;

Diterima: 10-05-2023;

Diterbitkan: 20-05-2023

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan pada aspek biologis, kognitif, serta sosioemosional (Santrock, 2007). Pada masa ini, terjadi perubahan-perubahan pada aspek fisik, emosional, hingga tuntutan sosial sehingga menimbulkan stres yang mengakibatkan remaja menjadi rentan terhadap masalah kesehatan mental (Blakemore, 2018). Terlebih, remaja belum mampu melakukan koping yang adaptif akibat perkembangan otak yang belum sempurna sehingga mereka akan merasa kewalahan ketika terpapar stressor terus-menerus (Roberts & Lopez-Duran, 2019). Jika tidak segera diantisipasi, masalah ini dapat berdampak negatif pada hasil akademik, kehidupan sosial, hingga keberfungsian remaja di lingkungannya (Green dkk.,

2005; Pompili dkk., 2012; Riegler dkk., 2017; Yeshanew, Belete & Necho, 2020) yang akan cenderung bertahan hingga usia dewasa (Ford dkk., 2007).

World Health Organization (WHO; 2018) mengemukakan bahwa gangguan mental menyumbang sebanyak 16% dari beban penyakit global dan cedera pada orang yang berusia 10-19 tahun. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan peningkatan sebesar 6% dibandingkan tahun 2013 pada prevalensi masalah mental emosional penduduk Indonesia yang berusia lebih dari 15 tahun. Temuan terbaru, laporan *The Indonesia–National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) tahun 2022 menunjukkan sebanyak 2,45 juta remaja Indonesia berusia 10-17 tahun termasuk dalam kelompok orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). Meski demikian, kondisi-kondisi tersebut tidak diimbangi dengan keinginan remaja untuk mencari bantuan profesional kesehatan mental atau adanya kecenderungan menunda pencarian bantuan (Cakar & Savi, 2014; Corry & Leavey, 2017).

Survei *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* (AACAP) pada tahun 2012 menunjukkan hanya sekitar 20% remaja dengan gangguan mental yang mengakses layanan kesehatan mental. Pada tahun 2016, penelitian serupa yang dilakukan oleh *Child and Adolescent Mental Health Services* (CAMHS) juga menemukan sebanyak 75% remaja dengan masalah mental tidak terhubung dengan layanan kesehatan mental. Survei lain dari NHS Digital menunjukkan bahwa sepanjang pertengahan tahun 2020 hingga awal 2021, dua dari tiga anak muda dengan masalah kesehatan mental tidak mencari bantuan profesional. Sebagai tambahan, laporan I-NAMHS (2022) juga mencatat hanya 2,6% remaja dengan masalah kesehatan mental yang menggunakan fasilitas kesehatan mental atau layanan konseling untuk membantu masalah emosi dan perilaku yang mereka alami, walaupun pemerintah Indonesia telah meningkatkan akses ke berbagai fasilitas kesehatan. Hal ini mengindikasikan bahwa keinginan atau intensi remaja untuk mengakses bantuan dari profesional kesehatan mental masih rendah.

Data-data di atas sejalan dengan temuan Reavley dan kawan-kawan (2010) yang mendapati bahwa remaja merupakan kelompok yang paling enggan mencari bantuan di antara kelompok usia lainnya. Padahal, intensi mencari bantuan dapat meningkatkan probabilitas terjadinya perilaku mencari bantuan yang sebenarnya (*actual help-seeking behavior*) di masa depan yang efektif mengurangi faktor risiko kesehatan mental maupun gejala gangguan mental serta meningkatkan keterampilan remaja untuk mengelola dirinya sendiri dalam kehidupan sehari-hari (*daily functioning*) (Weisz dkk., 1987; Oud dkk., 2019; Dickson dkk., 2022). Dengan adanya intensi, individu menjadi termotivasi untuk melakukan perilaku mencari bantuan yang sebenarnya dengan bertindak menggunakan layanan kesehatan mental di kemudian hari (Husky, 2011). Semakin rendah intensi individu untuk mencari bantuan profesional berkaitan pula dengan rendahnya perilaku mencari bantuan yang sebenarnya (Li dkk., 2022).

Intensi mencari bantuan profesional kesehatan mental didefinisikan sebagai suatu rencana sadar yang mendorong individu untuk mengkomunikasikan masalahnya agar mendapatkan dukungan, saran, atau bantuan kepada profesional kesehatan mental dengan harapan dapat mengurangi masalah mental yang dialami (White, Clough & Casey, 2018).

Munculnya intensi mencari bantuan harus diawali dengan pengidentifikasian adanya gejala gangguan mental yang dikonseptualisasikan oleh individu sebagai indikasi bahwa terjadi masalah dengan kesehatan mentalnya. Jika gejala tersebut tidak dianggap sebagai petunjuk adanya masalah dengan kesehatan mental, individu mungkin tidak menyadari bahwa dirinya membutuhkan bantuan profesional. Oleh karenanya, individu harus terlebih dahulu mengidentifikasi tanda-tanda yang ia rasakan sebagai gejala dari gangguan mental (McLaren, dkk., 2023). Pada proses ini, penting bagi individu untuk memiliki pengetahuan yang memadai terkait kesehatan mental sehingga ia dapat mengenali gejala-gejala yang merujuk pada suatu masalah kesehatan mental (Smith & Shochet 2011). Pada akhirnya kesadaran ini dapat mendorong individu memiliki intensi (adanya rencana yang disadari) untuk mencari bantuan profesional kesehatan mental.

Informasi kesehatan mental yang dimiliki individu dikemukakan oleh Jorm, Korten, Jacomb, Christensen, Rodgers dan Pollitt (1997) sebagai literasi kesehatan mental, yakni pengetahuan dan keyakinan mengenai gangguan mental yang dapat membantu pengenalan, pengelolaan, serta pencegahan gangguan mental. Literasi kesehatan mental meliputi : (a) kemampuan untuk mengenali gangguan tertentu atau berbagai jenis tekanan psikologis, (b) pengetahuan mengenai cara mencari informasi kesehatan mental, (c) pengetahuan dan keyakinan tentang penyebab dan faktor risiko, (d) pengetahuan dan keyakinan tentang intervensi atau perawatan diri sendiri dan bantuan profesional yang tersedia, dan (e) sikap yang mendorong pengenalan dan pencarian bantuan yang tepat. Pengenalan gangguan kesehatan mental dapat membantu individu yang memiliki indikasi mengalami gangguan mental agar tergerak untuk mencari bantuan dan dapat segera tertangani oleh tenaga kesehatan mental profesional. Tidak hanya itu, melalui literasi kesehatan mental individu juga dapat melakukan strategi menolong diri sendiri (*self-help*) untuk mengatasi masalah yang dirasakan. Dengan pengetahuan dan kemampuan terkait kesehatan mental, individu mengetahui cara memberikan pertolongan pertama kesehatan mental (*mental health first aid*) dan dukungan kepada orang lain yang juga mengalami masalah dengan kesehatan mentalnya (Jorm, 2012). Semakin tinggi tingkat literasi kesehatan mental, maka pengenalan dini dan intervensi yang tepat terhadap gangguan kesehatan mental akan lebih mungkin untuk dilakukan, termasuk menjangkau profesional kesehatan mental jika individu sudah menyadari kebutuhannya untuk mendapat pertolongan. Inilah mengapa intensi mencari bantuan kerap dikaitkan dengan tingkat literasi kesehatan mental yang lebih tinggi.

