



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

TINGKAT LITERASI KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA TEKNIK BERDASARKAN JENIS KELAMIN

AISHA NABILA FAUZI & DEWI RETNO SUMINAR*

Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Pengetahuan tentang kesehatan mental merupakan sesuatu yang penting untuk dimiliki oleh tak hanya mahasiswa bidang ilmu kesehatan tetapi juga bidang non-kesehatan seperti teknik. Hal tersebut dapat mempengaruhi mahasiswa dalam mengetahui seberapa jauh tentang masalah kesehatan mental, penanganannya, dan bantuan yang perlu didapatkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat literasi kesehatan mental mahasiswa teknik berdasarkan jenis kelamin. Alat ukur yang digunakan adalah skala literasi kesehatan mental milik Jung, von Sternberg, dan Davis (2016). Analisis data dilakukan menggunakan SPSS versi 25.0 *for Windows*. Hasil menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan mental pada perempuan cenderung lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki.

Kata kunci: literasi kesehatan mental, mahasiswa teknik

ABSTRACT

Knowledge of mental health is crucial not just for students in the health sciences, but also for students in non-health professions such as STEM. This can have an impact on students' understanding of their mental health problems, treatment, and the assistance they require. The purpose of this research is to investigate the level of mental health literacy among STEM students according on gender. The mental health literacy scale developed by Jung, von Sternberg, and Davis (2016) was utilized as a measurement method. SPSS version 25.0 for Windows was used to analyze the data. According to the findings, female students had a better level of mental health literacy than male students.

Keywords: mental health literacy, STEM students

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: dewi.suminar@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

World Health Organization menunjukkan data bahwa sekitar 20% anak-anak dan remaja telah mengalami kondisi kesehatan mental dan depresi merupakan salah satu dampak kematian utama dan bunuh diri sebagai dampak kematian yang keempat di antara individu usia 15 hingga 29 tahun. Gangguan mental yang terdeteksi tersebut dimulai dari usia 14 tahun tetapi ada pula yang tidak terdeteksi dan tidak tertangani (WHO, 2022). Menurut data dari *National Institute of Mental Health* (2021), kelompok usia yang memiliki prevalensi tinggi dalam gangguan mental berada pada usia 18 hingga 25 tahun. Mahasiswa merupakan kelompok yang berada dalam rentang usia tersebut. Terdapat masalah kesehatan mental yang dialami oleh mahasiswa di Amerika Selatan yaitu 17,3% untuk depresi, 4,1% untuk gangguan panik, dan 7,0% untuk kecemasan (Eisenberg dkk., 2013).

Mahasiswa berada pada masa perkembangan maupun usia yang rentan mengalami permasalahan yang dapat berasal dari faktor internal maupun eksternal (Putri, 2018). Ketika dewasa awal mengalami masalah maka cenderung tidak ingin mencari bantuan dikarenakan pada masa dewasa awal merupakan masa di mana merasa harus menjadi individu yang dapat diandalkan (Mitchell dkk., 2017). Hal tersebut berdasarkan penelitian di Amerika Serikat yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang telah terdiagnosis masalah kesehatan mental hanya 15% yang terapi dan hanya 36% mahasiswa yang terdiagnosis depresi mendapatkan pengobatan. Sementara itu tingkat literasi kesehatan mental di Indonesia sendiri berdasarkan beberapa penelitian masih menunjukkan hasil yang beragam. Penelitian yang dilakukan di Banda Aceh menunjukkan tingkat literasi kesehatan 348 mahasiswa yang berasal dari 6 perguruan tinggi dengan rentang usia 17 hingga 26 tahun terbilang tinggi dengan persentase sebesar 91,4% (Nazira dkk., 2022). Hasil penelitian tersebut sedikit berbeda dengan penelitian yang dilakukan di Yogyakarta di mana hasil menunjukkan tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi pada mahasiswa sebanyak 53,4% responden dan yang memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang rendah yaitu sebanyak 46,6% responden (Ramadhani, 2021).

Mahasiswa bidang kesehatan cenderung memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang lebih baik daripada mahasiswa non-kesehatan berdasarkan penelitian Kristina dkk. (2020) dengan responden 650 mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Yogyakarta. Hasil menunjukkan mahasiswa yang bidang kesehatan memiliki rata-rata literasi kesehatan mental yang lebih tinggi daripada mahasiswa bidang non-kesehatan. Penelitian tersebut juga sama dengan penelitian Lauber dkk. (2005) yang menunjukkan bahwa mahasiswa pada umumnya masih memiliki pengetahuan kesehatan mental yang kurang, terutama mahasiswa yang berasal dari bidang non-kesehatan. Penelitian Miles dkk. (2020) juga menunjukkan hasil yang sama bahwa mahasiswa bidang Sains, Teknologi, Teknik, dan Matematika (STEM) memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang lebih rendah dan dikategorisasi sebagai grup yang perlu diperhatikan dan diidentifikasi lebih jauh.

Pemahaman mengenai kesehatan mental di ranah non-kesehatan terutama bidang teknik tersebut masih perlu ditingkatkan karena dapat berdampak pada bagaimana mahasiswa menghadapi permasalahan yang dimiliki, terutama pada mahasiswa dengan kelompok yang memerlukan perhatian lebih seperti mahasiswa teknik. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk melihat lebih jauh tingkat literasi kesehatan mental mahasiswa non-kesehatan terutama di bidang teknik dengan melihat perbedaan jenis kelamin.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survei. Populasi pada penelitian ini merupakan mahasiswa S1 di bidang teknik. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability* sampling jenis *simple random sampling*. Total seluruh sampel data adalah 214 responden dengan total 143 orang perempuan (66,8%) dan 71 laki-laki (33,2%). Alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat literasi kesehatan mental adalah skala literasi kesehatan mental yang dikembangkan oleh Jung, von Sternberg, dan Davis (2016) yang diterjemahkan oleh Idham (2019). Teknik analisis data pada penelitian adalah *independent sample t-test*. Lalu metode analisis data dilakukan dengan *software* SPSS versi 25.0 *for Windows*.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dari data yang didapat berjumlah 143 responden perempuan dan 71 responden laki-laki. Apabila melihat dengan kategorisasi data ditemukan bahwa responden dengan kategori literasi kesehatan mental yang rendah yaitu 31 orang (14,5%), pada kategori sedang sebanyak 165 orang (77,1%) dan dengan tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi yaitu sebanyak 18 orang (8,4%). Rata-rata jenis kelamin dengan literasi kesehatan paling tinggi adalah perempuan dengan tingkat paling banyak yaitu sedang sejumlah 115 orang (80,4%), sementara itu laki-laki memiliki literasi yang sedikit lebih rendah daripada perempuan dengan tingkat sedang yaitu 50 orang (70,4%) dan rendah 15 orang (21,1%).

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan mental mahasiswa perempuan bidang teknik memiliki literasi kesehatan mental yang lebih tinggi daripada laki-laki. Berdasarkan beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang lebih tinggi daripada laki-laki. Penelitian Miles dkk. (2020) dengan responden sebanyak 1213 orang yang menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki nilai literasi kesehatan mental yang lebih tinggi daripada laki-laki. Hal tersebut kemungkinan berkaitan dengan adanya sosialisasi gender yang mana menunjukkan adanya perbedaan dari literasi kesehatan mental. Selain itu berdasarkan penelitian Kristina dkk. (2020) yang melibatkan 650 responden mahasiswa di Yogyakarta juga menunjukkan hasil bahwa perempuan memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang lebih tinggi daripada laki-laki dikarenakan secara alami perempuan lebih sensitif terhadap masalah kesehatan mental daripada pria, dalam pengetahuan maupun keinginan untuk melakukan sesuatu ketika menghadapi masalah.

Meski begitu ada pula beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat dari literasi kesehatan mental berdasarkan jenis kelamin. Penelitian Idham dkk. (2019) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara literasi kesehatan mental pada laki-laki dan perempuan yang mana berbeda dengan penelitian lain di mana perempuan cenderung memiliki literasi kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan laki-laki (Furnham & Swami, 2018). Ada pula penelitian Covarrubias dkk. (2019) mengenai dukungan dari teman sebaya dalam pencarian bantuan dengan responden mahasiswa laki-laki dan perempuan di bidang sains, teknologi, matematika, dan teknik (STEM). Hasil penelitian

tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara perempuan dan laki-laki yang memiliki persepsi bahwa teman sebaya itu suportif.

SIMPULAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat literasi kesehatan mental pada mahasiswa teknik berdasarkan jenis kelamin. Hasil yang didapatkan adalah mahasiswa berjenis kelamin perempuan memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang cenderung sedikit lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah memperluas lingkup populasi penelitian terutama pada bidang non-kesehatan lainnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak atas bantuan doa dan dukungan yang diberikan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian dengan baik.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Aisha Nabila Fauzi dan Dewi Retno Suminar tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Covarrubias, R., Laiduc, G., & Valle, I. (2019). Growth messages increase help-seeking and performance for women in STEM. *Group Processes & Intergroup Relations*, 22(3), 434-451.
- Eisenberg, D., Hunt, J., & Speer, N. (2013). Mental Health in American Colleges and Universities: Variation Across Student Subgroups and Across Campuses. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 201(1), 60-67. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e31827ab077>
- Furnham, A., & Swami, V. (2018). Mental health literacy: A review of what it is and why it matters. *International Perspectives in Psychology*, 7(4), 240-257
- Idham, A. F. (2019). Peran Stigma Diri Dan Literasi Kesehatan Mental Terhadap Intensi Mencari Bantuan Pada Mahasiswa Yang Mengalami Depresi Berat [Universitas Airlangga]. <https://repository.unair.ac.id/96128>
- Idham, A. F., Rahayu, P., As-Sahih, A. A., Muhiddin, S., & Sumantri, M. A. (2019). Trend literasi kesehatan mental. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 12-20
- Jung, H., Von Sternberg, K., & Davis, K. (2016). Expanding a measure of mental health literacy: Development and validation of a multicomponent mental health literacy measure. *Psychiatry Research*, 243, 278-286. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.06.034>

- Kristina, S. A., Mardea, N. A., Ramadhani, F., & Aliyah, H. (2020). Mental Health Literacy among University Students in Yogyakarta. *International Medical Journal*, 25(04).
- Lauber, C., Ajdacic-Gross, V., Fritschi, N., Stulz, N., & Rössler, W. (2005). Mental health literacy in an educational elite – an online survey among university students. *BMC Public Health*, 5(1), 44. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-5-44>
- Miles, R., Rabin, L., Krishnan, A., Grandoit, E., & Kloskowski, K. (2020). Mental health literacy in a diverse sample of undergraduate students: Demographic, psychological, and academic correlates. *BMC Public Health*, 20(1), 1699. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09696-0>
- Mitchell, C., McMillan, B., & Hagan, T. (2017). Mental health help-seeking behaviours in young adults. *British Journal of General Practice*, 67(654), 8–9. <https://doi.org/10.3399/bjgp17X688453>
- National Institute of Mental Health. (2021). Mental Illness. <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/mental-illness>
- Nazira, D., Mawarpury, M., Afriani, A., & Kumala, I. D. (2022). Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Di Banda Aceh. *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, 5(1), 23–39. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v5i1.25102>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Ramadhani, F. (2021). Gambaran Literasi Kesehatan Mental pada Mahasiswa Kesehatan di Daerah Istimewa Yogyakarta [Thesis, Universitas Gajah Mada]. <http://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/195910>
- World Health Organization. (2022). World Mental Health Report: Transforming mental health for all. World Health Organization. <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/world-mental-health-report>