

STUDI KORELASI: PERSEPSI RISIKO MENCARI BANTUAN MEDIS DAN LITERASI KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA KESEHATAN

*Correlation Study: Risk Perception to Seek Medical Help and Mental Health
Literacy Among Health Students*

Andi Ardiansyah Nurdin^{1*}, Aulia Ramdani², Asyaratun Qamila³

¹Direktorat Penyediaan SDM Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia,
Jakarta, Indonesia

²Prodi Psikologi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia

³Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta, Indonesia

*Email: andiardiansyahn@gmail.com

ABSTRACT

Mental health has become one of the non-communicable diseases with a globally increasing prevalence. The negative stigma surrounding mental health remains strong in society, making early intervention crucial in preventing more severe mental disorders. The risk perception in seeking medical help for mental health issues needs to be accompanied by adequate mental health literacy. The research variables consist of risk perception to seek medical help and mental health literacy. This study aimed to examine the correlation between risk perception to seek medical help and mental health literacy using a quantitative approach with a cross-sectional design. A total of 399 respondents participated in the study, selected using an accidental sampling technique. Data collection was conducted using two scales: the Mental Health Literacy in Young Adults scale and the Risk Perception Scale of Medical Help-Seeking Behaviour. The findings indicate that mental health literacy is predominantly in the high category, while the perceived risk of seeking medical help is mostly in the low category. The chi-square statistical test showed a significance value of $0.009 < 0.05$, indicating a significant relationship between mental health literacy and the perceived risk of seeking medical help among health students. The practical outcome of this study is anticipated to support universities in formulating policies centered on preventive and promotive mental health strategies, aiming to improve mental health literacy and reduce perceived risks associated with mental health issues.

Keywords: *mental health, mental health literacy, risk perception to seek medical help*

ABSTRAK

Kesehatan mental menjadi salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya meningkat secara global. Stigma negatif kesehatan mental juga masih kuat di masyarakat, sehingga upaya pencegahan dengan pencarian bantuan sedini mungkin dapat meminimalisir gangguan mental yang lebih serius. Persepsi risiko mencari bantuan medis terkait gangguan kesehatan mental perlu disertai dengan literasi kesehatan mental yang memadai. Variabel penelitian terdiri dari literasi kesehatan mental dan persepsi risiko mencari bantuan medis. Studi ini untuk mengetahui korelasi antara persepsi risiko mencari bantuan medis dan literasi kesehatan mental melalui pendekatan berbasis kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Subjek penelitian yang berpartisipasi sebanyak 399 responden dengan teknik pengambilan sampel *accidental*. Prosedur pendataan menggunakan dua skala, terdiri atas skala *mental health literacy in young adults* dan *risk perception scale of medical-help seeking behaviour*. Hasil penelitian menemukan literasi kesehatan mental lebih tinggi pada kategori tinggi, dan persepsi risiko mencari bantuan medis lebih tinggi pada kategori rendah. Pengujian statistik *chi-square* menunjukkan nilai signifikansi $0.009 < 0.05$ yang mengindikasikan

terdapat keterkaitan yang bermakna antara tingkat literasi kesehatan mental dan persepsi risiko mencari bantuan medis di kalangan mahasiswa kesehatan. Imbas praktis dari studi ini diharapkan mampu mendorong universitas untuk menyusun kebijakan berbasis pencegahan dan promosi kesehatan mental, guna meningkatkan literasi, serta menekan persepsi risiko terhadap isu-isu kesehatan mental.

Kata kunci: kesehatan mental, literasi kesehatan mental, persepsi risiko mencari bantuan medis

PENDAHULUAN

Perkembangan ilmu pengetahuan dan layanan kesehatan di dunia kedokteran semakin membaik seiring dengan perkembangan waktu. Layanan kesehatan menjadi lebih aman dan efektif diberikan pada masyarakat. Walaupun masih terdapat beberapa individu yang masih ragu mencari bantuan medis dengan mempertimbangkan potensi risiko selama menjalani perawatan, baik layanan kesehatan fisik maupun mental. Persepsi risiko mencari bantuan berkorelasi dengan persepsi risiko suatu penyakit. Sebuah studi mengembangkan pengukuran standar tentang persepsi risiko wabah penyakit menular dengan dimensi meliputi pengetahuan, informasi latar belakang penyakit, persepsi keseriusan penyakit, persepsi kerentanan terhadap penyakit, dan efikasi diri terhadap tindakan pencegahan. Pertanyaan-pertanyaan mengenai persepsi keseriusan berisi ketidaknyamanan fisik yang diakibatkan oleh penyakit, hasil pengobatan dan kemungkinan konsekuensi [1]. Namun, dibandingkan dengan kesehatan fisik, persepsi risiko tentang kesehatan mental memiliki banyak tantangan karena stigma negatif yang masih melekat di lingkungan masyarakat secara global.

Masalah kesehatan mental masih menjadi ancaman di seluruh dunia, begitupun dengan Indonesia. *World Health Organisation* (WHO) menguraikan kesehatan mental ialah status kesejahteraan yang memungkinkan individu untuk mengelola tekanan hidup, memahami potensi pribadi, melaksanakan kegiatan belajar dan bekerja secara optimal, dan berperan aktif dalam interaksi dengan orang lain [2]. Studi *Global Burden of Disease* (2019) menemukan gangguan mental menempati peringkat ketujuh dari sepuluh besar penyakit yang berperan sebagai kontributor utama terhadap beban ekonomi global, dengan sebanyak 125,3 juta jiwa mengalami gangguan mental berdasarkan perhitungan DALY (*Disability-Adjusted Life Years*) secara global. Secara berurutan, depresi, gangguan kecemasan, dan skizofrenia merupakan jenis gangguan mental yang paling banyak terjadi di masyarakat [3]. Data lain memperlihatkan bahwa satu dari setiap delapan individu di dunia mengalami masalah kesehatan mental [2].

Data di Indonesia juga mengindikasikan bahwa jumlah individu yang mengalami gangguan kesehatan mental meningkat secara progresif dari tahun ke tahun. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (2023) prevalensi depresi di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 1,4%[4]. Masalah kesehatan mental dapat dialami tidak hanya oleh orang dewasa, tetapi juga oleh kelompok anak-anak dan remaja. Berdasarkan data terbaru dari *National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) selama periode Januari hingga Desember 2024, diperkirakan 15,5 juta remaja Indonesia usia 10–17 tahun, yang setara dengan satu per tiga dari kelompok usia tersebut, mengalami gangguan kesehatan mental [5].

Konsekuensi paling serius dari gangguan kesehatan mental adalah perilaku bunuh diri. Menurut laporan Badan Penelitian Kesehatan (2016), tercatat sekitar 1.800 kasus bunuh diri setiap tahun, sehingga secara rata-rata, lima orang melakukan bunuh diri setiap hari. Selain itu, kelompok usia 10 hingga 39 tahun mencakup 47,7% dari total korban bunuh diri, yang termasuk dalam kategori remaja dan usia produktif [6]. Selain itu, temuan dari Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia mencatat bahwa jumlah kasus bunuh diri yang dilaporkan pada tahun 2020 adalah sebanyak 670 kasus, dengan tingkat *underreporting* bunuh diri di Indonesia sebesar minimal 303%. Jika disesuaikan

dengan tingkat *underreporting* maka jumlah kematian bunuh diri tersebut sebanyak 2700 kasus [7].

Individu yang mengalami gejala gangguan kesehatan mental sering kali jarang mencari bantuan medis, padahal mendapatkan pertolongan sangat penting untuk mencegah kondisi tersebut berkembang menjadi gangguan yang lebih serius [8]. Kesehatan mental seseorang berisiko memburuk di masa mendatang apabila tidak segera ditangani dengan tepat. Menurut sebuah studi, tidak sampai tiga puluh persen remaja yang meminta pertolongan kepada profesional kesehatan mental [9]. Data lain menyatakan bahwa sekitar 34,9% remaja yang mengalami masalah kesehatan mental memilih untuk tidak mencari pertolongan dari profesional kesehatan mental [10].

