

Kontribusi Literasi Kesehatan Mental dan Persepsi Stigma Publik terhadap Sikap Mencari Bantuan Profesional Psikologi

The Contribution of Mental Health Literacy and Perceived Public Stigma on Attitudes Towards Seeking Professional Psychological Help

Nanda Maya

Departemen Psikologi, Universitas Pendidikan Indonesia

Submitted 10 August 2020 Accepted 29 January 2021 Published 28 May 2021

Abstract. The number of mental disorder patients in Indonesia has improved significantly over the years. But unfortunately, people from lower middle-income countries (including Indonesia) tend to seek help from traditional medication rather than seeking help from mental health professionals in dealing with mental disorder. This study aimed to determine the contribution of mental health literacy and perceived public stigma towards attitudes to seek professional psychological help. This research used quantitative method with a regression design. The subjects of this study were 349 adolescents aged 18 to 24 years old who live in Bandung City. The data from this study were analysed using simple linear regression. The results of this study indicate that mental health literacy significantly contributes to attitudes towards seeking professional psychological help ($F = 63.130$; $p < 0.05$), and perceived public stigma was proven to have no contribution to attitudes towards seeking professional psychological help ($p > 0.05$).

Keywords: mental health literacy; perceived public stigma; professional help-seeking

Abstrak. Angka penderita gangguan mental di Indonesia terus meningkat secara signifikan dari tahun ke tahun. Namun, masyarakat pada negara-negara dengan pendapatan menengah ke bawah (termasuk Indonesia) cenderung untuk meminta bantuan penyembuh tradisional daripada tenaga profesional kesehatan mental dalam menangani gangguan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi yang diberikan oleh literasi kesehatan mental dan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi. Metode penelitian ini adalah kuantitatif, dengan desain penelitian regresi. Subjek pada penelitian ini adalah 349 remaja berusia 18-24 tahun yang berdomisili di Kota Bandung. Data dari penelitian ini dianalisis dengan teknik analisis regresi linear sederhana. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental secara signifikan berkontribusi terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi ($F = 63,130$; $p < 0,05$), dan persepsi stigma publik terbukti tidak memberi kontribusi yang signifikan terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi ($p > 0,05$).

Kata kunci: literasi kesehatan mental; persepsi stigma public; sikap mencari bantuan profesional

Angka penderita gangguan mental di Indonesia terus meningkat secara signifikan dari tahun ke tahun. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) menunjukkan bahwa prevalensi penderita gangguan mental emosional di Indonesia pada tahun 2013 adalah 6%, kemudian mengalami peningkatan menjadi 9,8% pada tahun 2018. Peningkatan tersebut mengantarkan Indonesia menjadi urutan ke-6 dalam gangguan kesehatan mental dan kejiwaan secara keseluruhan dan urutan ke-4 untuk tingkat penderita gangguan mental depresi secara global (Global Health Estimates, 2018).

Namun, peningkatan angka penderita gangguan mental di Indonesia tersebut tidak disikapi dengan tepat. Hal ini tercermin dari kecenderungan masyarakat pada negara-negara dengan pendapatan menengah kebawah (termasuk Indonesia) untuk meminta bantuan penyembuh tradisional daripada tenaga profesional kesehatan mental dalam menangani gangguan mental (Burns & Birrel, 2014). Subandi dan Utami (1996) juga menunjukkan bahwa keluarga penderita gangguan mental cenderung mencari pertolongan informal (dukun atau ahli agama) daripada pertolongan formal (psikolog/psikiater). Hal ini tidak hanya terjadi di pedesaan, namun juga perkotaan (Zubir, 2014). Sebagai akibatnya, penundaan terhadap pencarian bantuan profesional pun terjadi (Burns & Birrel, 2014). Terjadinya penundaan dalam pencarian bantuan profesional ini disebabkan oleh rendahnya tingkat kesadaran akan pentingnya *professional help-seeking*. Seperti menurut data dari Riskesmas (2018), dari 1588 responden Anggota Rumah Tangga (ART) yang terdiagnosis gangguan jiwa skizofrenia/psikosis, hanya 48,9% yang rutin berobat ke rumah sakit selama satu bulan terakhir. Angka tersebut tidak berbeda secara signifikan antara di desa (41,4%) dan kota (54,9%). Ada berbagai alasan yang menyebabkan responden tidak rutin berobat, namun yang memiliki presentase terbesar adalah karena “merasa sudah sehat”, yaitu sebanyak (36,1%).

Penundaan pencarian bantuan profesional (psikolog/psikiater) ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya adalah literasi kesehatan mental yang rendah dan stigma dari masyarakat terhadap penderita gangguan mental. Literasi kesehatan mental dan stigma masyarakat sering dikaitkan dengan kesehatan mental sebab kedua variabel tersebut berpengaruh terhadap sikap individu dalam hal mencari pertolongan ke profesional, atau sering disebut sebagai *professional help-seeking behavior* (Bonabi *et al.*, 2016; Corrigan, 2004). Meskipun dua variabel tersebut telah banyak diteliti oleh peneliti mancanegara, penelitian terkait dua variabel tersebut terhadap kesehatan mental masih sangat minim dan jarang ditemui di Indonesia.

Secara definitif, literasi kesehatan mental merupakan pengetahuan dan keyakinan tentang gangguan-gangguan mental dan cara penanganannya, yang dapat mendukung kemampuan merekognisi, manajemen, dan prevensi (Jorm, 2000). Adapun tingkat literasi kesehatan mental di Indonesia masih tergolong rendah. Hal ini tercermin dari masih tingginya stigmatisasi terhadap gangguan mental oleh masyarakat. Penelitian oleh Rachmayani dan Kurniawati (2016) menunjukkan bahwa dari 150 remaja pengguna internet, sebanyak 52% di antaranya masih memberikan pelabelan seperti “stres”, “gila”, “cacat”, “berperilaku aneh”, dan “kelainan yang tidak dapat disembuhkan” terhadap gangguan

mental. Ini berarti bahwa persepsi negatif terkait gangguan mental masih mendominasi di Indonesia.

Adapun stigma secara definitif adalah pemberian tanda atau label pada individu yang mempunyai karakteristik tertentu, sehingga individu yang dilabeli tersebut cenderung tidak dihargai oleh masyarakat (Goffman, 1963). Sedangkan stigma masyarakat yang sering disebut sebagai persepsi stigma publik merupakan bagaimana stigmatisasi masyarakat terhadap penderita gangguan mental memengaruhi persepsi seorang individu terhadap penderita gangguan mental (Link, 1987). Persepsi individu yang memandang bahwa masyarakat cenderung menstigmatisasi penderita gangguan mental akan enggan untuk meminta pertolongan karena takut akan penolakan dari masyarakat (Link, 1987). Pendapat Link (1987) tersebut juga selaras dengan hasil penelitian oleh Salim (2014) di Daerah Istimewa Yogyakarta, yaitu keyakinan normatif (stigma) lebih memengaruhi individu dalam mencari pertolongan profesional daripada norma subjektif atau bahkan kebutuhan pribadi.

Meskipun sejumlah penelitian terdahulu berhasil membuktikan kontribusi dari literasi kesehatan mental dan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi (Downs & Eisenberg, 2012; Pattyn *et al.*, 2014; Jung *et al.*, 2017), namun juga terdapat sejumlah penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa tidak ada kontribusi signifikan yang diberikan oleh literasi kesehatan mental dan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi, terutama pada sampel remaja (Lally *et al.*, 2013; Lumaksono *et al.*, 2020).

Adanya kontradiksi hasil pada penelitian terdahulu ini kemudian menjadi salah satu alasan bagi peneliti untuk mengadakan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui kontribusi dari literasi kesehatan mental dan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi, khususnya pada sampel remaja. Selain itu, penelitian ini juga membandingkan tingkatan ketiga variabel berdasarkan jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, dan penggunaan layanan kesehatan mental sebelumnya.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian regresi. Sampel dalam penelitian ini adalah 349 remaja berusia 18 s.d. 24 tahun yang berdomisili di Kota Bandung.

Instrumen penelitian

Terdapat tiga instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Ketiga instrumen tersebut dikembangkan dan dimodifikasi oleh peneliti dengan melalui proses expert judgement yang dilakukan psikolog klinis. Adapun instrumen pengukuran literasi kesehatan mental diadaptasi dari *Multicomponent Mental Health Literacy Measure* (MMHLM) oleh Jung, *et al.* (2016). Skala dari instrumen ini bersifat dikotomik, yaitu “benar” dan “salah” untuk dimensi

Knowledge-oriented Mental Health Literacy dan *Beliefs-oriented Mental Health Literacy*, serta “ya” dan “tidak” untuk dimensi *Resource-oriented Mental Health Literacy*. Jumlah aitem dari instrumen literasi kesehatan mental adalah 19 aitem dengan tingkat reliabilitas yang baik (KR 20 = 0.875).

Instrumen pengukuran persepsi stigma publik diadaptasi dari instrumen milik Link (1987), yaitu *Perceived-Devaluation Discrimination*. Skala dari instrumen ini bersifat likert dengan empat alternatif jawaban (sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju). Jumlah aitem adalah 12 aitem dengan tingkat reliabilitas Cronbach’s alpha sebesar 0.807.

Instrumen pengukuran sikap mencari bantuan profesional psikologi diadaptasi dari instrumen milik Fischer dan Farina (1995), yaitu *Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help: A Shortened Form and Considerations for Research*. Instrumen ini menggunakan skala likert dengan empat alternatif jawaban (setuju, agak setuju, agak tidak setuju, tidak setuju). Total aitem pada instrumen ini adalah sebanyak 10 aitem dengan nilai reliabilitas Cronbach’s alpha sebesar 0.626.

Analisis data

Perbedaan tingkatan ketiga variabel berdasarkan jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, dan penggunaan layanan kesehatan mental dianalisis menggunakan independent sample t-test dan analisis ANOVA. Sedangkan untuk mengetahui kontribusi variabel prediktor terhadap variabel dependen digunakan analisis regresi linear sederhana.

Hasil

Karakteristik demografis responden

Dari 349 responden, sebanyak 271 responden dalam penelitian ini adalah perempuan (78%) dan 78 orang lainnya adalah laki-laki (22%). Responden dalam penelitian ini mayoritas berusia 22 tahun, yaitu sebanyak 102 orang (29%), sebanyak 208 orang (60%) menempuh pendidikan terakhir pada jenjang SLTA/ sederajat, dan ada sebanyak 245 orang (70%) yang belum pernah menggunakan layanan kesehatan mental sebelumnya.

Tabel 1.

Karakteristik Demografis Responden ($n = 349$), di Kota Bandung, Jawa Barat, Indonesia, 2020.

Jenis Kelamin	Frekuensi	%
Perempuan	271	78%
Laki-laki	78	22%
Usia	Frekuensi	%
18	12	3%
19	30	9%
20	54	15%
21	87	25%
22	102	29%
23	44	13%
24	20	6%
Pendidikan Terakhir	Frekuensi	%
SLTP/Sederajat	2	1%
SLTA/Sederajat	208	60%
Diploma	9	3%
S1	129	37%
S2	1	0%
Penggunaan Layanan Kesehatan Mental	Frekuensi	%
Pernah	104	30%
Belum pernah	245	70%

Tingkat literasi kesehatan mental responden

Mayoritas dari responden pada penelitian ini memiliki literasi kesehatan mental pada tingkatan sedang, yaitu sebanyak 233 orang (67%) dengan nilai rata-rata sebesar 11 dari total skor 19.

Tingkat persepsi stigma publik responden

Responden pada penelitian ini didominasi oleh responden yang memiliki persepsi stigma publik pada kategori sedang, yaitu sebanyak 263 orang (75%) dengan nilai rata-rata sebesar 33 dari total skor 48.

Tingkat sikap mencari bantuan profesional psikologi responden

Sikap mencari bantuan profesional psikologi responden penelitian ini mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 228 orang (65%) dengan nilai rata-rata sebesar 28 dari total skor 40.

Uji beda

Perbedaan yang signifikan ditemukan pada literasi kesehatan mental jika ditinjau berdasarkan penggunaan layanan kesehatan mental. Responden yang pernah menggunakan

layanan kesehatan mental sebelumnya memiliki literasi kesehatan mental yang lebih tinggi dibandingkan yang belum pernah ($p < 0,05$). Namun, tidak ditemukan adanya perbedaan yang signifikan pada literasi kesehatan mental jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, usia, dan pendidikan terakhir ($p > 0,05$).

Selanjutnya, juga terdapat perbedaan yang signifikan pada sikap mencari bantuan profesional psikologi jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin dan penggunaan layanan kesehatan sebelumnya. Perempuan ($\mu = 27,74$) dan pernah menggunakan layanan kesehatan mental sebelumnya ($\mu = 28,42$) diasosiasikan dengan kecenderungan untuk mencari bantuan profesional psikologi ketika diperlukan ($F = 5,701$; $p < 0,05$). Sedangkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada literasi kesehatan mental jika ditinjau berdasarkan usia dan pendidikan terakhir ($p > 0,05$).

Disisi lain, tidak ditemukan adanya perbedaan yang signifikan pada persepsi stigma publik jika ditinjau berdasarkan karakteristik demografis responden, baik jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, maupun penggunaan layanan kesehatan mental ($p > 0,05$).

Kontribusi literasi kesehatan mental terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi

Tabel 2 menunjukkan bahwa variabel literasi kesehatan mental secara signifikan dapat memprediksi sikap mencari bantuan profesional psikologi ($p < 0,05$). Nilai R Square sebesar 0,154, yang dengan kata lain variabel X1 berkontribusi sebesar 15,4% terhadap variabel Y. Sedangkan 84,6% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, selain literasi kesehatan mental. Selain itu, literasi kesehatan mental juga linear terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi ($F = 63,130$).

Tiap kenaikan skor pada variabel literasi kesehatan mental akan menaikkan skor sikap mencari bantuan profesional psikologi sebesar 0,405. Nilai B yang bersifat positif menunjukkan bahwa pengaruh literasi kesehatan mental terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi adalah positif. Hal ini berarti bahwa kenaikan skor pada literasi kesehatan mental juga akan memberi pengaruh kenaikan skor pada sikap mencari bantuan profesional psikologi.

Kontribusi persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi

Berdasarkan pada Tabel 2, variabel persepsi stigma publik memiliki nilai koefisien linearitas yang rendah ($F = 0,033$) terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi. Ini menandakan bahwa kedua variabel tidak berhubungan satu sama lain. Hal ini juga tercermin dari hasil regresi linear sederhana yang menunjukkan bahwa variabel persepsi stigma publik tidak berhasil dalam memprediksi variabel sikap mencari bantuan profesional psikologi ($p > 0,05$).

Tabel 2.

Ringkasan Hasil Uji Regresi Linear Antar Variabel

Variabel		Koefisien			
Independen	Dependen	B	R Square	F	Sig. (p)
Literasi Kesehatan Mental	Sikap Mencari Bantuan Profesional Psikologi	0.405	0.154	63.130	0.000
Persepsi Stigma Publik	Sikap Mencari Bantuan Profesional Psikologi	0.024	0.001	0.033	0.538

Diskusi

Hasil uji regresi linear sederhana antara literasi kesehatan mental terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi menunjukkan bahwa terdapat kontribusi signifikan yang diberikan oleh literasi kesehatan mental terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi ($p < 0,05$). Kontribusi yang diberikan oleh literasi kesehatan mental terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi bersifat positif, yang mana berarti bahwa kenaikan skor pada literasi kesehatan mental juga memengaruhi kenaikan skor pada sikap mencari bantuan profesional psikologi.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian terdahulu, seperti penelitian oleh Downs & Eisenberg (2012); Jung, *et al* (2017) yang menemukan bahwa literasi kesehatan mental merupakan variabel prediktor dari sikap mencari bantuan profesional psikologi, atau dengan kata lain literasi kesehatan mental memberi kontribusi yang signifikan terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi. Temuan dari penelitian ini mendukung teori Jorm (2000) yang menyatakan bahwa literasi kesehatan mental dapat mendukung kemampuan merekognisi, manajemen, dan prevensi. Pengetahuan terkait kesehatan mental beserta gejala-gejala gangguan mental ditemukan memiliki pengaruh yang signifikan dalam memberi pemahaman tentang pentingnya merekognisi gejala-gejala gangguan mental tertentu sehingga muncul tindakan prevensi berupa kecenderungan perilaku untuk mencari bantuan profesional psikologi ketika dibutuhkan.

Signifikansi yang diberikan oleh literasi kesehatan mental terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi ini juga dapat dipengaruhi oleh persentase responden perempuan yang lebih mendominasi dalam penelitian ini. Ditemukan bahwa responden berjenis kelamin perempuan memiliki nilai rata-rata lebih tinggi pada variabel kesehatan mental, yang mana menurut penelitian terdahulu (Jung, *et al*, 2017), perempuan cenderung memiliki literasi kesehatan mental yang tinggi dan cenderung terbuka terkait permasalahan personalnya.

Selanjutnya, hasil uji regresi linear sederhana antara persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi menghasilkan bahwa tidak terdapat kontribusi signifikan yang diberikan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi. Hasil dari penelitian ini bertentangan dengan hasil penelitian oleh

Pattyn, *et al* (2014) yang menemukan bahwa terdapat kontribusi signifikan yang diberikan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional.

Meskipun begitu, hasil penelitian ini selaras dengan hasil penelitian milik Brown, *et al.* (2010), yang menemukan bahwa tidak terdapat kontribusi signifikan yang diberikan oleh persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional. Selain itu, juga terdapat penelitian-penelitian pada sampel remaja yang memiliki hasil serupa dengan penelitian ini, yaitu penelitian oleh Lally, *et al* (2013); serta Topkaya (2014).

Penelitian terdahulu yang menemukan signifikansi di antara persepsi stigma publik dengan sikap mencari bantuan profesional psikologi menemukan bahwa individu yang menunda atau bahkan tidak mau mencari bantuan kesehatan mental ketika diperlukan disebabkan karena takut menerima devaluasi hingga diskriminasi dari orang-orang terdekatnya, dan juga dari praktisi kesehatan mental (Barney, *et al.*, 2006; Pattyn, *et al.*, 2014). Meskipun begitu, dalam hasil penelitian Barney, *et al* (2006) terdapat spesifikasi hasil, bahwa sikap personal (*personal attitude*) memberikan pengaruh yang lebih besar dibandingkan persepsi terhadap stigma publik tentang gangguan mental.

Sehingga, peneliti mengasumsikan bahwa meskipun tingkatan persepsi stigma publik responden dalam penelitian ini berada dalam kategori sedang, namun selama sikap personal responden tidak terpengaruh oleh adanya persepsi stigma publik tersebut, maka keinginan responden untuk mencari bantuan profesional psikologi juga tetap tinggi, atau dengan kata lain persepsi stigma publik secara langsung tidak memberi pengaruh terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi. Dalam hal ini, persepsi stigma publik mungkin akan berpengaruh secara tidak langsung terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi jika dimediasi oleh sikap personal atau stigma diri (stigma yang terinternalisasi oleh individu).

Brown, *et al* (2010) juga menyatakan bahwa terdapat kemungkinan bahwa persepsi stigma publik tidak dirasakan oleh orang-orang yang tidak terdiagnosis penyakit mental. Namun, penelitian tersebut juga menemukan bahwa responden yang sedang menjalani penanganan klinis atau kesehatan mental juga memiliki tingkat persepsi stigma publik yang tinggi. Ini berarti meskipun seorang individu dengan penyakit mental telah mencari bantuan profesional psikologi, tidak menjamin bahwa persepsinya tentang stigma publik rendah. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa antara persepsi stigma publik dengan sikap mencari bantuan profesional psikologi masih bersifat sangat kompleks dan sulit untuk dijelaskan.

Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil dan diskusi dari penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa literasi kesehatan mental merupakan variabel prediktor bagi sikap mencari bantuan profesional psikologi ($p < 0,05$), sedangkan persepsi stigma publik bukan variabel prediktor bagi sikap mencari bantuan profesional psikologi ($p > 0,05$).

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan, yaitu: (1) instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur literasi kesehatan mental dalam penelitian ini cukup berisiko dalam memicu responden untuk melakukan diagnosis diri terkait gangguan mental, namun pada kuesioner penelitian tidak disediakan kontak penyedia layanan kesehatan mental yang dapat dihubungi responden; (2) penelitian ini mengkaji ketiga variabel berdasarkan usia dan pendidikan terakhir, namun rentang usia pada sampel yang diambil dalam penelitian ini tergolong sempit sehingga kesimpulan bahwa tidak adanya signifikansi yang diberikan oleh faktor usia dan pendidikan terakhir terhadap ketiga variabel dapat dikatakan belum mewakili golongan usia dan pendidikan terakhir secara luas; (3) penelitian ini terbatas hanya mengkaji pengaruh secara langsung yang diberikan oleh persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi, yang mana setelah dikaji lebih lanjut perlu adanya mediator bagi kedua variabel tersebut.

Saran

Berdasarkan pada keterbatasan penelitian yang ditemukan dalam penelitian ini, maka peneliti menyarankan beberapa hal untuk peneliti selanjutnya, yaitu: (1) penelitian selanjutnya perlu menyediakan kontak layanan kesehatan mental yang dapat dihubungi responden, untuk menghindari kemungkinan responden melakukan diagnosis diri terkait gangguan kesehatan mental; (2) peneliti selanjutnya sangat disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan karakteristik sampel berbeda dan rentang usia lebih luas agar dapat mengkaji kontribusi yang diberikan oleh usia dan pendidikan terakhir secara lebih mendalam; (3) variabel persepsi stigma publik (X2) tidak signifikan terhadap sikap menjadi bantuan profesional psikologi (Y), namun peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk mengadakan penelitian dengan mengambil variabel stigma diri (*self-stigma*) sebagai mediator dari persepsi stigma publik dengan sikap mencari bantuan profesional psikologi.

Kepustakaan

- Barney, L. J., Griffiths, K. M., Jorm, A. F., & Christensen, H. (2006). Stigma about depression and its impact on help-seeking intentions. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 40(1), 51-54. <https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2006.01741.x>
- Bonabi, H., Müller, M., Ajdacic-Gross, V., Eisele, J., Rodgers, S., Seifritz, E., ... & Rüsch, N. (2016). Mental health literacy, attitudes to help seeking, and perceived need as predictors of mental health service use: a longitudinal study. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(4), 321-324. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000488>
- Brown, C., Conner, K. O., Copeland, V. C., Grote, N., Beach, S., Battista, D., & Reynolds III, C. F. (2010). Depression stigma, race, and treatment seeking behavior and attitudes. *Journal of Community Psychology*, 38(3), 350-368. <https://doi.org/10.1002/jcop.20368>

- Burns, J., & Birrell, E. (2014). Enhancing early engagement with mental health services by young people. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 303. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S49151>.
- Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59(7), 614. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.7.614>
- Downs, M. F., & Eisenberg, D. (2012). Help seeking and treatment use among suicidal college students. *Journal of American College Health*, 60(2), 104-114. <https://doi.org/10.1080/07448481.2011.619611>
- Fischer, E. H., and Farina, A. (1995). Attitudes toward seeking professional psychological help: a shortened form and considerations for research. *J. Coll. Stud. Dev.* 36, 368–373.
- Global Health Estimates 2016. (2018). *Disease burden by Cause, Age, Sex, by Country and by Region, 2000-2016*. Geneva, World Health Organization.
- Goffman, E. (1963). *Stigma englewood cliffs*. Spectrum.
- Jorm, A. F. (2000). Mental health literacy: Public knowledge and beliefs about mental disorders. *The British Journal of Psychiatry*, 177(5), 396-401. <https://doi.org/10.1192/bjp.177.5.396>.
- 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>
- Jung, H., von Sternberg, K., & Davis, K. (2017). The impact of mental health literacy, stigma, and social support on attitudes toward mental health help-seeking. *International Journal of Mental Health Promotion*, 19(5), 252-267. <https://doi.org/10.1080/14623730.2017.1345687>
- Lally, J., ó Conghaile, A., Quigley, S., Bainbridge, E., & McDonald, C. (2013). Stigma of mental illness and help-seeking intention in university students. *The Psychiatrist*, 37(8), 253-260. <https://doi.org/10.1192/pb.bp.112.041483>
- Link, B. G. (1987). Understanding labeling effects in the area of mental disorders: An assessment of the effects of expectations of rejection. *American Sociological Review*, 96-112.
- Lumaksono, N. A. P., Lestari, P., & Karimah, A. (2020). Does mental health literacy influence help-seeking behavior in medical students? *Biomolecular and Health Science Journal*, 3(1). <http://dx.doi.org/10.20473/bhsj.v3i1.19093>
- Pattyn, E., Verhaeghe, M., Sercu, C., & Bracke, P. (2014). Public stigma and self-stigma: Differential association with attitudes toward formal and informal help seeking. *Psychiatric Services*, 65(2), 232-238. <http://dx.doi.org/10.1176/appi.ps.201200561>
- Rachmayani, D., & Kurniawati, Y. (2017). Studi awal: Gambaran literasi kesehatan mental pada remaja pengguna teknologi. Prosiding Seminar Nasional "Penguatan Individu di Era Revolusi Informasi". Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Riset Kesehatan Dasar. (2013). Riskesdas 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2013.

- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Salim, A. B. Z. S. (2014). *Keterkaitan antara stigma, keyakinan, dan niat keluarga dalam mencari pertolongan untuk anggota keluarga yang rentan mengalami gangguan mental di Yogyakarta* (Disertasi (tidak dipublikasikan), Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada).
- Subandi & Utami, M. S. (1996). Pola perilaku mencari bantuan pada keluarga pasien gangguan jiwa. *Jurnal Psikologi*, 2, 1-10. <http://dx.doi.org/10.22146/jpsi.10044>
- Topkaya, N. (2014). Gender, self-stigma, and public stigma in predicting attitudes towards psychological help-seeking. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 14(2), 480-487. <http://dx.doi.org/10.12738/estp.2014.2.1799>
- Zubir, A. B. (2015). *Keterkaitan antara stigma, keyakinan, dan niat keluarga dalam mencari pertolongan untuk anggota keluarga yang rentan mengalami gangguan mental di Yogyakarta* (Disertasi tidak dipublikasikan), Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada).