

Abstrak

Rendahnya pemanfaatan layanan profesional psikologi oleh mahasiswa menjadi isu yang mengkhawatirkan. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh literasi kesehatan mental dan persepsi stigma publik terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan sifat kausalitas dengan teknik *convenience sampling*. Subjek penelitian berjumlah 384 mahasiswa aktif S1 yang pernah/sedang mengalami masalah psikologis minimal 2 minggu. Instrumen yang digunakan adalah ATSPPHS-SF, MMHLM dan *Devaluation-Discrimination Measure*. Analisis data menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental berpengaruh positif (4,7%) dan persepsi stigma publik berpengaruh negatif (3,1%) terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologi. Secara simultan, kedua variabel berkontribusi sebesar 7,8% ($\text{sig. } 0,001 < 0,05$). Disimpulkan bahwa peningkatan literasi kesehatan mental dan pengurangan stigma publik penting dalam mendukung mahasiswa mencari bantuan profesional psikologi.

Kata Kunci : *literasi kesehatan mental, persepsi stigma publik, sikap mencari bantuan profesional psikologi, mahasiswa*

Abstract

The low utilization of professional psychological services among university students is a concerning issues. This study aimed to examine the influence of mental health literacy and public stigma perception on attitudes toward seeking professional psychological help among students at UIN Sunan Gunung Djati Bandung. A quantitative correlational-causality method was employed with convenience sampling technique. The sample consisted of 384 active undergraduate students experiencing psychological symptoms for at least two weeks. Instruments used were the ATSPPHS-SF, MMHLM, and Devaluation-Discrimination Measure. Data were analyzed using multiple linear regression. Results showed that mental health literacy had a significant positive influence (4,7%) and public stigma perception had a significant negative influence (3,1%) on help-seeking attitudes. Simultaneously, both variables contributed 7,8% (sig. 0.001 < 0.05). It is concluded that improving mental health literacy and reducing public stigma are essential in encouraging students to seek professional psychological help.

Keywords : *mental health literacy, public stigma perception, attitudes toward seeking professional psychological help, university students*