

ABSTRAK

Literasi kesehatan mental dibuat bertujuan untuk menyebarkan pengetahuan mengenai kesehatan mental yang penting. Khususnya bagi kelompok usia *emerging adulthood* yang sedang mengalami masa transisi dalam kehidupannya yang tidak stabil dalam hal pendidikan, pekerjaan dan hubungan romantis. Namun, kebebasan sosial media membuat literasi kesehatan mental dibuat dengan informasi yang kurang relevan. Sebagian dari *emerging adulthood* merasa ketidaknyamanan dan kesalahan persepsi terhadap literasi kesehatan mental yang akhirnya membentuk kecemasan akan kondisi mental diri mereka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi literasi kesehatan mental dengan kecemasan dengan kondisi mental diri pada *emerging adulthood* pengguna Instagram di Kota Bandung. Responden pada penelitian ini berjumlah 204 orang yang berusia 18-25 tahun, berdomisili di Kota Bandung dan merupakan pengguna Instagram. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data pada penelitian menggunakan 2 skala, yaitu Persepsi Literasi Kesehatan Mental dengan reliabilitas 0.959 dan *Mental Health Anxiety Inventory* (MHAI) dengan reliabilitas 0.851. Analisis data yang digunakan yaitu pearson product moment dengan bantuan SPSS versi 22. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan antara persepsi literasi kesehatan mental dengan kecemasan dengan kondisi mental diri pada *emerging adulthood* pengguna Instagram di Kota Bandung

Kata kunci : Persepsi literasi kesehatan mental, kecemasan akan kondisi mental diri, *emerging adulthood*

ABSTRACT

Mental health literacy was created with the aim of spreading important knowledge about mental health. Especially for the emerging adulthood age group who are experiencing a transition period in their lives that is unstable in terms of education, work and romantic relationships. However, the freedom of social media means that mental health literacy is created with less relevant information. Some emerging adults feel discomfort and misperceptions about mental health literacy which ultimately form anxiety about their mental condition. The aim of this research is to determine the relationship between perceptions of mental health literacy and anxiety and the mental condition of emerging adulthood Instagram users in the city of Bandung. The respondents in this study were 204 people aged 18-25 years, domiciled in Bandung City and are Instagram users. This research is a quantitative research using techniques purposive sampling. Data collection in the research used 2 scales, namely Mental Health Literacy Perception with a reliability of 0.951 and the Mental Health Anxiety Inventory (MHAI) with a reliability of 0.851. The data analysis used is Pearson product moment with the help of SPSS version 22. The results of this research show a relationship between perceptions of mental health literacy and anxiety and mental conditions in emerging adulthood Instagram users in the city of Bandung.

Keywords : *Perception of mental health literacy, mental health anxiety, emerging adulthood*