

Literasi Kesehatan Mental dan Hubungannya dengan Karakteristik Individu pada Mahasiswa Program Sarjana Universitas 45 Bekasi Tahun 2021

Aisyah, Feniati Rahayu

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=135339&lokasi=lokal>

Abstrak

Gangguan mental merupakan masalah kesehatan global. Hal tersebut juga didukung dengan adanya pandemi COVID-19. Perlunya pencegahan untuk menjaga kesehatan mental, diantaranya dengan meningkatkan literasi kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran literasi kesehatan mental pada mahasiswa program sarjana Universitas Islam 45 Bekasi tahun 2021 dan hubungannya dengan karakteristik individu. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner daring kepada 146 mahasiswa program sarjana yang dipilih melalui kuota per fakultas. Penelitian dilaksanakan pada April-Desember 2021 di Universitas Islam 45 Bekasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor literasi kesehatan mental adalah 69,85 dari skala 100. Terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dan uang saku dengan tingkat literasi kesehatan mental. Hasil ini menyarankan intervensi kesehatan mental melalui edukasi dengan mengadakan kuliah umum atau webinar, kegiatan olahraga bersama, dan bazar. Selain itu, pihak universitas dapat mengaktifkan kembali unit layanan psikologi, menyediakan call center dan layanan daring kesehatan mental, dan memberikan masukan kepada pembimbing akademik untuk memantau mahasiswa, baik dari segi akademis maupun fisik dan psikis mahasiswa.

Mental disorders are a global health problem. This is also supported by the COVID-19 pandemic. The need for prevention to maintain mental health, including by increasing mental health literacy. This study aims to determine the description of mental health literacy in undergraduate students at Universitas Islam 45 Bekasi 2021 and its relationship with individual characteristics. Data collection was carried out through filling out online questionnaires to 146 undergraduate students selected through a quota per faculty. The research was carried out in April-December 2021 at the 45 Islamic University, Bekasi. The results showed that the average mental health literacy score was 69.85 out of a scale of 100. There was a significant relationship between gender and pocket money with the level of mental health literacy. These results suggest mental health interventions through education by holding public lectures or webinars, joint sports activities, and bazaars. In addition, the university can reactivate the psychological service unit, provide a call center and mental health online services, and provide input to academic supervisors to monitor students, both academically and physically and psychologically. Keywords: mental health literacy, students, individual characteristics