

LITERASI KESEHATAN DAN STATUS KESEHATAN MENTAL: STUDI KORELASI PADA MAHASISWA PROGRAM SARJANA

Anggi Mayangsari, Rahma Dilla Arnanda,
Fatahya, Aulia Iskandarsyah

Magister Profesi Psikologi Klinis Dewasa Universitas Padjadjaran
e-mail: anggimayangsari.psi@gmail.com

Submitted: 2020-07-03

Published: 2020-11-30

DOI: 10.24036/rapun.v11i2.109108

Accepted: 2020-11-10

Abstract: *Health Literacy and Mental Health Status: Correlational Study of Undergraduate Students.* The aim of this study was to find the relationship between Health Literacy (HL) and Mental Health Status of Undergraduate Students in Bandung, Indonesia. In this study, 102 undergraduate students were recruited. This correlational study held with two types of psychological measurement that translated to Indonesian, those are Health Literacy Questionnaire (HLQ) and Self-Reporting Questionnaire (SRQ). Data was collected by online questionnaire, then statistically processed with Spearman-rank test. The results showed that Health Literacy has negative correlation with Mental Health Status ($r=-0.266$, $p<0.05$). Our results suggest that the undergraduate students should improve their health literacy, because the students with higher Health Literacy levels report lower indication of mental disorder. Further research is needed to recruit more participants in a wider population.

Keywords: *Health Literacy, Mental Health, Undergraduate Student*

Abstrak: **Literasi Kesehatan dan Status Kesehatan Mental: Studi Korelasi pada Mahasiswa Program Sarjana.** Penelitian ini bertujuan untuk menemukan hubungan antara Literasi Kesehatan dan Status Kesehatan Mental pada Mahasiswa Program Sarjana di Bandung, Indonesia. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 102 mahasiswa program sarjana. Terdapat dua jenis alat ukur psikologi yang digunakan dan sudah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia, yaitu *Health Literacy Questionnaire (HLQ)* dan *Self-Reporting Questionnaire (SRQ)*. Pengambilan data dilakukan secara online dan menggunakan pengolahan statistik *spearman-rank test*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi negatif antara Literasi Kesehatan dan Status Kesehatan Mental ($r=-0.266$, $p<0.05$). Mahasiswa program sarjana sebaiknya meningkatkan literasi kesehatan mereka, karena semakin tinggi tingkat literasi kesehatan, maka semakin rendah tingkat indikasi gangguan



mental. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambah jumlah partisipan dalam populasi yang lebih luas.

Kata kunci : Literasi Kesehatan, Status Kesehatan Mental, Mahasiswa Sarjana

PENDAHULUAN

Kesehatan mental sama pentingnya untuk diperhatikan seperti halnya kesehatan fisik. Oleh karena itu, kesehatan mental menjadi bagian dari *Sustainable Development Goals (SDGs)*. Salah satu target SDGs adalah “pada tahun 2030, mengurangi sepertiga dari kematian dini yang disebabkan oleh penyakit tidak menular, melalui tindakan pencegahan dan pengobatan serta menaikkan kesehatan mental dan kesejahteraan.” (Economic and Social Council, United Nations, 2019). Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan yang mana individu mampu menyadari potensi yang dimilikinya, mampu mengatasi stress normal dalam hidup, mampu bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya (WHO, 2014).

Namun, pada kenyataannya permasalahan kesehatan mental masih terus meningkat. Bunuh diri merupakan penyebab kematian tertinggi kedua untuk usia 15-29 tahun (SDGs, 2016). Di Indonesia, presentasi keluarga yang anggotanya mengalami skizofrenia atau psikosis meningkat dari 1,7% di tahun 2013 menjadi 7% di tahun 2018. Prevalensi gangguan emosi di

kalangan masyarakat berusia 15 tahun ke atas juga meningkat dari 6% di tahun 2013 menjadi 9,8% di tahun 2018. Sementara itu, sekitar 6,1% dari mereka mengalami depresi dan 31,5% mengalami skizofrenia atau psikosis (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Sebagai individu yang berada di rentang usia tersebut, mahasiswa cenderung memiliki resiko tinggi untuk terindikasi mengalami masalah Kesehatan mental (Mackean, 2011; Gallagher, 2008). Selama menjalani perkuliahan, mahasiswa mengalami banyak hal baru bagi mereka, dalam hal gaya hidup, pertemanan, kebudayaan yang beragam, dan pengalaman (Cusumano, 2018).

Mahasiswa cenderung akan merasa kesulitan ketika mereka tidak dapat mengelolanya. Jika mahasiswa tidak menyiapkan diri untuk mengatasi kesulitan tersebut, maka mereka akan rentan mengalami depresi dan kecemasan (Cusumano, 2018). Dibandingkan dengan populasi umum, rata-rata mahasiswa mengalami masalah kesehatan mental seperti: depresi, kecemasan, pikiran untuk bunuh diri, psikosis, kecanduan, risiko bunuh diri, penggunaan obat-obatan psikiatri, dan

gangguan kejiwaan kronis lainnya (MacKean, 2011; Gallagher, 2008). Masalah kesehatan mental yang umum di kalangan mahasiswa adalah depresi dengan prevalensi 7-9% (Eisenberg, 2013).

Survey yang dilakukan pada 67,000 mahasiswa dari 100 institusi, menunjukkan 1 dari 5 mahasiswa memiliki pikiran untuk bunuh diri dengan 9% dari mereka sudah melakukan percobaan bunuh diri dan sekitar 20% melakukan *self-injury* (Liu, dkk, 2019). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan sebesar 30,5% mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Bandung mengalami depresi, 20% diantaranya memiliki pemikiran untuk bunuh diri, dan 6% di antaranya sudah melakukan percobaan bunuh diri (Hidayat, 2017).

Sayangnya, mahasiswa yang sedang mengalami masalah kesehatan mental sebagian besar tingkat literasi kesehatannya yang rendah (Degan, dkk., 2019). Literasi kesehatan adalah suatu pencapaian dari tingkat pengetahuan, kemampuan-kemampuan pribadi, dan kepercayaan diri dalam mengambil tindakan untuk meningkatkan kesehatan pribadi maupun komunitas dengan merubah gaya hidup dan kondisi kehidupan (WHO). Mahasiswa yang memiliki masalah kesehatan mental cenderung kesulitan dalam memahami

informasi dan memiliki literasi yang terbatas (Clausen, et al., 2016). Sehingga mereka cenderung kesulitan dalam mengatasi masalah kesehatan mental yang dialaminya. Pada dasarnya, kesehatan mental dan kesehatan fisik memang tidak bisa dipisahkan, melainkan keduanya saling berhubungan. Kesehatan adalah keadaan sejahtera atas fisik, mental, dan sosial serta tidak semata-mata tidak adanya gangguan atau kelemahan (WHO). Kesehatan fisik yang rendah dapat membawa pada peningkatan resiko masalah kesehatan mental (Mental Health Foundation, 2019).

Oleh karena itu, literasi kesehatan menjadi hal yang penting dimiliki oleh mahasiswa untuk kesehatan mental mereka. Literasi kesehatan merupakan hal yang perlu dipelajari, karena individu dapat memahami penyebab masalah kesehatan yang dialami dan mengenali tingkat kerentanan serta resiko dari ancaman kesehatan yang ada (Lynch, & Franklin, 2019). Namun, selain mengetahui tingkat literasi kesehatan pada mahasiswa yang mengalami masalah kesehatan mental, kita juga perlu mengetahui tingkat literasi kesehatan pada mahasiswa yang tidak memiliki masalah kesehatan mental (status kesehatan mental rendah). Agar dapat memberikan rekomendasi yang tepat untuk mahasiswa dapat menjaga kesehatan mental mereka. Oleh karena itu,

penelitian ini dilakukan untuk menemukan korelasi antara Literasi Kesehatan dan Status Kesehatan Mental pada mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Desain Peneltiian

Penelitian ini menggunakan design korelasi. Data dikumpulkan dengan menggunakan teknik *random sampling* melalui survey online. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa program sarjana di Bandung, dengan sampel berjumlah 102 partisipan.

Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan adalah *Health Literacy Questionnaire* (Osborne, et al., 2013) dan *Self-Reporting Questionnaire* (WHO, 1994). Kedua alat ukur tersebut sudah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia.

Health Literacy Questionnaire digunakan untuk mengukur literasi kesehatan, yang terdiri dari 9 dimensi dan 44 item. Dimensinya adalah 1) Merasa dimengerti dan didukung oleh penyedia layanan kesehatan, 2) memiliki informasi yang cukup untuk mengendalikan kesehatan, 3) Secara aktif mengendalikan kesehatan, 4) Dukungan sosial untuk kesehatan, 5) Penilaian informasi kesehatan, 6) Kemampuan untuk secara aktif mengikutsertakan diri dengan penyedia layanan kesehatan, 7) Menelusuri

sistem layanan keseatan, 8) Kemampuan untuk menemukan informasi kesehatan yang tepat, dan 9) Memahami informasi kesehatan dengan cukup baik untuk mengetahui apa yang harus dilakukan. Pilihan jawaban menggunakan skala likert yaitu “1” yang artinya sangat tidak setuju, hingga “6” yang artinya sangat setuju. Skor tinggi menunjukkan kemampuan untuk mendapatkan, memorises, dan menggunakan informasi kesehatan.

Self-Reporting Questionnaire (WHO, 1994) digunakan untuk mengukur status kesehatan mental dengan melihat seberapa besar skor indikasi gangguan mental yang dialami. Kuisisioner ini terdiri dari 24 item dengan masing-masing pilihan jawaban “ya” dan “tidak” (ya=1, dan tidak=0). Skor 1 megindikasikan bahwa gejala yang disebutkan dalam item muncul selama satu bulan ke belakang. Sementara itu, skor 0 mengindikasikan gejala tidak muncul.

Prosedur

Pengambilan data dilakukan pada bulan November 2019 sampai Desember 2019 di bawah pengawasan Psikolog Klinis. Peneliti menyebarkan kuisisioner secara acak melalui media sosial, yaitu Instagram dan Line. Kuisisioner dibagikan dalam bentuk *google form* yang terdiri dari empat bagian, yaitu *inform consent*, data demografi, *Health Literacy Questionnaire* (Osborne, et al.,

2013) dan *Self-Reporting Questionnaire* (WHO, 1994). Partisipan diminta untuk mengisi kuisioner oleh dirinya sendiri (*self-report*).

Analisis Data

Data diolah secara statistik dengan menggunakan the IBM® SPSS® Statistics version 20. Terdapat dua jenis analisis data statistik yang digunakan. *Kruskal Wallis Test* digunakan untuk menganalisis perbedaan data demografi pada setiap variabel yang diukur. Sementara itu,

Spearman Rank Test digunakan untuk menganalisis hubungan antar kedua variabel, yaitu Literasi Kesehatan (LS), dan Status Kesehatan Mental (SKM).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 102 partisipan yang merupakan mahasiswa program sarjana di Bandung. Terdapat tiga kategori data yang diperoleh, yaitu data demografi, Literasi Kesehatan, dan Status Kesehatan Mental.

Tabel 1. Jumlah Partisipan Berdasarkan Karakteristik Demografi

Variabel Penelitian	Kategori Partisipan	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	21	20.6
	Perempuan	81	79.4
Asuransi Kesehatan Pribadi	Ada	29	28.4
	Tidak ada	73	71.6
BPJS Kesehatan	Ada	81	79.4
	Tidak ada	21	20.6
Bidang Pendidikan	Medis	21	20.6
	Teknik	29	28.4
	Sosial	52	51.0

Data Demografi

Hasil dari pengolahan data demografi (Tabel 1) menunjukkan bahwa sebesar 79,4% partisipan, berjenis kelamin perempuan Lebih dari setengahnya tidak menggunakan asuransi kesehatan pribadi (71,6%). Tapi, sebagian besar menggunakan asuransi kesehatan pemerintah, yaitu BPJS (79,4%).

Tabel 2. Uji Beda antar Variabel Berdasarkan Jenis Kelamin dan Bidang Pendidikan

Data Demografi	T-test	
	LS	SKM
Jenis Kelamin	0,907	0.82
Bidang Pendidikan	0.063	0.732

Jika dilihat dari hasil uji beda, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan untuk masing-masing variabel Literasi Kesehatan

dan Status Kesehatan Mental berdasarkan jenis kelamin dan bidang pendidikan (tabel 2).

Literasi Kesehatan dan Status Kesehatan Mental

Tabel 3. Tingkat Literasi Kesehatan

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	38	37,3
Sedang	46	45,1
Tinggi	18	17,6

Berdasarkan pembagian tingkat Literasi Kesehatan (tabel 3), menunjukkan sebagian besar partisipan memiliki Literasi Kesehatan yang sedang (45,1%). Sementara itu, hanya sebagian kecil partisipan yang memiliki literasi kesehatan yang tinggi.

Tabel 4. Status Kesehatan Mental (*cut-off*= 13)

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Terindikasi rendah	52	51
Terindikasi tinggi	50	49

Berdasarkan pengolahan data dengan *cut-off* 13 (tabel 4), diperoleh 49% partisipan terindikasi tinggi mengalami masalah kesehatan mental, dan 51% partisipan terindikasi rendah mengalami masalah kesehatan mental.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diperoleh bahwa terdapat korelasi negatif yang

signifikan antara Literasi Kesehatan dan Status Kesehatan Mental ($p < 0,05$, $R = -0,266$). Artinya, semakin tinggi tingkat literasi kesehatan, maka semakin rendah indikasi masalah kesehatan mental.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki Literasi Kesehatan yang sedang. Artinya, sebagian besar mahasiswa program sarjana di Bandung cukup memiliki pengetahuan, kemampuan, dan kepercayaan diri untuk menjaga kesehatan, meskipun belum optimal. Dalam penelitian ini, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan untuk Literasi Kesehatan berdasarkan bidang pendidikan maupun jenis kelamin. Berbeda halnya dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa bidang pendidikan medis memiliki Literasi Kesehatan yang lebih tinggi daripada bidang pendidikan nonmedis (Fei, Shanyu, Yuyu, & Zhong, 2017; Lestari, & Handiyani, 2017).

Sebagian besar partisipan juga memiliki indikasi status kesehatan mental yang rendah. Hal itu menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka tidak memiliki masalah kesehatan mental atau hanya memiliki sedikit masalah kesehatan mental. Meskipun perbedaan jumlahnya hanya sedikit dengan jumlah mahasiswa yang

terindikasi tinggi mengalami masalah kesehatan mental. Hal ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa yang memiliki masalah kesehatan mental lebih tinggi daripada jumlah mahasiswa yang tidak memiliki masalah kesehatan mental (*Association for University and College Counseling Center Directors*, 2012).

Dari penelitian ini, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat Literasi Kesehatan, maka semakin rendah indikasi mahasiswa mengalami masalah kesehatan mental. Artinya, ketika mahasiswa memiliki pengetahuan, kemampuan, dan kepercayaan diri dalam menjaga kesehatannya, maka berpeluang kecil untuk memiliki masalah kesehatan mental. Didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa Literasi Kesehatan yang rendah berhubungan dengan tingginya rasa kesepian dan kurangnya keterlibatan dengan lingkungan sosial (Geboers, et. al., 2016), yang merupakan salah satu dari masalah kesehatan mental.

Mahasiswa yang memiliki Literasi Kesehatan yang tinggi, ia memiliki informasi yang cukup untuk mengendalikan kesehatan mampu memahaminya dengan baik dan memiliki kemampuan serta kepercayaan diri untuk

menjaga kesehatan, sehingga secara aktif menjaga kesehatannya, termasuk kesehatan mentalnya. Oleh karena itu, mereka memiliki kemungkinan kecil untuk mengalami masalah kesehatan mental.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar mahasiswa program sarjana di Bandung memiliki tingkat Literasi Kesehatan yang sedang, artinya masih perlu ditingkatkan lagi agar optimal. Sementara itu, sebagian besar di antaranya memiliki indikasi masalah kesehatan mental yang rendah. Semakin tinggi literasi kesehatan yang dimiliki oleh mahasiswa, maka semakin rendah indikasi masalah kesehatan mental yang mereka alami. Mahasiswa yang memiliki pengetahuan, kemampuan, serta kepercayaan diri untuk menjaga kesehatannya, cenderung berpeluang kecil untuk memiliki masalah kesehatan mental.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, sebaiknya mahasiswa meningkatkan Literasi Kesehatan mereka, agar Status Kesehatan Mentalnya rendah. Meskipun penelitian ini masih kurang merepresentasikan populasi yang lebih luas dan juga kurang

menggambarkan dinamika antar variabel. Oleh karena itu, sebaiknya penelitian selanjutnya melibatkan mahasiswa dari berbagai daerah agar data yang diperoleh dapat merepresentasikan populasi yang lebih luas. Selain itu, untuk menggali

dinamika yang lebih mendalam antar variabel penelitian, sebaiknya data diperoleh dalam bentuk kualitatif juga, dengan menggunakan metode penelitian campuran.

DAFTAR RUJUKAN

- Association for University and College Counseling Center Directors. (2012). The Association for University and College Counseling Center Directors Survey, 2.
- Blanco, C., Okuda, M & Olfson, M.(2008). Mental Health of College Students and Their Non-College Attending Peers. *Arch Gen Psychiatry*, 65 (12).
- Brooks, H., et al. (2019). Improving mental health literacy among young people aged 11–15 years in Java, Indonesia: co-development and feasibility testing of a culturally-appropriate, user-centred resource – a study protocol. *BMC Health Service Research*, 19:484.
- Clausen, W, et al. (2016). Health Literacy among People with Serious Mental Illness. *Community Mental Health*.
- Cusumano, Diana. (2018). Depression Among College Students. *Anxiety and Depression Association of America*.
- Degan, T., et al. (2019). Health literacy in substance use disorder treatment: A latent profile analysis. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 96, P46-52.
- Economic and Social Council, United Nations. (2019). Special edition: Progress towards the Sustainable Development Goals.
- Eisenberg D, et al. (2013). Mental health in American colleges and universities: variation across students subgroups and across student subgroups and across campuses. *J Nerv Ment Dis*.
- Fei, Y., Zhangyu, W., Yuyu, Z. & Zhong, S. (2017). Prevalence study of health literacy among student in a medical University and analysis of the influence factors. *Journal of Modern Medicine & Health*, 9
- Gallagher, R. (2008). National survey of counseling center directors. The International Association of Counseling Services, Inc.
- Geboers, B., et al. (2016). Health Literacy Is Associated With Health Behaviors and Social Factors Among Older Adults: Results from the LifeLines Cohort Study. *Journal of Health Communication International Perspective*, 21.
- Handiyani, H & Lestari, P. (2017). The higher level of health literacy among health students compared with non-health students. University of Indonesia Proceedings on Health and Medicine, (1).
- Hidayat, T. (2019). “20 Persen Mahasiswa di Bandung Berpikir Serius untuk Bunuh Diri...”. Diakses dari www.kompas.com/bandung/read/2019/10/12/19563181/20-persen-mahasiswa-di-bandung-berpikir-serius-untuk-bunuh-diri
- Liu, C. H., Stevens, C., Wong, S. H., Yasui, M., & Chen, J. A. (2019). The prevalence and predictors of mental health diagnoses and suicide among US college students: Implications for addressing disparities in service

use. *Depression and anxiety*, 36(1), 8-17.

- Lynch N & Franklin, G. (2019). Health Literacy: AN Intervention to Improve Health Outcomes. *Strategies to Reduce Hospital Mortality in Lower and Middle Income Countries and Resource-Limited Settings*. IntechOpen
- MacKean, G. (2011). Mental health and well-being in postsecondary education settings: A literature and environmental scan to support planning and action in Canada. *Canadian association of college and university student services*.
- Mental Health Foundation. (2019). Physical Health and Mental Health.
- Osbone, R. H., Batterham, R. W., Elsworth, G. R., Hawkins, M., & Buchbinder, R. (2013). The grounded psychometric development and initial validation of the Health Literacy Questionnaire (HLQ). *BMC public health*, 13(1), 1-17.
- World Health Organization. (1994). A User Guide to Self Reporting Questionnaire (SRQ).