

Literasi Kesehatan Mental Pegawai Pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
Happy Cahyani Sunusi Universitas Khairun *happycahyani@unkhair.ac.id +6281354587378	ISSN: 2963-8933 Vol. 5, No. 2 Juni 2026 http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp
Nugraheni Putri Utami Universitas Khairun nugraheni@unkhair.ac.id	
Frolis Labiro Universitas Halu Oleo frolislabiro@uho.ac.id	

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

Saran Penulisan Referensi :

Sunusi, H. C., Utami, N. P., & Labiro, F. (2026). Literasi Kesehatan Mental Pegawai Pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 5(2), 1855-1862.

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah melihat tingkat literasi kesehatan mental pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara. Desain penelitian menggunakan survei deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara (n = 60) menjadi sampel penelitian ini. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner *Mental Health Literacy Scale* (MHLS) sedangkan analisa data menggunakan analisis deskriptif yang meliputi: frekuensi, persentase, *mean* (rata-rata), standar deviasi, serta kategori tingkat literasi kesehatan mental (rendah, sedang, tinggi). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan mental pegawai pemerintahan di Morowali Utara berada pada kategori sedang yang disebabkan oleh faktor usia dan tingkat pendidikan.

Kata Kunci: literasi kesehatan mental, pegawai pemerintahan, Kabupaten Morowali Utara

Abstract

The purpose of this study was to examine the level of mental health literacy among government employees in North Morowali Regency. The study design used a descriptive survey with a cross-sectional approach. Government employees in North Morowali Regency (n = 60) served as the sample of this study. The data collection tool used the *Mental Health Literacy Scale* (MHLS) questionnaire, while data analysis used descriptive analysis including: frequency, percentage, mean (average), standard deviation, and category of mental health literacy level (low, medium, high). The results showed that the level of mental health literacy of government employees in North Morowali was in the moderate category due to age and education level factors.

Key Words: mental health literacy, government employees, North Morowali Regency

A. Pendahuluan

Pegawai pemerintahan atau Aparatur Sipil Negara (ASN) adalah profesi bagi Pegawai Negeri Sipil (PNS) dan Pegawai Pemerintah dengan Perjanjian Kerja (PPPK) yang bekerja pada instansi pemerintahan. Mereka diangkat oleh Pejabat Pembina Kepegawaian dan disertai tugas dalam suatu jabatan pemerintahan atau disertai tugas negara lainnya dan digaji berdasarkan peraturan perundang-undangan (UU RI, 2014). Dalam Undang-Undang Republik Indonesia nomor 5 Tahun 2014 menjelaskan tugas ASN yaitu melaksanakan kebijakan publik yang dibuat oleh Pejabat Pembina Kepegawaian sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan, memberikan pelayanan publik yang profesional dan berkualitas serta mempererat persatuan dan kesatuan Negara Kesatuan Republik Indonesia. Pegawai ASN berperan sebagai perencana, pelaksana, dan pengawas penyelenggaraan tugas umum pemerintahan dan pembangunan nasional melalui pelaksanaan kebijakan dan pelayanan publik yang profesional, bebas dari intervensi politik, serta bersih dari praktik korupsi, kolusi dan nepotisme.

Sebagai abdi negara, ASN memiliki beban moral sebagai role model bagi masyarakat, harus pintar menjaga sikap dan perkataan (Fakhry, 2024). Tidak hanya menjaga sikap dan perkataan, ASN juga perlu untuk selalu menjaga kondisi kesehatan agar dapat memberikan pelayanan publik secara profesional dan berkualitas sesuai dengan tugas ASN yang tercantum dalam UU No. 5 Tahun 2014. Dalam Undang-undang Kesehatan no. 36 Tahun 2009 mendefinisikan kesehatan sebagai keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial maupun ekonomi. Kesehatan fisik terlihat jelas dan disadari oleh sebagian besar masyarakat namun tidak demikian dengan kesehatan mental (Anisah, 2020). Kondisi mental seseorang dikatakan sehat ketika seorang individu dapat menyadari potensi yang dimiliki, dapat mengatasi tekanan-tekanan normal dalam kehidupan dengan baik, bekerja secara produktif, mampu memberikan kontribusi pada komunitasnya, dan mampu mengatasi masalah atau tekanan hidup dengan baik (WHO, 2020).

Terdapat beberapa kasus gangguan kesehatan mental ASN yang beberapa kali muncul di media massa, seperti kasus ASN yang melakukan bunuh diri di Medan, diduga karena depresi (Molana, 2022). Ada 2 orang ASN di Mataram yang tidak dapat melaksanakan tugas secara maksimal karena terindikasi gangguan jiwa dan disarankan untuk mengajukan cuti dengan alasan khusus (Nirkomala, 2018). Lima orang ASN Pemerintah Kabupaten Serang yang sering tidak masuk kerja karena mengalami gangguan jiwa (Arbi, 2016). Dari kasus-kasus yang ada, pencegahan gangguan mental dapat secara maksimal dilakukan apabila setiap individu memiliki pengetahuan tentang kesehatan mental, menyadari keadaannya dan bersedia untuk mencari bantuan profesional di layanan psikologi.

Literasi kesehatan mental pertama kali dikembangkan oleh Anthony F. Jorm tahun 1997 merupakan hal penting yang berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan mental, termaksud bagaimana mencari bantuan psikis, membantu orang lain yang memiliki penyakit mental serta stigma dalam kesehatan mental. Jorm (2000) menambahkan bahwa literasi kesehatan mental dikonsepsikan sebagai pengetahuan dan keyakinan individu yang membantu terhadap rekognisi, manajemen, dan prevensi mereka terhadap gangguan mental. Jorm (2012) menyempurnakan kembali konsep tersebut dimana dia membagi definisi literasi kesehatan mental menjadi tiga bagian. Pertama, pengetahuan tentang kesehatan mental yang meliputi pengetahuan dan wawasan tentang mengenali gangguan mental serta pencegahannya. Kedua, pengetahuan tentang strategi efektif tentang *self-help* untuk menangani masalah ringan sampai sedang. Ketiga, ketrampilan pertolongan pertama untuk membantu orang lain. Ketiga hal tersebut berkaitan dengan pemahaman seseorang mengenai kesehatan mental dan gangguan kesehatan mental, maka semakin tinggi literasi kesehatan mental seseorang akan semakin dapat mendeteksi sedini mungkin munculnya gangguan mental serta mampu melakukan *self help* secara efektif (Jorm, 2012).

Dimensi literasi kesehatan mental menurut Jorm *et al.* (1997) adalah kemampuan mengenali gangguan kesehatan mental atau berbagai tekanan psikologis (*psychological distress*), pengetahuan dan keyakinan tentang faktor dan penyebab (risiko) terjadinya gangguan kesehatan mental, pengetahuan dan keyakinan tentang self help sebagai pencegahan terhadap gangguan kesehatan mental sekaligus sebagai bantuan pertama pada munculnya tekanan psikologis, pengetahuan dan keyakinan terhadap bantuan psikologis profesional yang tersedia di lingkungan sekitar, dan perilaku yang menggambarkan pengenalan dan pencarian bantuan yang tepat serta pengetahuan tentang cara mencari informasi kesehatan mental secara efektif dan efisien. Literasi kesehatan mental ini terdiri dari beberapa dimensi yaitu pengetahuan (*knowledge*) dan

kepercayaan (*beliefs*) tentang penyakit mental, pengobatan (*treatment*), dan sumber daya (*resource*).

Berdasarkan hasil wawancara sebagai studi pendahuluan yang dilakukan pada tiga pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara dapat ditemukan bahwa ketiga narasumber tersebut belum memahami betul apa itu kesehatan mental, bagaimana pencegahan seseorang agar tidak mengalami gangguan psikologis dan dimana harus mencari bantuan profesional. Subjek MS menyampaikan bahwa dia mengetahui kesehatan mental dari internet tapi tidak pernah mempelajari lebih dalam untuk pencegahan dan penanganannya sehingga kalau ada keluarga atau orang terdekat yang mengalami masalah psikologis hanya diberikan saran untuk mengunjungi dokter di RSUD. Subjek JN menyampaikan bahwa dia sudah pernah mendengar tentang kesehatan mental dan pernah mengikuti workshop terkait kesehatan mental, hanya saja dalam penerapannya lebih banyak berkonsultasi dengan dokter umum atau keluarga karena kurangnya pengetahuan akan psikolog ataupun psikiater. Sedangkan pernyataan subjek VT berbeda dengan dua subjek lainnya. Dia menyampaikan bahwa sudah memahami dan mendalami mengenai kesehatan mental baik dari pencegahan dan penanganannya namun masyarakat di Morowali Utara menurut pendapatnya kebanyakan belum memahami kesehatan mental karena keterbatasan dalam mengakses internet dan juga mengikuti workshop atau pelatihan mengenai kesehatan mental, mereka lebih fokus bekerja dan apabila ada gejala-gejala gangguan psikologis lebih banyak hanya bercerita kepada kerabat dan tenaga kesehatan di puskesmas dan rumah sakit daerah dibandingkan berkonsultasi kepada psikolog dan psikiater.

Penelitian terdahulu oleh Buta *et al.* (2024) menemukan bahwa literasi kesehatan mental pada pegawai Departemen Keuangan dan Perencanaan di Brasil menunjukkan hasil 27,6% pegawai yang mempunyai literasi tinggi, 4,5% pegawai yang mempunyai literasi cukup dan 67,9% pegawai yang memiliki literasi kesehatan mental kurang. Penelitian yang dilakukan oleh Maulana, Dayita, dan Nugraha (2026) menemukan bahwa anggota Kepolisian Polda Metro Kota Bekasi memiliki literasi kesehatan mental rendah sebanyak 54,3%, anggota yang memiliki literasi sedang sebanyak 9,5% dan anggota yang memiliki literasi tinggi sebanyak 36,2%. Penelitian yang dilakukan oleh Anisah (2020) menemukan di instansi daerah telah memiliki layanan kesehatan mental bagi PNS namun belum dimanfaatkan secara maksimal karena stigma yang ada di daerah masing-masing sehingga perlu dilakukan program peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang gangguan kesehatan mental.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa masih banyak ASN atau pegawai pemerintahan yang belum memiliki pengetahuan secara mendalam mengenai kesehatan mental dimana pengetahuan itu akan berguna bagi mereka secara pribadi dalam menjalankan tugas untuk membantu menjalankan pemerintahan di daerah. Selain itu, belum banyak penelitian tentang literasi kesehatan mental yang dilakukan pada pegawai pemerintahan yang selama ini hanya dilakukan pada masyarakat saja. Kabupaten Morowali Utara merupakan salah satu kabupaten yang berada di Provinsi Sulawesi Tengah dengan lokasi kabupaten yang berbatasan dengan Kepulauan Banggai, Sulawesi Tenggara dan Sulawesi Selatan dengan jumlah penduduk yang padat namun masih memiliki keterbatasan pengetahuan akses layanan kesehatan termaksud layanan kesehatan mental. Salah satu masyarakat yang memiliki keterbatasan adalah pegawai pemerintahan sendiri. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti tentang literasi kesehatan mental pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara.

B. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kuantitatif digunakan karena data yang diperoleh berupa skor numerik dari hasil pengukuran menggunakan instrumen penelitian. Penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan objektif tingkat literasi kesehatan mental pada pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara tanpa menguji hubungan sebab-akibat antarvariabel.

1. Research Design

Penelitian ini menggunakan desain survei deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*, yaitu pengumpulan data dilakukan satu kali pada satu periode tertentu. Desain ini dipilih untuk memperoleh gambaran kondisi literasi kesehatan mental pegawai pemerintahan tanpa menguji hubungan sebab akibat pada saat penelitian dilakukan.

2. Participants (Population and Sample)

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara. Metode yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah tehnik *simple random*

sampling, di mana seluruh pegawai pemerintahan yang memiliki peluang yang sama menjadi responden penelitian, sebanyak 60 pegawai. Penentuan jumlah sampel didasarkan pada pertimbangan kelayakan penelitian (*feasibility*), meliputi keterbatasan waktu, biaya, dan akses terhadap responden. Jumlah sampel sebanyak 60 responden masih berada dalam kisaran ukuran sampel yang direkomendasikan untuk penelitian kuantitatif menggunakan analisis deskriptif berdasarkan *rule of thumb* Roscoe. Jumlah sampel untuk analisis deskriptif berkisar antara 30-500 responden (Sekaran & Bougie, 2019).

3. Instruments

Pengukuran terhadap literasi Kesehatan mental menggunakan kuesioner dari O'Connor dan Casey (2015) yaitu *Mental Health Literacy Scale* (MHLS) yang diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. MHLS berjumlah 35 aitem pertanyaan yang menggunakan kombinasi format pilihan jawaban, yaitu beberapa jawaban menggunakan skala Likert dengan 4 poin (Sangat Mungkin, Mungkin, Tidak Mungkin, Sangat Tidak Mungkin) dan sebagian menggunakan skala Likert dengan 5 poin (Sangat Setuju, Setuju, Biasa Saja, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju). Uji coba skala (*tryout*) dilakukan sebelum mengambil data pada 30 pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali yang serupa dengan Kabupaten Morowali Utara. Berdasarkan uji validitas kuesioner MHLS didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Validitas

No. Aitem	Nilai r_{hitung}	Nilai r_{tabel} ($\alpha = 0,05$)	Keterangan
A.1	0,586	0,361	Valid
A.2	0,537	0,361	Valid
A.3	0,461	0,361	Valid
A.4	0,429	0,361	Valid
A.5	0,398	0,361	Valid
A.6	0,542	0,361	Valid
A.7	0,485	0,361	Valid
A.8	0,460	0,361	Valid
A.9	0,410	0,361	Valid
A.10	0,377	0,361	Valid
A.11	0,508	0,361	Valid
A.12	0,417	0,361	Valid
A.13	0,424	0,361	Valid
A.14	0,448	0,361	Valid
A.15*	-0,279	0,361	Tidak Valid
A.16	0,535	0,361	Valid
A.17	0,713	0,361	Valid
A.18	0,460	0,361	Valid
A.19	0,508	0,361	Valid
A.20*	0,243	0,361	Tidak Valid
A.21	0,381	0,361	Valid
A.22	0,380	0,361	Valid
A.23	0,374	0,361	Valid
A.24	0,365	0,361	Valid
A.25	0,469	0,361	Valid
A.26	0,402	0,361	Valid
A.27	0,453	0,361	Valid
A.28*	-0,568	0,361	Tidak Valid
A.29*	0,324	0,361	Tidak Valid
A.30	0,613	0,361	Valid
A.31	0,486	0,361	Valid
A.32	0,570	0,361	Valid
A.33	0,535	0,361	Valid
A.34*	-0,05	0,361	Tidak Valid
A.35	0,607	0,361	Valid

Ket: aitem tulisan tebal dan diberi Bintang merupakan aitem yang tidak valid

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas

Nama Variabel	Jumlah Aitem Valid	Cronbach's Alpha	Nilai Batas	Keterangan
<i>Mental Health Literacy Scale</i>	30	0,844	0,60	Reliabel

Koefisien validitas aitem antara -0,568 sampai 0,713 dengan batas nilai R-Tabel sebesar 0,361 dan hasil uji reliabilitas memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,844, yaitu $\alpha > 0,60$ yang berarti kuesioner MHLS dinyatakan valid dan reliabel untuk dijadikan instrumen penelitian

4. *Technique of Data Analysis*

Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang meliputi: frekuensi, persentase, mean (rata-rata), standar deviasi, serta kategori tingkat literasi kesehatan mental (rendah, sedang, tinggi).

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Data penelitian dari 60 pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Karakteristik Responden

Kategori	Sub Kategori	Jumlah	Presentase	Total
Jenis Kelamin	Laki-laki	28	46,67%	100%
	Perempuan	32	53,33%	
Rentang Usia	20-29	29	48,33%	100%
	30-39	21	35%	
	40-49	8	13,33%	
	50-59	2	3,34%	
	SMP	1	1,67%	
Tingkat Pendidikan	SMA	9	15%	100%
	D3	5	8,33%	
	S1	36	60%	
	S2	9	15%	

Dari tabel diatas, responden laki-laki berjumlah 28 orang sebesar 46,67% dan perempuan berjumlah 32 orang sebesar 53,33%. Usia responden terbagi menjadi empat kriteria, yaitu rentang usia 20-29 tahun berjumlah 29 orang sebesar 48,33%, rentang usia 30-39 tahun berjumlah 21 orang sebesar 35%, rentang usia 40-49 tahun berjumlah 8 orang sebesar 13,33%, dan rentang usia 50-59 tahun berjumlah 2 orang sebesar 3,34%. Jenjang pendidikan responden juga berbeda-beda, mulai dari tingkat pendidikan SMP hanya ada 1 orang dengan presentase 1,67%, tingkat pendidikan SMA sebanyak 9 orang dengan presentase 15%, tingkat pendidikan D3 sebanyak 5 orang dengan presentase 8,33%, tingkat pendidikan S1 sebanyak 36 orang dengan presentase 60% dan tingkat pendidikan S2 sebanyak 9 orang dengan presentase 15%.

Data penelitian dari 60 pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara melalui kuesioner diolah dan didapatkan hasil *descriptive statistic* sebagai berikut:

Tabel 4. *Descriptive Statistic*

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Literasi Kesehatan Mental	60	77	112	93,32	9,05

Hasil *descriptive statistic* berdasarkan tabel 4 diatas, diketahui responden penelitian sebanyak 60 pegawai pemerintahan. Variabel literasi kesehatan mental mendapat nilai rata-rata sebesar 93,32 dengan nilai terendah 77 dan nilai tertinggi 112. *Standar deviation* variabel literasi kesehatan mental sebesar 9,05.

Berdasarkan hasil data yang diperoleh, maka dapat dilakukan pengkategorisasian pada variabel literasi kesehatan mental pada pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara. Kategorisasi berdasarkan skor empiris karena MHLS tidak memiliki kategorisasi (*cut-off*) resmi sehingga kategori ditentukan berdasarkan rata-rata (*mean*) dan standar deviasi dari data responden. Hasil kategorisasi diperoleh sebagai berikut:

Tabel 5. Kategorisasi Literasi Kesehatan Mental

Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Presentasi
<84	Rendah	10	16,67%
84 – 102	Sedang	41	68,33%
>102	Tinggi	9	15%
Total		60	100%

Berdasarkan data pada tabel diatas, dapat dilihat bahwa dari 60 pegawai pemerintahan yang bekerja di Kabupaten Morowali Utara, ada 9 pegawai yang memiliki literasi kesehatan mental kategori tinggi dengan presentase 15%, 41 pegawai pada kategori sedang dengan presentase 68,33% dan ada 10 pegawai pada kategori rendah dengan presentase 16,67%.

2. Pembahasan

Literasi kesehatan mental pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara tergolong dalam kategori sedang yaitu sebesar 68,33% atau sebanyak 41 pegawai. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauzi dan Suminar (2023) bahwa dari 214 responden, sebanyak 165 orang (77,1%) yang berada pada kategori sedang. Didukung juga oleh hasil penelitian oleh Fonna, Abdullah, dan Arifin (2024) bahwa dari 82 responden, 13 orang berada pada kategori sedang dan 69 orang berada pada kategori tinggi. Tingkat literasi kesehatan mental pegawai berada pada kategori sedang disebabkan oleh perkembangan teknologi dimana akses informasi yang mudah ditemukan atau didapatkan melalui internet. Sesuai dengan pernyataan Madrah (2019) bahwa di era teknologi digital berkembang pesat khususnya konteks kesehatan, digitalisasi menawarkan potensi yang signifikan untuk meningkatkan akses, efisiensi, dan kualitas layanan kesehatan. Teknologi digital telah menciptakan peluang baru untuk meningkatkan akses ke layanan kesehatan, seperti *platform telemedicine* yang memungkinkan pasien untuk berkonsultasi dengan dokter secara privat, aplikasi kesehatan berbasis *mobile* meningkatkan kesadaran masyarakat akan masalah kesehatan dengan menyediakan informasi kesehatan yang akurat dan mudah diakses dan memberikan informasi terkait intervensi yang lebih efektif dan menyeluruh (Lumanauw *et al.*, 2021).

Selain teknologi yang mudah diakses, terdapat juga beberapa aplikasi kesehatan *online* yang dengan mudah digunakan oleh masyarakat, salah satunya adalah aplikasi Pintar yang menawarkan beberapa fitur seperti layanan terapi dan konseling *online* untuk menghubungkan individu dengan terapis yang berkualifikasi dalam menjaga privasi dan keamanan (Rifkin-Zybutz *et al.*, 2023). Dalam teknologi digital juga menyediakan beberapa program edukasi yang diperuntukkan untuk masyarakat yang memiliki minim pengetahuan mengenai kesehatan mental sehingga mereka bisa menambah pengetahuan mulai dari mengetahui bagaimana cara pencegahan gangguan mental sampai pada penanganannya. Hal ini didukung oleh Pongtambing *et al.* (2024) yang mengatakan bahwa ada beberapa program edukasi yang dirancang untuk meningkatkan literasi kesehatan di kalangan masyarakat yang menggunakan teknologi digital.

Ada beberapa faktor juga yang mempengaruhi literasi kesehatan mental yaitu karakteristik individu seperti jenis kelamin, usia dan tingkat pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan responden laki-laki berjumlah 29 orang dengan presentase 46,67% dan perempuan berjumlah 32 orang sebesar 53,33%, kurang lebih jumlahnya hampir sama dan tidak bisa dijadikan dasar bahwa ada perbedaan literasi kesehatan mental antara laki-laki dan perempuan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Fuady *et al.* (2019) bahwa tidak ada hubungan antara tingkat literasi kesehatan mental dengan perbedaan jenis kelamin. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Fonna, Abdullah, dan Arifin (2024) yang menemukan bahwa jenis kelamin tidak memiliki hubungan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dengan literasi kesehatan mental.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata pegawai berada pada rentang usia 20-29 tahun sebanyak 29 orang dengan presentase 48,33% dan rentang usia 30-39 tahun sebanyak 21 orang dengan presentase 35%. Penggunaan *gadget* paling banyak pada usia muda dengan rentang usia 20-29 tahun dan rentang usia 30-49 tahun sehingga lebih memudahkan kelompok usia ini dalam mencari informasi terkait kesehatan mental di internet. Dalam psikologi

perkembangan, usia 20-49 tahun tergolong usia dewasa awal dimana orang-orang pada usia ini, lebih kreatif dan mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan baru. Hal ini sesuai dengan Hurlock (1980) bahwa tugas perkembangan usia dewasa awal salah satunya adalah kemampuan mental. Hurlock berpendapat bahwa kemampuan mental diperlukan untuk belajar dan menyesuaikan diri dengan situasi baru, seperti mengingat informasi yang telah dipelajari sebelumnya, melakukan penalaran analogi, dan berpikir kreatif. Penelitian yang dilakukan oleh Smith dan Jackson (2022) juga menambahkan bahwa kelompok rentang usia 20-40 tahun lebih cenderung berbicara terbuka tentang kesehatan mental, mereka menganggap normal mencari terapi dan menggunakan layanan kesehatan mental.

Untuk tingkat pendidikan kebanyakan pegawai pemerintahan merupakan lulusan sarjana (S1) sebanyak 36 orang dengan presentase 60%. Pegawai lulusan sarjana sudah memiliki kompetensi dan pengetahuan dalam bidang masing-masing serta dapat berpikir secara logis. Ketika mereka dihadapkan dalam suatu masalah, mereka akan mencari solusi atau bantuan dari pihak lain termaksud dengan masalah kesehatan mental. Hal ini didukung oleh Smith *et al.*, (2018) bahwa lulusan sarjana dengan literasi kesehatan mental yang baik cenderung memiliki pemahaman yang baik tentang gejala gangguan psikologis dan cara penanganannya. Smith *et al.* (2018) menambahkan bahwa pemahaman lulusan sarjan mendorong mereka untuk lebih proaktif dalam mencari bantuan ketika mengalami masalah kesehatan mental.

Dari pembahasan yang telah dijelaskan maka implikasi dari penelitian ini yaitu tingkat literasi kesehatan mental pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara termaksud dalam kategori sedang yang disebabkan oleh faktor karakteristik yaitu usia dan tingkat pendidikan namun tidak disebabkan oleh jenis kelamin. Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan, yaitu, sampel penelitian yang belum merata antar pegawai pemerintahan, belum mencari hubungan antar variabel lain, dan referensi terkait literasi kesehatan mental pada pegawai pemerintahan yang belum banyak dilakukan dibandingkan pada mahasiswa ataupun masyarakat suatu daerah.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa literasi kesehatan mental pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara berada pada kategori sedang sebanyak 41 orang dengan presentase 68,33%. Hasil ini dapat disebabkan oleh usia responden kebanyakan berada pada rentang usia 20-39 tahun dan pendidikan responden yang rata-rata berada pada jenjang sarjana (S1) sehingga dapat dikatakan bahwa pegawai pemerintahan di Kabupaten Morowali Utara sudah memahami mengenai kesehatan mental, pencegahan maupun penanganannya.

Saran

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan meneliti literasi kesehatan mental pegawai pemerintahan di Kabupaten lainnya di Sulawesi Tengah atau pegawai pemerintahan provinsi di Sulawesi Tengah sehingga dapat dilakukan perbandingan antar kabupaten, daerah atau pegawai provinsi.

E. Referensi

- Anisah, A. L. (2020). Intervensi literasi dan layanan kesehatan mental PNS dalam meningkatkan kualitas pelayanan publik di era new normal. *Civil Service*, 14(2), 1-10.
- Arbi, A. (2016). Lima PNS Pemkab Serang Gangguan Jiwa. Diambil dari <https://www.radarbanten.co.id/2016/07/14/lima-pns-pemkab-serang-gangguan-jiwa/> , diakses tanggal 28 Juni 2026.
- Buta, B. O., Mota, A. C. P., Couto, V. V. D., & Tabak, B. M. (2024). Mental health literacy for public employees. *BMC Public Health*, 24(2593), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19937-1>
- Fakhry, A. (2024). kesadaran kesehatan mental bagi aparatur sipil negara. *Desentralisasi: Jurnal Hukum, Kebijakan Publik, dan Pemerintahan*, 1(3), 1-4. <https://doi.org/10.62383/desentralisasi.v1i3.31>

- Fauzi, A. N., & Suminar, D. R. (2023). Tingkat literasi kesehatan mental pada mahasiswa teknik berdasarkan jenis kelamin. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 3(2), 115–125.
- Fonna, Z., Abdullah, A., & Arifin, V. N. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan literasi kesehatan mental pada mahasiswa. *Journal of Public Health Innovation*, 5(1), 120-129. <https://doi.org/10.34305/jphi.v5i01.1440>
- Fuady, I. A., Puji, R., As-Sahih, A. A., Muhiddin, S., & Sumantri, M. A. (2019). Trend literasi kesehatan mental trend of mental health literacy. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 12–20. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31289/analitika.v11i1.2294>
- Hurlock, E. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (ed.5). Jakarta: PT Penerbit Erlangga.
- 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>
- Jorm, A. F. (2012). Mental health literacy; empowering the community to take action for better mental health. *American Psychologist*, 67(3), 231–243. <https://doi.org/10.1037/a0025957>
- 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. *Medical Journal of Australia*, 166(4), 182–186. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.1997.tb140071.x>
- Lumanauw, M., et al. (2021). Literasi kesehatan masyarakat dalam era digital. *Jurnal Sistem Informasi Kesehatan*.
- Maulana, A. S., Dayita, H., & Nugraha, A. C. W. (2026). Hubungan literasi kesehatan mental dengan perilaku pencarian bantuan psikologis pada anggota kepolisian. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 3(2), 1271-1284. <https://doi.org/10.61722/jmia.v3i2.9857>
- Molana. (2020). *Diduga Depresi PNS di Medan Bakar Diri Hingga Tewas*. Diambil dari <https://news.detik.com/berita/d-4895203/diduga-depresi-pnsdi-medan-bakar-diri-hingga-tewas> , diakses tanggal 28 Juni 2026.
- Nirkomala. (2018). *Dua PNS di Mataram Terindikasi Gangguan Jiwa*. Diambil dari <https://mataram.antaranews.com/berita/35852/dua-pns-di-mataramterindikasi-gangguan-jiwa> , diakses tanggal 28 Juni 2026.
- O'Connor, M., & Casey, L. (2015). The Mental Health Literacy Scale (MHLS): A new scale-based measure of mental health literacy. *Psychiatry Research*, 229(1–2), 511–515.
- Pongtambing, Y. S., Sampetoding, E. A., Uksi, R., & Manapa, E. S. (2024). Digitalisasi dan literasi kesehatan pada smart village. *Compromise Journal: Community Proffesional Service Journal*, 2(1), 11-18.
- Republik Indonesia. (2009). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan*. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 144. Sekretariat Negara. Jakarta.
- Republik Indonesia. (2014). *Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2014 tentang Aparatur Sipil Negara*. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 5. Sekretariat Negara. Jakarta.
- Rifkin-Zybutz, R., Turner, N., Derges, J., Bould, H., Sedgewick, F., Gooberman-Hill, R., Linton, M. J., Moran, P., & Biddle, L. (2023). Digital technology use and mental health consultations: survey of the views and experiences of clinicians and young people. *JMIR Mental Health*, 10(1).
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2019). *Research methods for business: A skill-building approach* (8th ed.). John Wiley & Sons.
- Smith, L., & Jackson, M. (2022). Normalization of therapy and mental health services among Generation Z: A gender-neutral perspective. *Journal of Contemporary Psychology*, 58(4), 345-356.
- Smith, L., Smith, P., & Thompson, R. (2018). Mental health literacy and its impact on help-seeking behavior among university students. *Journal of Mental Health*, 27(5), 430-436.
- World Health Organization. (2020). *Mental health: A global priority*. Jenewa: World Health Organization.