

INFORMASI ARTIKEL

Received: May, 15, 2023

Revised: July, 13, 2023

Available online: July, 16, 2023

at : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik>

Hubungan literasi kesehatan mental dengan *trend self-diagnosis* pada remaja akhir

Cinta Komala*, Akhmad Faozi, Delli Yuliana Rahmat, Popi Sopiah

Program Studi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia
Korespondensi Penulis: Cinta Komala. *Email: cintakomala@upi.edu

Abstract

Background: Mental health is mentally and psychologically healthy without any disturbances, knowledge about mental health must be increased to minimize the occurrence of mental health disorders, especially among adolescents who are in the transitional phase towards adulthood, one way to increase knowledge is by carrying out health literacy mental health so that they can add insight and be able to manage mental health properly so as to avoid the tendency to self-diagnose.

Purpose: To determine the relationship between mental health literacy and self-diagnose in late adolescents.

Method: The research design used is quantitative with a correlation approach. Respondents in this study were 117 people. Data collection used a mental health literacy questionnaire with a validity and reliability test value of Cronbach's Alpha $\alpha = 0.764$ and a self-diagnosis questionnaire with a validity and reliability test value of Cronbach's Alpha $\alpha = 0.852$. Then a correlation analysis was performed using the Chi-Square test.

Results: Most of the 74.4 percent of mental health literacy was in the good category, and in carrying out self-diagnose, most of the 58.1 percent were in the strong category. The results of the Chi-Square test on mental health literacy and self-diagnose are <0.000 , which means there is a significant relationship.

Conclusion: There is a relationship between mental health literacy and self-diagnose, meaning that good mental health literacy does not guarantee that adolescents do not carry out self-diagnosis.

Keywords: Mental Health; Mental Health Literacy; Self-Diagnose; Late Adolescents

Pendahuluan: Kesehatan mental merupakan sehat secara jiwa dan psikis tanpa adanya gangguan, pengetahuan mengenai kesehatan mental harus ditingkatkan untuk meminimalisir terjadinya gangguan kesehatan mental, terlebih pada kalangan remaja yang merupakan fase peralihan menuju dewasa, salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan yaitu dengan melakukan literasi kesehatan mental sehingga dapat menambah wawasan dan mampu mengelola kesehatan mental dengan baik agar menghindari kecenderungan mendiagnosa diri sendiri.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan literasi kesehatan mental dengan self-diagnosis pada remaja akhir.

Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Responden dalam penelitian ini sebanyak 117 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner literasi kesehatan mental dengan nilai uji validitas dan reliabilitas Alpha Cronbach's $\alpha = 0,764$ dan kuesioner self-diagnosis dengan nilai uji validitas dan reliabilitas Alpha Cronbach's $\alpha = 0,852$. Kemudian dilakukan analisis korelasi menggunakan uji Chi-Square.

Hasil: Sebagian besar 74,4 persen literasi kesehatan mental dalam kategori baik, dan dalam melakukan self-diagnosis sebagian besar 58,1 persen berkategori kuat. Hasil uji Chi-Square literasi kesehatan mental dan self-diagnosis yaitu $< 0,000$ yang artinya terdapat hubungan yang signifikan.

Simpulan: Terdapat hubungan literasi kesehatan mental dengan self-diagnosis, artinya literasi kesehatan mental yang

baik tidak menjamin remaja untuk tidak melakukan self-diagnosis.

Kata Kunci: Kesehatan Mental; Literasi Kesehatan Mental; Self-Diagnosis; Remaja Akhir