Persepsi risiko mencari bantuan medis khusus terkait kesehatan mental juga erat kaitannya dengan level literasi kesehatan mental pada individu. Sebuah studi menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental secara tidak langsung memfasilitasi pencarian bantuan psikologis profesional dengan meningkatkan dukungan sosial yang dirasakan dan mengurangi stigma [11]. Sebuah studi literatur terhadap 53 subjek didapatkan bahwa 96% menunjukkan terdapat hubungan positif yang kuat antara literasi kesehatan mental dan sikap dalam mencari bantuan psikologis profesional pada orang dewasa [12]. Literasi kesehatan mental dapat meningkatkan perilaku mencari bantuan psikologis profesional [13]. Oleh karena itu, upaya peningkatan literasi kesehatan mental di kalangan masyarakat perlu dimaksimalkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara literasi kesehatan mental dan persepsi risiko mencari bantuan tanpa mediasi variabel lain seperti dukungan sosial atau stigma seperti studi sebelumnya. Penelitian ini juga berfokus pada calon profesional kesehatan yang persepsi dan perilakunya di masa akan depan akan memengaruhi pasien. Melalui penelitian ini, selanjutnya dapat memberikan dasar untuk pengembangan intervensi literasi kesehatan mental yang lebih efektif untuk mempersiapkan calon profesional kesehatan yang lebih baik dalam mengelola kesehatan mentalnya.

METODE

Penelitian ini menerapkan desain studi potong lintang (cross-sectional) melalui pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian merupakan mahasiswa kesehatan yang terdaftar pada Poltekkes Kemenkes Bandung, Poltekkes Kemenkes Jayapura, dan Poltekkes Kemenkes Palembang dengan jumlah total 20190. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *accidental sampling* dengan jumlah sampel minimum 377 responden dihitung menggunakan rumus Slovin. Jumlah sampel penelitian yang berpartisipasi sebanyak 399 mahasiswa yang terdaftar pada program studi Farmasi, Kebidanan dan Keperawatan pada jenjang Pendidikan Profesi, Sarjana Terapan, dan Diploma Tiga.

Variabel yang diteliti meliputi literasi kesehatan mental dan persepsi risiko dalam mencari bantuan medis. Terdapat dua instrumen yang digunakan, terdiri dari *mental health literacy questionnaire-short version for adults* (MHLq-SVa) dibuat oleh Campos, et al (2022) yang telah dimodifikasi dan diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia [14]. Instrumen ini terdiri atas 16 item pertanyaan yang terdiri atas 4 dimensi yakni *knowledge of mental health problems; false beliefs/stereotypes; first aid skills and help-seeking behaviour; self-help strategies* dengan nilai reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0.82. Sedangkan variabel persepsi risiko mencari bantuan medis diukur menggunakan *risk perception scale of medical help-seeking behavior* (RPSMHB) oleh Lyu, et al (2020) [15]. Instrumen ini terdiri atas 16 item pertanyaan yang memuat 3 dimensi, yakni risiko pengobatan, risiko beban dan risiko stigma dengan nilai reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0.784. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *accidental sampling*. Jumlah sampel minimum dihitung menggunakan rumus Slovin. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan uji statistik *chi-square* dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 21. Semua prosedur penelitian telah disetujui oleh Komite

Etik Penelitian Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro
(No: 490/EA/KEPK-FKM/2023).

HASIL

Tabel 1 Karakteristik Partisipan

Karakteristik	Jumlah	
	n	Persentase
Jenis kelamin		
Perempuan	359	90%
Laki-laki	40	10%
Umur		
<20 Tahun	197	49%
>20 Tahun	202	51%
Program Studi		
Keperawatan	156	39%
Kebidanan	137	34%
Farmasi	107	27%
Asal Kampus		
Poltekkes Kemenke Jayapura	89	22%
Poltekkes Kemenkes Palembang	184	46%
Poltekkes Kemenkes Bandung	126	32%
Jenjang Akademik		
Diploma Tiga	353	88%
Sarjana Terapan	32	8%
Pendidikan Profesi	14	4%
Tempat Tinggal		
Di rumah orang tua	240	60%
Hidup sendiri	159	40%

Secara keseluruhan, tabel 1 menggambarkan demografi partisipan yang cenderung didominasi oleh Perempuan (90%), berusia di atas 20 tahun (51%), berasal dari program studi Keperawatan (39%) dan kampus Poltekkes Kemenkes Palembang (46%), dengan mayoritas berjenjang Diploma Tiga (88%) dan tinggal bersama orang tua (60%).

Tabel 2. Temuan Penelitian Literasi Kesehatan Mental dan Persepsi Risiko Mencari Bantuan Medis

Literasi Kesehatan Mental	Jumlah	
	n	Persentase
Rendah	182	45,6%
Tinggi	217	54,4%
Persepsi Risiko Mencari Bantuan Medis		
Rendah	205	51,4%
Tinggi	194	48,6%

Dapat dilihat pada tabel 2 bahwa literasi kesehatan pada responden lebih tinggi pada kelompok literasi rendah (54,4%) dibandingkan dengan kelompok literasi tinggi (45,6%). Sedangkan, persepsi risiko mencari bantuan medis lebih tinggi pada kelompok rendah (51,4%) dibandingkan dengan kelompok tinggi (48,6%).

Tabel 3. Tabulasi Silang (*crosstab*) Literasi Kesehatan Mental dan Persepsi Risiko Mencari Bantuan Medis

Literasi Kesehatan Mental	Persepsi Risiko Mencari Bantuan Medis				Total		p-value
	Rendah		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	
Rendah	98	45,2	119	54,8	217	100	*0,009
Tinggi	107	58,8	75	41,2	182	100	
Total	205	51,4	194	48,6	399	100	

*signifikansi 5%

Dapat dilihat pada Tabel 3, dari 217 responden yang mempunyai kesehatan mental rendah, sebanyak 45,2% mempunyai persepsi risiko mencari bantuan medis rendah dan 54,8% mempunyai persepsi mencari bantuan medis tinggi. Dari kelompok literasi kesehatan mental tinggi, sebanyak 58,8% mempunyai persepsi risiko mencari bantuan medis rendah dan sebanyak 48,6% mempunyai persepsi risiko mencari bantuan medis tinggi. Nilai p sebesar 0,009 dari uji *chi-square* mengonfirmasi adanya hubungan bermakna antara literasi kesehatan mental dan persepsi risiko terkait pencarian bantuan medis.

PEMBAHASAN

Kesehatan mental merupakan salah satu indikator yang menjadi bagian dari definisi sehat secara menyeluruh. Sehat dipahami sebagai keadaan kesejahteraan yang komprehensif, meliputi fisik, mental, dan sosial, bukan semata-mata ketiadaan penyakit atau gangguan psikologis, tetapi juga tercapainya kemampuan untuk berperan secara optimal dalam lingkungan sosial [16]. Berdasarkan definisi tersebut, kesehatan mental tidak hanya berkaitan dengan adanya gangguan mental atau disabilitas semata. Kesehatan mental dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara stres dan kerentanan pada tingkat individu, sosial, serta struktural. Kemampuan mengelola emosi, penggunaan zat, dan faktor genetik merupakan faktor psikologis dan biologis yang dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental. Selain itu, paparan terhadap lingkungan sosial, ekonomi, dan geopolitik yang tidak mendukung, seperti kemiskinan, kekerasan, ketidaksetaraan, dan degradasi lingkungan, juga berperan dalam memperbesar risiko tersebut [17].

Berdasarkan hasil penelitian Tabel. 2 tingkat literasi kesehatan mental di kalangan mahasiswa kesehatan diketahui berada pada kategori tinggi (54.4%). Hasil ini selaras dari studi yang didapatkan oleh Permana, et al (2023) yang menemukan bahwa tingkat literasi kesehatan mental pada mahasiswa kesehatan tergolong tinggi [18]. Selain itu, temuan dari Fakhriyani (2024) menggambarkan literasi mengenai kesehatan mental diantara mahasiswa cukup beragam, baik dari tingkat rendah, sedang dan tinggi, namun kategori literasi kesehatan mental tinggi yang paling banyak diantara yang lain [19].

Persepsi risiko mencari bantuan medis pada penelitian ini menemukan bahwa persepsi risiko tergolong rendah. Ketika individu membutuhkan perawatan medis, banyak faktor risiko termasuk kejadian medis yang merugikan, beban ekonomi, dan konsekuensi sosial-psikologis dapat berkontribusi pada keraguan individu untuk mencari bantuan medis. Lyu, et al (2020) mengemukakan bahwa persepsi risiko mencari bantuan medis terdiri dari komponen risiko pengobatan, risiko beban dan risiko stigma. Isu kesehatan mental juga tak lepas dari persepsi risiko masyarakat untuk mencari bantuan ketika mengalami gejala gangguan mental [15].

Sebuah studi menemukan bahwa individu memiliki sikap negatif terhadap efektivitas pengobatan modern atau bantuan profesional terkait kesehatan mental [20]. Penelitian lain juga menemukan bahwa hambatan utama dalam pelayanan kesehatan mental berkaitan dengan masalah praktis, seperti masalah komunikasi tenaga kesehatan dan kurangnya pengetahuan tentang sistem kesehatan [21]. Temuan lainnya juga menyatakan bahwa hampir sepertiga dari responden berpendapat bahwa perawatan profesional terkait kesehatan mental lebih buruk atau merasa tidak terbantu sama sekali ketika dihadapkan pada masalah emosional yang serius [22]. Disamping itu, individu juga merasa khawatir bahwa obat-obatan kesehatan mental memiliki efek samping yang dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari, seperti pengaruhnya pada berat badan, sindrom metabolik yang lebih parah, mengantuk dan merasa malas sepanjang hari, sehingga meyakini bahwa obat kesehatan mental berbahaya [23].

Hasil penelitian ini mengidentifikasi adanya hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan mental dan persepsi risiko dalam mencari bantuan medis. Temuan ini

menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat literasi kesehatan mental yang dimiliki individu, maka semakin rendah persepsi risiko yang dirasakan dalam upaya mencari bantuan medis. Literasi kesehatan mental yang memadai dianggap mampu meminimalisir stigma negatif terkait kesehatan mental. Stigma merupakan hambatan yang paling sering dijumpai dikalangan masyarakat khususnya terkait masalah kesehatan mental. Sebuah penelitian oleh Noorwali, et al (2022) dengan melibatkan partisipan *Gen Z* menemukan bahwa stigma diri terkait kesehatan mental tergolong cukup tinggi [24]. Temuan lain juga menemukan sebanyak 81 persen partisipan dalam penelitiannya merasa malu dan ini akan menunda mereka untuk mencari bantuan profesional [25]. Studi lainnya oleh Lipson, et al (2018) juga menemukan bahwa remaja yang memiliki diagnosis gangguan kesehatan mental, hanya 40 persen dari mereka yang memanfaatkan layanan kesehatan mental formal karena stigma yang dirasakan dan persepsi budaya tentang mencari bantuan kesehatan mental [26]. Stigma seputar masalah kesehatan mental dapat menyebabkan individu tidak mau mencari pengobatan karena takut dicap atau diperlakukan berbeda oleh masyarakat [27].

Keunggulan dalam penelitian ini adalah pemahaman yang lebih kompleks mengenai persepsi resiko mencari bantuan medis yang belum banyak dieksplorasi pada studi sebelumnya. Selain itu, penelitian ini juga berfokus pada mahasiswa kesehatan yang memiliki akses informasi medis yang lebih baik. Diharapkan temuan dalam penelitian ini dapat memberikan kontribusi ilmiah sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya. Berdasarkan hasil studi *systematic literature review*, ditemukan bahwa terdapat ketidakkonsistenan metodologis dalam penelitian mengenai *mental health literacy*, serta kurangnya alat ukur yang dikembangkan dan diuji secara psikometrik khusus pada remaja, sehingga diharapkan penelitian yang dilakukan dapat memberikan kontribusi kedepannya [28]. Salah satu keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada instrumen pengukuran yang digunakan untuk menilai persepsi risiko mencari bantuan medis bersifat umum dan tidak secara spesifik mengukur persepsi risiko terkait mencari bantuan medis terkait masalah kesehatan mental.

SIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara literasi kesehatan mental dengan persepsi risiko mencari bantuan medis pada mahasiswa kesehatan. Rekomendasi saran untuk penelitian berikutnya adalah keragaman karakteristik sampel penelitian dengan melibatkan mahasiswa diluar program studi kesehatan. Implikasi praktis penelitian ini dapat menjadi referensi bagi *stakeholder* di institusi pendidikan untuk melakukan promosi literasi kesehatan mental melalui proses pembelajaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam proses penelitian ini, khususnya bagi Direktorat Penyediaan Tenaga Kesehatan, Kementerian Kesehatan yang membantu dalam penyebaran kuesioner di lokasi penelitian masing-masing. Selain itu, peneliti juga berterima kasih atas kesediaan mahasiswa sebagai partisipan dalam penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] A. A. Wulff A; Cloes, R; Reintjes, R, "Effective Communication in Outbreak Management – Experiences and Suggestions by European Public Health Experts," *Gesundheitswesen*, vol. 77, no. 08/09, p. A328, 2015, doi: 10.1055/s-0035-1563284.
- [2] World Health Organisation, "Mental health." [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- [3] Institute of Health Metrics and Evaluation, "Global Health Data Exchange (GHDx)," 2019.

- [4] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Diakses dari: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>.*
- [5] M. A. Rizaty, "Survei: 1 dari 3 Remaja di Indonesia punya masalah kesehatan mental," <https://dataindonesia.id/>. [Online]. Available: <https://dataindonesia.id/ragam/detail/survei-1-dari-3-remaja-indonesia-punya-masalah-kesehatan-mental>
- [6] K. Kementerian, "Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia," <https://www.kemkes.go.id/>. [Online]. Available: <https://www.kemkes.go.id/article/print/21100700003/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia.html>
- [7] S. Onie, "Indonesian National Suicide Prevention Strategy 2022: A Preliminary Report," 2022. doi: 10.31234/osf.io/xhqqm.
- [8] P. D. McGorry and C. Mei, "Early intervention in youth mental health: Progress and future directions," *Evid Based Ment Health*, vol. 21, no. 4, pp. 182–184, 2018, doi: 10.1136/ebmental-2018-300060.
- [9] A. K. M. G. H. C. Gulliver, "Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: a systematic review," *BMC Psychiatry*, vol. 113, no. 10, p. 9, 2010.
- [10] D. Lawrence *et al.*, "Key findings from the second Australian Child and Adolescent Survey of Mental Health and Wellbeing.," *Aust N Z J Psychiatry*, vol. 50, no. 9, pp. 876–886, Sep. 2016, doi: 10.1177/0004867415617836.
- [11] X. Yang, J. Hu, B. Zhang, H. Ding, D. Hu, and H. Li, "The relationship between mental health literacy and professional psychological help-seeking behavior among Chinese college students: mediating roles of perceived social support and psychological help-seeking stigma," *Front Psychol*, vol. 15, 2024, doi: 10.3389/fpsyg.2024.1356435.
- [12] J. Radez, T. Reardon, C. Creswell, P. J. Lawrence, G. Evdoka-Burton, and P. Waite, "Why do children and adolescents (not) seek and access professional help for their mental health problems? A systematic review of quantitative and qualitative studies," *Eur Child Adolesc Psychiatry*, vol. 30, no. 2, pp. 183–211, 2021, doi: 10.1007/s00787-019-01469-4.
- [13] S. Tomczyk, H. Muehlan, S. Freitag, S. Stolzenburg, G. Schomerus, and S. Schmidt, "Is knowledge 'half the battle'? The role of depression literacy in help-seeking among a non-clinical sample of adults with currently untreated mental health problems," *J Affect Disord*, vol. 238, pp. 289–296, 2018, doi: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.05.059>.
- [14] L. Campos *et al.*, "Mental health literacy questionnaire-short version for adults (MHLq-SVa): validation study in China, India, Indonesia, Portugal, Thailand, and the United States," *BMC Psychiatry*, vol. 22, no. 1, pp. 4–11, 2022, doi: 10.1186/s12888-022-04308-0.
- [15] X. Lyu *et al.*, "Development and validation of a risk perception scale of medical help-seeking behavior in Chinese adults," *Ann Transl Med*, vol. 8, no. 21, pp. 1352–1352, 2020, doi: 10.21037/atm-20-1656.
- [16] World Health Organization, "Mental health of adolescents." [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- [17] World Health Organization, "Mental health." [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- [18] A. F. Permana *et al.*, "Studi Eksplorasi Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Keperawatan," *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, vol. 9, no. 1, pp. 62–69, 2023, doi: 10.52943/jikeperawatan.v9i1.1201.
- [19] D. V. Fakhriyani, "Pengaruh Literasi Kesehatan Mental terhadap Kesehatan Mental pada M," *Jurnal Psikologi*, vol. 19, no. 1, pp. 52–65, 2024.

- [20] K. W. Hailemariam, "Perceived Causes of Mental Illness and Treatment Seeking Behaviors among People with Mental Health Problems in Gebremenfes Kidus Holy Water Site," *American Journal of Applied Psychology*, vol. 3, no. 2, pp. 34–42, 2015, doi: 10.12691/ajap-3-2-2.
- [21] C. H. Liu, L. Meeuwesen, F. Van Wesel, and D. Ingleby, "Why do ethnic Chinese in the Netherlands underutilize mental health care services? Evidence from a qualitative study," *Transcult Psychiatry*, vol. 52, no. 3, pp. 331–352, 2015, doi: 10.1177/1363461514557887.
- [22] M. Ten Have, R. De Graaf, J. Ormel, G. Vilagut, V. Kovess, and J. Alonso, "Are attitudes towards mental health help-seeking associated with service use? Results from the European study of epidemiology of mental disorders," *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, vol. 45, no. 2, pp. 153–163, 2010, doi: 10.1007/s00127-009-0050-4.
- [23] M. Deng, S. Zhai, X. Ouyang, Z. Liu, and B. Ross, "Factors influencing medication adherence among patients with severe mental disorders from the perspective of mental health professionals," *BMC Psychiatry*, vol. 22, no. 1, pp. 1–11, 2022, doi: 10.1186/s12888-021-03681-6.
- [24] A. G. Alfianto, I. P. Rahmadanty, and M. Ulfa, "Mental Health Stigma Among Generation Z Students in Salafi Islamic Boarding Schools," *Jurnal Of Health Science*, vol. 15, pp. 283–290, 2022.
- [25] R. Noorwali *et al.*, "Barriers and Facilitators to Mental Health Help-Seeking among Young Adults in Saudi Arabia: A Qualitative Study," *Int J Environ Res Public Health*, vol. 19, no. 5, 2022, doi: 10.3390/ijerph19052848.
- [26] S. K. Lipson, A. Kern, D. Eisenberg, and A. M. Breland-Noble, "Mental Health Disparities Among College Students of Color," *Journal of Adolescent Health*, vol. 63, no. 3, pp. 348–356, 2018, doi: 10.1016/j.jadohealth.2018.04.014.
- [27] P. W. Corrigan, B. G. Druss, and D. A. Perlick, "The impact of mental illness stigma on seeking and participating in mental health care," *Psychological Science in the Public Interest, Supplement*, vol. 15, no. 2, pp. 37–70, 2014, doi: 10.1177/1529100614531398.
- [28] R. Mansfield, P. Patalay, and N. Humphrey, "A systematic literature review of existing conceptualisation and measurement of mental health literacy in adolescent research: Current challenges and inconsistencies," *BMC Public Health*, vol. 20, no. 1, p. 607, 2020, doi: 10.1186/s12889-020-08734-1.