

ABSTRAK

Jocelyn (01121170131)

HUBUNGAN ANTARA *MENTAL HEALTH LITERACY* DAN *HELP SEEKING BEHAVIOR* PADA MAHASISWA DALAM MASA *EMERGING ADULTHOOD*

(xvii + 110 halaman: 25 tabel; 9 lampiran)

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang dalam masa transisi dari masa remaja memasuki masa dewasa (masa *emerging adulthood*). Pada masa ini, mahasiswa mengalami banyak kejadian dan perubahan dalam hidup sehingga rentan mengalami masalah kesehatan mental. Berdasarkan Data Riskesdas, masalah kesehatan mental di Indonesia juga meningkat setiap tahunnya. Tingginya angka masalah kesehatan mental ini seharusnya dapat diimbangi dengan penggunaan bantuan psikologis. Tapi sayangnya, hanya sedikit mahasiswa yang mencari bantuan psikologis. Mahasiswa tidak mencari bantuan psikologis karena kurangnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental. Oleh karena itu, untuk meminimalisir tingginya angka masalah kesehatan mental, mahasiswa perlu memiliki pemahaman yang baik akan masalah kesehatan mental (literasi kesehatan mental). Maka dari itu, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat hubungan antara literasi kesehatan mental dan perilaku mencari bantuan pada mahasiswa dalam masa *emerging adulthood*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan dilakukan kepada 84 individu *emerging adulthood*. Terdapat 2 alat ukur yang digunakan yaitu, MHL-q (literasi kesehatan mental) dan AHSQ (perilaku mencari bantuan). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara literasi kesehatan mental dan perilaku mencari bantuan pada mahasiswa dalam masa *emerging adulthood* ($r_s = .070$; $p > .005$). Hal ini dikarenakan tahapan perkembangan mahasiswa serta banyaknya stigma negatif di masyarakat.

Kata kunci: literasi kesehatan mental, perilaku mencari bantuan, mahasiswa, *emerging adulthood*

Referensi: 62 (1991-2021)

ABSTRACT

Jocelyn (01121170131)

HUBUNGAN ANTARA MENTAL HEALTH LITERACY DAN HELP SEEKING BEHAVIOR PADA MAHASISWA DALAM MASA EMERGING ADULTHOOD

(xvii + 110 pages; 25 tables ; 9 attachments)

College student is someone who is in transition period from adolescence to adulthood (emerging adulthood). In this period, college students experience many events and changes in life so they are susceptible to mental health problems. Based on Riskesdas, mental health problems in Indonesia increase every year. The high number of this mental health problems should be solved by utilizing the psychological assistance. Unfortunately, only a few students seek psychological help. They do not seek psychological help because of the lack of awareness in mental health. Therefore, to minimize mental health problems, students need a good understanding about the mental health problems (mental health literacy). Hence, this research is aimed to examine the relationship between mental health literacy and help seeking behavior among college students during emerging adulthood. This research is a quantitative research and was conducted on 84 emerging adulthood individuals. There are two measuring instruments used, namely MHL-q (mental health literacy) and AHSQ (help seeking behavior). The result of this study shows that there is no significant correlation between mental health literacy and help seeking behavior among college students during emerging adulthood ($r_s = .070$; $p > .005$) because of the development stages in college students and negative stigma in society.

Keywords: mental health literacy, help seeking behavior, college student, emerging adulthood

Reference: 62 (1991-2021)