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan aspek penting yang menyeluruh dalam mewujudkan kesehatan. Seseorang dapat dikatakan sehat jika fisik dan mentalnya dalam keadaan baik. Kesehatan mental adalah suatu keadaan atau status sehat fisik, atau rohani dan sosial secara utuh, tidak hanya suatu keadaan yang bebas dari penyakit, dan kelemahan (World Health Organization, 2001). Kesehatan mental merupakan suatu kondisi dimana seseorang mempunyai kesejahteraan yang terlihat pada dirinya dan menyadari potensi yang dimiliki, serta mampu menyelesaikan tekanan hidup yang normal diberbagai situasi kehidupan, sehingga dapat melakukan pekerjaan dengan produktif serta menghasilkan dan berkontribusi untuk komunitasnya (Savitrie, 2022). Tingginya kasus gangguan kesehatan mental menjadi hal yang penting dan tidak boleh diremehkan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menyatakan hasil sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta penduduk dengan rentang usia 15 tahun ke atas mengalami gejala-gejala berupa depresi dan kecemasan atau memiliki gangguan mental emosional. Data juga menunjukkan sekitar 6,2% remaja berusia 15-24 tahun mengalami depresi berat hingga mengakibatkan penderitanya menyakiti diri sendiri sampai melakukan bunuh diri. Dari data tersebut menunjukkan tingginya kasus kesehatan mental terjadi pada tahapan remaja (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa disertai perubahan baik dari segi fisik, kognitif, dan sosio emosional (Santrok, 2007). Rentang usia remaja yaitu 12-21 tahun, pembagian usia dibagi menjadi tiga yaitu remaja awal (12-15) tahun, remaja pertengahan (15-18) tahun dan remaja akhir (18-21) tahun (Monks, Knoer & Harditono, 2006). Dibandingkan dengan kalangan anak dan orang tua periode masa remaja merupakan masa yang paling berat, karena banyaknya perubahan dari segi fisik, fisiologis, fungsi emosional, intelektual, hubungan sosial, sebelum mencapai titik menjadi dewasa (Hurlock, 1980). Terlebih pada masa remaja akhir yang merupakan tahapan akhir sebelum menuju

dewasa, sehingga banyak tekanan baik dari dalam maupun luar dirinya yang dapat mengakibatkan terjadinya gangguan seperti depresi,. Kecenderungan depresi sering terjadi pada tahapan remaja akhir (Peltzer & Pengpid, 2018). Hal ini tentunya menjadi sorotan agar remaja tidak mengabaikan kesehatan mentalnya, dan memperluas wawasan mengenai kesehatan mental agar dapat mengelola dengan baik, salah satunya dengan literasi kesehatan mental.

Literasi merupakan suatu kemampuan menulis dan membaca, atau pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah informasi (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2023). Literasi kesehatan merupakan sesuatu yang dikemas ulang berkaitan dengan pendidikan dan pemberdayaan kesehatan atau sebagai suatu konsep dalam promosi kesehatan (Mahardika, 2021). Literasi kesehatan mental adalah suatu pengetahuan dan keyakinan mengenai adanya gangguan-gangguan kesehatan mental dan cara menanganinya, yang mampu mendukung untuk merekognisi, manajemen, dan prevensi (Jorm, 2000). Rendahnya literasi terutama literasi kesehatan mental dapat menyebabkan timbul stigma pada layanan kesehatan mental, stigma yang di internalisasi cenderung menimbulkan harga diri menurun (Kartikasari, 2019). Sebagian besar seseorang yang memanfaatkan pelayanan kesehatan dengan baik karena literasi yang baik (Handayani, Ayubi & Anshari, 2020). Sebagaimana penelitian yang dilakukan pada remaja yang berdomisili di kota Bandung menunjukkan literasi kesehatan mental memiliki kontribusi kepada sikap dalam mencari pengetahuan profesional yaitu psikologi, serta stigma pada publik tidak memberikan kontribusi pada sikap mencari bantuan profesional psikologi (Maya, 2021).

Pada saat ini banyak fenomena yang sedang terjadi, salah satunya fenomena *trend self*-diagnosis kesehatan mental dikalangan remaja. *Self* berasal dari Bahasa Inggris yang artinya diri sendiri sedangkan diagnosis adalah suatu proses untuk menentukan jenis penyakit tertentu dengan memeriksa dan meneliti dari tanda dan gejala yang muncul (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2023). *Self*-diagnosis merupakan suatu cara untuk mendiagnosa diri sendiri dengan

Cinta Komala*, Akhmad Faozi, Delli Yuliana Rahmat, Popi Sopiah

Program Studi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia
Korespondensi Penulis: Cinta Komala. *Email: cintakomala@upi.edu

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10125>

mendapatkan informasi secara mandiri dari berbagai sumber resmi ataupun tidak resmi seperti teman, keluarga, pengalaman masa lalu dan internet (Nareza, 2020). Dampak dari self-diagnosis dapat menyebabkan seseorang salah mencocokkan gejala karena ternyata penyakit yang diderita berbeda, self-diagnosis juga dapat mengakibatkan penderita tidak mau pergi pada tenaga ahli profesional karena merasa cemas dan ketakutan terlebih dahulu. Hal tersebut akan berpengaruh pada kesehatan mental sebab merasa khawatir atas sesuatu yang belum pasti (Sadida, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya mengenai kontribusi kemampuan literasi kesehatan mental terhadap self-diagnosis pada mahasiswa program studi Perpustakaan dan Sains Informasi menunjukkan hasil literasi kesehatan pada mahasiswa dengan self-diagnosis memiliki kontribusi berkategori sedang dan perilaku mahasiswa dalam mendiagnosa dirinya sendiri memiliki kategori yang kuat (Agustina, 2020). Sedangkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa FIP UPI menunjukkan bahwa kemampuan literasi kesehatan mental memiliki kategori "baik" dan dalam melakukan self-diagnosis hasilnya yaitu menunjukkan "kuat" dan indikator literasi di media sosial yaitu riliiv sebesar 77,05% yang artinya banyak mahasiswa melakukan literasi kesehatan mental terutama di media sosial, namun banyak juga yang melakukan self-diagnosis (Pratama, 2021). Dengan demikian keterkaitan mengenai kemampuan literasi kesehatan mental dengan self-diagnosis tidak dapat dipisahkan.

Dari penelitian sebelumnya mengenai literasi kesehatan mental dan self-diagnosis menyertakan mahasiswa bukan dari kalangan kesehatan terutama program studi keperawatan sebagai subjek penelitian. Sedangkan subjek yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah mahasiswa kesehatan yang termasuk remaja akhir (18-21 tahun) yaitu Prodi Keperawatan di Universitas Pendidikan Indonesia, untuk meneliti korelasi antara variabel tersebut sebagai keterbaruan dari penelitian sebelumnya. Pada mahasiswa Keperawatan sendiri sebagian besar pasti pernah melakukan literasi mengenai kesehatan dan mengetahui mengenai kesehatan mental. Penelitian pendahuluan pada mahasiswa prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia kampus Sumedang menunjukkan sebagian besar mahasiswa pernah membaca dan mencari informasi mengenai kesehatan

mental di media sosial dan website kesehatan, sedangkan yang lainnya melalui buku, mahasiswa juga kadang mencocokkan dengan gejala yang dialami oleh dirinya, dan meyakini memiliki gangguan kesehatan mental setelah mencocokkan gejala. Sebagian besar dari mereka juga mengatakan pernah melihat teman terdekatnya melakukan self-diagnosis.

METODE

Jenis desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, yaitu jenis penelitian sistematis berkaitan dengan fenomena dan pengumpulan data yang dapat diukur dengan statistik, matematika serta komputasi. Dalam desain penelitian kuantitatif terdapat jenis kuantitatif deskriptif korelasi, yaitu jenis penelitian kuantitatif untuk mengukur ada atau tidaknya suatu hubungan atau korelasi dari dua variabel atau lebih (Yeni, Zen & Darmansyah, 2018). Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia tingkat 2 dengan jumlah populasi sebanyak 165 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah probability sampling yang berarti semua populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih menjadi sampel. Dengan jenis teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah simple random sampling. Untuk menentukan jumlah sampel menggunakan rumus slovin dengan margins error 0,05 sehingga diperoleh 117 responden.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Jenis kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner tertutup, dimana peneliti sudah menyediakan beberapa pilihan jawaban sehingga responden hanya tinggal memilih yang sesuai apa yang dialami. Instrumen dalam penelitian ini diantaranya menggunakan kuesioner literasi kesehatan mental, yaitu kuesioner yang telah digunakan dalam penelitian sebelumnya yang telah diuji validitas serta memiliki tingkat reliabilitas sebesar 0,764 dengan Alpha Cronbach's (Pratama, 2021). Sedangkan untuk mengetahui kebiasaan self-diagnosis menggunakan self-diagnosis kuesioner yang telah digunakan dalam penelitian Pratama (2021) yang telah diuji validitas dan memiliki tingkat reliabilitas sebesar 0,852 Alpha Cronbach's. Untuk mengetahui hubungan antara literasi kesehatan mental dengan self-diagnosis menggunakan analisis korelasi dengan uji chi-square, dimana jika p value $< 0,05$ maka terdapat hubungan yang signifikan.

Cinta Komala*, Akhmad Faozi, Delli Yuliana Rahmat, Popi Sopiah

Program Studi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia
Korespondensi Penulis: Cinta Komala. *Email: cintakomala@upi.edu

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10125>

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (N=117)

Variabel	Hasil
Usia (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(19.64±0.608)(18-21)
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-laki	20/17.1
Perempuan	97/82.9
Literasi Kesehatan Mental (n/%)	
Sangat Buruk	2/1.7
Buruk	6/5.1
Baik	87/74.4
Sangat Baik	22/18.8
Self-Diagnosis (n/%)	
Sangat rendah	6/5.1
Rendah	27/23.1
Kuat	68/58.1
Sangat kuat	16/13.7

Hasil tabel 1. menunjukkan rata-rata usia responden 19.64 dengan standar deviasi 0.608 dan rentang usia antara 18 sampai 21 tahun. Berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh perempuan yaitu (82.9%) sedangkan untuk laki-laki sebanyak (17.1%). Untuk literasi kesehatan mental pada responden sebagian besar (74.4%) dalam kategori baik dan paling sedikit pada kategori sangat tidak baik (1.7%). Dan untuk self-diagnosis sebagian besar (58.1%) dalam kategori kuat dan paling sedikit pada kategori sangat rendah (5.1%).

Tabel 2. Hubungan Literasi Kesehatan Mental dengan Trend Self-Diagnosis (N=117)

Variabel	Self-Diagnosis				p-value
	Sangat Rendah (n=6)	Rendah (n=27)	Kuat (n=68)	Sangat kuat (n=16)	
Literasi Kesehatan Mental (n/%)					
Sangat Buruk	0/0	1/3.7	1/1.5	0/0	0.000
Buruk	2/33.3	3/11.1	1/1.5	0/0	
Baik	4/66.7	21/77.8	57/83.8	5/31.3	
Sangat Baik	0/0	2/7.4	9/13.2	11/86.7	

Dari tabel 2 diketahui responden dengan literasi kesehatan mental sangat tidak baik dengan self-diagnosis rendah sebanyak 3.7 % dan kuat sebanyak 1.5%. Responden dengan literasi kesehatan mental tidak baik dengan self-diagnosis sangat rendah sebanyak 33.3%, rendah 11.1%, dan kuat sebanyak 1.5%. Responden dengan literasi kesehatan mental baik dengan self-diagnosis sangat rendah 66.7%, rendah 77.8%, kuat 83.8% dan sangat kuat sebanyak 31.3%. Responden dengan literasi kesehatan mental sangat baik dengan self-diagnosis rendah sebanyak 7.4%, kuat 13.2% dan sangat kuat sebanyak 86.7%. hasil p-value 0.000 < 0.05 artinya ada hubungan antara literasi kesehatan mental dengan trend self-diagnosis.

Cinta Komala*, Akhmad Faozi, Delli Yuliana Rahmat, Popi Sopiah

Program Studi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia
Korespondensi Penulis: Cinta Komala. *Email: cintakomala@upi.edu

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10125>

Tabel 3. Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	45,063a	9	,000
Likelihood Ratio	35,352	9	,000
Linear-by-Linear Association	22,133	1	,000
N of Valid Cases	117		

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil analisa menggunakan uji chi-square didapatkan hasil nilai yang signifikan yaitu Pearson Chi-Square $0,000 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan antara literasi kesehatan mental dengan self-diagnosis pada remaja akhir usia (18-21) tahun.

PEMBAHASAN

Gambaran Literasi Kesehatan Mental

Literasi kesehatan mental adalah sesuatu berupa pengetahuan dan keyakinan tentang penyakit kesehatan mental dan membantu seseorang untuk mengetahui atau mengenali, mengelola dan mencegah gangguan kesehatan mental, semakin tinggi pemahaman kesehatan mental dari masyarakat maka dapat mendeteksi gangguan dan mengelolanya dengan efektif (Jorm, 2000; Fuady, 2019). Literasi mengenai kesehatan mental yang rendah dapat menghambat efektif yang dibutuhkan dalam melakukan suatu pengobatan (Yulianti & Surjaningrum, 2021).

Berdasarkan penelitian pada mahasiswa menunjukkan sebagian besar memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi dengan presentasi 54,1% dan didapatkan hasil tidak ada perbedaan literasi kesehatan mental pada laki-laki dan perempuan (Idham, Rahayu, As-Sahih, Muhidin & Sumantri, 2019). Komponen utama dalam literasi kesehatan mental ada tiga yaitu pengakuan, pengetahuan dan sikap. Kerangka komponen tersebut gambarannya saling berkaitan dalam literasi kesehatan mental, dan setiap gambaran yang lain sebagai sasaran pengukuran (Pratama, 2021).

Pada penelitian ini, hasil data yang diperoleh menunjukkan literasi kesehatan mental pada mahasiswa Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang pada tingkat 2 sebagian

besar (74,4%) berkategori "Baik" yang berarti mahasiswa sudah baik dalam ber-literasi kesehatan mental, dan mampu memenuhi informasi mengenai kesehatan mental, mencari informasi melalui berbagai sumber, memahami informasi yang didapatkan, mengolah informasi dan mengaplikasikan pada kehidupannya tentang kesehatan mental (Pratama, 2021). Sejalan dengan penelitian sebelumnya menunjukkan gambaran literasi kesehatan mental pada mahasiswa kesehatan UGM tergolong baik (Maharani, Pertiwi & Warsini, 2021). Penelitian juga dilakukan pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Hasanuddin yang memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi (Permana, Harisa, Gaffar, Rahmatullah, Yanti, Yodang & Aldawiyah, 2023).

Sedangkan hasil menunjukkan sebagian kecil dari mahasiswa Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia (1,7%) dalam melakukan literasi kesehatan mental berkategori sangat tidak baik dan (5,1%) pada kategori tidak baik. Sehingga mahasiswa yang kemampuan literasi kesehatan mentalnya rendah memiliki kecenderungan untuk tidak mengunjungi tenaga profesional karena kurangnya paparan informasi mengenai kesehatan mental dan tidak mengetahui tindakan yang tepat untuk menangani apabila merasa ada gangguan kesehatan mental pada dirinya. Semakin tinggi tingkat literasi kesehatan, maka semakin rendah kemungkinan mahasiswa mengalami gangguan kesehatan mental (Mayangsari, Arnanda, Isnaini, & Iskandarsyah, 2020).

Gambaran Self-Diagnosis

Self-diagnosis terdiri dari dua kata yaitu self dan diagnosis, self berasal dari bahasa inggris yang berarti diri sendiri. Sedangkan diagnosis adalah suatu proses menentukan penyakit yang dialami dengan meneliti gejala-gejalanya (Sadida, 2021). Self-diagnosis

Cinta Komala*, Akhmad Faozi, Delli Yuliana Rahmat, Popi Sopiah

Program Studi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia
Korespondensi Penulis: Cinta Komala. *Email: cintakomala@upi.edu

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10125>

merupakan upaya seseorang untuk mendiagnosa dirinya sendiri menggunakan informasi yang didapatkan dengan mandiri melalui sumber tidak resmi maupun sumber yang profesional seperti teman, keluarga, internet, dan mengambil pengalaman di masa lampau (Nareza 2020).

Seseorang melakukan self-diagnosis karena berbagai alasan, ada pula seseorang yang melakukan self-diagnosis karena merasa takut atau khawatir melakukan pemeriksaan dan menerima diagnosa suatu penyakit yang buruk dari tenaga ahli atau dokter setelah melakukan konsultasi (Akbar, 2019).

Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Psikolog UIN Sunan Gunung Djati Bandung menyatakan bahwa adanya dampak buruk dari self-diagnosis terhadap kesehatan mental diantaranya kecemasan yang berlebihan, takut terhadap hal yang belum pasti terjadi, merasa tertekan dan stress, hal tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Maskanah, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian pada mahasiswa Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang pada tingkat 2 sebagian besar (58,1%) dalam self-diagnosis berkategori "Kuat" yang berarti mahasiswa memiliki kecenderungan untuk mendiagnosa dirinya sendiri tanpa pertolongan profesional melalui tanda dan gejala yang dialaminya. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu pada mahasiswa Prodi Perpustakaan dan Sains Informasi UPI yang menunjukkan perilaku mahasiswa dalam mendiagnosa dirinya sendiri memiliki kategori yang "Kuat" (Agustina, 2020). Diagnosis yang dilakukan sendiri dapat dilakukan dengan sengaja atau tanpa direncanakan dan kemungkinan karena pengaruh dari pemaparan pada saat kuliah, media yang sedang populer atau dalam sosial media (Pradhana, 2022).

Sedangkan kategori paling sedikit dalam self-diagnosis mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia (5,1%) berkategori "Sangat rendah" yang artinya sebagian kecil mahasiswa mengetahui bagaimana cara penanganan yang tepat apabila mengalami gangguan kesehatan pada dirinya dan menghindari kecenderungan mendiagnosa diri sendiri.

Hubungan Literasi Kesehatan Mental dengan Trend Self-Diagnosis

Berdasarkan hasil penelitian dengan uji korelasi

menggunakan uji chi-square diperoleh hasil p value= 0,000, yang berarti $< 0,05$, sehingga ada hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan mental dengan self-diagnosis pada remaja akhir usia (18-21) tahun. Berdasarkan variabel literasi kesehatan mental diperoleh hasil pada mahasiswa Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang sebagian besar (74,4%) berkategori "Baik", dan pada variabel sebagian besar (58,1%) dalam self-diagnosis berkategori "Kuat" yang artinya mahasiswa memiliki kecenderungan untuk mendiagnosa dirinya sendiri. Hal ini menunjukkan adanya keterkaitan mengenai literasi kesehatan mental dengan kecenderungan self-diagnosis.

Dengan demikian, literasi kesehatan mental yang baik pada mahasiswa kalangan kesehatan seharusnya mendorong mahasiswa untuk berkonsultasi apabila merasa adanya gangguan kesehatan mental, namun masih terdapat kemungkinan mahasiswa mendiagnosa dirinya sendiri. Mahasiswa psikologi diharapkan memiliki literasi kesehatan mental yang baik, namun masih ada indikasi mahasiswa untuk melakukan diagnosis diri sendiri atau self-diagnosis, hal tersebut dapat memberikan dampak buruk jika terjadi kesalahan diagnosis sehingga penanganan menjadi keliru (Pradhana, 2022). Penelitian yang dilakukan secara daring pada agustus 2021 menyatakan meskipun suatu kelompok mengetahui kesehatan mental di media sosial dan memiliki literasi kesehatan yang tinggi baik dalam pengetahuan, keyakinan maupun sumber daya, akan tetapi literasi kesehatan mental tidak dapat menjamin status kesehatan mental (Abidin, 2022).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, kemampuan literasi kesehatan mental pada mahasiswa Program Studi Keperawatan di Universitas Pendidikan Indonesia sebagian besar berkategori baik, meskipun sebagian lainnya masih memiliki kategori tidak baik. Hasil penelitian juga menunjukkan sebagian besar mahasiswa memiliki kecenderungan mendiagnosa diri sendiri kuat dan sebagian lainnya berkategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kemampuan literasi kesehatan mental dengan kecenderungan self-diagnosis pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia dengan p value= 0,000 < 0,05.

Cinta Komala*, Akhmad Faozi, Delli Yuliana Rahmat, Popi Sopiah

Program Studi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia
Korespondensi Penulis: Cinta Komala. *Email: cintakomala@upi.edu

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10125>

SARAN

Bagi akademik memiliki peran untuk mendorong mahasiswa agar melakukan literasi kesehatan mental, agar menambah wawasan mahasiswa dan mengetahui cara mengelola dengan baik jika terjadi adanya gangguan kesehatan mental. Sedangkan bagi mahasiswa disarankan untuk meningkatkan literasi kesehatan mental dan menghindari kecenderungan mendiagnosis diri sendiri tanpa bantuan tenaga profesional, karena adanya dampak buruk yang timbul akibat self-diagnosis. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian terkait indikator lain yang dapat menyebabkan kecenderungan self-diagnosis pada kalangan mahasiswa atau remaja akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, F. A. (2022). Literasi Kesehatan Mental Dan Status Kesehatan Mental Dewasa Awal Pengguna Media Sosial. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 6(2).
- Agustina, R. (2020). Kontribusi Kemampuan Literasi Kesehatan Terhadap Self-Diagnosis (Kuantitatif Deskriptif Pada Mahasiswa Program Studi Perpustakaan dan Sains Informasi UPI) (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Akbar, M. F. (2019). Analisis Pasien Self-diagnosis Berdasarkan Internet Pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama. *INA-Rxiv*. June, 25.
- Fuady, A. (2019). Trend Literasi Kesehatan Mental. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 12–18. <https://doi.org/10.31289/analitika.v11i1.2294>.
- Handayani, T., Ayubi, D., & Anshari, D. (2020). Literasi kesehatan mental orang dewasa dan penggunaan pelayanan kesehatan mental. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(1), 9-17.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta, Erlangga.
- Idham, A. F., Rahayu, P., As-Sahih, A. A., Muhiddin, S., & Sumantri, M. A. (2019). Trend literasi kesehatan mental. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 12-20.
- Jorm, A. F. (2000). Mental health literacy: Public knowledge and beliefs about mental disorders. *The British Journal of Psychiatry*, 177(5), 396-401.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (2023). Kamus versi online. Diakses dari: <https://kbbi.web.id/didik>.
- Kartikasari, N. (2019). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Mental Dan Stigma Diri Terhadap Intensi Mencari Bantuan Pada Dewasa Awal (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Utama Riskesdas tahun 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diakses dari: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf.
- Maharani, A., Pertiwi, A. A. P., & Warsini, S. (2021). Gambaran Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Kesehatan Universitas Gadjah Mada [Undergraduate Thesis]. Gadjah Mada University.
- Mahardika, H. F. K. (2021). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Mental Dengan Stigma Gangguan Jiwa di Masyarakat Desa Soko Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo (Doctoral dissertation, Universitas dr. Soebandi).
- Maskanah, I. (2022). Fenomena Self-Diagnosis di Era Pandemi COVID-19 dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental. *Journal of Psychology Students*, 1(1), 1-10.
- Maya, N. (2021). Kontribusi literasi kesehatan mental dan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 7(1), 22-32.
- Mayangsari, A., Arnanda, R. D., Isnaini, F. A., & Iskandarsyah, A. (2020). Health Literacy and Mental Health Status: Correlational Study of Undergraduate Students. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 11(2), 104.

Cinta Komala*, Akhmad Faozi, Delli Yuliana Rahmat, Popi Sopiah

Program Studi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia
Korespondensi Penulis: Cinta Komala. *Email: cintakomala@upi.edu

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10125>

<https://doi.org/10.24036/rapun.v11i2.109108>.

- Monks, F., Knoer, A., & Haditono, S. R. (2006). Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nareza, M. (2020). Bahaya Melakukan Self Diagnosis untuk Kesehatan. Alodokter. Dikutip dari <https://www.alodokter.com>.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2018). High prevalence of depressive symptoms in a national sample of adults in Indonesia: Childhood adversity, sociodemographic factor and health risk behavior. *Asian Journal of Psychiatry*, 33, 52-59. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2018.03.017>.
- Permana, A. F., Harisa, A., Gaffar, I., Rahmatullah, M. P., Yanti, N. W. K., Yodang, Y., & Aldawiyah, S. K. (2023). Studi eksplorasi literasi kesehatan mental pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 9(1), 62-69.
- Pradhana, W. Y. (2022). Perilaku Diagnosis Diri Gangguan Mental pada Mahasiswa Psikologi (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).
- Pratama, A. N. (2021). Pengaruh media Sosial Literasi Kesehatan Mental "Riliv" Terhadap Self-Diagnosi Mahasiswa FIP UPI (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Sadida, S. (2021). Perancangan Informasi Fenomena Self-Diagnosis Kesehatan Mental Remaja Generasi Z Di Media Sosial Melalui Media Buku Ilustrasi (Doctoral dissertation, Universitas Komputer Indonesia).
- Santrock, J. W. (2007). Remaja (Edisi kesebelas) Jakarta: Erlangga.
- Savitrie, E. (2022). Mengenal Pentingnya Kesehatan Mental Pada Remaja. Kementerian Kesehatan Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan. Diakses dari: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/362/mengenal-pentingnya-kesehatan-mental-pada-remaja.
- World Health Organization (2001). Basic Documents. 43rd Edition. Geneva: World Health Organization. 2001. Diakses dari: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/358065/9241650435-eng.pdf?sequence=1>.
- Yeni, F., Zen, Z., & Darmansyah, D. (2018). Penelitian Pendidikan. 1–70. Prenadamedia Group.
- Yulianti, P. D., & Surjaningrum, E. R. (2021). A review of mental health literacy strategy for adolescence. *International Journal of Public Health*, 10(4), 764-770.

Cinta Komala*, Akhmad Faozi, Delli Yuliana Rahmat, Popi Sopiah

Program Studi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia
Korespondensi Penulis: Cinta Komala. *Email: cintakomala@upi.edu

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10125>