JURNAL FUSION
Vol 3 No 05, Mei 2023
E-ISSN: 2775-6440 | P-ISSN: 2808-7208
Jurnal Homepage https://fusion.rifainstitute.com

PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP INTENSI MENCARI BANTUAN PSIKOLOGIS PADA DEWASA

Fairuz Khairunissa Figarnia, Atika Dian Ariana
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
Email: fairuz.khairunissa.figarnia-2019@psikologi.unair.ac.id dan atika.ariana@psikologi.unair.ac.id

Abstract

Adulthood is a category of age where an individual is vulnerable to experiencing mental health disorders. This is due to the large amount of pressure experienced by adults because of very fast changes, which require adaptation. Untreated mental health disorders will interfere with individual performance on a daily basis, so it is important to get professional help. Help-seeking intention is important for encouraging help-seeking behavior. Low mental health literacy is considered a factor in delays in seeking help which leads to delays in treatment and a lack of trust in professionals. This study aims to examine the effect of mental health literacy on the intention to seek help in adults. The research was conducted using a survey method. The sampling technique used is simple random sampling. This study involved 222 adult Indonesian citizens who were at least 18 years old when filling out the questionnaire. The measurement tools used in this study were the Mental Health Literacy (MHL) scale and the Mental Help-Seeking Intention Scale (MHSIS). Data were analyzed using the regression test on Jamovi version 1.6.23.0 for mac. The results showed that mental health literacy had a positive effect on the intention to seek help ($p<0.001$) although it had a small effect. The results of the study indicate that adult individuals with better mental health literacy will have a higher intention to seek help, and vice versa. This study can conclude that adults who have good mental health literacy, including knowledge and beliefs regarding the recognition, management and prevention of mental disorders, will have a high intention to seek help.

Keyword: *mental health literacy, intention to seek help, theory of planned behavior, adults.*

Abstrak

Usia dewasa menjadi kategori usia dimana seorang individu rentan untuk mengalami gangguan kesehatan mental. Hal ini disebabkan karena banyaknya tekanan yang dialami orang dewasa karena perubahan yang sangat cepat, yang menuntut adaptasi. Gangguan kesehatan mental yang tidak mendapat penanganan akan mengganggu performa individu setiap harinya sehingga penting untuk mendapatkan bantuan profesional. Intensi mencari bantuan penting untuk mendorong perilaku mencari bantuan. Rendahnya literasi kesehatan mental dinilai merupakan faktor keterlambatan pencarian bantuan yang mengarah pada tertundanya pengobatan dan

Copyright holder: Fairuz Khairunissa Figarnia dan Atika Dian Ariana (2023)
DOI : https://doi.org/10.54543/fusion.v3i05.305
Published by : Rifa Institute

kurangnya kepercayaan terhadap tenaga profesional. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh literasi kesehatan mental terhadap intensi mencari bantuan pada dewasa. Penelitian dilakukan menggunakan metode survei. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Penelitian ini melibatkan 222 partisipan dewasa berkewarganegaraan Indonesia berusia minimal 18 tahun saat pengisian kuesioner. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Mental Health Literacy* (MHL) dan *Mental Help-Seeking Intention Scale* (MHSIS). Data dianalisis menggunakan uji regresi pada Jamovi versi 1.6.23.0 *for mac*. Hasil menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental berpengaruh positif terhadap intensi mencari bantuan ($p<0,001$) walaupun memiliki pengaruh yang kecil. Hasil penelitian mengindikasikan individu dewasa dengan literasi kesehatan mental yang lebih baik akan memiliki intensi mencari bantuan yang lebih tinggi, begitu pula sebaliknya. Penelitian ini dapat menyimpulkan bahwa individu dewasa yang memiliki literasi kesehatan mental yang baik, meliputi pengetahuan dan kepercayaan mengenai pengenalan, manajemen, dan pencegahan gangguan mental, akan memiliki intensi mencari bantuan yang tinggi.

Kata Kunci: literasi kesehatan mental, intensi mencari bantuan, teori perilaku terencana, dewasa.

Diserahkan: 05-05-2023; Diterima: 10-05-2023; Diterbitkan: 20-05-2023

Pendahuluan

Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization*) mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang lengkap di mana individu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif, serta mampu memberikan kontribusi bagi komunitasnya (Parul, 2018). Kesehatan mental yang baik dapat didefinisikan sebagai keadaan sejahtera yang memungkinkan individu untuk mengatasi tekanan normal kehidupan dan berfungsi secara produktif (Fusar-Poli dkk., 2020). Gangguan mental atau jiwa dapat disebabkan aspek dari luar individu, seperti dalam kehidupan bermasyarakat. Saat individu dituntut untuk memenuhi atau melakukan hal di luar kapasitasnya, maka dapat menimbulkan stres berlebihan. Apabila tidak ditangani dengan tepat maka kondisinya dapat memburuk dan berakhir mengalami gangguan kejiwaan (Putri dkk., 2015).

Orang dewasa dihadapkan oleh beberapa perubahan peran, seperti perubahan dari masa kuliah yang masih bergantung dengan orang tua hingga mulai bekerja untuk kemudian memiliki kemandirian ekonomi. Contoh perubahan peran lainnya adalah perubahan dari seseorang yang hidup sendiri hingga mulai berkeluarga dan menjadi orang tua. Ketika menjadi orang tua, mereka akan melakukan penyesuaian dalam menjalani masa hidup bersama anak mereka. Bagi orang tua baru, membentuk ikatan dengan bayinya menjadi tantangan tersendiri. Pembentukan ikatan tersebut terjalin hingga anak mereka pergi dari rumah untuk melanjutkan sekolah, bekerja, atau memiliki keluarga baru. Penyesuaian lain harus dihadapi orang dewasa dalam menghadapi kekosongan tersebut saat anak tidak lagi berada dirumah. Dinamika ini membuat orang dewasa

dituntut untuk selalu beradaptasi sehingga membuat individu dewasa sering kali merasakan kewalahan dengan semua yang harus dilakukan, merasa lelah secara mental, merasa sedih, dan merasa tertekan (Santrock, 2011). Perubahan dan penyesuaian yang terjadi di sepanjang masa dewasa dikaitkan sebagai faktor risiko mengalami permasalahan gangguan mental sehingga hal ini menyebabkan adanya urgensi mengenai permasalahan gangguan psikologis pada dewasa (WHO, 2022).

Berdasarkan laporan Riskesdas 2018, sebanyak lebih dari 19 juta penduduk Indonesia dengan usia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental emosional dan lebih dari 12 juta penduduk mengalami depresi (Kemenkes RI, 2018). Pada tahun 2019, sebanyak 1 dari setiap 8 orang atau 970 juta orang di seluruh dunia hidup dengan gangguan mental, dengan gangguan kecemasan dan depresi yang paling umum. Pada tahun 2020, jumlah individu dengan gangguan kecemasan dan depresi meningkat secara signifikan karena pandemi COVID-19 (WHO, 2022).

Berdasarkan data Adult Psychiatric Morbidity Survey tahun 2014, sebanyak satu dari delapan orang dewasa (12,1%) menerima perawatan kesehatan mental (Stansfeld dkk., 2016). Berdasarkan data National Health Interview Survey (NHIS), pada tahun 2019 sebanyak 19,2% orang dewasa menerima perawatan kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, termasuk 15,8% yang telah mengonsumsi obat resep untuk kesehatan mental mereka dan 9,5% yang menerima konseling atau terapi dari ahli kesehatan mental. Pada tahun 2020, sebanyak 20,3% orang dewasa telah menerima perawatan kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, termasuk 16,5% yang telah menjalani pengobatan untuk kesehatan mentalnya, dan 10,1% yang menerima konseling atau terapi dari ahli kesehatan mental (Terlizzi & Norris, 2021). Di Indonesia, hanya 9% dari penderita depresi yang menjalani pengobatan profesional dan sebanyak 21 provinsi di Indonesia memiliki proporsi pengobatan depresi dibawah 10%, dalam hal ini mengonsumsi obat-obatan dan/atau menjalani program medis (Kemenkes RI, 2018).

Gangguan mental yang tidak mendapat pertolongan menyumbang sebanyak 13% dari total beban penyakit global. Gangguan mental yang tidak mendapatkan pertolongan dapat mengganggu stabilitas dan performa individu dalam kesehariannya. Efek yang paling jelas dari penyakit mental yang tidak diobati adalah penurunan kesehatan mental yang stabil dan cepat. Penyakit mental tidak akan hilang dengan sendirinya dan semakin lama berlangsung semakin sulit untuk diobati. Selain itu, individu dengan penyakit mental lebih mungkin menderita kemiskinan, tunawisma, penahanan, penyalahgunaan zat dan masalah terkait lainnya. Mereka juga menghadapi tingkat pengangguran yang lebih tinggi karena tidak dapat berfungsi maksimal untuk bekerja dan mendapatkan kehidupan yang lebih sejahtera (Kessler dkk., 2001).

Mendapatkan bantuan psikologis penting karena dapat mengurangi efek negatif jangka panjang dari masalah kesehatan mental. Mencari bantuan adalah istilah yang merujuk pada perilaku mencari bantuan secara aktif dari orang lain. Hal ini berkatian dengan berkomunikasi dengan orang lain untuk mendapatkan bantuan dalam hal pemahaman, saran, informasi, perawatan, dan dukungan umum dalam menanggapi masalah atau pengalaman yang dirasa sulit. Mencari bantuan adalah bentuk

penanggulangan yang bergantung pada orang lain, dan oleh karena itu seringkali didasarkan pada hubungan sosial dan keterampilan interpersonal (Rickwood dkk., 2005).

Intensi mencari bantuan dinilai dapat memprediksi perilaku mencari bantuan (Nagai, 2015). Intensi mencari bantuan adalah kesiapan individu untuk mencari bantuan layanan kesehatan mental profesional sebagai upaya mendampingan saat mengalami persoalan kesehatan mental (Hammer & Spiker, 2018). Intensi mencari bantuan adalah anteseden langsung dari perilaku dan merupakan fungsi dari sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan kontrol perilaku yang dirasa, berdasarkan teori perilaku terencana (*the theory of planned behavior*). Keyakinan perilaku menghasilkan sikap yang menguntungkan atau tidak menguntungkan terhadap perilaku, keyakinan normatif menghasilkan tekanan sosial yang dirasakan atau norma subyektif, dan keyakinan kontrol menimbulkan kontrol perilaku yang dirasakan. Ketiganya secara bersamaan mengarah pada pembentukan intensi. Hubungan yang kuat antara intensi dan perilaku mengindikasikan bahwa perubahan pada intensi akan diikuti dengan perubahan perilaku (Ajzen, 2012).

Kepercayaan mengenai penyebab gangguan mental dapat mempengaruhi pola pencarian pertolongan dan respon terhadap pengobatan (A. F. Jorm, 2000). Anggapan bahwa depresi disebabkan oleh kurangnya iman serta bahwa gangguan mental disebabkan oleh kehidupan yang tidak bermoral atau penuh dosa, menimbulkan opsi pilihan pertolongan gangguan mental diselesaikan dengan memperbanyak ibadah dan meminta bantuan pemuka agama (Lloyd dkk., 2021; Mabruroh, 2020 dalam Syafitri & Rahmah, 2021). Keyakinan tersebut juga berkorelasi dengan sikap yang kurang positif terhadap pencarian bantuan kesehatan mental dan kepatuhan yang buruk terhadap pengobatan (Lloyd dkk., 2021; Jorm, 2000). Faktor lainnya yang berpengaruh terhadap pencarian bantuan profesional adalah menganggap memiliki keluarga atau teman yang dapat menolong serta anggapan masalah yang dialami masih kurang serius (Rasyida, 2019). Individu juga mungkin enggan untuk mendapatkan pelayanan profesional karena merasa ingin menangani masalah secara mandiri, merasa malu, dan mengalami permasalahan ekonomi (Hathorn dkk., 2021). Keterjangkauan pengobatan psikologis yang tersedia dan tidak mengetahui layanan konseling yang baik juga menjadi hambatan yang relevan untuk mencari bantuan (Langley dkk., 2021; Rasyida, 2019).

Ketidakmampuan untuk mengenali istilah psikiatri dan kurangnya pengetahuan dari gejala menyebabkan permasalahan komunikasi dengan praktisi kesehatan. Kegagalan dalam memahami gangguan psikologis memicu munculnya stigma negatif mengenai gangguan kesehatan mental sehingga membuat individu enggan untuk mencari bantuan profesional (A. F. Jorm, 2000). Literasi kesehatan mental adalah pengetahuan dan kepercayaan yang mengarah pada pengenalan, manajemen, dan pencegahan gangguan kesehatan mental (Jorm dkk., 1997). Literasi kesehatan mental adalah konstruk yang berasal dari domain literasi kesehatan (Hammer & Spiker, 2019). Literasi kesehatan mental meliputi kemampuan untuk mengenali gejala spesifik atau berbagai jenis tekanan psikologis, pengetahuan dan kepercayaan mengenai faktor risiko dan penyebabnya, mengenai pengobatan pribadi, mengenai ketersediaan bantuan profesional, sikap yang

memfasilitasi pengenalan dan pencarian bantuan yang sesuai, dan pengetahuan tentang cara mencari informasi kesehatan mental (Jorm dkk., 1997).