Studi terkait pemahaman kesehatan mental yang dilakukan Novianty (2017) mengindikasikan literasi kesehatan mental di kalangan masyarakat Indonesia masih rendah. Hal ini ditandai dengan sedikitnya pengenalan gangguan mental, adanya anggapan bahwa gangguan mental disebabkan oleh tekanan hidup sehari-hari atau faktor sosial, hingga tipe bantuan informal (bercerita dengan teman/keluarga atau beribadah) yang cenderung dilakukan oleh individu. Pada remaja, penelitian mengenai literasi kesehatan mental oleh Asyanti dan Karyani (2017) serta Ahmad dan kawan-kawan (2021) mendapati sebagian besar responden tidak dapat menjawab dengan benar pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan pengenalan dan prevensi gangguan mental. Dengan

demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa literasi kesehatan mental di kalangan remaja masih rendah sehingga diprediksi intensi mencari bantuan profesional kesehatan mental pada remaja juga rendah. Berdasarkan temuan dan pemaparan di atas, peneliti melakukan studi literatur guna mengumpulkan dan menganalisa artikel penelitian yang membahas hubungan literasi kesehatan mental dengan intensi mencari bantuan profesional kesehatan mental pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *narrative review* dengan merangkum berbagai literatur yang relevan dengan topik penelitian. Pencarian literatur dilakukan melalui *database Google Scholar*, *Scopus* dan *ScienceDirect*. Kata kunci yang digunakan pada kolom pencarian meliputi *mental health literacy*, *help-seeking intentions* dan *adolescents* dengan menambahkan “AND” sebagai *boolean search operator* untuk mengkombinasikan aspek yang berbeda sebagai kata kunci pencarian sehingga mempersempit dokumen yang akan didapat. Kriteria inklusi terdiri dari studi yang diterbitkan dalam waktu 10 tahun terakhir (2013-2023) menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris serta subjek penelitian adalah remaja. Sedangkan kriteria eksklusi adalah studi terhadap perilaku mencari bantuan dan subjek penelitian dewasa. Peneliti melakukan pencarian artikel, kemudian membaca abstrak dari masing-masing artikel, memilih artikel yang paling sesuai dengan topik penelitian dan terakhir melakukan analisis pada artikel yang dipilih.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan penelusuran artikel ilmiah melalui kanal *Google Scholar*, *Scopus* dan *ScienceDirect*, ditemukan 3 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi dari 1.358 artikel dan penelitian yang dipublikasikan antara tahun 2013 hingga 2023. Seluruh artikel yang akan dianalisis merupakan studi kuantitatif.

Analisis pertama mengkaji penelitian yang dilakukan Ratnayake & Hyde (2019) yang bertujuan menyelidiki hubungan antara literasi kesehatan mental, intensi mencari bantuan dan kesejahteraan (*well-being*) pada siswa SMA. Partisipan berjumlah 32 siswa (22 perempuan, 10 laki-laki) berusia 16-18 tahun. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner mengenai literasi kesehatan mental, *well-being*, sikap terhadap pencarian bantuan dan intensi mencari bantuan. Hasil penelitian menunjukkan literasi kesehatan mental tidak berkorelasi secara signifikan dengan intensi mencari bantuan untuk masalah personal/emosional atau ide bunuh diri. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh ukuran sampel penelitian yang kecil dan homogenitas partisipan atau adanya bias (adanya kemungkinan bahwa siswa dengan sikap yang lebih baik terhadap pengetahuan kesehatan mental lebih termotivasi untuk berpartisipasi).

Berbeda dengan analisis kedua pada studi yang dilakukan Pearson dan Hyde (2021) dengan menyelidiki hubungan prediktif antara faktor-faktor yang mempengaruhi pencarian bantuan. Penelitian dilakukan pada 172 siswa SMA di Australia (111 perempuan, 61 laki-laki) yang berusia 15 hingga 17,5 tahun. Pengumpulan data dilakukan

menggunakan survei yang mengukur literasi kesehatan mental, aksesibilitas layanan bantuan kesehatan mental, intensi mencari bantuan dan perilaku mencari bantuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental secara signifikan berkorelasi lemah dengan intensi mencari bantuan ($r = 0,17$; $p < 0,5$). Literasi kesehatan mental merupakan prediktor yang signifikan terhadap intensi mencari bantuan. Temuan ini mendukung konsep *Reasoned Action Approach* (RAA) (dikemukakan oleh Ajzen & Albarracín pada tahun 2007) yang memprediksi perilaku individu berdasarkan intensi atau niat yang ia miliki. Hal ini mengindikasikan pentingnya pengetahuan kesehatan mental dalam meningkatkan intensi untuk mencari bantuan.

Terakhir, analisis dari penelitian Goodfellow, Sosu, Macintyre dan Knifton (2021) yang menyelidiki asosiasi antara literasi kesehatan mental, stigma dan pencarian bantuan kesehatan mental melalui sumber informal maupun formal pada siswa SMA di Skotlandia. Metode penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional survey* terhadap 734 partisipan berusia 12 hingga 17 tahun (52% perempuan, 48% laki-laki). Peserta diminta untuk menyelesaikan serangkaian tindakan yang berfokus pada literasi kesehatan mental, tingkat stigma pribadi dan persepsi, serta intensi mencari bantuan. Pada hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara literasi kesehatan mental dengan intensi mencari bantuan. Individu dengan kemampuan yang lebih besar untuk mengidentifikasi masalah kesehatan mentalnya (mampu menentukan mana yang termasuk dan yang bukan masalah kesehatan mental) berkaitan dengan semakin berkurangnya intensi untuk mencari bantuan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang bertujuan meningkatkan literasi dan pencarian bantuan perlu mendorong pengetahuan yang berhubungan dengan peningkatan pencarian bantuan di kalangan remaja, seperti informasi mengenai keefektifan bantuan profesional kesehatan mental terhadap pengelolaan masalah mereka.

Meskipun hasil dari ketiga penelitian tersebut berbeda, peneliti meyakini bahwa dengan memiliki pengetahuan akan kesehatan mental yang memadai, individu akan menyadari gejala gangguan mental yang dirasakan sehingga tergerak untuk menjangkau profesional kesehatan mental, sesuai yang dikemukakan oleh McLaren dan kawan-kawan (2023). Individu yang memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang lebih tinggi memiliki pengetahuan yang membantu dalam mengenali gejala gangguan mental, memahami faktor risiko maupun faktor penyebab gangguan mental, serta mengetahui langkah yang dapat dilakukan terhadap masalah kesehatan mental yang dialami, termasuk meminta bantuan kepada tenaga profesional kesehatan mental (O'Connor & Casey, 2015; Jorm, 1997). Kutcher, Wei dan Coniglio (2016) menambahkan literasi kesehatan mental juga meliputi pemahaman tentang cara mendapatkan dan mempertahankan kesehatan mental yang positif, pemahaman akan gangguan mental beserta pengobatannya, penurunan stigma terkait gangguan mental, hingga peningkatan efektivitas pencarian bantuan profesional (individu mengetahui kapan dan di mana mencari bantuan serta mampu mengembangkan kemampuan manajemen diri untuk merawat kesehatan mentalnya sendiri).

Lubman dan kawan-kawan (2017) mendapati rendahnya tingkat literasi kesehatan mental menandakan kurangnya kesadaran remaja dalam mengenali gejala gangguan mental yang mungkin dialami. Hal ini menyebabkan mereka tidak menyadari bahwa mereka perlu mendapatkan bantuan dari tenaga profesional kesehatan mental maupun layanan kesehatan mental yang tersedia. Akhirnya, remaja tidak mengungkapkan kebutuhan terhadap bantuan profesional kesehatan mental karena ketidaktahuan akan gangguan mental. Dengan memiliki pemahaman terkait kesehatan mental yang lebih memadai, remaja yang merasa mengalami masalah dengan kesehatan mentalnya akan cenderung memiliki niat dan kesiapan untuk menjangkau bantuan profesional kesehatan mental. Konsisten dengan ini, studi yang dilakukan Smith dan Shochet (2011) menunjukkan tingkat literasi yang tinggi dapat meningkatkan intensi individu untuk mencari bantuan terhadap gejala gangguan mental atau masalah kesehatan mental yang dirasakan. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat literasi kesehatan mental yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi pula kemungkinan individu untuk berkeinginan mencari bantuan profesional kesehatan mental di kemudian hari (Fischer dan Farina, 1995 dalam Cheng dkk., 2018; Gorczynski dkk., 2017; Waldmann dkk., 2019). Lebih lanjut lagi, Kalkbrenner, Sink dan Smith (2020) menemukan tingkat literasi kesehatan mental yang lebih tinggi pada remaja memungkinkan mereka untuk mengarahkan teman sebayanya kepada layanan konseling yang tersedia untuk mendapatkan bantuan atas masalah kesehatan mental yang dialami.

KESIMPULAN

Berdasarkan tinjauan literatur yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bervariasi antara literasi kesehatan mental dengan intensi mencari bantuan pada remaja. Meski demikian, peneliti meyakini bahwa literasi kesehatan mental berkorelasi positif dengan intensi mencari bantuan, semakin tinggi tingkat literasi literasi kesehatan mental maka semakin meningkat pula intensi mencari bantuan yang dimiliki remaja. Hal ini dikarenakan dengan literasi kesehatan mental remaja dapat mengenali gejala gangguan mental yang dirasakan, menyatakan kebutuhan mereka akan bantuan profesional kesehatan mental, telah mengetahui sumber bantuan yang dapat diakses, yang pada akhirnya akan mendorong remaja untuk merencanakan pencarian bantuan yang sebenarnya di masa depan.

BIBLIOGRAFI

- Ahmad, Aftab, Salve, Harshal Ramesh, Nongkynrih, Baridalyne, Sagar, Rajesh, & Krishnan, Anand. (2021). Mental health literacy among adolescents: Evidence from a community-based study in Delhi. *International Journal of Social Psychiatry*, 68(4), 791–797. <https://doi.org/10.1177/00207640211006155>
- Asyanti, Setia, & Karyani, Usmi. (2017). *Mental Health Literacy Among Youth in Surakarta*. 133, 12–16. <https://doi.org/10.2991/acpch-17.2018.24>
- Blakemore, Sarah Jayne. (2018). Avoiding Social Risk in Adolescence. *Current Directions in Psychological Science*, 27(2), 116–122. <https://doi.org/10.1177/0963721417738144>
- Cakar, Firdevs Savi, & Savi, Sevil. (2014). An Exploratory Study of Adolescent's Help-Seeking Sources. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 159, 610–614. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.434>
- Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health. (2022). *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Report*.
- Cheng, Hsiu Lan, Wang, Cixin, McDermott, Ryon C., Kridel, Matthew, & Rislin, Jamey Leeanne. (2018). Self-Stigma, Mental Health Literacy, and Attitudes Toward Seeking Psychological Help. *Journal of Counseling and Development*, 96(1), 64–74. <https://doi.org/10.1002/jcad.12178>
- Corry, Dagmar Anna S., & Leavey, Gerard. (2017). Adolescent trust and primary care: Help-seeking for emotional and psychological difficulties. *Journal of Adolescence*, 54, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.11.003>
- Dickson, Sophie J., Kuhnert, Rebecca Lee, Lavell, Cassie H., & Rapee, Ronald M. (2022). Impact of Psychotherapy for Children and Adolescents with Anxiety Disorders on Global and Domain-Specific Functioning: A Systematic Review and Meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, (0123456789). <https://doi.org/10.1007/s10567-022-00402-7>
- Ford, Tamsin, Collishaw, Stephan, Meltzer, Howard, & Goodman, Robert. (2007). A prospective study of childhood psychopathology: Independent predictors of change over three years. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 42(12), 953–961. <https://doi.org/10.1007/s00127-007-0272-2>
- Goodfellow, Claire, Sosu, Edward, Macintyre, Anna, & Knifton, Lee. (2021). *Mental health literacy and adolescent help-seeking: the mediating and moderating effects of personal and perceived stigmas*. Retrieved from <http://eprints.gla.ac.uk/232693/>
- Gorczynski, Paul, Sims-schouten, Wendy, Hill, Denise, & Wilson, Janet Clare. (2017). Examining mental health literacy, help seeking behaviours, and mental health outcomes in UK university students. *Journal of Mental Health Training, Education and Practice*, 12(2), 111–120. <https://doi.org/10.1108/JMHTEP-05-2016-0027>
- Green, Hazel, McGinnity, Aine, Meltzer, Howard, Ford, Tamsin, & Goodman, Robert. (2005). *Mental Health of Children and Young People in Great Britain, 2004*. Office for National Statistics. Retrieved from <https://files.digital.nhs.uk/publicationimport/pub06xxx/pub06116/ment-heal-child-young-peop-gb-2004-rep1.pdf>
- Husky, Mathilde. (2011). Help-Seeking. In *Encyclopedia of Adolescence* (pp. 1288–1294). <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1695-2>
- Jorm, Anthony F. (2012). Mental health literacy; empowering the community to take

- action for better mental health. *American Psychologist*, 67(3), 231–243. <https://doi.org/10.1037/a0025957>
- Jorm, Anthony F., Korten, Ailsa E., Jacomb, Patricia A., Christensen, Helen, Rodgers, Bryan, & Pollitt, Penelope. (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>
- Kalkbrenner, Michael T., Sink, Christopher A., & Smith, Jessica L. (2020). Mental Health Literacy and Peer-to-Peer Counseling Referrals Among Community College Students. *Journal of Counseling and Development*, 98(2), 172–182. <https://doi.org/10.1002/jcad.12311>
- Kutcher, Stan, Wei, Yifeng, & Coniglio, Connie. (2016). Mental health literacy: Past, present, and future. *Canadian Journal of Psychiatry*, 61(3), 154–158. <https://doi.org/10.1177/0706743715616609>
- Li, Xin Yi, Liu, Qian, Chen, Pan, Ruan, Juan, Gong, Xuan, Luo, Dan, Zhou, Yang, Yin, Cong, Wang, Xiao Qin, Liu, Lianzhong, & Yang, Bing Xiang. (2022). Predictors of Professional Help-Seeking Intention Toward Depression Among Community-Dwelling Populations: A Structural Equation Modeling Analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 13(February), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.801231>
- Lubman, D. I., Cheetham, A., Jorm, A. F., Berridge, B. J., Wilson, C., Blee, F., McKay-Brown, L., Allen, N., & Proimos, J. (2017). Australian adolescents’ beliefs and help-seeking intentions towards peers experiencing symptoms of depression and alcohol misuse. *BMC Public Health*, 17(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4655-3>
- Martini, Richard, Hilt, Robert, Marx, Larry, Chenven, Mark, Naylor, Michael, Sarvet, Barry, & Kroeger Ptakowski, Kristin. (2012). Best Principles for Integration of Child Psychiatry into the Pediatric Health Home. In *American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*.
- McLaren, Thomas, Peter, Lina Jolien, Tomczyk, Samuel, Muehlan, Holger, Schomerus, Georg, & Schmidt, Silke. (2023). The Seeking Mental Health Care model: prediction of help-seeking for depressive symptoms by stigma and mental illness representations. *BMC Public Health*, 23(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14937-5>
- Murphy, Roseannah. (2016). *Child and Adolescent Mental Health – Trends and Key Issues*. Retrieved from http://www.parliament.scot/ResearchBriefingsAndFactsheets/S5/SB_16-76_Child_and_Adolescent_Mental_Health_Trends_and_Key_Issues.pdf
- NHS Digital. (2021). *Mental Health of Children and Young People in England, 2021: Wave 2 follow up to the 2017 survey Published*. (September), 48.
- Novianty, Anita. (2017). Literasi Kesehatan Mental: Pengetahuan dan Persepsi Publik mengenai Gangguan Mental. *Analitika*, 9(2), 68. <https://doi.org/10.31289/analitika.v9i2.1136>
- O’Connor, Matt, & Casey, Leanne. (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>
- Oud, Matthijs, de Winter, Lars, Vermeulen-Smit, Evelien, Bodden, Denise, Nauta, Maaike, Stone, Lisanne, van den Heuvel, Marieke, Taher, Reham Al, de Graaf, Ireen, Kendall, Tim, Engels, Rutger, & Stikkelbroek, Yvonne. (2019). Effectiveness

- of CBT for children and adolescents with depression: A systematic review and meta-regression analysis. *European Psychiatry*, 57, 33–45. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2018.12.008>
- Pearson, Sarah, & Hyde, Chelsea. (2021). Influences on adolescent help-seeking for mental health problems. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 31(1), 110–121. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.28>
- Pompili, Maurizio, Serafini, Gianluca, Innamorati, Marco, Biondi, Massimo, Siracusano, Alberto, Di Giannantonio, Massimo, Giupponi, Giancarlo, Amore, Mario, Lester, David, Girardi, Paolo, & Möller-Leimkühler, Anne Maria. (2012). Substance abuse and suicide risk among adolescents. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 262(6), 469–485. <https://doi.org/10.1007/s00406-012-0292-0>
- Ratnayake, Prishini, & Hyde, Chelsea. (2019). Mental Health Literacy, Help-Seeking Behaviour and Wellbeing in Young People: Implications for Practice. *Educational and Developmental Psychologist*, 36(1), 16–21. <https://doi.org/10.1017/edp.2019.1>
- Reavley, Nicola J., Cvetkovski, Stefan, Jorm, Anthony F., & Lubman, Dan I. (2010). Help-seeking for substance use, anxiety and affective disorders among young people: Results from the 2007 Australian national survey of mental health and wellbeing. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 44(8), 729–735. <https://doi.org/10.3109/00048671003705458>
- Riegler, Anita, Völkl-Kernstock, Sabine, Lesch, Otto, Walter, Henriette, & Skala, Katrin. (2017). Attention deficit hyperactivity disorder and substance abuse: An investigation in young Austrian males. *Journal of Affective Disorders*, 217, 60–65. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.03.072>
- Riskesdas. (2018). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved May 4, 2021, from <https://www.kemkes.go.id/article/view/19030400005/perlu-kepedulian-untuk-kendalikan-masalah-kesehatan-jiwa.html>
- Roberts, Andrea G., & Lopez-Duran, Nestor L. (2019). Developmental influences on stress response systems: Implications for psychopathology vulnerability in adolescence. *Comprehensive Psychiatry*, 88, 9–21. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.10.008>
- Santrock, John W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Smith, Coral L., & Shochet, Ian M. (2011). The Impact of Mental Health Literacy on Help-Seeking Intentions: Results of a Pilot Study with First Year Psychology Students. *International Journal of Mental Health Promotion*, 13(2), 14–20. <https://doi.org/10.1080/14623730.2011.9715652>
- Waldmann, Tamara, Staiger, Tobias, Oexle, Nathalie, & Rüsch, Nicolas. (2019). Mental health literacy and help-seeking among unemployed people with mental health problems. *Journal of Mental Health*, 29(3), 270–276. <https://doi.org/10.1080/09638237.2019.1581342>
- Weisz, John R., Weiss, Bahr, Alicke, Mark D., & Klotz, M. L. (1987). Effectiveness of Psychotherapy With Children and Adolescents: A Meta-Analysis for Clinicians. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(4), 542–549. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.55.4.542>
- White, Margaret M., Clough, Bonnie A., & Casey, Leanne M. (2018). What do help-seeking measures assess? Building a conceptualization framework for help-seeking intentions through a systematic review of measure content. *Clinical Psychology Review*, 59(May 2017), 61–77. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.11.001>
- WHO. (2018). Adolescent mental health. Retrieved May 4, 2021, from

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
Yeshanew, Berhanu, Belete, Asmare, & Necho, Mogesie. (2020). Help-seeking intention and associated factors towards mental illness among residents of Mertule Mariam town, East Gojam Zone, Amhara Region, Ethiopia: A mixed-method study. *Annals of General Psychiatry*, 19(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12991-020-00261-y>

First publication right:

Jurnal Syntax Fusion: Jurnal Nasional Indonesia

This article is licensed under:

