

PENJARAKAN SOSIAL TERHADAP PESAKIT MENTAL: PERANAN SIKAP DAN MEDIA SOSIAL

TAUFIQNUR SELAMAT^{1*}, R ZIRWATUL AIDA R IBRAHIM² DAN MAZIDAH MOHD DAGANG²

¹Pusat Kokurikulum, Universiti Teknologi MARA, 42300 Puncak Alam, Selangor, Malaysia. ²Fakulti Perniagaan, Ekonomi dan Pembangunan Sosial, Universiti Malaysia Terengganu, 21030 Kuala Nerus, Terengganu, Malaysia.

*Corresponding author: taufiqnur@uitm.edu.my

<http://doi.org/10.46754/umtjur.v4i4.338>

Abstrak: Wabak penyakit koronavirus 2019 (COVID-19) telah merebak ke semua benua dan mengurangkan interaksi fizikal serta menimbulkan tekanan psikologi yang ketara. Penjarakan sosial terhadap pesakit mental boleh meningkatkan ketakutan, gejala kebimbangan, kesunyian, dan perasaan tertekan dalam masyarakat. Kajian ini secara empirikal menguji model penjarakan sosial terhadap individu yang mengalami masalah mental dan mempertimbangkan faktor biopsikososial seperti pengaruh media sosial dan sikap pelajar universiti awam di kawasan Pantai Timur Semenanjung Malaysia. Kajian ini melibatkan seramai 424 orang melalui kaedah pensampelan rawak mudah. Dapatan kajian menunjukkan hampir 89% pelajar universiti melakukan penjarakan sosial pada tahap sederhana dan tinggi. Analisis item menunjukkan bahawa sikap dan pengaruh media sosial adalah peramal penting kepada penjarakan sosial terhadap orang yang mempunyai masalah kesihatan mental. Faktor peramal untuk penjarakan sosial pula menyumbang sebanyak 10.6% kepada perubahan varians untuk penjarakan sosial. Penjarakan sosial boleh memberi kesan terhadap ketakutan dan kebimbangan kepada perkembangan gangguan obsesif-kompulsif akibat ketakutan penolakan orang sekeliling ke atas kehidupan individu. Pendekatan teori biopsikososial dalam kajian ini menyediakan kausalitas yang integratif untuk interaksi faktor-faktor berkenaan.

Kata kunci: Kesihatan mental, penjarakan sosial, media sosial, sikap, COVID-19.

SOCIAL DISTANCE TOWARDS MENTAL PATIENTS AFTER COVID-19: IMPLICATIONS FOR MENTAL HEALTH THROUGH A BIOPSYCHOSOCIAL APPROACH

Abstract: The outbreak of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) has spread to all continents and reduced physical interaction and created significant psychological stress. Social distance of the mentally ill can increase fear, anxiety symptoms, loneliness, and feelings of depression in society. This study empirically tests the social distance model for individuals with mental problems and considers biopsychosocial factors such as the influence of social media and the attitudes of public university students in the East Coast Area of Peninsular Malaysia. This study involved a respondent of 424 people sampled through a random sampling method. The findings of the study show that almost 89% of university students practice social distancing at moderate and high levels. Item analysis showed that social media attitudes and influences were significant predictors of social isolation of people with mental health problems. The predictor factor for social isolation contributed as much as 10.6% to the variance change for social isolation. Social distance can affect fear and anxiety to the development of obsessive-compulsive disorder due to the fear of rejection of the surrounding people on the individual's life. The biopsychosocial theoretical approach in this study provides an integrative causality for the interaction of these factors.

Keywords: Mental health, social distancing, social media, attitudes, COVID-19.

Pengenalan dan Permasalahan Kajian

Penyakit mental merujuk kepada keadaan mental yang mempengaruhi pemikiran, tingkah laku dan perasaan individu (*National Institutes of Health*, 2021). Peningkatan yang ketara dalam penyakit mental sejak sedekad yang lepas berpunca daripada tahap kesihatan mental yang lemah. Kesihatan mental adalah asas kesejahteraan individu (Sperry, 2016; MyHealth KKM, 2018). Dalam kehidupan pelajar universiti, apabila pandemik COVID-19 melanda negara dan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) dilaksanakan, masalah tekanan juga meningkat dan kaedah Pengajaran dan Pembelajaran (PdP) juga berubah.

Stigma dan penjarakan sosial terhadap pesakit mental menjadi punca pesakit tidak mahu mendapatkan rawatan daripada pakar (Riffel & Chen, 2020). Manusia ialah makhluk sosial dan bebas daripada latar belakang budaya, mengekalkan penjarakan untuk tempoh yang lama mungkin menimbulkan tekanan psikologi yang serius. Kes penyakit mental semakin menjadi serius di Malaysia dan ia menyumbang kepada peningkatan bunuh diri dalam kalangan rakyat Malaysia. Ini kerana banyak kes jenayah melibatkan orang yang menderita penyakit jiwa tetapi mereka tidak mendapat rawatan kerana pesakit mental akan mendapat penjarakan sosial yang besar dari masyarakat (Ahmad Dzulkefly, 2018).

Kajian Literatur

Dalam satu kajian terbaru, 18.6% pelajar mengalami tahap tekanan sederhana dan 5.1% mengalami tekanan yang sangat tinggi, 27% daripada pelajar telah didapati mengalami kemurungan sederhana, 9.7% kemurungan yang sangat teruk manakala 34% mengalami kebimbangan sederhana dan 29% mengalami kebimbangan yang sangat teruk (Farah & Vasudevan, 2020).

Semasa pandemik juga, sebanyak 85.5% daripada 145,173 panggilan yang diterima oleh agensi kerajaan di Malaysia dari 25 Mac 2020 hingga 20 Mei 2021 melibatkan isu kesihatan

mental yang memerlukan sokongan emosi dan kaunseling seperti tekanan, ketakutan, kebimbangan, kemurungan, penderaan, dan keinginan untuk bunuh diri. Selain itu, data Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) mendapati dalam tempoh Januari hingga Disember 2020, sebanyak 1,080 kes cubaan membunuh diri dilaporkan menerima rawatan di hospital KKM (Suraya Roslan, 2021). Mengenai peruntukan untuk kesihatan mental oleh Kerajaan Malaysia, ini adalah dua angka berasingan yang harus diambil perhatian, RM24 juta untuk Program Kesihatan Mental, Pencegahan Penyalahgunaan Fizikal dan Penyalahgunaan Bahan di bawah dana COVID-19 dan RM313 juta untuk Psikiatri dan Kesihatan Mental di bawah bajet kesihatan negara (Li, 2021). Ini menunjukkan negara terpaksa membelanjakan sejumlah peruntukan yang besar untuk menangani masalah kesihatan mental dalam kalangan rakyat.

Sehubungan itu, kajian Zuraidah (2017) menyatakan bahawa 40% rakyat Malaysia dijangka akan mengalami penyakit mental pada masa akan datang. Di samping itu, pandemik COVID-19 juga telah memberikan kesan kepada kesihatan mental dan fizikal sekali gus memberi impak tekanan dan trauma, kemurungan serta kebimbangan di Malaysia (Abdul Rashid *et al.*, 2020). Oleh itu, fenomena ini akan menjadikan masalah penjarakan sosial lebih serius terhadap orang yang mempunyai penyakit mental.

Kajian ini menyumbang kepada pemahaman yang lebih baik tentang penyakit mental dan panduan kepada pemahaman yang lebih baik terhadap kesihatan awam. Ilmu tidak menjamin masyarakat akan menerima penghidap penyakit mental. Pengetahuan adalah faktor asas untuk mewujudkan kesedaran. Ilmu boleh dicapai melalui pembacaan, pendidikan dan pelbagai lagi. Menurut Fearn *et al.* (2016), generasi muda mempunyai kurang maklumat tentang penyakit mental dan disokong oleh Jack-ide *et al.* (2016).

Sehubungan itu, walaupun sesetengah orang menerima pendidikan formal mengenai penyakit mental, mereka masih prejudis terhadap pesakit mental menyebabkan mereka menjauhkan diri

daripada golongan ini. Tambahan pula, beberapa bukti menunjukkan bahawa sesetengah pelajar perubatan juga mempunyai sikap negatif dan stigma terhadap pesakit mental (Stefanovics *et al.*, 2016). Ganesh (2011) menyatakan bahawa sikap masyarakat terhadap pesakit mental menyebabkan mereka enggan dan tidak selesa untuk melawat pakar psikiatri apabila mengalami masalah emosi. Statistik mengenai risiko bunuh diri dalam kalangan orang dewasa menunjukkan peningkatan daripada 7.9% pada tahun 2012 kepada 10% pada tahun 2018 di Malaysia (Nurul Izzah, 2018). Banyak kes jenayah melibatkan pesakit mental tetapi mereka mengelak daripada mendapatkan rawatan kerana pesakit mental akan mendapat penjarakan sosial yang ketara daripada masyarakat (Barke *et al.*, 2011).

Penyelidikan yang dilakukan oleh Shamsuddin *et al.* (2013) di universiti awam Malaysia mendapati prevalens kemurungan, kebimbangan dan tekanan masing-masing adalah 37.2%, 63.0% dan 27.3%. Ini jauh lebih tinggi daripada penyelidikan di universiti swasta di mana prevalens kemurungan, kebimbangan dan tekanan adalah 30.7%, 55.5% dan 16.6%, masing-masing (Teh *et al.*, 2015). Wahl *et al.* (2012) dan Blaise (2015) mendapati pelajar kurang pengetahuan dari aspek gejala gangguan psikiatri tertentu, rawatan dan punca biologi.

Pendekatan Teori Biopsikosial

Teori ini diperkenalkan oleh George Engel pada tahun 1977 dan memberi fokus terhadap interaksi tiga aspek iaitu aspek biologi, psikologi, dan sosial dalam menjelaskan tentang masalah berkaitan pesakit mental. Konsep teori ini adalah '*mutual relationship*' yang berlaku antara kedua-dua manusia dan persekitaran. Ia membawa maksud manusia dan persekitaran saling mempengaruhi. Pelajar universiti berasal dari latar belakang dan persekitaran yang berbeza. Pengalaman mereka juga berbeza. Ini bermaksud keperibadian, persepsi dan perkembangan kognitif berbeza. Keadaan ini menjadikan persepsi dan sikap mereka terhadap orang yang mempunyai penyakit mental juga berbeza. Jadi, teori ini mempunyai kaitan dengan masalah kajian ini secara menyeluruh.

Untuk memahami keadaan penyakit seseorang, adalah tidak memadai dinilai hanya melalui faktor biologi, tetapi perlu juga dinilai melalui faktor psikologi dan sosial. Teori ini merupakan gabungan dari tujuh aliran psikologi, iaitu psikodinamik, tingkah laku, kognatif, biologi, silang budaya, evolusi, dan humanistik. Tujuh perspektif ini menjelaskan daripada tiga aspek iaitu biologi, psikologi, dan sosial. Pendekatan biopsikosial memberikan hubungan sebab yang paling integratif untuk interaksi faktor yang kompleks (Mak *et al.*, 2014).

Objektif utama kajian ini adalah untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi penjarakan sosial terhadap individu yang mengalami masalah mental. Kajian ini memberi fokus kepada dua faktor sahaja iaitu sikap terhadap pesakit mental dan pengaruh media sosial. Secara khusus, objektif kajian ini adalah:

1. Mengetahui frekuensi penjarakan sosial terhadap pesakit mental dalam kalangan pelajar IPTA.
2. Mengetahui hubungan di antara media sosial dan penjarakan sosial terhadap pesakit mental dalam kalangan pelajar IPTA.
3. Mengetahui hubungan di antara sikap dan penjarakan sosial terhadap pesakit mental dalam kalangan pelajar IPTA.
4. Mengetahui sama ada sikap dan media sosial merupakan faktor peramal kepada penjarakan sosial terhadap pesakit mental dalam kalangan pelajar IPTA.

Metodologi Kajian

Sampel Kajian

Kajian ini melibatkan seramai 424 orang responden pelajar universiti dari Pantai Timur Semenanjung Malaysia, mewakili 28.3% lelaki dan 71.7% perempuan. Responden diberi penerangan ringkas tentang projek penyelidikan dan proses persetujuan termaklum telah dilakukan. Penyelidik telah memilih semua empat universiti awam di Pantai Timur Semenanjung Malaysia sebagai lokasi kajian

iaitu di negeri Terengganu, Kelantan dan Pahang. Universiti-universiti yang terlibat adalah Universiti Malaysia Terengganu (UMT), Universiti Sultan Zainal Abidin (UniSZA), Universiti Malaysia Kelantan (UMK) dan Universiti Malaysia Pahang (UMP). Dalam kajian ini, kaedah persampelan rawak mudah telah dipilih.

Instrumen

Sikap terhadap pesakit mental diukur melalui instrument *Attitude on People with Mental Illness* (AMI) dengan 17 item telah dibina oleh Wahl *et al.* (2012) dan mempunyai tiga sub-konstruk: Kebajikan, stereotaip dan kekangan, dan lima skala Likert. Instrumen ini dibangunkan untuk mengukur sikap terhadap orang yang mempunyai penyakit mental. Dalam kajian ini, pengukuran sikap merujuk kepada: (1) Kebajikan, (2) stereotaip dan (3) keterbatasan. Kebajikan merujuk kepada sikap positif terhadap orang yang mempunyai penyakit mental seperti belajar tentang penyakit mental, membantu mereka tidak membuat jenaka tentang mental dan rasa hormat. Stereotaip merujuk kepada pertimbangan terhadap orang lain yang berbeza daripada diri sendiri. Keterbatasan adalah merujuk kepada had penerimaan terhadap individu penyakit mental. *The Effects of Social Media Use on the Perception on Mental Illness* adalah instrumen

yang dibangunkan oleh Fisher (2019) yang mengukur faktor media sosial. Instrumen ini mengukur subkonstruk seperti persepsi pelajar tentang gambaran penyakit mental di media sosial, penggunaan media sosial dan pandangan terhadap pesakit mental melalui media sosial dengan jumlah 20 item dan lima skala Likert. Instrumen ketiga ialah *Social Distance on People with Mental Illness* (SDPMI). Instrumen ini direka bentuk oleh Crabb *et al.* (2012) dan mempunyai dua subkonstruk iaitu hubungan peribadi dan hubungan sosial dengan lima skala Likert untuk mengukur penjarakan sosial terhadap pesakit mental dalam kajian ini.

Analisis Data

Artikel ini merangkumi asas statistik deskriptif dan inferens, daripada pembinaan hipotesis kepada pensampelan dan analisis statistik termasuk korelasi dan regresi. Ujian andaian klasik (*classical assumption test*) dilakukan sebelum menguji hipotesis. Ujian andaian klasik dalam kajian ini termasuk ujian normaliti dan ujian multikolineariti. Analisis dilakukan menggunakan *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versi 26.

Dapatan Kajian

Sebelum analisis data, kajian ini melaporkan taburan responden yang ditunjukkan dalam Jadual 1.

Jadual 1: Taburan responden mengikut universiti

	Frekuensi	Peratus (%)
UMP	107	25.2
UMK	114	26.9
UniSZA	98	23.1
UMT	105	24.8
Jumlah	424	100

Jadual 1 menunjukkan taburan responden oleh universiti awam di Pantai Timur Semenanjung Malaysia. Seramai 424 jumlah responden telah menyertai dalam kajian ini,

Antaranya, 107 responden atau 25.2% dari UMP. Selain itu, 114 responden atau 26.9% dari UMK. UniSZA mempunyai 98 responden atau 23.1% dan UMT mempunyai 105 responden atau 24.8%.

Jadual 2 memaparkan ujian kebolehpercayaan ketiga-tiga instrumen. Analisis mendapati ketiga-tiga instrumen mendapat nilai Cronbach Alpha yang tinggi yang menunjukkan bahawa instrumen berfungsi terhadap baik dengan responden. Nilai Cronbach

Alpha 0.7 atau lebih tinggi menunjukkan konsistensi dalaman yang boleh diterima (Byrne, 2010; Bakar *et al.*, 2022). Oleh itu, dapatan kajian menunjukkan kebolehpercayaan instrumen adalah sangat tinggi, dengan nilai Cronbach Alpha melebihi indeks 0.7.

Jadual 2: Ujian kebolehpercayaan instrumen

Pemboleh Ubah	Item	Cronbach Alpha
Media sosial	20	0.92
Sikap	17	0.77
Penjarakan sosial	6	0.8

Dalam analisis normaliti dengan ketiga-tiga pemboleh ubah, nilai kecondongan dan kurtosis

menunjukkan bahawa data adalah normal, iaitu antara -1 dan 1 (Hair *et al.*, 2021) (Jadual 3).

Jadual 3: Ujian normaliti pemboleh ubah

	Mean	Std. Deviation	Skewness		Kurtosis	
			Statistics	Std. Error	Statistic	Std. Error
Penjarakan sosial	3.082	0.711	0.358	0.119	-0.298	0.237
Sikap	3.197	0.993	-0.358	0.119	-0.619	0.237
Media sosial	3.405	0.956	-0.577	0.119	-0.153	0.237

Dapatan kajian menunjukkan pemboleh ubah bebas kajian ini berkorelasi dan mempunyai nilai $r=0.02$ (Jadual 4). Menurut Hair *et al.* (2021), nilai <0.85 menunjukkan bahawa data adalah bebas daripada multikolineariti. Multikolineariti adalah masalah yang berpunca

daripada pemilihan item dan pemboleh ubah yang lemah. Kewujudan multikolineariti akan melemahkan kepentingan statistik dan kuasa statistik dalam regresi. Oleh itu, dapatan kajian menunjukkan taburan data kajian ini bebas daripada masalah multikolineariti.

Jadual 4: Dapatan analisis multikolineariti

Pemboleh Ubah		Sikap	Media Sosial
Sikap	<i>Pearson correlation</i>	1.000	0.020
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0.686
Media sosial	<i>Pearson correlation</i>	0.020	1.000
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0.686	

Analisis frekuensi menunjukkan bilangan responden yang menunjukkan penjarakan sosial yang tinggi terhadap orang yang mengalami masalah mental adalah seramai 100 orang, tahap sederhana adalah seramai 276 orang manakala

tahap rendah hanya 48 orang (Jadual 5). Oleh itu, jumlah sampel yang melakukan penjarakan sosial adalah seramai 376 orang daripada 424 sampel. Ini adalah satu jumlah yang agak tinggi iaitu hampir 89%.

Jadual 5: Taburan penjarakan sosial pelajar universiti awam

Penjarakan Sosial	Frekuensi	Peratus (%)
Tinggi	100	23.5
Sederhana	276	65.0
Rendah	48	11.3

Dapatan kajian menunjukkan hubungan yang signifikan antara faktor media sosial dengan penjarakan sosial individu yang mempunyai keadaan kesihatan mental dengan nilai $p < 0.01$ dan hubungan yang lemah dengan nilai $r = 0.20$ (Jadual 6). Oleh itu hipotesis diterima pada aras keyakinan 99%.

Di samping itu, kajian ini juga mendapati majoriti (84%) pelajar universiti awam yang

menjadi responden bersetuju bahawa media sosial adalah sumber berita utama mereka mengenai masalah mental. Di samping itu, mereka juga percaya bahawa perkongsian media sosial mengenai penyakit mental adalah tepat (71%) dan berpengaruh dalam mengubah pendapat atau persepsi seseorang terhadap isu ini. Oleh itu, majoriti pelajar dalam kajian ini menjadikan media sosial sebagai rujukan mengenai masalah mental.

Jadual 6: Korelasi antara penjarakan sosial dan media sosial

		Penjarakan Sosial	Media Sosial
Penjarakan sosial	<i>Pearson correlation</i>	1.000	0.157**
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0.001
Media sosial	<i>Pearson correlation</i>	0.157**	1.000
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0.001	

***Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)*

Jadual 7 menunjukkan hubungan yang signifikan antara sikap terhadap orang yang mempunyai masalah mental dengan penjarakan sosial terhadap mereka yang mempunyai

keadaan kesihatan mental dengan nilai $p < 0.01$ dan hubungan yang lemah dengan $r = 0.30$. Oleh itu, hipotesis diterima pada tahap keyakinan 99%.

Jadual 7: Korelasi antara sikap dan penjarakan sosial

		Sikap	Penjarakan Sosial
Sikap	<i>Pearson correlation</i>	1.000	0.280**
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0.000
Penjarakan sosial	<i>Pearson correlation</i>	0.280**	1.000
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0.000	

***Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)*

Jadual 8 menerangkan keputusan analisis regresi berganda. R^2 ialah pekali penentuan. Ia mengukur sejauh mana peramal mempertimbangkan kebolehubahan dalam keputusan, antara 0 dan 1. Sehubungan itu, jadual di bawah menunjukkan model penjarakan sosial yang menerangkan sebanyak 10.6% ($R^2 = 0.106$). Ia menunjukkan bahawa faktor peramal untuk pengasingan sosial menyumbang 10.6% kepada perubahan varians untuk jarak sosial. Dapatan kajian dalam analisis statistik juga menunjukkan item bagi sikap dan pengaruh media sosial ($b=0.204$; $b=0.111$; $p<0.01$) adalah peramal yang signifikan bagi jarak sosial. Dari aspek beta, bagi setiap 1 peratus perubahan dalam item penjarakan sosial, perubahan sikap, dan faktor media sosial ialah 20.4% dan 11.1%. Ia menunjukkan faktor sikap dan pengaruh media sosial menyumbang kepada jarak sosial penghidap masalah kesihatan mental dalam kalangan pelajar universiti awam. Oleh itu, hipotesis diterima pada tahap keyakinan 99%.

Oleh itu, secara rumusannya dapatan kajian adalah:

1. Hampir 89% berlaku penjarakan sosial yang tinggi dan sederhana terhadap pesakit mental dalam kalangan pelajar universiti awam.
2. Media sosial mempunyai hubungan yang signifikan dengan penjarakan sosial terhadap pesakit mental dalam kalangan pelajar universiti awam.
3. Faktor sikap mempunyai hubungan yang signifikan dengan penjarakan sosial terhadap pesakit mental dalam kalangan pelajar universiti awam.
4. Sikap dan media sosial merupakan faktor peramal kepada penjarakan sosial terhadap pesakit mental dalam kalangan pelajar universiti awam.

Jadual 8: Analisis regresi berganda

	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>		
(Constant)	2.050	0.158		12.939	0.000
Sikap	0.204	0.033	0.286	6.191	0.000
Media sosial	0.111	0.034	0.150	3.252	0.001
<i>R</i>	.325 ^a			<i>Sum of squares</i>	22.353
<i>R square</i>	0.106			<i>df</i>	2
<i>Adjusted R square</i>	0.102			<i>Mean square</i>	11.176
<i>Std. error of the estimate</i>	0.670			<i>F</i>	24.877
<i>Durbin-Watson</i>	1.743			<i>Sig.</i>	.000 ^b

a. *Dependent variable: Social distance*

b. *Predictors: (Constant), social media, attitude*

Perbincangan

Kajian ini menghasilkan keputusan yang konsisten dengan kajian terdahulu mengenai sikap, media sosial dan penjarakan sosial terhadap pesakit mental (Riles, 2020). Letovancová *et al.* (2017) menyatakan bahawa

pandangan tentang penyakit mental telah mempengaruhi orang yang mempunyai masalah kesihatan mental untuk tidak mendapatkan rawatan psikiatri kerana ketidakelesaian. Ia disokong oleh artikel yang ditulis oleh Ganesh (2011) di mana sampel mempunyai sikap

negatif terhadap untuk mendapatkan bantuan kesihatan mental. Ia akhirnya akan menjejaskan penyediaan penjagaan holistik untuk pesakit. Kajian yang agak menarik oleh Puspitasari *et al.* (2020) mendapati bahawa 51.29% pelajar universiti di Indonesia mempunyai sikap negatif terhadap orang yang mengalami masalah kesihatan mental, walaupun mempunyai pengetahuan yang baik tentang kesihatan mental.

Walau bagaimanapun, beberapa kajian mendapati bahawa pelajar akan mengubah sikap negatif mereka terhadap individu penyakit mental jika mereka terdedah atau mempunyai pengalaman dengan pesakit. Sikap pelajar bertambah baik selepas terdedah kepada kebajikan psikiatri (Alsahali, 2021). Sikap pelajar perubatan adalah neutral pada mulanya dan menjadi lebih positif selepas pengalaman klinikal. Perubahan berlaku dalam kedua-dua jantina, lelaki dan perempuan (Poreddi *et al.*, 2015). Kajian oleh Desai *et al.* (2019) mendapati pelajar universiti dalam bidang perubatan menunjukkan tahap penjarakan sosial yang lebih rendah berbanding bidang lain. Begitu juga dengan kajian Jombo dan Idung (2018) yang mendapati pelajar universiti dalam bidang kejururawatan menunjukkan perubahan sikap daripada negatif kepada positif berdasarkan apa yang mereka terima semasa pendedahan dan latihan ketika sesi pembelajaran di universiti.

Penyelidik boleh membuat kesimpulan daripada tinjauan literatur bahawa sikap sedemikian boleh terhasil daripada pengetahuan tentang penyakit mental, interaksi dengan orang yang mempunyai keadaan kesihatan mental, pengalaman dengan orang yang mempunyai keadaan kesihatan mental, kepercayaan, dan faktor agama. Namun, kebanyakan kajian lepas mendapati faktor sikap merupakan faktor yang paling mempengaruhi penjarakan sosial pesakit mental dalam kalangan pelajar universiti.

Selain itu, media sosial cenderung menggunakan pandangan negatif terhadap pesakit mental. Ia telah membawa kepada penjarakan sosial terhadap pesakit mental (Grover *et al.*, 2019). Tambahan pula, lebih daripada 150 artikel mengenai kesihatan mental

menggunakan nada negatif dan 18.5% dikaitkan dengan keganasan (Bakar *et al.*, 2019; DuPont-Reyes *et al.*, 2020) dan lebih banyak daripada pesakit mental berbanding pesakit fizikal (22.5%: 19.7%). Media sosial pula memberi gambaran negatif terhadap pesakit mental, dan ia mempunyai hubungan yang signifikan dengan penjarakan sosial pesakit mental dalam kalangan pelajar universiti, sekolah dan masyarakat.

Kajian ini mendapati majoriti pelajar universiti awam bersetuju bahawa media sosial yang menjadi sumber berita utama mereka mengenai masalah mental. Di samping itu, mereka percaya bahawa perkongsian media sosial mengenai penyakit mental adalah tepat dan berpengaruh dalam mengubah pendapat atau persepsi seseorang terhadap isu ini. Sehubungan itu, Pfister (2014) juga menyatakan bahawa media sosial boleh memberi pengaruh yang besar terhadap persepsi pelajar berkaitan pesakit mental sama ada positif atau negatif.

Di samping itu, liputan media sosial mengenai penyakit mental semakin meningkat. Ia dibuktikan oleh Chen dan Lawrie (2017) yang mendapati peningkatan 20% dalam perlindungan penyakit mental daripada 8,614 kepada 10,000. Selain itu, ia memberi impak yang ketara kepada pelaporan tentang gambaran bunuh diri dalam media (Phillips & Lowery, 2018). Ia terbukti dalam artikel oleh Schäfer dan Quiring (2015) bahawa di Jerman, 87% daripada artikel yang diterbitkan menggambarkan kes individu yang mengalami masalah kesihatan mental secara negatif dengan memberikan penerangan yang lebih dekat tentang latar belakang keluarga yang meningkatkan percubaan membunuh diri dalam masyarakat. Ini bermakna media sosial memainkan peranan penting sebagai medium yang boleh digunakan untuk mengurangkan stigma dan diskriminasi terhadap pesakit mental.

Sehubungan itu, pengkaji ingin memberi saranan kepada kerajaan supaya dikaji semula Seksyen 309 Kanun Keseksan pada tahun 2020 supaya tidak menghukum individu yang cuba membunuh diri kerana mereka bukan penjenayah, sebaliknya menderita penyakit mental. Seksyen itu perlu dimansuhkan kerana

tindakan cuba membunuh diri akibat penyakit mental perlu diberi rawatan dan pemulihan psikiatri, bukan dianggap sebagai jenayah. Di Malaysia, Kanun Keseksaan, Akta 574 memperuntukkan hukuman penjara sehingga satu tahun atau didenda atau kedua-duanya sekali bagi cubaan membunuh diri merupakan satu jenayah dan individu yang melakukan percubaan tersebut boleh dikenakan hukuman penjara sehingga satu tahun atau denda atau kedua-duanya sekali dalam Kanun Keseksaan, Akta 574.

Tambahan pula, pesakit mental dengan akibat buruk berkemungkinan lebih merasakan kesan penjarakan sosial yang lebih besar. Sebaliknya, apabila mereka diterima oleh orang ramai, mereka lebih cenderung untuk mendapatkan bantuan psikologi dan merasakan penjarakan sosial yang sedikit. Model biopsikososial menyediakan rangka kerja multidimensi untuk memahami persepsi penyakit mental orang ramai. Orang ramai bukan sahaja harus menyokong penentu biopsikososial penyakit mental, tetapi mitos budaya tentang penyakit mental juga mesti ditolak (Mak *et al.*, 2014).

Kesimpulan

Sepanjang pembacaan pengkaji, penyelidikan yang mengkaji pelajar universiti awam di Pantai Timur mengenai penjarakan sosial terhadap individu mengalami masalah mental belum pernah dilakukan di Malaysia. Sehubungan itu, ini merupakan kajian pertama yang menggabungkan dengan pendedahan faktor sikap pelajar universiti dan pengaruh media sosial. Kajian ini juga memberi implikasi mengenai peranan sikap pelajar universiti awam dan peranan media sosial terhadap isu penjarakan sosial. Kesedaran perlu wujud dalam masyarakat khususnya golongan terpelajar di mana tanpa mereka sedari atau tidak, mereka banyak terpengaruh dengan apa yang dipaparkan oleh media sosial termasuk perkara yang negatif. Masyarakat perlu diberi kesedaran yang penyakit mental adalah penyakit yang boleh dirawat dan penghidapnya tidak

sepatutnya disisihkan. Kajian ini juga sangat menyumbang kepada isu kesihatan awam era pasca pandemik COVID-19 memandangkan terdapat peningkatan yang ketara dalam kes masalah mental dalam kalangan rakyat Malaysia. Kajian ini turut membantu memberi kesedaran mengenai kepentingan pesakit mental yang perlu diberi bantuan dan sokongan oleh kita semua.

Rujukan

- Alsahali, S. (2021). Knowledge and attitude of pharmacy students toward people with mental illnesses and help-seeking: A cross-sectional study from Saudi arabia. *Pharmacy*, 9(2), 82.
- Bakar, A. A., Abas, N., Kasim, T., Saputra, J., Ibrahim, R., Dagang, M., & Selamat, T. (2022). The effect of social media and religiosity towards sexual misconduct among adolescence. *International Journal of Data and Network Science*, 6(4), 1287–1294.
- Bakar, A. A., Ibrahim, R., Dagang, M., & Al-Bakry, I. (2019). Religiosity and sustainable development: Application of positive psychology. *International Journal of Creativity and Change*, 6(9), 234-239.
- Barke, A., Seth Nyarko, S., & Dorothee, K. D. (2011). The stigma of mental illness in Southern Ghana: Attitudes of the urban population and patients' views. *Social Psychiatry Psychiatric Epidemiology*, 46(0), 1191–1202.
- Blaise, NY. K. (2015). Knowledge and social distance towards mental disorders in an Inner-City population: Case of University Students in Cameroon. *Trends in Medical Research*, 10(4), 87-96.
- Byrne, B. M. (2009). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications and programming* (3rd ed.). New York: Routledge Taylor & Francis Group.

- Chen, M., & Lawrie, S. (2017). Newspaper depictions of mental and physical health. *British Journal Psychology Bulletin*, 41(6), 308–313.
- Crabb, J., Stewart, R. C., Kokota, D., Masson, N., Chabunya, S., & Krishnadas, R. (2012). Attitudes towards mental illness in Malawi: A cross-sectional survey. *BMC Public Health*, 12(1), 1–6.
- Dzulkefly A. (2018). Health Minister of Malaysia. *New Straits Times*. Retrieved from <https://www.nst.com.my/news/nation/2018/07/396613/stigma-discrimination-hindering-people-seeking-treatment-mental-illness>
- Fearn, A. Goodman, K., & Wyllie, F. (2006). *Youth knowledge of and attitudes to mental health and mental illness*. New Zealand: Phoenix Research.
- Fisher, B. (2019). *The effects of social media use on the perceptions of mental illness among college students* [Master dissertation, Southern Illinois University Carbondale]. OpenSIUC. [https://opensiuc.lib.siu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2270&context=gs_rp#:~:text=Dibb's%20\(2019\)%20in%20a%20study,and%20decreases%20in%20self%20esteem](https://opensiuc.lib.siu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2270&context=gs_rp#:~:text=Dibb's%20(2019)%20in%20a%20study,and%20decreases%20in%20self%20esteem)
- Ganesh, K. (2011). Knowledge and attitude of mental illness among general public of Southern India. *National Journal of Community Medicine*, 2(1), 175-178.
- Grover, N., Jameel, S., & Dhiman, V. (2019). Change in attitude among nursing undergraduate students following one-month exposure in a mental healthcare setting. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 41(5), 462–465.
- Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M., Danks, N. P., & Ray, S. (2021). *Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) using R: A workbook*. Springer Nature.
- Jack-ide, I. O., Azebri, B. P. Ongutubor, K. E. & Amiegheme, F. E. (2016). Secondary school student awareness and attitude toward mental health disorder in Bayelsa State Nigeria. *Article Research*, 2(2), 1-5.
- Jombo, H., & Idung, A. (2018). Stigmatising attitudes towards persons with mental illness among university students in Uyo, South-South Nigeria. Project: Research on maternal and child care. *International Journal of Health Sciences & Research*, 8(4), 24-32.
- Li, W. (2021). *What we know so far: A breakdown of budget 2021's allocation for mental health*. <https://relate.com.my/budget2021-mental-health/>
- Majlis Keselamatan Negara. (2020, September 30). *Status terkini COVID-19* [Images attached]. Facebook. <https://www.facebook.com/MKNJPM/photo/a.1829514137151484/2802320423204179/>
- Mak, W. W. S., Chong, E. S. K., & Wong, C. C. Y. (2014). Beyond attributions: Understanding public stigma of mental illness with the common sense model. *American Journal of Orthopsychiatry*, 84(2), 173.
- National Institutes of Health. (2007). *NIH Curriculum Supplement Series* [Internet]. Bethesda (MD): National Institutes of Health. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK20369/>
- Nurul, I. A. (2018, December 07). *Nurul Izzah membentang Isu Kesehatan Mental* [Video]. <https://www.youtube.com/watch?v=ZrqiGowCBEE>
- Poreddi, V., Thimmaiah, R., & Math, S. B. (2015). Attitudes toward people with mental illness among medical students. *Journal of Neurosciences in Rural Practice*, 6(3), 349–354.
- Puspitasari, I. M., Garnisa, I. T., Sinuraya, R. K., & Witriani, W. (2020). Perceptions, knowledge, and attitude toward mental health disorders and their treatment among students in an Indonesian University. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 845.

- Riffel, T., & Chen, S. P. (2020). Exploring the knowledge, attitudes, and behavioural responses of healthcare students towards mental illnesses - A qualitative study. *International Journal of Environmental Research & Public Health*, 17, (25), 1-11.
- Riles, J. M. (2020). The social effect of exposure to mental illness media portrayals: Influencing interpersonal interaction intentions. *Psychology of Popular Media*, 9(2), 145–154.
- Schäfer, M., & Quiring, O. (2015). The press coverage of celebrity suicide and the development of suicide frequencies in Germany. *Health Communication*, 30(11), 1149–1158.
- Shamsuddin, K., Fadzil, F., Wan Ismail, W. S., Shah, S. A., Omar, K., Muhammad, N. A., & Mahadeven, R. (2013). Correlates of depression, anxiety and stress among Malaysian university students. *Asian Journal of Psychiatry*, 6(4), 318-323.
- Sperry, L. (2016). *Mental health and mental disorders: An encyclopedia of conditions, treatments, and well-being*. Colorado: Greenwood Pub.
- Stefanovics, E. A., Rosenheck, R. A., He, H., Ofori-Atta, A., Cavalcanti, M., & Chiles, C. (2016). Medical student beliefs and attitudes toward mental illness across five nations. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(12), 909–915.
- Suraya, R. (2021, Mei 21). Lebih 120,000 panggilan isu kesihatan mental diterima. *My Metro*. <https://www.hmetro.com.my/mutakhir/2021/05/708501/lebih-120000-panggilan-isu-kesihatan-mental-diterima>
- Teh, C. K., Choon Wei, N., Rashidatul A. Z., Vellasamy, R., & Kelvin. S. (2015). Depression, anxiety and stress among undergraduate students: A cross sectional study. *Journal of Epidemiology*, 5(1), 260-268.
- Wahl, O. Susin, J., Lax, A. Kaplan, L., & Zatina, D. (2012). Knowledge and attitudes about mental illness: A survey of middle school students. *Psychiatric Services*, 63(7), 649-654.
- Zubaidah, S., & Norfazilah, A. (2017). Attitudes towards the mentally ill patients among a community in Tampoi, Johor, Malaysia, 2012 to 2013. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 14(3), 1-7.