Literasi kesehatan mental yang kurang baik membuat gangguan mental kurang dikenali dan perawatannya sering tertunda sehingga menurunkan kualitas hidup individu yang mengalami gangguan kesehatan mental (Tay dkk., 2018). Rendahnya literasi kesehatan mental dapat menyebabkan keterlambatan dalam mencari bantuan yang mengakibatkan tertundanya pengobatan, kurangnya kepercayaan terhadap tenaga profesional seperti psikolog dan psikiater, hingga membuat seseorang enggan pergi ke layanan kesehatan mental (Handayani dkk., 2020; Syafitri & Wijayanti, 2017; Suka dkk., 2016). Kurangnya literasi kesehatan mental menyebabkan terhambatnya intervensi untuk masalah kesehatan mental dan memunculkan stigma di masyarakat sehingga mengurangi kemungkinan individu yang membutuhkan pengobatan untuk mendapat perawatan (Tambling dkk., 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian deduktif yang dimulai dengan ide abstrak, diikuti dengan prosedur pengukuran, dan diakhiri dengan data empiris. Data dikumpulkan menggunakan survei dengan melakukan penyebaran kuesioner. Penelitian survei cocok untuk penelitian mengenai keyakinan atau *self-report* (Neuman, 2007).

Partisipan dalam penelitian ini adalah warga negara Indonesia berusia dewasa minimal 18 tahun. Sampel dipilih menggunakan teknik *simple random sampling* dengan tujuan setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dimasukkan dalam sampel (Ghozali, 2021). Jumlah sampel ditentukan menggunakan perangkat lunak G*Power 3.1.9 *for mac* dengan menggunakan pengaturan *statistical test* berupa *Linear multiple regression: Fixed model, R² deviation from zero,* dipilih *test family* berupa *F tests,* dan *type of power analysis* berupa *A priori: Compute required sample size – given α, power, and effect size* dengan *effect size* sebesar 0.15, *significance level* (α) sebesar 0.05, *power* (1-β) sebesar 0,8, dan *number of predictors* sebesar 1. Kalkulasi menghasilkan jumlah sampel yang diperlukan adalah sebanyak 55 orang. Partisipan diberikan *informed consent* sebelum mengisi kuesioner dan setelah pengambilan data diperoleh sebanyak 222 partisipan (*M*usia=27,7; 76,2 persen perempuan; 23,8 persen laki-laki).

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel literasi kesehatan mental dalam penelitian ini adalah skala *Mental Health Literacy* milik Jung dan kawan-kawan (2016) yang telah diterjemahkan oleh Idham (2019). Skala terdiri dari 25 item dan diukur menggunakan skala Likert 5 poin. Skala memiliki 5 pilihan jawaban, yaitu "Sangat Tidak Setuju", "Tidak Tahu", "Netral", "Setuju", "Sangat Setuju", dengan alternatif pilihan "Tidak Tahu". Reliabilitas alat ukur MHL diuji menggunakan uji terpakai dan menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,697. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel intensi mencari bantuan adalah skala *Mental Help-Seeking Intention Scale* (MHSIS) milik Hammer dan Spiker (2018) yang diterjemahkan oleh Kartikasari

(2019). Skala terdiri dari 3 item dan diukur menggunakan skala Likert 7 poin. Skala memiliki pilihan jawaban dengan variasi "Sangat Tidak Mungkin/Benar/Setuju" hingga "Sangat Mungkin/Benar/Setuju". Reliabilitas alat ukur MHSIS diuji uji terpakai dan menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,919.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji regresi. Uji regresi dilakukan dengan melihat nilai R-square dan nilai F. Seluruh proses pengolahan data dilakukan dengan menggunakan *software* Jamovi 1.6.23.0 *for mac*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini memiliki tujuan mengetahui literasi kesehatan mental memiliki pengaruh terhadap intensi mencari bantuan pada dewasa. Setelah dilakukan analisa kepada 222 responden, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif dari literasi kesehatan mental dengan intensi mencari bantuan walaupun hubungannya lemah. Setelah dilakukan analisa regresi untuk melihat apakah terdapat pengaruh, ditemukan bahwa literasi kesehatan mental juga berpengaruh terhadap intensi mencari bantuan ($R^2(222)=0{,}107$; $p<0.001$). Hal ini menyebabkan penelitian menolak hipotesis nul (Ho) dan menerima hipotesis alternatif (Ha). Adanya pengaruh literasi kesehatan mental terhadap intensi mencari bantuan ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan seseorang mengenai kesehatan mental dapat memprediksi niat mereka untuk mencari bantuan psikologis. Pengaruh ini bersifat positif yang maknanya semakin tinggi literasi individu semakin tinggi pula intensi atau niat mereka untuk mencari bantuan psikologis.

Penelitian ini memiliki hasil yang serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Rüsch dan kawan-kawan (2011) terhadap populasi umum dewasa di Inggris. Pengetahuan yang lebih baik tentang penyakit mental dan perawatan yang tersedia serta sikap toleransi dan dukungan yang lebih positif untuk perawatan komunitas memprediksi niat yang lebih kuat dalam hal mencari bantuan dan mengungkapkan penyakit mental kepada orang lain, seperti teman dan kerabat. Penelitian yang dilakukan terhadap populasi dewasa di pedesaan China menemukan bahwa pengetahuan kesehatan mental yang lebih tinggi dikaitkan dengan kemungkinan pencarian bantuan yang lebih besar (Yu dkk., 2015). Selain itu, penelitian yang dilakukan dengan populasi umum dewasa ras kulit hitam juga memiliki hasil yang sama, dimana pengetahuan khusus yang lebih tinggi tentang kesehatan mental (seperti pengakuan skizofrenia sebagai penyakit mental) 26% lebih mungkin melaporkan kesediaan untuk mencari bantuan dari profesional kesehatan mental untuk masalah pribadi dan emosional (Pederson dkk., 2023).

Literasi kesehatan mental dapat ditingkatkan dengan memberikan intervensi dalam perawatan khusus atau dengan memanfaatkan sosial media. Tenaga profesional memiliki peran besar dalam memimpin pendidikan publik dan meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Intervensi publik berfungsi sebagai tindakan pencegahan utama yang dapat mengurangi stigma dan mendorong pengobatan dini, mengurangi morbiditas dan mortalitas, serta mempercepat pemulihan (Tay dkk., 2018). Memberikan informasi kepada pasien mengarah pada peningkatan pemahaman dan ingatan informasi yang mengarah pada pengambilan keputusan pengobatan yang lebih baik serta kepuasan

dan kepatuhan pasien terhadap pengobatan (Reynolds, MacKenzie, Medved, Dudok, & Koven, 2022).

Keputusan untuk mendapatkan pelayanan kesehatan tidak terlepas dari karakteristik dewasa yang telah mendapat kontrol penuh atas hidupnya (Santrock, 2011). Proses pengambilan keputusan dipengaruhi oleh faktor-faktor predisposisi, kebutuhan, dan pendukung mempengaruhi jalur pencarian bantuan dalam proses pengambilan keputusan yang berkelanjutan. Faktor-faktor ini berinteraksi dengan faktor lain, membuat proses pencarian bantuan menjadi kompleks (Ko, 2018).

Di Indonesia, hambatan dalam mencari dukungan psikologis secara non-formal maupun profesional adalah kekhawatiran dinilai, kekhawatiran menjadi beban, kekhawatiran proses pengobatan, stigma dan masalah keuangan (Cokro & Prawira, 2019). Penelitian Polacsek dan kawan-kawan (2019) menyatakan bahwa keadaan keuangan membuat individu dewasa membatasi jenis dan frekuensi dukungan formal yang mereka sukai. Biaya perawatan yang dianggap mahal merupakan penyebab utama yang menghalangi individu mencari bantuan profesional (Hussein dkk., 2022). Pengalaman konseling masa lalu serta ekspektasi individu terhadap profesional kesehatan mental juga dikaitkan dengan niat mencari bantuan kesehatan mental (Shabrina, Siswadi, & Ninin, 2022; Kaligis dkk., 2021). Pilihan yang terjangkau cenderung meningkatkan kemauan seseorang untuk mencari bantuan (Smith & Shochet, 2011). Keterlibatan masyarakat dan komitmen bersama menyatukan sumber daya lokal yang beragam untuk mempersiapkan dan memberikan kegiatan promosi kesehatan mental untuk komunitas.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh literasi kesehatan mental terhadap intensi mencari bantuan pada dewasa. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, penelitian ini menyimpulkan bahwa literasi kesehatan mental berpengaruh terhadap intensi mencari bantuan pada dewasa atau dengan kata lain, penelitian ini berhasil menolak hipotesis nul (H0) dan menerima hipotesis alternatif (Ha).

BIBLIOGRAFI

Ajzen, I. (1991). The Theory of Planned Behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 50*(2), 179-211.

Ajzen, I. (2012). The theory of planned behavior. *Handbook of Theories of Social Psychology: Volume 1*, 438–459.

Azwar, S. (2018). *Metode Penelitian Psikologi (Edisi II).* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Cokro, Steven, & Prawira, Benny. (2019). 13 Emails Why: A Qualitative Study of Jakarta Citizens' Online Help Seeking Experiences in Suicidal Crisis. *SUICIDOLOGY ONLINE-SOL*, *10*(12).

Fusar-Poli, Paolo, Salazar de Pablo, Gonzalo, De Micheli, Andrea, Nieman, Dorien H., Correll, Christoph U., Kessing, Lars Vedel, Pfennig, Andrea, Bechdolf, Andreas, Borgwardt, Stefan, Arango, Celso, & van Amelsvoort, Therese. (2020, February 1). What is good mental health? A scoping review. *European Neuropsychopharmacology*, Vol. 31, pp. 33–46. https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2019.12.105

Hammer, Joseph H., & Spiker, Douglas A. (2018). Dimensionality, reliability, and predictive evidence of validity for three help-seeking intention instruments: ISCI, GHSQ, and MHSIS. *Journal of Counseling Psychology*, *65*(3). https://doi.org/10.1037/cou0000256

Handayani, Trisni, Ayubi, Dian, & Anshari, Dien. (2020). Literasi Kesehatan Mental Orang Dewasa dan Penggunaan Pelayanan Kesehatan Mental. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, *2*(1). https://doi.org/10.47034/ppk.v2i1.3905

Hathorn, Sarah Kate, Lochner, Christine, Stein, Dan J., & Bantjes, Jason. (2021). Help-Seeking Intention in Obsessive-Compulsive Disorder: Predictors and Barriers in South Africa. *Frontiers in Psychiatry*, *12*. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.733773

Jorm, A. F. (2000). Mental health literacy: Public knowledge and beliefs about mental disorders. *British Journal of Psychiatry*, Vol. 177. https://doi.org/10.1192/bjp.177.5.396

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). https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.1997.tb140071.x

Kemenkes RI. (2019). Laporan RISKESDAS Nasional 2018. *Kementerian Kesehatan RI*, *1*(1).

Kessler, R. C., Berglund, P. A., Bruce, M. L., Koch, J. R., Laska, E. M., Leaf, P. J., Manderscheid, R. W., Rosenheck, R. A., Walters, E. E., & Wang, P. S. (2001). The prevalence and correlates of untreated serious mental illness. *Health Services Research*, *36*(6 Pt 1).

Ko, Jungyai. (2018). Help-seeking Pathway among Working-Age Adults with Suicidal Ideation: Testing the Integrated Model of Suicide Help-seeking. *Social Work in Public Health*, *33*(7–8). https://doi.org/10.1080/19371918.2018.1546251

Langley, Emma L., Clark, Gavin, Murray, Clara, & Wootton, Bethany M. (2021). The utility of the health belief model variables in predicting help-seeking intention for depressive symptoms. *Australian Psychologist*, *56*(3). https://doi.org/10.1080/00050067.2021.1893598

Lloyd, Christopher E. M., Reid, Graham, & Kotera, Yasuhiro. (2021). From Whence Cometh My Help? Psychological Distress and Help-Seeking in the Evangelical Christian Church. *Frontiers in Psychology*, *12*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.744432

Nagai, Satoru. (2015). Predictors of help-seeking behavior: Distinction between help-seeking intentions and help-seeking behavior. *Japanese Psychological Research*, *57*(4). https://doi.org/10.1111/jpr.12091

Parul. (2018). Assessing Mental Health Among Adults. *Community Mental Health Journal*, *54*(5). https://doi.org/10.1007/s10597-017-0187-7

Polacsek, Meg, Boardman, Gayelene H., & McCann, Terence V. (2019). Help-seeking experiences of older adults with a diagnosis of moderate depression. *International Journal of Mental Health Nursing*, *28*(1). https://doi.org/10.1111/inm.12531

Putri, Adisty Wismani, Wibhawa, Budhi, & Gutama, Arie Surya. (2015). KESEHATAN MENTAL MASYARAKAT INDONESIA (PENGETAHUAN, DAN KETERBUKAAN MASYARAKAT TERHADAP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(2). https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13535

Rasyida, Afinnisa. (2019). Faktor yang menjadi hambatan untuk mencari bantuan psikologis formal di kalangan mahasiswa. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, *8*(2), 193–207. https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2586

Reynolds, Kristin A., MacKenzie, Corey S., Medved, Maria, Dudok, Stephanie, & Koven, Lesley. (2022). Older adults' mental health information preferences: a call for more balanced information to empower older adults' mental health help-seeking. *Ageing and Society*. https://doi.org/10.1017/S0144686X21001896

Rickwood, Debra, Deane, Frank P., Wilson, Coralie J., & Ciarrochi, Joseph. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian E-Journal for the Advancement of Mental Health*, *4*(3). https://doi.org/10.5172/jamh.4.3.218

Rüsch, Nicolas, Evans-Lacko, Sara E., Henderson, Claire, Clare, Flach, & Thornicroft, Graham. (2011). Knowledge and attitudes as predictors of intentions to seek help for and disclose a mental illness. *Psychiatric Services*, *62*(6). https://doi.org/10.1176/ps.62.6.pss6206_0675

Santrock, John. (2010). Life-span development, 13th ed. *University of Texas at Dallas*, *11*(1).

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). https://doi.org/10.1080/14623730.2011.9715652

Spiker, Douglas A., & Hammer, Joseph H. (2019). Mental health literacy as theory: current challenges and future directions. *Journal of Mental Health*, *28*(3), 238–242. https://doi.org/10.1080/09638237.2018.1437613

Stansfeld, Stephen, Clark, Charlotte, Bebbington, Paul, King, Michael, Jenkins, Rachel, & Hinchliffe, Stephen. (2016). Mental health and wellbeing in England: Adult Psychiatric Morbidity Survey 2014. In *Adult Psychiatric Morbidity Survey 2014*.

Suka, Machi, Yamauchi, Takashi, & Sugimori, Hiroki. (2016). Help-seeking intentions for early signs of mental illness and their associated factors: Comparison across four kinds of health problems. *BMC Public Health*, *16*(1). https://doi.org/10.1186/s12889-016-2998-9

Syafitri, Diany Ufieta, & Wijayanti, Nurlita. (2017). Petingnya literasi kesehatan mental sebagai upaya peningkatan kualitas hidup masyarakat. *Semnas BAPPEDA Provinsi Jawa Tengah*, (February).

Tambling, R. R., D'Aniello, C., & Russell, B. S. (2021). Mental Health Literacy: a Critical Target for Narrowing Racial Disparities in Behavioral Health. *International Journal of Mental Health and Addiction*. https://doi.org/10.1007/s11469-021-00694-w

Tay, Jing Ling, Tay, Yi Fen, & Klainin-Yobas, Piyanee. (2018). Mental health literacy levels. *Archives of Psychiatric Nursing*, *32*(5). https://doi.org/10.1016/j.apnu.2018.04.007

Terlizzi, Emily P., & Norris, Tina. (2021). Mental Health Treatment Among Adults: United States, 2020. *NCHS Data Brief*, (419).

WHO. (2022). World Mental Health report. *World Health Organization*.

Yu, Yu, Liu, Zi Wei, Hu, Mi, Liu, Hui Ming, Yang, Joyce P., Zhou, Liang, & Xiao, Shui Yuan. (2015). Mental health help-seeking intentions and preferences of rural Chinese adults. *PLoS ONE*, *10*(11). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0141889

First publication right:
Jurnal Syntax Fusion: Jurnal Nasional Indonesia
This article is licensed under: