

PERAN PERILAKU MENCARI BANTUAN PROFESIONAL JIWA TERHADAP STATUS KESEHATAN MENTAL BERDASARKAN TINGKAT LITERASI KESEHATAN MENTAL MASYARAKAT DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS X KOTA SUNGAI PENUH

Agusta Dyra Qodisha¹, Nurul Hafizah², Annisa Andriani³
^{1, 2, 3}Universitas Jambi, Jl. Jambi - Muara Bulian, Muaro Jambi, Indonesia
Email: agstdyraa@gmail.com

Article History

Received: 22-10-2025

Revision: 01-11-2025

Accepted: 03-11-2025

Published: 05-11-2025

Abstract. The general objective of this study was to determine whether there are differences in the contribution of professional help-seeking behavior to mental health status based on the level of mental health literacy in the community's work area, Community Health Center X, Sungai Penuh City. This study was quantitative. The research approach used was correlational. Correlational analysis is a quantitative data analysis technique used to analyze two or more variables and examine the relationship between them. Based on the results of the study, it was found that professional help-seeking behavior did not significantly influence the mental health status of the community in the Community Health Center X, Sungai Penuh City, whether among high, medium, or low mental health literacy groups. This means that professional help-seeking behavior did not predict an individual's mental health status. Mental health literacy also did not strengthen either variable. Therefore, it can be concluded that neither professional help-seeking behavior nor mental health literacy are dominant factors in predicting mental health status, so other, more complex variables are needed to predict mental health status.

Keywords: Professional Help-Seeking Behavior, Mental Health Literacy, Mental Health Status

Abstrak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan kontribusi pengaruh perilaku mencari bantuan profesional jiwa terhadap status kesehatan mental berdasarkan tingkat literasi kesehatan mental masyarakat di wilayah kerja Puskesmas X Kota Sungai Penuh. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa perilaku mencari bantuan profesional (*help-seeking behavior*) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap status kesehatan mental masyarakat di wilayah kerja Puskesmas X Kota Sungai Penuh baik pada kelompok tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi, sedang, maupun rendah. Artinya, perilaku mencari bantuan profesional (*help-seeking behavior*) tidak memprediksi status kesehatan mental individu. Literasi kesehatan mental juga tidak memperkuat kedua variabel tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku mencari bantuan profesional (*help-seeking behavior*) maupun literasi kesehatan mental bukanlah faktor yang dominan dalam memprediksi status kesehatan mental, sehingga diperlukan variabel-variabel lain yang lebih kompleks dalam memprediksi status kesehatan mental.

Kata Kunci: Perilaku Mencari Bantuan Profesional, Literasi Kesehatan Mental, Status Kesehatan Mental

How to Cite: Qodisha, A. D., Hafizah, N., & Andriani, A. (2025). Peran Perilaku Mencari Bantuan Profesional Jiwa Terhadap Status Kesehatan Mental Berdasarkan Tingkat Literasi Kesehatan Mental Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas X Kota Sungai Penuh. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6 (7), 10573-10586. <http://doi.org/10.54373/imeij.v6i7.4426>

PENDAHULUAN

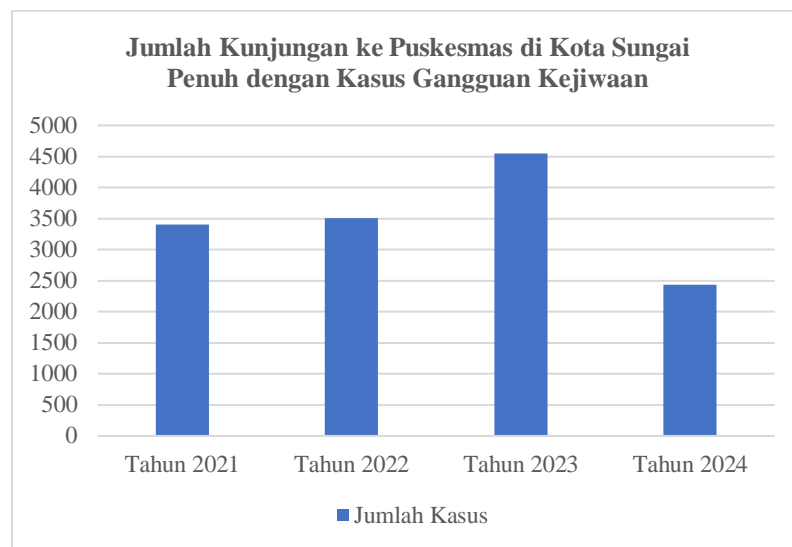
Kesehatan mental merupakan isu yang sangat penting pada dekade saat ini seiring dengan meningkatnya kesadaran tentang pentingnya kesehatan psikologis bagi individu dan masyarakat. Setiap individu memiliki status kesehatan mental yang berbeda-beda. Hal ini membuat topik tentang kesehatan mental selalu menjadi topik yang penting untuk dibahas maupun diteliti, karena berhubungan dengan potensi individu tersebut, keluarga, lingkungan, dan komunitas yang ada. Diharapkan kesehatan mental yang terjaga dapat membantu individu untuk mewujudkan optimalisasi diri dalam menjalankan perannya di kehidupan sehari-hari (Rozali dkk., 2021).

Angka kasus permasalahan kesehatan mental dan gangguan mental di Indonesia juga mengalami peningkatan dari tahun ke tahun (Maya, 2021). Prevalensi orang dengan gangguan jiwa mencapai 20% dari keseluruhan penduduk Indonesia (Komnas Perempuan, 2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 mencatat sebanyak 0,4% rumah tangga di Indonesia memiliki anggota rumah tangga dengan gejala skizofrenia dan sebanyak 0,3% yang sudah didiagnosis psikosis/skizofrenia (BKPK Kementerian Kesehatan, 2023).

Permasalahan kesehatan mental ini terjadi di berbagai provinsi di Indonesia, salah satunya adalah di Provinsi Jambi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, terdapat peningkatan angka kunjungan kasus gangguan jiwa pada tahun 2020 sampai 2023. Jumlah kunjungan mencapai angka 49.308 pada tahun 2020 (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2021), 59.366 pada tahun 2021 (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2022), 55.459 pada tahun 2022 (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2023), dan meningkat menjadi 61.058 pada tahun 2023 (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2024). Salah satu kota di Provinsi Jambi yang memiliki angka yang cukup tinggi dalam permasalahan kesehatan mental adalah Kota Sungai Penuh. Dalam Profil Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2022, tercatat bahwa Kota Sungai Penuh merupakan kota tertinggi ketiga dengan angka kunjungan masalah gangguan jiwa sebanyak 3.503 pada fasilitas kesehatan tingkat pertama (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2022).

Menurut Dinas Kesehatan Kota Sungai Penuh, terdapat beberapa fasilitas kesehatan yang berada di kota ini, yaitu terdiri dari 11 puskesmas dan 2 rumah sakit (Dinas Kesehatan Kota Sungai Penuh, 2022). Beberapa fasilitas kesehatan tersebut menangani masalah kesehatan ibu hamil, anak, keluarga, kesehatan gigi dan mulut, gizi, dan lain-lain. Meskipun demikian, pelayanan kesehatan jiwa di Kota Sungai Penuh masih tergolong minim (Yosrinanda & Utami, 2024), padahal aksesibilitas terhadap pelayanan kesehatan jiwa diperlukan untuk mengontrol peningkatan prevalensi gangguan kesehatan mental (Handayani dkk., 2020).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Sungai Penuh, dari 11 puskesmas terlihat peningkatan angka kunjungan dengan kasus gangguan kejiwaan dari tahun 2021 sampai tahun 2024. Tercatat bahwa sepanjang tahun 2021 terdapat 3.399 kasus, 3.503 kasus di tahun 2022, meningkat menjadi 4.547 kasus di tahun 2023, dan mulai menurun pada tahun 2024 menjadi 2.437 kasus (BPS Kota Sungai Penuh, 2025). Data menunjukkan bahwa dari 8 kecamatan yang ada, kecamatan YZ adalah salah satu kecamatan dengan angka kasus gangguan kejiwaan yang paling tinggi. Berikut merupakan grafik persebaran jumlah kunjungan pasien ke Puskesmas di Kota Sungai Penuh yang memiliki indikasi gangguan kejiwaan.

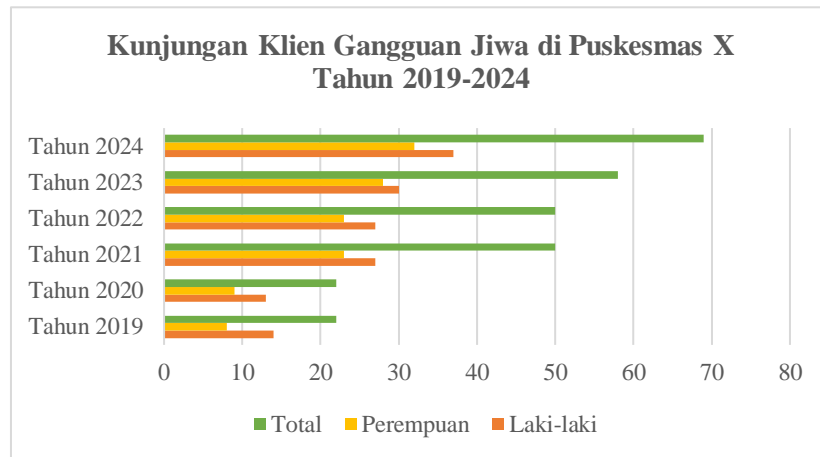


Gambar 1. Jumlah Kunjungan ke Puskesmas di Kota Sungai Penuh dengan Kasus Gangguan Kejiwaan Sumber: BPS Kota Sungai Penuh Tahun 2025

Puskesmas X merupakan salah satu Puskesmas di wilayah kerja Dinas Kota Sungai Penuh yang berlokasi di Desa X, Kecamatan YZ. Luas wilayah kerja Puskesmas X adalah sebanyak 11 desa di Kecamatan YZ dengan perkiraan jumlah penduduk sebanyak 11.133 jiwa. Puskesmas X merupakan satu-satunya puskesmas yang memiliki poli jiwa di Kota Sungai Penuh. Poli jiwa di puskesmas ini terbentuk karena banyaknya klien dengan masalah gangguan kejiwaan di wilayah ini. Puskesmas ini juga menerima klien dengan gangguan kejiwaan yang berasal dari seluruh Kota Sungai Penuh, dan diperbolehkan melakukan rujukan langsung ke Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jambi apabila diperlukan (Uliah & Putra, 2022).

Berdasarkan pencatatan data kunjungan klien di Puskesmas X, tercatat bahwa kunjungan klien dengan masalah kejiwaan terus meningkat dari tahun 2019 sampai tahun 2024. Berbeda dengan hasil survei data yang pernah dilakukan sebelumnya, pada Kota Sungai Penuh khususnya Kecamatan YZ, kelompok usia dewasa dan lansia (25-64 tahun) memiliki angka kunjungan kasus tertinggi. Klien juga didominasi oleh klien berjenis kelamin laki-laki, dengan

kunjungan terbanyak adalah dengan gejala halusinasi. Di tahun 2024, terjadi perubahan di mana kunjungan terbanyak adalah klien dengan permasalahan penurunan perawatan diri. Berikut grafik peningkatan data tersebut



Gambar 2. Data Jumlah Kunjungan Klien Gangguan Jiwa di Puskesmas X
Sumber: Pencatatan Data Puskesmas X

Pada grafik tersebut terlihat adanya peningkatan yang signifikan khususnya pada tahun 2024. Di tahun 2019 dan 2020 jumlah kunjungan klien gangguan jiwa statis pada angka 22. Hal yang sama terjadi pada tahun 2021 dan 2022, yaitu statis di angka 50. Peningkatan terjadi pada tahun 2023, yaitu mencapai angka 58 dan tahun 2024 mencapai angka 69. Hal ini menunjukkan bahwa tingginya permasalahan kesehatan mental yang terjadi di Kecamatan YZ. Kenaikan angka kasus gangguan jiwa tersebut merupakan bukti bahwa masalah kesehatan mental juga memberikan implikasi terhadap status kesehatan mental individu.

Umumnya masyarakat masih tertutup terkait permasalahan kesehatan mental ini, sehingga beberapa kali para petugas harus menganjurkan mereka merujuk klien ke puskesmas secepatnya. Klien akan dibawa oleh keluarganya apabila keadaannya sudah memburuk. Sebaliknya, klien akan datang seorang diri saat keadaannya sudah mulai membaik. Masyarakat masih cenderung menunda untuk mencari bantuan profesional ke puskesmas. Masyarakat masih merasa aman apabila orang dengan indikasi gangguan jiwa belum menunjukkan perilaku yang mengganggu orang lain. Terkadang keluarga pasien masih belum dapat menerima bahwa anggota keluarga mereka terindikasi mengidap gangguan jiwa, sehingga mereka akan cenderung membiarkan pasien tanpa adanya pengobatan profesional. Hal ini menunjukkan rendahnya literasi kesehatan mental yang ditunjukkan dengan ketidakmampuan dalam mengenali gangguan mental, di mana hal tersebut dapat mempengaruhi perilaku pencarian

pertolongan formal atau pemanfaatan pelayanan kesehatan terkait gangguan mental (Handayani et al., 2020).

Pengabaian akan pentingnya pertolongan profesional kesehatan jiwa sering terjadi akibat adanya ketidakpahaman masyarakat terhadap gejala gangguan jiwa tersebut. Beberapa orang dengan masalah kesehatan mental atau gangguan jiwa sering tidak mencari layanan dan bantuan profesional (Manumba & Hamid, 2020), karena mereka tidak memahami kapan harus mencari bantuan profesional tersebut. Penundaan pencarian bantuan dapat mengakibatkan keterlambatan penanganan terhadap masalah gangguan mental dan dapat meningkatkan risiko keparahan gangguan mental tersebut (Kartikasari & Ariana, 2019). Perilaku mencari bantuan ini umum dikenal dengan istilah *help-seeking behavior*.

Help-seeking behavior adalah bentuk perilaku aktif mencari pertolongan kepada orang lain, misalnya melalui komunikasi untuk mendapatkan bantuan berupa pemahaman, informasi, saran dan nasihat, pengobatan, atau dukungan dalam menangani, menghadapi, dan menyelesaikan masalah (Rickwood & Thomas, 2012). Bantuan tersebut dapat diperoleh secara formal melalui tenaga profesional atau layanan kesehatan, dan secara informal melalui keluarga atau teman (Rickwood & Thomas, 2012). *Help seeking behavior* menjadi faktor penting dalam penanganan masalah kesehatan mental (Amanda et al., 2025). Manumba & Hamid (2020) menemukan bahwa terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan perilaku mencari bantuan pada orang dengan gangguan jiwa, yaitu stigma masyarakat, pengetahuan dan keyakinan terkait masalah gangguan mental, aksesibilitas dan kondisi pelayanan profesional, lingkungan sosial, karakteristik demografi (pendidikan, usia, status perkawinan, jenis kelamin, dan *income*), serta tingkat keparahan masalah gangguan mental tersebut.

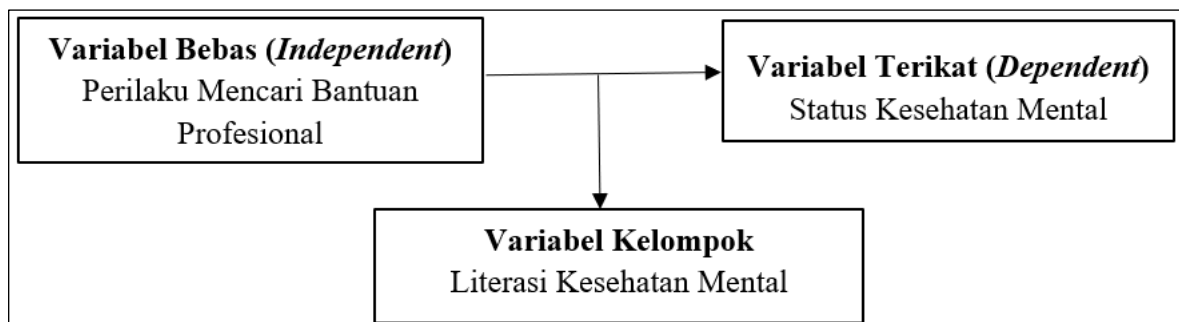
Di sisi lain, beberapa kasus gangguan kesehatan mental masih belum dapat ditangani dengan baik. Permasalahan kesehatan mental di Indonesia masih erat kaitannya dengan kepercayaan masyarakat bahwa hal tersebut disebabkan oleh hal-hal mistis dan supranatural, misalnya gangguan roh jahat, iblis, sihir atau ilmu hitam, kutukan, ataupun hukuman akibat dosa-dosa yang pernah dilakukan (Putri dkk., 2023). Sebagian masyarakat Indonesia terkadang lebih mengandalkan pengobatan alternatif, pengobatan supranatural, atau pengobatan tradisional (Elga et al., 2023). Mereka percaya bahwa pengobatan alternatif lebih efektif menyembuhkan penyakit, harganya ekonomis, dan mudah ditemukan (Andira & Pudjibudojo, 2020). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya, bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *help-seeking behavior* adalah pengetahuan dan keyakinan terkait masalah gangguan mental (Manumba & Hamid, 2020). Beberapa kalangan masyarakat masih belum memahami tentang apa yang dimaksud dengan gangguan mental, bagaimana mengenali

gejalanya, jenis bantuan yang tersedia, dan bagaimana serta kapan harus mulai mencari bantuan profesional. Beberapa masih memiliki pemahaman yang kurang tepat terhadap masalah kesehatan mental. Mereka memahami bahwa orang dengan gangguan jiwa adalah ‘orang gila’ atau ‘orang stres’. Tingkat literasi kesehatan mental di Indonesia masih tergolong rendah. Rendahnya pemahaman terkait kesehatan dan gangguan mental dapat menyebabkan penundaan pencarian bantuan profesional (Handayani dkk., 2020).

Kenaikan angka kasus gangguan kejiwaan di Puskesmas X merupakan fenomena yang menunjukkan bahwa gangguan kesehatan mental tidak hanya berkaitan dengan pengetahuan terhadap kesehatan mental dan keinginan mencari bantuan profesional, melainkan juga memberikan implikasi pada status kesehatan mental masyarakat. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui bagaimana pengaruh perilaku mencari bantuan terhadap status kesehatan mental seseorang apabila ditinjau berdasarkan tingkat literasi atau tingkat pemahaman kesehatan mental. Status kesehatan mental ini juga penting untuk diteliti sebagai bentuk *screening* lebih lanjut terhadap kesehatan mental masyarakat di dalam wilayah kerja Puskesmas X. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut apakah terdapat perbedaan kontribusi pengaruh perilaku mencari bantuan terhadap status kesehatan mental, jika ditinjau dari tingkat literasi kesehatan mental masyarakat di wilayah kerja Puskesmas X Kota Sungai Penuh.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah korelasional. Korelasional merupakan salah satu teknik analisis data yang bersifat kuantitatif untuk menganalisis dua variabel atau lebih dan melihat hubungan antar variabel tersebut (Periantalo, 2016). Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah ATSPPH-SF, MHC-SF, dan MHKQ dengan versi Bahasa Indonesia. Analisis data menggunakan regresi linear sederhana dengan *software* SPSS.



Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian

Perilaku mencari bantuan profesional merupakan variabel bebas dalam melihat pengaruhnya terhadap variabel terikat, yaitu status kesehatan mental, berdasarkan kategorisasi data responden berdasarkan tingkat literasi yang tinggi, sedang, maupun rendah. Populasi adalah subjek yang dikenakan generalisasi hasil penelitian (Periantalo, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat yang termasuk usia dewasa yang bertempat tinggal di Kecamatan YZ yang berjumlah kurang lebih sebanyak 3.791 jiwa. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2024). Subjek dalam penelitian ini ditentukan melalui teknik *non-probability sampling* yaitu *convenience sampling*, yaitu pengambilan subjek berdasarkan pada ketersediaan subjek (Creswell, 2012). Responden yang akan menjadi partisipan dalam penelitian ini adalah individu berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan, dengan rentang usia 20-45 tahun dan pendidikan terakhir minimal sekolah dasar. Setiap subjek harus berdomisili di salah satu desa dalam Kecamatan YZ.

Analisis data dilakukan saat data dari seluruh responden sudah terkumpul (Sugiyono, 2024). Penelitian ini menggunakan teknik analisis data regresi linear sederhana untuk melihat pengaruh variabel bebas (perilaku mencari bantuan) terhadap variabel terikat (status kesehatan mental) berdasarkan masing-masing pengelompokan data berdasarkan tingkat literasi kesehatan mental. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan *software* SPSS.

HASIL

Hipotesis 1 (Kelompok Literasi Kesehatan Mental Tinggi)

Berdasarkan hasil *output SPSS* regresi linear sederhana variabel perilaku mencari bantuan profesional (X) dan status kesehatan mental (Y) pada kelompok literasi kesehatan mental yang tinggi, menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,882 (Sig. < 0.05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel perilaku mencari bantuan profesional (X) dan status kesehatan mental (Y) pada kelompok literasi kesehatan mental tinggi. Oleh karena itu, H_{a1} ditolak dan H_{01} diterima. Berikut adalah tabel hasil regresinya.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis 1

Variabel	R	R Square
Perilaku Mencari Bantuan Profesional – Status Kesehatan Mental	0,019	0,000

	Unstandarized Coefficients		Standardized Coeff. Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
Perilaku Mencari Bantuan Profesional	-0,042	0,281	-0,019	-0,150	0,882

Nilai *R Square* pada regresi dari kedua variabel tersebut menghasilkan nilai sebesar 0,000. Hal ini berarti bahwa variabel perilaku mencari bantuan profesional tidak memberikan kontribusi sama sekali dalam memprediksi status kesehatan mental individu, khususnya pada kelompok dengan literasi kesehatan mental yang tinggi. Terdapat faktor lain di luar variabel yang diteliti pada penelitian ini yang berkemungkinan dapat berperan dalam memprediksi status kesehatan mental individu, baik secara umum maupun berdasarkan tingkat literasi kesehatan mentalnya.

Hipotesis 2 (Kelompok Literasi Kesehatan Mental Sedang)

Berdasarkan hasil *output SPSS* regresi linear sederhana variabel perilaku mencari bantuan profesional (X) dan status kesehatan mental (Y) pada kelompok literasi kesehatan mental yang rendah, menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,511 (Sig. < 0.05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel perilaku mencari bantuan profesional (X) dan status kesehatan mental (Y) pada kelompok literasi kesehatan mental rendah. Oleh karena itu, H_{a2} ditolak, dan H_{02} diterima. Berikut adalah tabel hasil regresinya.

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis 2

Variabel	R	R Square
Perilaku Mencari Bantuan Profesional – Status Kesehatan Mental	0,054	0,003

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coeff. Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
Perilaku Mencari Bantuan Profesional	-0,117	0,178	-0,054	-0,659	0,511

Nilai *R Square* pada regresi dari kedua variabel tersebut menunjukkan nilai sebesar 0,003. Hal ini berarti bahwa variabel perilaku mencari bantuan profesional hanya berkontribusi sebesar 0,3% dalam memprediksi status kesehatan mental individu, khususnya pada kelompok dengan literasi kesehatan mental yang sedang. Di sisi lain, sebanyak 99,7% dapat dijelaskan oleh faktor lain yang tidak diteliti di dalam penelitian ini. Dapat disimpulkan bahwa sebenarnya perilaku mencari bantuan profesional tidak memiliki pengaruh yang bermakna dalam menjelaskan status kesehatan mental, khususnya pada kelompok literasi sedang.

Hipotesis 3 (Kelompok Literasi Kesehatan Mental Rendah)

Berdasarkan hasil *output SPSS* regresi linear sederhana variabel perilaku mencari bantuan profesional (X) dan status kesehatan mental (Y) pada kelompok literasi kesehatan mental yang rendah, menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,672 (Sig. < 0.05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel perilaku mencari bantuan profesional (X) dan status kesehatan mental (Y) pada kelompok literasi kesehatan mental rendah. Oleh karena itu, H_{a3} ditolak, dan H_{03} diterima. Nilai *R Square* pada regresi dari kedua variabel tersebut menghasilkan nilai sebesar 0,032. Berikut adalah tabel hasil regresinya.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis 1

Variabel	R	R Square
Perilaku Mencari Bantuan Profesional – Status Kesehatan Mental	0,019	0,032

	Unstandarized Coefficients		Standarized Coeff. Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
Perilaku Mencari Bantuan Profesional	-0,360	0,808	-0,179	-0,445	0,672

Nilai *R Square* pada regresi dari kedua variabel tersebut menghasilkan nilai sebesar 0,032. Hal ini berarti bahwa variabel perilaku mencari bantuan profesional hanya memberikan peran sebesar 3,2% dalam memprediksi status kesehatan mental individu, khususnya pada kelompok dengan literasi kesehatan mental yang rendah. Terdapat faktor lain yang lebih dominan dalam memberikan kontribusi lebih besar dalam menjelaskan status kesehatan mental individu.

DISKUSI

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan kontribusi pengaruh perilaku mencari bantuan profesional jiwa terhadap status kesehatan mental berdasarkan tingkat literasi kesehatan mental masyarakat di wilayah kerja Puskesmas X Kota Sungai Penuh. Sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan, secara keseluruhan menunjukkan bahwa perilaku mencari bantuan profesional jiwa tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap status kesehatan mental, baik pada kelompok dengan tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi, sedang, maupun rendah. Perilaku mencari bantuan profesional memiliki kontribusi yang sangat kecil terhadap variasi status kesehatan mental, atau bahkan dapat dikatakan tidak memiliki pengaruh yang berarti dalam memprediksi status kesehatan mental individu.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku mencari bantuan profesional bukan faktor dominan dalam menentukan kondisi atau status kesehatan mental masyarakat dalam penelitian ini. Apabila ditinjau dari teori yang dikemukakan oleh Rickwood & Thomas (2012), perilaku mencari bantuan sendiri diartikan sebagai bentuk perilaku aktif dalam mencari pertolongan kepada orang lain, baik berupa informasi, dukungan, maupun bentuk intervensi psikologis dalam mengatasi masalah kesehatan mental. Semakin cepat dan tepat seseorang mulai mencari bantuan, maka seharusnya semakin cepat pula ia akan mendapatkan penanganan yang dapat membantu memperbaiki kondisi mentalnya. Namun, hasil penelitian ini menemukan hal yang berbeda, di mana perilaku mencari bantuan tidak terbukti memiliki pengaruh yang signifikan dalam memprediksi atau menentukan status kesehatan mental seseorang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurdin dkk., (2024) dalam meninjau perilaku mencari bantuan berdasarkan status kesehatan mental mahasiswa. Penelitian tersebut menemukan bahwa mahasiswa dengan masalah kesehatan mental emosional lebih sering mencari bantuan dibanding mahasiswa tanpa gangguan, dan keduanya memiliki perbedaan pola pencarian bantuan yang signifikan. Jenis bantuan yang dominan dipilih justru berupa bantuan informal dari keluarga, teman, atau pasangan, daripada bantuan formal dari tenaga profesional. Hal tersebut menunjukkan bahwa meskipun perilaku mencari bantuan meningkat, efektivitasnya belum tentu berdampak pada perbaikan status kesehatan mental karena bergantung pada beberapa faktor yang lain, misalnya jenis bantuan, kualitas pelayanan, dan lain-lain. Dengan demikian, dapat terlihat bahwa perilaku mencari bantuan tidak dapat secara langsung memprediksi status kesehatan mental.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan mental seseorang juga tidak memperkuat maupun berhubungan dengan pengaruh perilaku mencari bantuan profesional terhadap status kesehatan mental. Menurut Jorm dkk., (2012), individu dengan literasi kesehatan mental yang tinggi seharusnya memiliki pengetahuan yang baik mengenai kesehatan mental dan mampu mengenali gejala-gejalanya. Kondisi tersebut secara teoritis tentu dapat membantu individu menemukan pertolongan yang tepat dalam upaya mengatasi kondisi mental seseorang. Namun, berbeda dengan teori tersebut, hasil penelitian ini justru menemukan bahwa kelompok dengan literasi tinggi pun tidak memiliki pengaruh yang signifikan, bahkan tidak berkontribusi sama sekali pada pengaruh perilaku mencari bantuan profesional terhadap status kesehatan mental. Maka, literasi saja tidak cukup untuk dapat mengubah kondisi psikologis seseorang.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatahya & Abidin (2022) dalam meneliti literasi kesehatan mental dan status kesehatan mental dewasa awal pengguna media sosial, di mana kelompok dengan literasi kesehatan mental yang lebih tinggi tidak secara langsung memprediksi status kesehatan mental mereka. Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian Fakhriyani (2024) bahwa literasi kesehatan mental juga tidak memberikan pengaruh terhadap kondisi atau status kesehatan mental seseorang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental individu merupakan hasil interaksi dari berbagai faktor determinan yang cukup kompleks, baik internal maupun eksternal, sehingga literasi kesehatan mental perlu diiringi oleh variabel-variabel lainnya.

Selain faktor individual, salah satu faktor yang berperan dalam mempengaruhi status kesehatan mental adalah faktor sosial-budaya (Ariadi, 2019). Beberapa lapisan masyarakat masih memiliki kepercayaan terhadap sumber bantuan alternatif seperti dukun, dalam mengatasi masalah kesehatan mental. Preferensi terhadap sumber non-profesional ini berpotensi membuat mereka mendapatkan penanganan yang kurang tepat, sehingga akan memperburuk kondisi kesehatan mentalnya. Jenis dan sumber bantuan juga dapat berkontribusi dalam mempengaruhi status kesehatan mental seseorang.

Dapat disimpulkan bahwa variabel perilaku mencari bantuan profesional memberikan kontribusi yang sangat minim dalam memprediksi status kesehatan mental masyarakat. Artinya, status kesehatan mental dalam penelitian ini lebih banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang berada di luar variabel penelitian. Faktor tersebut dapat mencakup dukungan sosial (Eva dkk., 2020), hubungan dengan keluarga, ekonomi, lingkungan tempat tinggal, stigma, dan kualitas pelayanan kesehatan (Putri dkk., 2015).

Masyarakat di wilayah kerja Puskesmas X sendiri memiliki tingkat perilaku mencari bantuan profesional yang cukup, bersama dengan status kesehatan mental yang berada di tingkat sedang. Tingkat literasi kesehatan mental masyarakat juga didominasi oleh kelompok dengan tingkat sedang. Secara keseluruhan, masyarakat di wilayah kerja Puskesmas X dapat dikatakan memiliki tingkat yang cukup dalam hal pengetahuan dan kesadaran tentang kesehatan mental, serta berada pada kondisi mental yang cukup baik. Walaupun demikian, ternyata perilaku mencari bantuan profesional tidak dapat memberikan pengaruh yang signifikan dalam memprediksi status kesehatan mental. Begitu pula halnya bahwa literasi kesehatan mental tidak dapat memperkuat pengaruh antara perilaku mencari bantuan profesional terhadap status kesehatan mental.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa pelaksanaan intervensi kesehatan mental di masyarakat tidak cukup hanya dengan meningkatkan pengetahuan dan

mendorong kesadaran untuk membentuk perilaku mencari bantuan profesional apabila menghadapi masalah kesehatan mental. Banyak faktor lain yang juga perlu diatasi maupun diperkuat dalam upaya menciptakan status kesehatan mental yang baik bagi masyarakat. Penting untuk melakukan peningkatan kualitas layanan, ketersediaan tenaga profesional, mengatasi stigma sosial, memperkuat dukungan sosial maupun keluarga, serta menyediakan edukasi yang tidak hanya menekankan pada literasi.

Dengan demikian, penelitian ini dapat memperkuat pemahaman bahwa perilaku mencari bantuan profesional dan literasi kesehatan mental memang termasuk komponen penting, namun bukan faktor tunggal dari status kesehatan mental. Faktor ekonomi, keluarga, lingkungan, dan sosial-budaya berpotensi memiliki kontribusi dalam memprediksi status kesehatan mental. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan untuk melakukan eksplorasi terhadap faktor-faktor lain yang berkemungkinan dapat mempengaruhi status kesehatan mental, misalnya stigma, hubungan keluarga, dukungan sosial, dukungan keluarga, efektivitas layanan kesehatan mental, dan lain-lain. Pendekatan multidimensional diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih kompleks mengenai faktor-faktor yang berperan penting dalam mempengaruhi kesehatan mental individu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa perilaku mencari bantuan profesional (*help-seeking behavior*) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap status kesehatan mental masyarakat di wilayah kerja Puskesmas X Kota Sungai Penuh baik pada kelompok tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi, sedang, maupun rendah. Artinya, perilaku mencari bantuan profesional (*help-seeking behavior*) tidak memprediksi status kesehatan mental individu. Literasi kesehatan mental juga tidak memperkuat kedua variabel tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku mencari bantuan profesional (*help-seeking behavior*) maupun literasi kesehatan mental bukanlah faktor yang dominan dalam memprediksi status kesehatan mental, sehingga diperlukan variabel-variabel lain yang lebih kompleks dalam memprediksi status kesehatan mental.

REFERENSI

- Amanda, N. A., Putra, A. A., & Adhha, A. (2025). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Mental dengan Help Seeking Behavior pada Mahasiswa. *Indonesian Research Journal on Education Web Jurnal Indonesian Research Journal on Education*, 5.
- Andira, D. A., & Pudjibudojo, J. K. (2020). Pengobatan Alternatif Sebagai Upaya Penyembuhan Penyakit. *Jurnal Insight Fakultas Psikologi UM Jember*, 16(2), 2503–0949. <https://doi.org/10.32528/ins.v%vi%i.2053>
- Ariadi, P. (2019). Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam. *Syifa Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(2), 118–127. <https://doi.org/10.32502/sm.v3i2.1433>
- BKPK Kementerian Kesehatan. (2023). *SURVEY KESEHATAN INDONESIA 2023 DALAM ANGKA*.
- BPS Kota Sungai Penuh. (2025). *Sungai Penuh Municipality in Figures 2025*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2020*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2021*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Jambi 2022*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2024). *Profil Kesehatan Provinsi Jambi 2023*.
- Elga, C., Yofana Adiwena, B., Psikologi, F., & Info, A. (2023). Psychological Dynamics of Individuals Using Shaman-Assisted Alternative Treatment: The Application of The Health Belief Model Dinamika Psikologis Individu yang Menjalani Pengobatan Alternatif Pada Dukun: Aplikasi Health Belief Model. *Jurnal Imiah Psikologi*, 11(3), 312–319. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i3>
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, Moh. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 122–131. <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Fakhriyani, D. V. (2024). PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 19(1), 52–65.
- Fatahya, & 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).
- Fischer, H. E., & Turner, Leb. J. (1970). ORIENTATIONS TO SEEKING PROFESSIONAL HELP: DEVELOPMENT AND RESEARCH UTILITY OF AN ATTITUDE SCALE I. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35(1), 79–90.
- Handayani, T., Ayubi, D., & Anshari, D. (2020). Literasi Kesehatan Mental Orang Dewasa dan Penggunaan Pelayanan Kesehatan Mental. *Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.47034/ppk.v2i1.3905>
- Jorm, A. F., Korten, A. E., Jacomb, P. A., Christensen, H., Rodgers, B., & Pollitt, P. (1997). “Mental health literacy”: a survey of the public’s ability to recognise mental disorders and their beliefs about the effectiveness of treatment. *The Medical Journal of Australia*, 166(4), 182–186. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.1997.tb140071.x>
- Kartikasari, N., & Ariana, A. D. (2019). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Mental, Stigma Diri Terhadap Intensi Mencari Bantuan Pada Dewasa Awal. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 4(2), 64. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v4i22019.64-75>
- Keyes, C. L. M. (2002). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental Illness and/or Mental Health? Investigating Axioms of The Complete State Model of Health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539–548. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539>

- Komnas Perempuan. (2023, October 10). *Siaran Pers Komnas Perempuan tentang Hari Kesehatan Jiwa Sedunia 2023 “Pentingnya Layanan Kesehatan Mental yang Terjangkau untuk Perempuan.”* <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/siaran-pers-komnas-perempuan-tentang-hari-kesehatan-jiwa-sedunia-2023>
- Manumba, R., & Hamid, A. Y. S. (2020). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENCARIAN BANTUAN. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(4).
- Maya, N. (2021). Kontribusi Literasi Kesehatan Mental dan Persepsi Stigma Publik terhadap Sikap Mencari Bantuan Profesional Psikologi. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 7(1), 22. <https://doi.org/10.22146/gamajop.58470>
- Nurdin, A. A., Shaluhiah, Z., & Widjanarko, B. (2024). Help Seeking in Terms of Mental Health Status among Health Students. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 7(3), 696–704. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.5045>
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Putri, A. W., Wibhawa, B., & Gutama, A. S. (2015). KESEHATAN MENTAL MASYARAKAT INDONESIA (PENGETAHUAN, DAN KETERBUKAAN MASYARAKAT TERHADAP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL). *PROSIDING KS: RISET & PKM*, 2.
- Putri, M. A., Bimantoko, I., Hertan, N., & Listiyandini, R. A. (2023). Gambaran Kesadaran, Akses Informasi, dan Pengalaman terkait Layanan Kesehatan Mental pada Masyarakat di Indonesia. *Jurnal Psikogenesis*, 11(1).
- Rickwood, D., & Thomas, K. (2012). Conceptual measurement framework for help-seeking for mental health problems. In *Psychology Research and Behavior Management* (Vol. 5, pp. 173–183). <https://doi.org/10.2147/PRBM.S38707>
- Rozali, Y. A., Sitasari, N. W., & Lenggogeni, A. (2021). MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL DI MASA PANDEMIC. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas*, 7(2), 53. <https://doi.org/10.47007/abd.v7i2.3958>
- Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Setiyawami, Ed.; 3rd ed.). Alfabeta.
- Ulia, A., & Putra, Y. A. (2022). STUDY DESKRIPTIF DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGURANGI KEKAMBUHAN PADA KLIEN SKIZOFRENIA DI PUSKESMAS KUMUN DEBAI KOTA SUNGAI PENUH. *Journal of Nursing and Health (JNH)*, 7(1).
- World Health Organization. (2022, June 17). *Mental Health*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQiAoJC-
- Yosrinanda, S., & Utami, R. H. (2024). GAMBARAN COPING STRATEGY DAN CARER BURDEN PADA PRIMARY CAREGIVER SKIZOFRENIA DI KOTA SUNGAI PENUH. *CAUSALITA: Journal of Psychology*, 2(2), 181–186. <https://doi.org/10.62260/causalita.v2i2.298>