

SKRIPSI
ANALISIS STATUS KESEHATAN MENTAL DAN LITERASI
KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA KESEHATAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN DALAM MASA PANDEMI COVID-19

Diajukan sebagai salah satu syarat penyelesaian studi di Program Studi

Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Hasauddin



OLEH:

AN.TIZA PURNAMA

R011181320

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS HASANUDDIN

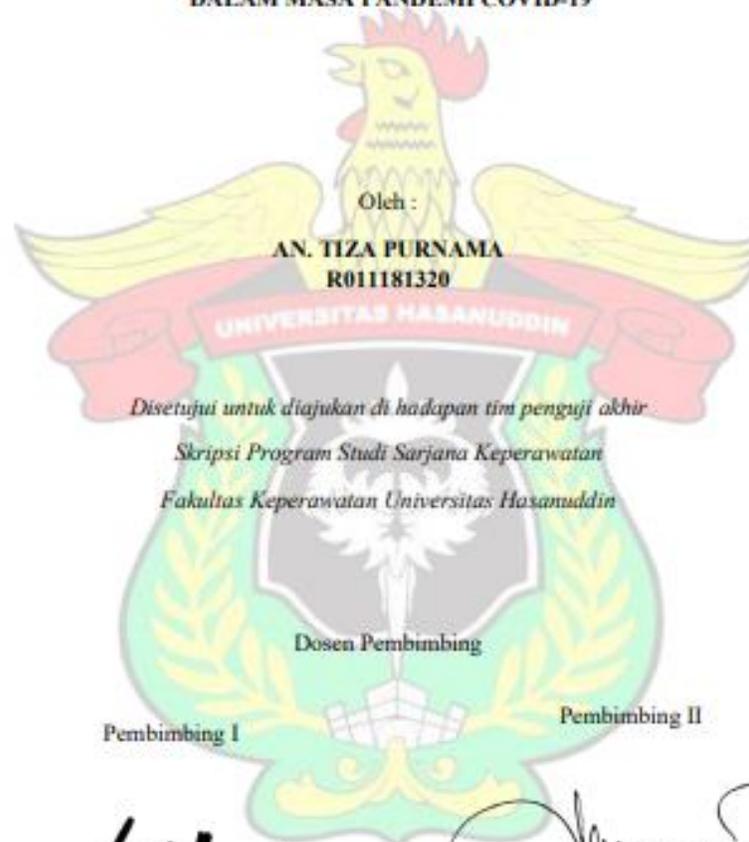
MAKASSAR

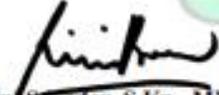
2022

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

ANALISIS STATUS KESEHATAN MENTAL DAN LITERASI KESEHATAN
MENTAL PADA MAHASISWA KESEHATAN UNIVERSITAS HASANUDDIN
DALAM MASA PANDEMI COVID-19




Kusri Kadir, S.Kn., MN., Ph.D
NIP. 197603112005012003


Nurhaya Nurdin, S.Kep., Ns., MN., MPH
NIP. 198203152008122003

LEMBAR PENGESAHAN

ANALISIS STATUS KESEHATAN MENTAL DAN LITERASI KESEHATAN
MENTAL PADA MAHASISWA KESEHATAN UNIVERSITAS
HASANUDDIN DALAM MASA PANDEMI COVID-19

Telah dipertahankan di hadapan Sidang Tim Penguji Akhir pada:

Hari/Tanggal : Senin, 1 Agustus 2022

Pukul : 10.00 WITA – Selesai

Tempat : Via Zoom Online

Disusun Oleh:

AN.TIZA PURNAMA

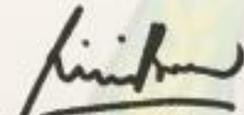
R011181320

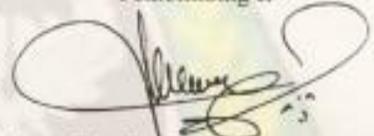
Dan yang bersangkutan dinyatakan:.

Dosen Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II


Kuschi S Kadar, S.Kp., MN., Ph.D
NIP. 197603112005012003


Nurhaya Nurdin, S.Kep., Ns., MN., MPH
NIP. 198203152008122003

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu
Keperawatan Fakultas Keperawatan
Universitas Hasanuddin


Dr. Yulliana Svam, S.Kep., Ns., M.Si
NIP. 19760618 200212 2 002

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : An.tiza Purnama

NIM : R011181320

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang ditulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pemikiran orang lain.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini merupakan hasil karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan atas perbuatan tidak terpuji tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan sama sekali.

Makassar, 14 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan

An.tiza Purnama



KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala kasih dan rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Gambaran Status Kesehatan Mental dan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Kesehatan Universitas Hasanuddin Dalam Masa Pandemi Covid-19”**. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Strata-1 dan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin

Dalam proses penulisan skripsi ini tidaklah lepas dari bantuan banyak pihak. Oleh karena itu, penulis ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberi arahan, bimbingan, semangat dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini. Penulis sampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. Ariyanti Saleh, S.Kep., M.Si sebagai Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin
2. Dr. Yuliana Syam, S.Kep., Ns., M.Si sebagai Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.
3. Kusrini S Kadar, S.Kp., MN., Ph.D selaku dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan skripsi ini

4. Nurhaya Nurdin, S.Kep., Ns., MN., MPH selaku dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan skripsi ini
5. Hapsah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan saran dalam penyusunan skripsi ini
6. Orang tua tercinta bapak Benyamin dan ibu Hetti Ratna, serta keluarga terkasih (kakek, nenek, Bryant, Galang, Jini) yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, motivasi, dukungan finansial dan mental kepada penulis selama ini.
7. Seluruh Dosen, Staf Akademik, dan Staf Perpustakaan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin yang banyak membantu selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi peneliti.
8. Teman-teman seperjuangan saya (Tim Gbu, Chingu, Cabang sahira, Tesa, Gladys, Ica dan teman-teman RB 2018) yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, bantuan dan motivasi.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penyusun dan bagi pembacanya. Akhir kata penulis menyadari adanya keterbatasan dan ketidaksempurnaan dalam menyusun skripsi ini. Oleh karena itu penulis terbuka untuk menerima saran dan kritik yang dapat membangun untuk perbaikan proposal ini.

Makassar, 18 Juli 2022

An.tiza Purnama

ABSTRAK

An.tiza Purnama. R011181320. **ANALISIS STATUS KESEHATAN MENTAL DAN LITERASI KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA KESEHATAN UNIVERSITAS HASANUDDIN DALAM MASA PANDEMI COVID-19**, dibimbing oleh Kusrini S Kadar dan Nurhaya Nurdin.

Latar belakang: Angka penyakit mental di kalangan mahasiswa kesehatan tergolong tinggi. Oleh karena itu diperlukan literasi kesehatan mental sebagai upaya untuk menambah pengetahuan dan kesadaran mahasiswa dalam mencari penanganan yang tepat dan informasi yang tepat terutama dalam mencari bantuan professional terkait kesehatan mental. Namun, penelitian literasi kesehatan mental di Indonesia masih kurang. Ada dua jenis alat ukur yang digunakan dan sudah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia, yaitu *Health Literacy Questionnaire (HLQ) for Young Adults* dan *Self-Reporting Questionnaire (SRQ)* **Tujuan:** Untuk mengidentifikasi gambaran status kesehatan mental dan literasi kesehatan mental pada mahasiswa kesehatan Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi covid-19.

Metode: Penelitian ini menggunakan rancangan survei deskriptif. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *probability sampling* dengan menggunakan teknik *proportionate sampling* yang melibatkan 371 responden. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat menggunakan spss 25.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa kesehatan mengalami gangguan mental emosional sebanyak 272 orang (73,3%) dan literasi kesehatan mental yang tinggi sebanyak 356 orang (96%).

Kesimpulan: Hasil dari penelitian ini menunjukkan status kesehatan mental yang masih rendah dan literasi kesehatan mental yang tinggi pada mahasiswa kesehatan Universitas Hasanuddin. Upaya yang dapat dilakukan berupa peningkatan konseling di setiap fakultas dalam membantu mahasiswa yang terindikasi masalah kesehatan mental.

Kata Kunci: status kesehatan mental, literasi kesehatan mental, mahasiswa kesehatan, pandemi

Sumber Literatur : 86 Kepustakaan (2008-2022)

ABSTRACT

An. Tiza Purnama. R011181320. **ANALYSIS OF MENTAL HEALTH STATUS AND MENTAL HEALTH LITERACY IN HASANUDDIN UNIVERSITY HEALTH STUDENTS IN THE COVID-19 PANDEMIC**, supervised by Kusri S Kadar and Nurhaya Nurdin.

Background: The rate of mental illness among health students is high. Therefore, mental health literacy is needed as an effort to increase students' knowledge and awareness in seeking appropriate treatment and appropriate information, especially in seeking professional assistance related to mental health. But based on result of research on mental health literacy in Indonesia is still lack. There are two types of measuring instruments used and have been translated into Indonesian, the name is Health Literacy Questionnaire (HLQ) for Young Adults for mental health literacy and the Self-Reporting Questionnaire (SRQ) for mental health. Data analysis was performed by univariate and bivariate analysis use spss 25.

Objective: To identify the description of mental health status and mental health literacy in Hasanuddin University health students during the covid-19 pandemic.

Methods: This study used a descriptive survey design. Sampling was taken using *probability sampling* technique with *proportionate sampling technique* involving 371 respondents. Data were analyzed using the SPSS 25 program.

Results: The results of this study showed that most of the health student have emotional mental disorder on the 272 respondents (73.3%) and the results mental health literacy most of Hasanuddin University's health students is classified as high on the 356 respondents (96%).

Conclusion: The results of this study indicate that mental health status is still not good and mental health literacy is high in health students at Hasanuddin University, efforts can be made to improve counseling in each faculty in helping students who are indicated of mental health problems.

Keywords: mental health status, mental health literacy, health students, pandemic

Literature Source: 86 Literature (2008-2022)

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Tinjauan Umum Kesehatan Mental.....	11
B. Tinjauan Umum Literasi Kesehatan	24
C. Tinjauan Umum Literasi Kesehatan Mental.....	26
D. Tinjauan Umum Mahasiswa Kesehatan	31
E. Tinjauan Umum Instrumen Literasi Kesehatan Mental	32
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESA.....	34
A. Kerangka Konsep.....	34
B. Hipotesis	34
BAB IV METODE PENELITIAN	35
A. Rancangan Penelitian	35
B. Populasi dan Sampel	35
C. Alur Penelitian.....	40
D. Variabel Penelitian.....	41
E. Instrumen Penelitian.....	43
F. Pengolahan dan Analisa Data.....	48
G. Prinsip Etika Penelitian.....	51

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	53
A. Hasil.....	53
B. Pembahasan	61
C. Keterbatasan Penelitian	71
BAB IV PENUTUP	72
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA.....	74
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Jumlah Sampel Tiap Program Studi.....	39
Tabel 2 Blueprint Self Reporting Questionnaire (SRQ-20)	43
Tabel 3 Blueprint Mental Health Literacy in Young Adult	45
Tabel 4 Klasifikasi Tingkat Literasi Kesehatan Mental Skor	46
Tabel 5 Hasil Uji Validitas Dan Releabilitas	47
Tabel 6 Gambaran Karakteristik mahasiswa kesehatan.....	54
Tabel 7 Gambaran Status kesehatan mental dan indikator status kesehatan mental... 55	
Tabel 8 Gambaran Status kesehatan mental berdasarkan karakteristik mahasiswa kesehatan	56
Tabel 9 Gambaran Tingkat Literasi Kesehatan Mental dan indikator literasi kesehatan mental	58
Tabel 9 Gambaran Tingkat Literasi Kesehatan berdasarkan karakteristik mahasiswa kesehatan	59
Tabel 10 Gambaran Status Kesehatan Mental berdasarkan Literasi Kesehatan Mental	60
Tabel 11 Kuesioner Status Kesehatan Mental	87
Tabel 12 Kuesioner Literasi Kesehatan Mental	92

DAFTAR BAGAN

BAGAN 1 KERANGKA KONSEP	34
BAGAN 2 ALUR PENELITIAN	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Penelitian.....	83
Lampiran 2 Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden	85
Lampiran 3 Kuesioner Status Literasi Kesehatan Mental.....	87
Lampiran 4 Kuesioner Literasi Kesehatan Mental.....	89
Lampiran 5 Master Tabel	94
Lampiran 6 Hasil Analisa Data	181
Lampiran 7 Surat-Surat	221

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek yang paling penting di dalam kehidupan manusia. Akan tetapi, fakta menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental masih dalam kategori tinggi. Data dari World Health Organization (2017) didapatkan bahwa prevalensi gangguan mental yang paling mendominasi adalah depresi dan kecemasan. Adapun gangguan kecemasan di seluruh dunia sebanyak 200 juta orang dengan jumlah 3,6% dan dari 322 juta orang diseluruh dunia didapatkan 4,4% menderita depresi yang didominasi oleh wilayah Asia Tenggara dan Pasifik Barat. Di Indonesia, depresi menjadi pemicu utama terjadinya bunuh diri yang berakibat pada kematian dengan ditemukan kasus hampir 8000 kejadian bunuh diri setiap tahunnya (Statista, 2021). Prevalensi gangguan mental emosional dengan usia 15 tahun keatas yang didapatkan dari hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), di Sulawesi Selatan menduduki peringkat ke tujuh dengan jumlah kasus 22.798 setara dengan 12,8 % dari jumlah penduduk di Sulawesi Selatan (RISKESDAS, 2018).

Angka penyakit mental di kalangan mahasiswa kesehatan tergolong tinggi. Rentang usia mahasiswa yaitu antara remaja akhir sampai dewasa awal, dimana pada tahap ini kondisi kesehatan mental tidak menetap dan selalu berhubungan dengan masalah, tuntutan hidup, serta kondisi suasana hati yang tidak stabil. Ketika seseorang berada di fase tersebut cenderung dapat

menimbulkan masalah kesehatan mental yang berpengaruh pada kondisi kesehatan secara keseluruhan (Suryanto & Nada, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Christianto et al. (2020) mengemukakan bahwa masalah gangguan mental yang dirasakan mahasiswa di masa pandemi covid-19 saat ini adalah kecemasan. Hal ini berkaitan dengan jumlah orang yang terinfeksi covid-19, adanya kebiasaan-kebiasaan baru yang perlu diadaptasi serta ancaman tertular covid-19. Selain itu, perkuliahan online juga dapat menimbulkan rasa cemas terkait dengan pelaksanaan kelas online, kelancaran jaringan, penerimaan materi, pelaksanaan praktek secara online, ujian online, serta kerja kelompok secara online, pembatasan sosial berskala besar (PSBB) yang mengakibatkan penghasilan orang tua menurun sehingga keadaan ekonomi keluarga lebih buruk dibandingkan dengan sebelum masa pandemi. Serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Hernandez Ana Ventura et al (2020) pada mahasiswa Universitas California San Diego jurusan kesehatan masyarakat dengan menggunakan skala 1-5 dimana skala 1 menjadi buruk hingga skala 5 baik. Hasil yang didapatkan pada aspek kesehatan mental sebelum masa pandemi Covid-19 yaitu 3, 26 dan selama masa pandemi covid-19 didapatkan 2,37.

Gangguan kecemasan yang berkepanjangan dan terjadi secara terus menerus berakibat pada stress yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Stress adalah bagian dari reaksi manusia saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas atau dianggap sulit untuk ditangani. Ketika masalah yang dialami tidak segera ditangani dapat menimbulkan masalah psikologis

yang lebih serius seperti depresi. Depresi memiliki tanda dan gejala seperti menurunnya keadaan gairah, semangat, aktivitas, produktifitas kerja, konsentrasi, maupun daya pikir melambat (Hasanah et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Nasrullah (2021) pada mahasiswa kedokteran di Universitas Hasanuddin menemukan bahwa 61,9 % mahasiswa angkatan 2019 mengalami stress sedang di masa pandemi Covid-19. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Sain, 2021 mendapatkan bahwa secara keseluruhan mahasiswa Universitas Hasanuddin mengalami masalah kesehatan mental yaitu sebanyak 229 orang (50%). Penelitian yang dilakukan secara khusus pada mahasiswa kesehatan Universitas Hasanuddin dari Fakultas Kesehatan Masyarakat menemukan sebanyak 127 responden (77%) mengalami *Common mental disorders*, dan sebanyak (47,3%) mengalami cemas, stres yang dirasakan mahasiswa yang biasa terjadi berkaitan dengan akademik (Shivanela et al., 2021). Sumber stress akademik yang dialami mahasiswa program studi ilmu keperawatan Universitas Hasanuddin yang bersumber dari internal maupun eksternal tergolong pada stress berat dengan jumlah tertinggi dialami oleh mahasiswa tingkat pertama yaitu angkatan 2019 sebanyak 20 responden (Rosyidah et al., 2020).

Kurangnya kesadaran dan pengetahuan mahasiswa terkait cara mencari pertolongan yang tepat menimbulkan banyak kepercayaan atau pemahaman yang berfokus pada mitos seperti adanya anggapan bahwa penyakit mental disebabkan oleh gangguan roh jahat, kutukan, atau hukuman atas dosa individu. Kepercayaan ini membuat individu enggan mencari penanganan

yang tepat sehingga dapat merugikan penderita dan keluarganya karena tidak mendapat pengobatan secara cepat dan tepat (Choresyo et al., 2016). Hal serupa juga didapatkan oleh Ikwuka et al. (2018) yang mengemukakan bahwa 84,4% responden dengan gangguan mental berisiko tidak mencari pertolongan profesional yang tepat. Penelitian yang dilakukan oleh Nazira et al (2022) mengemukakan bahwa kemampuan untuk mengenali permasalahan gangguan mental merupakan salah satu faktor yang menentukan seseorang menerima bantuan profesional dalam hal ini berkaitan dengan pengetahuan kesehatan mental individu.

Pada kondisi ini, literasi kesehatan mental sangat diperlukan untuk menambah pengetahuan dan kesadaran mahasiswa untuk mencari penanganan yang tepat dan informasi yang tepat terutama dalam mencari bantuan profesional yang tepat. Hal serupa dikemukakan oleh Falasifah & Syafitri (2021), bahwa minimnya kesadaran dalam mencari pelayanan pengobatan dan perawatan serta kurangnya pengetahuan dalam mencari bantuan profesional psikologis karena literasi kesehatan mental yang rendah. Penelitian tersebut, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugroho et al. (2020) bahwa terdapat hubungan intensitas pencarian penggunaan layanan pertolongan dan literasi kesehatan mental.

Literasi kesehatan merupakan kemampuan seseorang untuk bisa mendapat, memproses dan mengartikan dasar informasi kesehatan serta kebutuhan pelayanan yang dibutuhkan untuk mendapatkan keputusan kesehatan yang tepat, sehingga literasi kesehatan diharapkan dapat menambah kesadaran

untuk melakukan perilaku sehat pada mahasiswa (Alfan & Wahjuni, 2020). Literasi kesehatan mental adalah suatu rancangan dalam suatu program kesehatan mental menyeluruh yang dapat memberikan pengetahuan pada seseorang terkait masalah gangguan mental dan meningkatkan informasi tempat pelayanan dan perawatan yang tepat, serta pertolongan yang tepat (Novianty & Rochman Hadjam 2017).

Permasalahan yang ditemukan pada mahasiswa kesehatan di Gujarat menemukan bahwa literasi kesehatan mental masih kurang baik (Lakdawala & Vankar 2016). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Syafitri & Wijayanti (2017) mengemukakan bahwa tingkat literasi kesehatan mental masih dalam kategori rendah di Indonesia. Dari data tersebut seharusnya literasi kesehatan mental menjadi hal yang perlu untuk diperhatikan khususnya pada remaja akhir sebagai populasi yang berisiko mengalami gangguan kesehatan mental. Namun, data menunjukkan bahwa penelitian literasi kesehatan mental masih belum banyak dilakukan di Indonesia (Fuady et al., 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Eisenberg et al. (2011) menemukan bahwa ada beberapa faktor penghambat mahasiswa tidak mencari ataupun menerima layanan kesehatan mental diantaranya yaitu mahasiswa cenderung memilih untuk menangani masalah kesehatan sendiri, tidak memiliki waktu untuk mencari informasi kesehatan mental, keyakinan bahwa stress adalah hal yang normal dan berpikir bahwa masalahnya akan membaik, faktor keuangan, dan

khawatir jika orang lain mengetahui jika mereka sedang mengikuti layanan kesehatan mental.

Penelitian yang dilakukan oleh Maharani (2021) mengemukakan bahwa ketika literasi kesehatan mental calon tenaga kesehatan tidak baik, maka mahasiswa kesehatan dalam menjalankan tugas dan kewajiban tidak terlaksana dengan maksimal serta dalam memberikan edukasi terkait pentingnya literasi kesehatan mental terbatas. Mayangsari et al. (2020) lebih lanjut mengemukakan bahwa ketika literasi kesehatan mental mahasiswa rendah maka akan cenderung mengalami kesulitan dalam mengatasi masalah gangguan mental karena kurang pengetahuan dan bertambah buruk jika tidak diatasi. Hal serupa juga dikemukakan oleh Andersson et al. (2013) bahwa individu dengan literasi kesehatan mental rendah tidak memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi masalah kesehatan mental yang dialaminya dan berkembangnya suatu pendapat yang keliru tentang pencarian bantuan saat mengalami masalah kesehatan mental. Selain itu, dapat berpotensi menimbulkan stigma buruk terhadap orang yang memiliki penyakit gangguan mental. Persepsi yang muncul berupa seseorang dengan gangguan mental menyeramkan serta membahayakan orang lain sehingga memilih untuk menghindar dari orang dengan gangguan mental dan merasa kasihan karena tidak mendapatkan penanganan yang tepat (Rachmayani & Kurniawati, 2016).

Oleh karena itu, literasi kesehatan mental menjadi hal yang sangat penting untuk diteliti sebagai salah satu strategi perlindungan yang dimiliki oleh

individu yang merasakan gangguan mental sehingga dapat menambah pengetahuan agar pergi ke layanan kesehatan yang tepat, dan mempelajari kemampuan yang bisa mendukung ataupun membantu orang-orang yang mengalami masalah kesehatan mental (Kartikasari & Ariana, 2019). Seorang mahasiswa kesehatan wajib memiliki literasi kesehatan mental yang baik sehingga dalam tugas dan kewajiban dapat dilakukan dengan baik serta dapat berkontribusi dalam menurunkan stigma buruk pada orang dengan gangguan mental selain itu literasi kesehatan mental menjadi hal yang sangat penting bagi mahasiswa kesehatan untuk ditingkatkan demi tercapainya tujuan pendidikan kesehatan yang ada di masyarakat (Maharani, 2021). Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik meneliti gambaran literasi kesehatan mental pada mahasiswa kesehatan Universitas Hasanuddin di Kota Makassar.

B. Rumusan Masalah

Literasi kesehatan mental dapat menjadi hal sebagai bahan penilaian yang akurat dan komunikasi, yang merupakan dasar untuk meningkatkan kesadaran terkait kesehatan mental dan emosional, serta untuk mempromosikan, memelihara, dan meningkatkan kesejahteraan (Vasquez, 2016). Penelitian literasi kesehatan mental penting dilakukan pada mahasiswa kesehatan sebagai calon tenaga kesehatan pemberian pelayanan kesehatan sehingga dalam melakukan tugas dan kewajibannya dapat dilakukan dengan aman dan nyaman pada pasien maupun individu sebagai calon tenaga kesehatan. Meskipun demikian, data menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental masih tinggi,

hal ini terjadi karena minimnya kesadaran dalam mencari pelayanan pengobatan dan perawatan (Falasifah & Syafitri, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Nugroho et al. (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara intensitas pencarian penggunaan layanan pertolongan dan literasi kesehatan mental.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melihat bagaimana “Gambaran status kesehatan mental dan literasi kesehatan mental pada mahasiswa kesehatan di Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi covid-19” ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

- a. Diketuainya gambaran status kesehatan mental dan tingkat literasi kesehatan mental pada mahasiswa kesehatan di Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi Covid-19

2. Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasinya gambaran karakteristik mahasiswa kesehatan berdasarkan usia, program studi, angkatan, pendapatan orang tua perbulan, pengeluaran mahasiswa kesehatan perbulan, dan sumber informasi kesehatan mental, di Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi Covid-19
- b. Teridentifikasinya gambaran status kesehatan mental dan indikator status kesehatan mental mahasiswa kesehatan di Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi Covid-19

- c. Teridentifikasinya gambaran status kesehatan mental mahasiswa kesehatan di Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi covid-19 berdasarkan karakteristik responden
- d. Teridentifikasinya hubungan status kesehatan mental dan karakteristik responden mahasiswa kesehatan Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi Covid-19
- e. Teridentifikasinya gambaran tingkat literasi kesehatan mental dan domain tingkat literasi kesehatan mental mahasiswa kesehatan di Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi Covid-19
- f. Teridentifikasinya gambaran tingkat literasi kesehatan mental mahasiswa kesehatan di Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi covid-19 berdasarkan karakteristik responden
- g. Teridentifikasinya hubungan literasi kesehatan mental dan karakteristik responden mahasiswa kesehatan Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi Covid-19
- h. Teridentifikasinya gambaran status kesehatan mental berdasarkan tingkat literasi kesehatan mental mahasiswa kesehatan di Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi covid-19

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai skor gambaran status kesehatan mental dan literasi kesehatan mental mahasiswa kesehatan Universitas Hasanuddin

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman bagi peneliti yang mampu membantu meningkatkan wawasan dalam melakukan penelitian kesehatan

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian yang dilakukan dapat menambah sumber literatur dalam Program Studi Ilmu Keperawatan dan membantu dalam institusi pendidikan pada mahasiswa untuk memberikan pelayanan kesehatan

4. Bagi Instansi Pelayanan

Penelitian ini dapat membantu pelayanan kesehatan untuk memberikan pendidikan tentang status kesehatan mental dan literasi kesehatan mental

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Kesehatan Mental

1. Definisi Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah suatu keadaan individu seperti aspek perkembangan, baik fisik, pengetahuan, dan perasaan yang penuh dapat berkembang serta dapat menyesuaikan diri dengan perkembangan orang lain sehingga selanjutnya dapat berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Fakhriyani, 2019). Kesehatan mental merupakan keserasian yang tercapai antara fungsi mental dan menciptakan penyesuaian antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya (Rozali et al., 2021).

Kesehatan mental yang baik adalah keadaan di mana pikiran berada dalam keadaan tenang dan damai, memungkinkan kita untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang-orang di sekitar kita. Orang yang sehat mental dapat memanfaatkan kemampuan atau potensinya untuk menghadapi tantangan hidup dan mengembangkan hubungan positif dengan orang lain. Sebaliknya, orang dengan gangguan kesehatan mental mengalami gangguan perasaan, kemampuan berpikir, dan emosi yang tidak terkendali, yang pada akhirnya berujung pada perilaku yang buruk (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Kesehatan mental merupakan keadaan psikologis dalam hal ini seseorang mampu menunjukkan kemampuan diri dan mampu menyesuaikan diri dalam masalah dan pemecahannya yang ada dari dalam diri sendiri maupun

masalah-masalah yang ada di lingkungan sekitarnya. Kesehatan mental mengacu pada cara berfikir, perasaan, dan tindakan seseorang yang tepat dalam menghadapi tantangan hidup dan stress hidup (Nisa, 2019).

2. Faktor Predisposisi Kesehatan Mental

Ada dua hal yang mempengaruhi kesehatan mental yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal antara lain kepribadian, kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, keberagaman, sikap terhadap masalah hidup, makna hidup, dan pola pikir. Adapun faktor eksternal antara lain keadaan sosial, ekonomi, politik, lingkungan, adat kebiasaan dan sebagainya. Dari kedua faktor ini yang paling berpengaruh adalah faktor internal yaitu pola pikir. Otak menghasilkan senyawa kimiawi yang disebut Neuropeptida ketika seseorang berpikir dan merasakan emosi tertentu. Neuropeptida berfungsi sebagai pembawa pesan dan menyebar ke sel-sel diseluruh tubuh dan mencari reseptor atau *docking station* yang sesuai untuk dapat menyampaikan pesan *DNA* dalam sel. Melalui gen-gen inilah akan mengerti bagaimana hal tersebut mempengaruhi kesehatan tubuh melalui kondisi pikiran dan tubuh guna meningkatkan kesehatan, ketahanan fisik, dan kesembuhan. Penelitian yang dilakukan memperoleh hasil bahwa hamper 90% gen dipengaruhi oleh interaksi dengan keluarga, lingkungan, tempat kerja, teman, rekan kerja, stress, makanan, gaya hidup, praktik spiritual, kondisi emosi, dan lain-lain ((Rozali et al., 2021).

Masa pandemi mempengaruhi psikologis seseorang. Adapun dampak yang ditimbulkan diantaranya gangguan stress pasca trauma (*Post traumatic stress*

disorder), kebingungan, kegelisahan, frustrasi, ketakutan terhadap penularan covid-19, insomnia dan merasa tidak berdaya. Bahkan beberapa psikiatris dan psikolog mencatat bahwa jenis gangguan mental ringan hingga berat terjadi dalam masa Pandemi Covid-19. Pada masa pandemi menyebabkan perkuliahan harus dilakukan secara daring, dan hal tersebut tentu mengakibatkan perubahan sehingga mahasiswa harus beradaptasi dengan keadaan ataupun metode perkuliahan yang baru (Brooks et al., 2020).

Berbagai gejala penurunan kesehatan mental siswa diketahui dari banyaknya siswa yang mengalami kecemasan tinggi, memiliki rasa khawatir yang berlebihan karena proses pembelajaran yang dilakukan secara daring. Pembelajaran daring memiliki banyak kendala dalam pelaksanaannya yang disebabkan oleh kurangnya fasilitas yang memadai secara individual serta kesiapan baik dari guru, siswa maupun orang tua masih rendah sehingga pembelajaran daring ini dianggap kurang menyenangkan. Adapun survey Komisi perlindungan anak (KPI) mengemukakan bahwa siswa sebagai respondennya banyak mengeluhkan berbagai kendala, seperti keterbatasan waktu untuk menyelesaikan tugas yang membuat siswa kurang istirahat dan kelelahan, masih banyak mahasiswa yang belum memiliki fasilitas memadai seperti laptop atau handphone dengan spesifikasi memadai untuk belajar daring, tidak ada proses belajar mengajar dikelas, tidak ada interaksi belajar seperti tanya jawab dan penjelasan materi dari guru (Ferial, 2021).

3. Kriteria kesehatan mental

Menurut Nisa (2019), ciri-ciri orang yang memiliki kesehatan mental baik antara lain :

- a. Individu yang memiliki perasaan bahagia dan kepuasan dalam menjalani kehidupan
- b. Individu yang memiliki semangat dalam menjalani kehidupan seperti kemampuan untuk menikmati hidup, keceriaan, dan kesenangan-kesenangan yang lain
- c. Individu yang memiliki tenaga dalam menghadapi stress dan bangkit dari kegagalan-kegagalan hidup yang sedang dialami
- d. Individu yang memiliki kemampuan untuk merealisasikan diri. Kemampuan realisasi diri ini merupakan kemampuan untuk berpartisipasi dalam hidup melalui aktivitas-aktivitas hidup yang bermakna dan hubungan sosial yang baik
- e. Individu yang mampu mengembangkan kemampuan untuk berubah dan mengalami berbagai macam perasaan yang sejalan dengan perubahan kondisi kehidupan
- f. Individu memiliki perasaan tentang keseimbangan hidup, contohnya privasi dan sosialitas, bermain dan bekerja, tidur dan bangun, serta istirahat dan beraktivitas
- g. Individu memiliki perasaan tentang keutuhan pandangan hidup seperti roh, jiwa, tubuh, kreativitas, dan perkembangan kecerdasan
- h. Individu memiliki perhatian kepada diri sendiri maupun orang lain

- i. Individu memiliki kepercayaan diri dan penilaian yang baik tentang diri sendiri.

4. Karakteristik Kesehatan Mental

Menurut Yusuf dalam Fakhriyani (2019), mengemukakan karakteristik kesehatan mental dengan ciri-ciri sebagai berikut :

a. Terhindar dari gangguan jiwa

Terdapat 2 kondisi kejiwaan yang terganggu yaitu gangguan jiwa (*neurose*) dan penyakit jiwa (*psikose*). Kedua istilah ini memiliki perbedaan. *Neurose* adalah seseorang yang masih mengetahui dan merasakan kesulitan, hal lain dari kepribadian *Neurose* yaitu masih bisa hidup dalam dunia nyata secara umum, sedangkan *psikose* tidak mengetahui masalah ataupun kesulitan yang dihadapinya serta terganggu dengan situasi seperti tanggapan, perasaan, motivasi, sehingga individu ini tidak memiliki integritas dengan konteks hidup jauh dari dunia nyata, menurut Dradjat dalam (Fakhriyani, 2019).

b. Mampu menyesuaikan diri

Individu yang mampu mengatasi stress, konflik, frustasi, serta masalah-masalah tertentu melalui cara-cara alternatif tertentu merupakan individu dengan penyesuain diri (*self adjustment*) dalam pemenuhan kebutuhan (*needs satisfaction*). Seseorang yang mampu mengatasi kesulitan dan permasalahan yang dihadapinya, secara wajar, tidak merugikan diri sendiri dan lingkungannya, sesuai dengan norma

sosial dan agama adalah seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang baik.

c. Mampu memanfaatkan potensi secara maksimal

Indikasi sehat secara mental adalah individu yang mampu memanfaatkan kelebihanya yaitu dengan cara mengembangkan potensi semaksimal mungkin. Memanfaatkan potensi secara maksimal dapat dilakukan dengan ikut secara aktif dalam berbagai macam kegiatan yang positif serta berguna bagi pengembangan kualitas dirinya.

d. Mampu mencapai kebahagiaan pribadi dan orang lain

Individu dengan mental yang sehat menunjukkan perilaku yang baik dan respon yang positif dalam memenuhi kebutuhannya untuk dirinya sendiri maupun orang lain serta berusaha untuk mencapai kebahagiaan bersama. Seseorang yang tidak egois dan tidak mencari keuntungan atau maksud yang merugikan orang lain.

5. Jenis-jenis gangguan mental pada mahasiswa

A. Kecemasan

1) Pengertian

Kecemasan merupakan keadaan emosional yang kompleks dalam jangka waktu yang berkepanjangan, dalam hal ini individu memiliki perasaan takut, was-was, khawatir, takut yang tidak jelas seakan-akan terjadi sesuatu, namun tidak mengetahui alasan kondisi tersebut terjadi (Martini et al., 2021).

2) Tanda dan gejala kecemasan

Ada beberapa gejala-gejala kecemasan kronik dalam Ramaiah,

(2003) antara lain:

a) Perasaan tidak stabil

Adanya rasa gugup, perasaan marah yang berlebihan, perasaan tegang, dan panic

b) Sakit kepala

Adanya ketegangan pada otot khususnya dikepala, dibagian tengkuk dan di tulang punggung

c) Gemetaran

Sekujur tubuh gemetaran khususnya di lengan dan tangan

d) Aktivitas sistem otonomik yang meningkat

3) Klasifikasi kecemasan

Menurut Peplau (1952) dalam Sulistiwati (2014) yang dikutip dalam Budi, (2020) kecemasan memiliki 4 tingkatan antara lain :

a) Kecemasan ringan

Individu dengan ketegangan yang dirasakan masih dapat waspada dan masih memiliki persepsi yang luas. Selain itu, individu dengan kecemasan ringan dapat memberi motivasi untuk belajar dan mampu membuat solusi dari masalah yang dialami secara efektif dan menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas.

b) Kecemasan sedang

Individu yang berfokus hanya pada pikiran yang menjadi perhatiannya, sulit untuk berpikir rasional, dan pada tahap ini individu masih bisa melakukan sesuatu dengan arahan orang lain

c) Kecemasan berat

Individu hanya berfokus pada hal-hal yang kecil dan spesifik, persepsi individu pada tahap ini sangat sempit dan hal-hal yang dilakukan bertujuan hanya untuk mengurangi kecemasan sehingga perlu banyak arahan orang lain agar terfokus pada area lain.

d) Panik

Pada tahap ini, individu kehilangan kendali atas dirinya dan detail perhatian hilang. Ketika individu tidak dapat mengendalikan diri maka tidak dapat melakukan sesuatu meskipun ada perintah. Kondisi ini terjadi peningkatan aktivitas motorik, berkurangnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, tidak bisa berpikir rasional.

B. Stres

1) Pengertian

Stress adalah suatu kondisi individu yang dapat dipengaruhi oleh lingkungan, tuntutan fisik, dan situasi sosial yang tidak terkontrol. Kondisi stress dapat terjadi karena tekanan yang dihadapi oleh individu tidak seimbang dengan kemampuan untuk menghadapi tekanan tersebut. Adapun sumber stress mahasiswa dapat disebabkan oleh tanggung jawab yang banyak seperti tugas kuliah, mahasiswa

tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Beban stress yang dirasakan dapat memicu seseorang untuk berperilaku negatif seperti merokok, alkohol, tawuran, seks bebas, dan penyalagunaan NAPZA (Ambarwati et al., 2019).

Selain itu, mahasiswa yang merantau akan memiliki tanggung jawab untuk mengelola uang dari orang tua. Bagi mahasiswa, mengelola keuangan pribadi memiliki tantangan-tantangan seperti keterlambatan kiriman dari orang tua, uang bulanan yang habis sebelum waktunya, salah pengelolaan keuangan, selain itu adanya kebiasaan mahasiswa dalam mengkonsumsi barang-barang yang tidak dibutuhkan. Dari hal-hal tersebut dapat juga menjadi sumber stress yang disebut dengan *financial stress* (Putri, 2018).

2) Tanda dan gejala stress

Menurut Bressert 2016 dalam Musabiq & Karimah (2018) ada beberapa tanda ketika stress yang dirasakan individu telah berdampak pada fisik antara lain adanya gangguan tidur, peningkatan detak jantung, ketegangan otot, pusing dan demam, kelelahan dan kekurangan energi. Adapun dampaknya terhadap aspek kognitif antara lain kebingungan, sering lupa, khawatir, dan kepanikan. Pada aspek emosi, dampak stress yang dirasakan diantaranya mudah sensitif dan mudah marah, frustrasi, dan merasa tidak berdaya. Kemudian pada aspek perilaku, stress berdampak

pada hilangnya keinginan untuk bersosialisasi, lebih suka menyendiri, menghindari orang lain, dan timbulnya rasa malas.

C. Depresi

1) Pengertian

Salah satu bentuk stress yang dapat menimbulkan gangguan mental adalah depresi. Depresi merupakan salah satu bentuk gangguan mental pada alam perasaan, yang memiliki tanda dan gejala seperti kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa (Jamil, 2019). Menurut Dirgayunita (2016), depresi adalah gangguan emosional yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti. Sehingga seluruh proses mental (berpikir, berperasaan, dan berperilaku) tersebut dapat mempengaruhi motivasi untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari maupun pada hubungan interpersonal.

2) Ciri-ciri depresi

Adapun ciri-ciri depresi berdasarkan Institut Kesehatan Jiwa Amerika Serikat (NIMH) dan *Diagnostic and Statistical manual IV – Text Revision (DSM IV - TR)* (American Psychiatric Association, 2000) dalam Dirgayunita (2016) antara lain :

A. Gejala fisik

Beberapa gejala fisik yang dirasakan individu saat mengalami depresi antara lain :

- a) Gangguan pola tidur : Sulit tidur (*Insomnia*) atau tidur berlebihan (*hypersomnia*)
- b) Menurunnya tingkat aktivitas, misalnya kehilangan minat, kesenangan atas hobi atau aktivitas yang sebelumnya disukai
- c) Sulit makan atau makan berlebihan (bisa menjadi kurus atau kegemukan)
- d) Gejala penyakit fisik yang tidak hilang seperti sakit kepala, masalah gangguan pencernaan, sakit lambung dan nyeri kronis
- e) Kelemahan pada tubuh
- f) Memiliki energi yang lemah, kelelahan, menjadi lamban
- g) Memiliki hambatan untuk berkonsentrasi, mengingat, dan memutuskan

B. Gejala psikis

- a) Rasa sedih, cemas, tidak memiliki harapan
- b) Rasa putus asa dan rasa ingin menyerah
- c) Rasa bersalah, tidak berharga, rasa terbebani dan tidak berdaya/tidak berguna
- d) Tidak tenang dan mudah untuk tersinggung
- e) Berpikir ingin mati dan berisiko untuk bunuh diri
- f) Kehilangan rasa percaya diri

3. Gejala sosial

- a) Memiliki penurunan aktivitas dan minat sehari-hari (menarik diri, menyendiri, malas)
- b) Tidak memiliki motivasi untuk melakukan apapun
- c) Kehilangan hasrat untuk hidup dan keinginan untuk bunuh diri

3. Risiko depresi

Risiko yang ditimbulkan akibat depresi menurut (Dirgayunita, 2016) antara lain :

1. Bunuh diri

Ketika seseorang menderita depresi memiliki perasaan dalam hal ini kesepian, ketidakberdayaan dan putus asa. Sehingga mereka mempertimbangkan untuk memiliki ide bunuh diri.

2. Gangguan tidur

Gangguan tidur dan depresi cenderung muncul bersamaan. Delapan puluh persen (80%) dari orang yang menderita depresi mengalami insomnia atau kesulitan untuk tidur. Kesulitan tidur dianggap sebagai gejala gangguan *mood*.

3. Gangguan Interpersonal

Individu dengan depresi cenderung mudah tersinggung, sedih yang berkepanjangan sehingga cenderung menarik diri dan menjauhkan diri dari orang lain. Terkadang menyalahkan

orang lain. Hal ini menyebabkan hubungan dengan orang lain maupun lingkungan sekitar menjadi tidak baik.

4. Gangguan dalam pekerjaan

Depresi menimbulkan kemungkinan dipecat atau individu yang mengundurkan diri dari pekerjaan ataupun sekolah. Individu dengan depresi cenderung memiliki motivasi yang menurun untuk melakukan aktivitas ataupun minat pekerjaan dalam kehidupan sehari-hari.

5. Gangguan pola makan

Depresi dapat menimbulkan gangguan pola makan. Adapun dua kecenderungan umum mengenai pola makan yang dapat mempengaruhi berat tubuh yaitu :

- a) Tidak memiliki selera makan
- b) Selera makan manis bertambah

6. Perilaku-perilaku merusak

Individu cenderung memiliki perilaku seperti agresivitas dan kekerasan, menggunakan obat-obat terlarang dan alkohol, serta perilaku merokok yang berlebihan.

6. Gangguan mental emosional

Gangguan mental emosional adalah keadaan individu yang terindikasi mengalami perubahan emosional yang dapat berkembang menjadi keadaan patologis jika dirasakan terus menerus (Nurjanah, 2020). Adapun penelitian yang dilakukan di Indonesia menemukan bahwa gangguan

mental emosional, khususnya gangguan neurosis, dibagi kedalam empat dimensi (Vidiawati, et al. 2017) :

- a) Penurunan energi
- b) Gangguan somatik
- c) Perasaan depresif
- d) Pemikiran depresif

B. Tinjauan Umum Literasi Kesehatan

A. Konsep Literasi Kesehatan

1. Definisi Literasi Kesehatan

Literasi kesehatan merupakan suatu kerjasama antara kemampuan seseorang dan keadaan sumber untuk mengakses, memahami, menilai dan menggunakan informasi kesehatan dan pelayanan sehingga mampu untuk membuat keputusan terkait kesehatan dari individu, termasuk kemampuan individu dalam berkomunikasi, menegaskan, dan bertindak sesuai dengan keputusannya (Bröder et al., 2018). Menurut Nutbeam (2008), literasi kesehatan diartikan sebagai teori yang menandakan kemampuan kognitif dan motivasi sosial serta kebiasaan seseorang untuk mengakses dan mengetahui bagaimana memanfaatkan informasi yang didapatkan untuk menjaga kesehatan yang baik. Indikator dari literasi kesehatan antara lain :

- a. Akses informasi (*Ability to Acces Information*)
- b. Tingkat Pemahaman Informasi (*Ability to Understand Information*)
- c. Efikasi diri (*Self Efficacy*)

Menurut Nutbeam 2015 dalam (Rahmawati, 2020) literasi kesehatan terdiri dari 3 tingkatan :

b) *Functional Health Literacy*

Literasi kesehatan dasar adalah kemampuan dasar yang memadai dalam membaca dan menulis yang bermanfaat dalam kegiatan sehari-hari. Adapun salah satu contohnya yaitu kemampuan ini dapat digunakan untuk memperoleh informasi kesehatan yang tepat dan dapat diterapkan dalam mengatasi masalah kesehatan

c) *Interactive Health Literacy*

Literasi kesehatan interaktif merupakan kemampuan untuk mengambil inti informasi dan memahami informasi dari berbagai media serta dapat mengaplikasikan informasi tersebut. Kemampuan ini memungkinkan seseorang untuk dapat menyaring informasi yang dibutuhkannya dan dapat memudahkan dalam berinteraksi dengan petugas kesehatan.

d) *Critical Health Literacy*

Kemampuan dalam menganalisis informasi secara kritis dan menggunakan informasi tersebut dalam melakukan tindakan atau pengambilan keputusan.

2. Manfaat literasi kesehatan

Literasi kesehatan sangat bermanfaat bagi mahasiswa kesehatan saat melanjutkan profesi kesehatan atau saat memasuki ruang lingkup kerja. Literasi kesehatan yang baik dapat meningkatkan kemampuan dan

pengetahuan dalam mendapatkan, mengolah, dan mengerti informasi serta akses kesehatan yang berguna dalam perawatan kesehatan mahasiswa tersebut serta dalam praktik kesehatan. Jika literasi kesehatan baik maka juga dapat meningkatkan pengetahuan dan kepercayaan diri mahasiswa kesehatan dalam mengenali dan dapat membantu pasien dengan literasi kesehatan yang rendah (Mnatzaganian et al., 2017).

C. Tinjauan Umum Literasi Kesehatan Mental

1. Definisi literasi kesehatan mental

Literasi kesehatan mental pertama kali dicetuskan oleh Jorm pada tahun 1997. Menurut Jorm, literasi kesehatan mental adalah pengetahuan untuk mencegah gangguan mental, memantau perkembangan gejala gangguan mental, pertolongan mandiri yang efektif untuk gejala gangguan mental ringan hingga moderat dan pemberian pertolongan pertama yang tepat pada orang lain yang mengalami gangguan mental (Jorm, 2012). Literasi kesehatan adalah salah satu penentu sosial terpenting dari kesehatan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Adapun hasil dari literasi kesehatan membantu tenaga professional kesehatan dalam mengetahui konsep intervensi yang akan dilaksanakan (Falasifah & Syafitri, 2021).

2. Aspek Literasi Kesehatan Mental

Pemahaman terkait pentingnya kesehatan mental berkontribusi pada peningkatan pengetahuan umum dalam Kutcher et al. (2016) antara lain :

- a. Pemahaman terkait upaya pencegahan gangguan mental
- b. Pemahaman terkait kondisi dasar gangguan mental
- c. Pemahaman mengenai cara layanan pertolongan dan perawatan yang tepat
- d. Pemahaman mengenai langkah-langkah pertolongan mandiri yang efektif untuk masalah yang masih dapat diatasi secara individu
- e. Kemampuan untuk memberikan pertolongan pertama dalam membantu orang lain yang mengalami gangguan mental atau sedang dalam tahap krisis kesehatan mental

3. Faktor Literasi Kesehatan Mental

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi literasi kesehatan mental antara lain:

a) Usia

Menurut Hazana, (2017) dikutip dalam Prasetya, (2021) Literasi kesehatan bisa menurun seiring dengan bertambahnya usia. Adapun hal yang mempengaruhi seperti penurunan kemampuan dalam berpikir, serta ketika masih dalam masa pendidikan rentang waktu sudah lama dan terjadi penurunan sensoris.

b) Pendapatan

Faktor ekonomi dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk mendapatkan pendidikan dan pelayanan kesehatan, sehingga akan mempengaruhi tingkat kemampuan dalam mengakses, memahami, menilai dan mengaplikasikan informasi kesehatan, ketika memiliki

pendapatan yang rendah akan berpengaruh terhadap tingkat literasi kesehatan yang rendah (Edward & Omariba, 2010)

c) Akses Informasi Kesehatan

Berbagai macam sumber informasi kesehatan di era modern ini, memudahkan setiap orang untuk mendapatkan informasi baik itu melalui Internet dan media seperti televisi, radio, maupun majalah, poster, dan sebagainya memiliki peran bagi setiap individu dalam mencari literasi kesehatan (Prasetya, 2021).

d) Jenis Kelamin

Jenis kelamin memiliki arti perbedaan antara pria dan wanita secara biologis yang berperan sebagai penilaian dalam literasi kesehatan seperti karakteristik, peran, tanggung jawab, maupun atribut lain yang dibangun secara sosial dan biasa dikenal dengan sebutan gender, Regitz, (2012) dikutip dalam (Widyana, 2019).

Faktor-faktor lain yang berpengaruh terkait dengan perbedaan gender yaitu faktor biologis dan fisiologis antara pria dan wanita, adanya perbedaan umur, harapan hidup, adanya perbedaan akses wanita untuk mendapat mekanisme perlindungan sosial seperti asuransi, norma budaya, kepercayaan religius, aturan keluarga, serta perilaku yang menentukan peran-peran dan posisi pria serta wanita dalam masyarakat maupun perbedaan pendapat (Buvinic et al., 2006).

e) Bahasa

Literasi kesehatan membutuhkan pengetahuan untuk dapat membaca, menulis, berhitung, dan berpikir kritis dalam membuat keputusan. Bahasa maupun budaya yang menjadi dasar yang mempengaruhi cara individu dalam memperoleh pengetahuan tersebut. Individu perlu mengenal istilah-istilah yang digunakan dalam sistem kesehatan serta lingkungannya (Widyana, 2019)

f) Layanan kesehatan mental rendah

Menurut Jorm dalam Fuady et al. (2019) mengemukakan bahwa seseorang dengan literasi kesehatan mental yang tinggi cenderung lebih mengenali penyakit mental dan mampu mengidentifikasi sumber perawatan yang tepat dibandingkan dengan seseorang dengan literasi kesehatan mental rendah cenderung menggunakan strategi koping yang tidak tepat seperti penggunaan alkohol serta obat-obatan lainnya.

g) Pengetahuan

Pengetahuan tentang kesehatan mental yang minim mengakibatkan masyarakat memilih untuk diam, dan melakukan hal yang sangat sederhana sebagai bentuk pengobatan dan dapat menyebabkan masyarakat terjebak di pandangan masing-masing terkait dengan kesehatan mental. Ketika seseorang memiliki pengetahuan yang baik terkait gangguan mental melalui literasi kesehatan mental maka seseorang akan berpikir positif serta stigma negatif berkurang terhadap individu dengan gangguan jiwa (Dafli et al., 2018).

4. Dampak Literasi Kesehatan mental

(1) Literasi kesehatan mental tinggi

Literasi kesehatan mental menjadi salah satu cara dalam membantu meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat terkait pentingnya kesehatan mental. Dalam penerapannya, ketika masyarakat diberikan informasi dan pemahaman terkait gangguan psikologis, maka masyarakat dapat mengetahui dan mengenali gejala-gejala gangguan mental yang ada, manfaat lainnya seperti masyarakat dapat memahami tindakan tepat yang harus dilakukan untuk mendapatkan penanganan awal dan bisa memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan yang tersedia (Handayani et al., 2020).

Untuk mencegah semakin memburuknya kondisi gangguan kesehatan mental, maka diperlukan upaya untuk mengurangi angka kejadian gangguan mental, salah satu upaya yang dimaksud adalah literasi kesehatan mental (Yulianti & Surjaningrum, 2021). Literasi kesehatan mental yang baik berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat khususnya di usia muda ketika memiliki literasi kesehatan mental yang baik, dapat memberikan hasil yang lebih baik terkhusus pada orang yang mengalami gangguan mental (Kelly et al. dikutip dalam Wilopo et al. (2021).

(2) Literasi kesehatan mental rendah

Menurut Manguel (1996) dikutip dalam Widyana (2019), mengemukakan dampak yang dapat muncul diantaranya :

a) Rasa malu, stigma dan penolakan

Literasi kesehatan mental yang rendah memiliki perasaan seperti merasa malu dengan keadaan yang dirasakan dan menghindari orang lain. Adanya studi di sebuah rumah sakit salah satu kota di Amerika menemukan individu dengan tingkat literasi kesehatan rendah mengakui mempunyai masalah dalam memahami maupun mengetahui kesehatan utamanya dalam hal ini kesehatan mental. Perasaan malu karena memiliki gangguan mental membuat individu tidak mengakui penyakit yang dirasakan sehingga merasa ditolak dan kemudian menjauh dari lingkungan sosialnya. Hal demikian dapat menambah buruk kondisi kesehatan mentalnya.

b) Diagnosis yang salah

Seseorang dengan literasi kesehatan mental yang rendah kurang mampu untuk menjelaskan terkait kondisi yang dirasakan pada tenaga profesional. Salah satu penyebab kegagalan komunikasi yaitu adanya perasaan mungkin tidak yakin atau tidak mengetahui informasi apa yang akan disampaikan, ataupun tidak menyadari kebutuhan untuk menyampaikan informasi. Informasi yang sangat terbatas dan kesalahan dalam penyampaian informasi dapat menyebabkan individu dengan tingkat literasi kesehatan mental yang rendah berisiko tinggi mengalami kesalahan diagnosis.

c) Perilaku kurang patuh

Sebuah informasi yang didapatkan oleh seseorang dengan tingkat literasi kesehatan mental rendah cenderung kurang tepat dalam menafsirkan, selain itu adanya pemahaman yang kurang sehingga anjuran ahli atau professional kesehatan dalam pelaksanaannya kurang patuh dan dapat mengakibatkan perilaku yang tidak sehat.

D. Tinjauan Umum Mahasiswa Kesehatan

1. Definisi Mahasiswa Kesehatan

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menempuh pendidikan di sebuah perguruan tinggi (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2016). Berdasarkan data yang diperoleh dari Kabag sistem informasi rektorat Universitas Hasanuddin, mahasiswa kesehatan di Universitas Hasanuddin terdiri dari beberapa program studi antara lain :

- a. Program studi pendidikan dokter
- b. Program studi pendidikan dokter hewan
- c. Program studi psikologi
- d. Program studi pendidikan dokter gigi
- e. Program studi kesehatan masyarakat
- f. Program studi ilmu gizi
- g. Program studi farmasi
- h. Program studi imu keperawatan
- i. Program studi fisioterapi

E. Tinjauan Umum Instrumen Literasi Kesehatan Mental

Dewasa ini, sudah banyak instrumen yang dikembangkan untuk mengukur tingkat literasi kesehatan mental. Beberapa di antara instrumen tersebut yaitu: *the Mental Health Knowledge Questionnaire (MHKQ)* (Wang et al., 2013); *The Mental Health Literacy Scale (MHLs)* (O'Connor & Casey, 2015); *Mental Health Literacy Measure* (Jung et al., 2016) dan *Mental Health Literacy Questionnaire (MHLq) for Young Adults* (Dias et al., 2018).

Adapun instrument yang diadaptasi oleh Dias et al. (2018) yaitu instrumen *Mental Health Literacy Questionnaire (MHLq) for Young Adults* dari anak-anak (12- 14 tahun) ke usia dewasa muda (18-25 tahun) dengan mengubah beberapa pertanyaan yang tidak berkaitan. Kuesioner mencakup 33 pertanyaan yang disusun dalam 3 subskala yaitu :

- 1) Keterampilan pertolongan pertama dan pencarian bantuan;
- 2) Pengetahuan/ stereotip; dan
- 3) Strategi menolong diri sendiri.

Terdapat beberapa poin pertanyaan yang disesuaikan dengan populasi yang dituju sehingga didapatkan kuesioner yang terdiri dari 29 item pertanyaan yang disusun menjadi 4 domain (1) Pengetahuan tentang masalah kesehatan mental; (2) Keyakinan atau stereotip yang salah terhadap gangguan mental; (3) Kemampuan pertolongan pertama dan perilaku mencari bantuan dan (4) Strategi membantu diri sendiri.

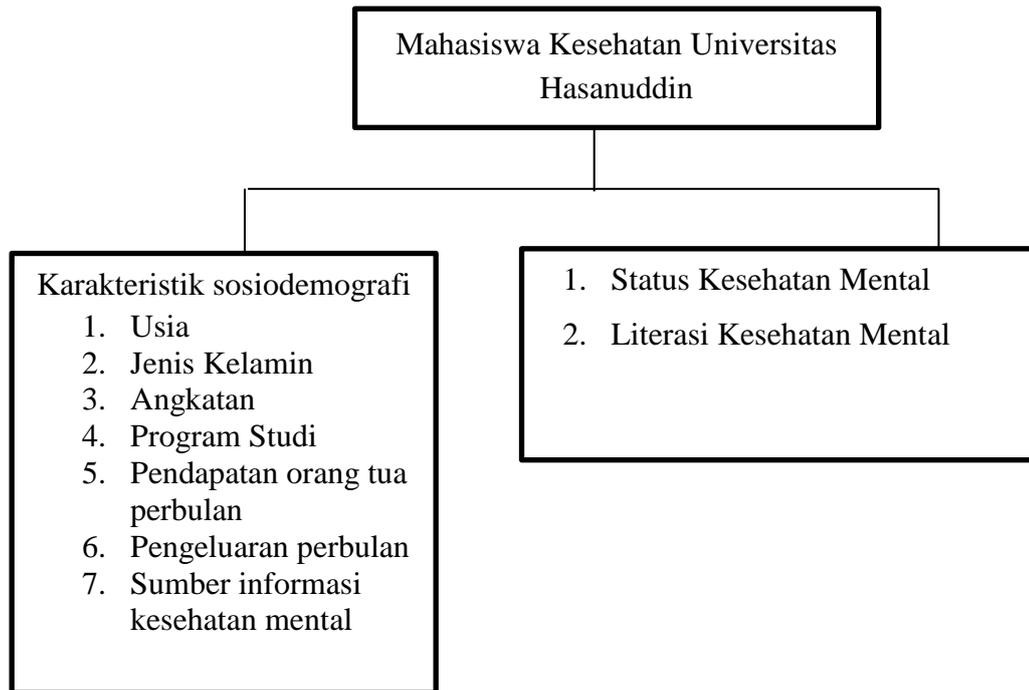
Peneliti menggunakan instrumen *Mental Health Literacy Questionnaire (MHLq) for Young Adults* karena berfokus pada populasi

berusia 18-25 tahun, usia tersebut merupakan usia rata-rata mahasiswa S1. Mahasiswa entry-level (D1-D4 & S1) adalah penduduk usia 19 - 23 tahun. Selain itu instrumen ini terbagi menjadi 4 sub bagian atau domain yang menggambarkan tentang literasi kesehatan mental yaitu pengetahuan, keyakinan, kemampuan untuk mencegah dan mengelola gangguan mental (Kemenristekdikti, 2018)

BAB III

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

A. Kerangka Konsep



B. Hipotesis

1. Ada hubungan status kesehatan mental dengan karakteristik mahasiswa kesehatan Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi covid-19
2. Ada hubungan literasi kesehatan mental dengan karakteristik mahasiswa kesehatan Universitas Hasanuddin dalam masa pandemi covid-19