

# Policy Brief |



UNIVERSITAS GADJAH MADA  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
CENTER FOR INDIGENOUS AND CULTURAL PSYCHOLOGY

## PENELITI

Adelia Khrisna Putri  
Anna Nadia Febrina Yahya  
Axel Rizqy Saputra

## PERUMUS

Sofyan Hadi Surya  
Sekar Amanta  
Ammanina Ratnayu Wicaksana

## Mental Health on Campus

Kampus seharusnya dapat menjadi salah satu lingkungan yang dapat memahami kondisi mental mahasiswa, karena sebagian besar waktunya dihabiskan untuk kegiatan pendidikannya. Perlu meningkatkan interaksi yang asertif antara mahasiswa dengan dosen maupun tenaga pendidik untuk membentuk lingkungan kampus yang sehat dan *aware* terhadap kesehatan mental.

Sumber foto sampul: <https://www.pexels.com/photo/man-in-black-shirt-and-gray-denim-pants-sitting-on-gray-padded-bench-1134204/>



cicp.ugm



cicp.psikologi.ugm.ac.id

## Persoalan Kesehatan Mental pada Lingkungan Kampus di Indonesia



Photo by cottonbro from Pexels

### Pertama | Tingginya prevalensi mahasiswa yang melakukan *self-injury*

Penelitian yang dilakukan di Bandung menunjukkan bahwa sebanyak 32,1% dari total 881 mahasiswa yang mengikuti penelitian melakukan *self-injury* (melukai diri sendiri) dalam setahun terakhir, dimana sebagian besar dari partisipan adalah mahasiswi (Suryani, & Sriati, 2021).

### Kedua | Kurangnya peran pengajar & fasilitas

Peran pengajar dan akademik dalam menangani kesehatan mental tidak maksimal (Putri, 2020). Kurangnya fasilitas penanganan kesehatan mental pada level Fakultas (Putri, 2020).

### Ketiga | Kurangnya jumlah tenaga profesional kesehatan jiwa di Indonesia

Psikolog klinis di Indonesia saat ini hanya terdapat 3.333 orang per 27 September 2021 (IPK Indonesia, 2021). Padahal, jumlah penduduk Indonesia terdapat 272.229.372 per Juni 2021 (Dukcapil Kemendagri, 2021). Selain itu, hanya sepertiga RSU pemerintah yang mempunyai poliklinik jiwa (Idaiani & Riyadi, 2018).

### Keempat | Belum ada peraturan yang mengatur permasalahan kesehatan mental pada level perguruan tinggi

Kebijakan yang ada saat ini seperti UU no. 18 tahun 2014 memang memiliki definisi mengenai kesehatan mental dan langkah-langkah dalam menjaga kesehatan mental yang lengkap. Namun, belum ada peraturan yang memuat langkah konkret sebagai tindak lanjut dari aturan tersebut. Sedangkan peraturan lain seperti Permen Ristekdikti no. 46 tahun 2017 tentang Pendidikan Khusus dan Pendidikan Layanan Khusus cenderung menyerahkan kembali kepada rektor atau fakultas masing-masing mengenai pelayanan kesehatan mental terhadap *civitas* akademiknya.



Rekomendasi: Menjadikan kampus menjadi salah satu lingkungan yang dapat memahami kondisi mental seluruh *civitas* akademiknya.

**1. Edukasi tentang Mental Health**

Meningkatkan pemahaman tentang Mental Health pada seluruh *civitas* akademika

**2. Membentuk unit**

Membentuk unit pelayanan dan *task force* kesehatan mental di setiap fakultas

**3. Menyusun *Guidelines***

Menyusun indikator alur pengaduan, penanganan, serta pemantauan kasus kesehatan mental

**4. Penerapan *Work Life Balance***

Diharapkan *civitas* akademika memiliki waktu yang optimal untuk menjaga kesehatan mentalnya dengan diterapkannya keseimbangan hidup, sebagai salah satu poin dalam *key performance index* (KPI) bagi para dosen dan tenaga pendidik

**5. Menghadirkan layanan *peer counselors***

Membentuk dan menghadirkan layanan *peer counselor* di tiap fakultas, agar mahasiswa dapat mendapatkan dukungan dari rekan sebayanya

**6. Lingkungan Perguruan Tinggi**

Menciptakan lingkungan perguruan tinggi yang peduli terhadap kesehatan mental

**7. Menyusun Regulasi di Perguruan Tinggi**

Menyusun regulasi yang memuat hak-hak, serta kewajiban dan jaminan bahwa universitas akan memperhatikan kesehatan mental *civitas* akademiknya mengikuti apa yang sudah dirumuskan pada UU no. 18 tahun 2014 tentang Kesehatan Mental.

## Daftar Pustaka

- Dire(2021). Distribusi Penduduk Indonesia Per Juni 2021: Jabar Terbanyak, Kaltara Paling Sedikit. Diakses dari <https://dukcapil.kemendagri.go.id/berita/baca/809/distribusi-penduduk-indonesia-per-juni-2021-jabar-terbanyak-kaltara-paling-sedikit> pada September 2021.
- IPK Indonesia. Diakses dari <https://ipkindonesia.or.id/jumlah-psikolog-klinis-anggota-ipk-indonesia/> pada 28 September 2021.
- Idaiani, S., & Riyadi, E. (2018). Sistem Kesehatan Jiwa di Indonesia: Tantangan untuk Memenuhi Kebutuhan. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 2(2), 70-80. <https://doi.org/10.22435/jpppk.v2i2.134>
- Marthoenis, M., Meutia, I., Fathiariani, L., & Sofyan, H., (2018). Prevalence of depression and anxiety among college students living in a disaster-prone region. *Alexandria Journal of Medicine*, 54(4), 337–340.
- Peraturan Menteri Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia No. 47 Tahun 2018 tentang Pendidikan Khusus dan Pendidikan Layanan Khusus di Perguruan Tinggi (Indonesia). Diakses dari <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/140968/permen-ristekdikti-no-46-tahun-2017>
- Putri, A. K., Yahya, A. N. F., & Saputra, A. R. (2019). Indonesian Faculty Barriers in Providing Help to College Students in Distress. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 152102511988082.
- Undang-Undang No. 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa (Indonesia). Diakses dari <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/38646/uu-no-18-tahun-2014>
- Verenisa, A., Suryani, S., & Sriati, A. (2021). Gambaran Self-Injury Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 43–56. <https://doi.org/10.32584/jikj.v4i1.800>

