

Petanda : Jurnal Ilmu Komunikasi dan Humaniora
Universitas Prof. Dr. Moestopo (Beragama)

Strategi Komunikasi Kesehatan Unit Layanan Konseling Kampus
Universitas Buddhi Dharma: Eksplorasi Kualitatif

DOI: <https://doi.org/10.32509/petanda.v8i1.6209>

Tia Nuraprianti*, Susanne Dida

Universitas Buddhi Dharma

Jl. Imam Bonjol, RT.002/RW.003, Karawaci, Kec. Karawaci, Kota Tangerang, Banten, Indonesia
15115

*Email Korespondensi: tia_aprianti10@yahoo.co.id

Abstract - This study aims to explore the communication strategies implemented by the Campus Counseling Service Unit at Buddhi Dharma University in promoting mental health awareness and encouraging students' help-seeking behavior. Using a qualitative descriptive approach, data were collected through in-depth interviews and participatory observations involving campus counselors and students who have accessed counseling services. Thematic analysis was applied to identify key themes emerging from participants' experiences and perceptions. The findings reveal that the counseling unit has employed empathetic and educational messages through interpersonal and digital communication channels, including social media and campus campaigns. However, limitations were found in message design, frequency of promotion, and students' awareness of service procedures. The study also highlights that environmental and peer factors significantly influence students' willingness to seek professional help. Organizational support and the destigmatization of mental health communication are crucial in strengthening participation and accessibility. The research concludes that an integrated communication framework combining interpersonal, digital, and peer-based strategies can enhance the effectiveness of campus mental health services and foster a supportive academic culture toward psychological well-being.

Keywords: *Health Communication; Counseling Services; Help-Seeking Behavior; University Students; Mental Health*

Abstrak - Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi strategi komunikasi yang diterapkan oleh Unit Layanan Konseling Kampus Universitas Buddhi Dharma dalam upaya meningkatkan kesadaran kesehatan mental dan mendorong perilaku pencarian bantuan mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif eksploratif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif terhadap konselor kampus serta mahasiswa yang pernah memanfaatkan layanan konseling. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis tematik untuk mengidentifikasi tema-tema utama dari pengalaman dan persepsi partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa unit konseling telah menerapkan pesan komunikasi yang empatik dan edukatif melalui saluran interpersonal dan digital, seperti media sosial dan kampanye kampus. Namun, masih terdapat keterbatasan dalam desain pesan, intensitas promosi, dan pemahaman mahasiswa terhadap prosedur layanan. Lingkungan kampus dan pengaruh teman sebaya terbukti berperan penting dalam membentuk niat mahasiswa untuk mencari bantuan profesional. Dukungan organisasi dan upaya destigmatisasi isu kesehatan mental diperlukan untuk memperkuat partisipasi dan akses layanan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kerangka komunikasi terpadu yang menggabungkan strategi

interpersonal, digital, dan berbasis peer dapat meningkatkan efektivitas layanan kesehatan mental kampus serta membangun budaya akademik yang lebih suportif terhadap kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: Komunikasi Kesehatan; Layanan Konseling; Perilaku Pencarian Bantuan; Mahasiswa; Kesehatan Mental

Pendahuluan

Kesehatan mental mahasiswa menjadi isu penting dalam pendidikan tinggi modern. Mahasiswa sebagai kelompok usia transisi menuju kedewasaan menghadapi berbagai tekanan akademik, sosial, ekonomi, dan psikologis yang berpotensi memengaruhi kondisi kesehatan mental mereka. Tingginya tuntutan akademik, kompetisi, ketidakpastian masa depan, serta perubahan pola interaksi sosial di era digital menyebabkan mahasiswa rentan mengalami stres, kecemasan, burnout akademik, hingga depresi. Dalam konteks pendidikan tinggi, perguruan tinggi tidak lagi hanya dipandang sebagai institusi akademik, tetapi juga memiliki tanggung jawab dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa. Salah satu bentuk dukungan tersebut diwujudkan melalui penyediaan layanan konseling kampus yang berfungsi membantu mahasiswa dalam menghadapi persoalan akademik, emosional, maupun sosial. Namun demikian, keberadaan layanan konseling belum otomatis menjamin efektivitas pemanfaatannya oleh mahasiswa. Banyak mahasiswa masih enggan mengakses layanan konseling karena stigma terhadap kesehatan mental, rasa malu, ketidakpercayaan terhadap layanan, serta minimnya informasi mengenai prosedur konseling. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa efektivitas layanan konseling sangat dipengaruhi oleh strategi komunikasi kesehatan yang diterapkan. Komunikasi kesehatan merupakan proses penyampaian pesan kesehatan yang bertujuan memengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku individu maupun kelompok terkait kesehatan. Dalam konteks layanan konseling kampus, komunikasi kesehatan menjadi instrumen penting untuk meningkatkan kesadaran kesehatan mental dan mendorong perilaku help-seeking behavior mahasiswa.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa strategi komunikasi kesehatan yang tepat mampu meningkatkan partisipasi mahasiswa dalam layanan kesehatan mental. Watson (2022) menemukan bahwa framing komunikasi kesehatan mental di lingkungan kampus memengaruhi persepsi mahasiswa terhadap layanan konseling. Ning et al. (2022) menjelaskan bahwa mahasiswa lebih mudah mengakses layanan konseling ketika pesan kesehatan disampaikan melalui pendekatan yang empatik dan tidak menghakimi. Luo et al (2023) menambahkan bahwa media digital memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan kesadaran kesehatan mental mahasiswa. Selain itu, Begum et al. (2024) menemukan bahwa dukungan lingkungan sosial dan teman sebaya turut memengaruhi keputusan mahasiswa dalam mencari bantuan profesional.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji komunikasi kesehatan mental di lingkungan perguruan tinggi, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada efektivitas kampanye kesehatan mental, penggunaan media digital, serta faktor-faktor yang memengaruhi perilaku pencarian bantuan (help-seeking behavior) mahasiswa. Watson et al. (2022) menekankan pengaruh framing pesan kesehatan mental terhadap persepsi mahasiswa, Ning et al. (2022) mengkaji pentingnya pendekatan komunikasi yang empatik, sementara Luo et al. (2023) lebih menyoroti peran media digital dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental. Penelitian Begum et al. (2024) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial dan teman sebaya berperan dalam keputusan mahasiswa untuk mengakses bantuan profesional.

Namun demikian, terdapat beberapa kesenjangan penelitian yang masih belum banyak dikaji. Pertama, penelitian terdahulu cenderung berfokus pada hasil komunikasi kesehatan mental, sedangkan proses komunikasi yang berlangsung dalam layanan konseling kampus,

khususnya bagaimana pesan kesehatan mental dirancang, dikonstruksi, dan disampaikan oleh pengelola layanan konseling, masih relatif terbatas. Kedua, sebagian besar penelitian dilakukan pada konteks perguruan tinggi di negara maju, sehingga belum banyak memberikan gambaran mengenai karakteristik komunikasi kesehatan mental pada perguruan tinggi swasta di Indonesia yang memiliki latar budaya, sosial, dan tingkat literasi kesehatan mental yang berbeda. Ketiga, penelitian sebelumnya umumnya menempatkan mahasiswa sebagai penerima pesan, sementara proses pemaknaan pesan kesehatan mental oleh mahasiswa serta interaksi antara strategi komunikasi institusi dengan pengalaman mahasiswa dalam mengakses layanan konseling masih belum dieksplorasi secara mendalam. Keempat, masih terbatas penelitian yang mengintegrasikan analisis strategi komunikasi kesehatan, persepsi mahasiswa, hambatan komunikasi, dan peran lingkungan sosial dalam satu kerangka kajian yang komprehensif.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini menawarkan kebaruan dengan mengeksplorasi secara mendalam strategi komunikasi kesehatan yang diterapkan Unit Layanan Konseling Kampus Universitas Buddhi Dharma, sekaligus menganalisis bagaimana pesan kesehatan mental dimaknai mahasiswa, hambatan komunikasi yang muncul, serta peran lingkungan sosial dalam membentuk perilaku pencarian bantuan (*help-seeking behavior*). Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mengkaji efektivitas komunikasi kesehatan mental, tetapi juga mengungkap proses komunikasi yang berlangsung dalam praktik layanan konseling kampus sebagai bagian dari upaya membangun budaya kesehatan mental yang lebih inklusif di lingkungan perguruan tinggi.

Dalam konteks Universitas Buddhi Dharma, Unit Layanan Konseling Kampus memiliki peran strategis dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa melalui komunikasi interpersonal, media sosial, dan kampanye edukasi kesehatan mental. Akan tetapi, observasi awal menunjukkan masih adanya keterbatasan dalam efektivitas komunikasi, rendahnya pemahaman mahasiswa mengenai prosedur layanan, serta masih kuatnya stigma terhadap konseling.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah: Bagaimana strategi komunikasi kesehatan yang diterapkan oleh Unit Layanan Konseling Kampus Universitas Buddhi Dharma? Bagaimana persepsi mahasiswa terhadap pesan kesehatan mental yang disampaikan? Apa saja hambatan komunikasi dalam akses layanan konseling? Bagaimana peran lingkungan sosial dan peer dalam membentuk *help-seeking behavior* mahasiswa?

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi strategi komunikasi kesehatan yang diterapkan dalam layanan konseling kampus di Universitas Buddhi Dharma. Penelitian ini juga bertujuan untuk memahami bagaimana mahasiswa memaknai pesan-pesan kesehatan mental yang disampaikan, bagaimana respons mereka terhadap strategi komunikasi yang digunakan, serta faktor-faktor yang mendukung maupun menghambat perilaku mahasiswa dalam mengakses layanan konseling. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif eksploratif, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian komunikasi kesehatan dan komunikasi konseling kampus, serta memberikan kontribusi praktis bagi pengelolaan layanan konseling di perguruan tinggi dalam meningkatkan efektivitas komunikasi kesehatan mental dan membangun budaya kampus yang lebih terbuka terhadap isu kesehatan psikologis.

Kerangka Teori

Teori komunikasi kesehatan (Health Communication), Komunikasi kesehatan adalah proses penyampaian, penerimaan, dan interpretasi pesan yang dirancang untuk memengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku terkait kesehatan (Williams et al., 2023) . Contoh temuan terkini: studi sistematis menemukan bahwa pesan kesehatan yang efektif

termasuk melalui video pendek memiliki pengaruh persuasif yang signifikan dalam konteks digital.

Teori Perilaku Terencana (Theory of Planned Behavior, TPB), Menurut Theory of Planned Behavior (Ajzen, 1991), niat (intention) seseorang untuk melakukan perilaku dipengaruhi oleh tiga konstruk utama: sikap terhadap perilaku (attitude), norma subjektif (subjective norm), dan kontrol perilaku yang dirasakan (perceived behavioural control). Temuan terkini menunjukkan bahwa model TPB dapat menjelaskan niat dan perilaku pencarian bantuan kesehatan mental di kalangan mahasiswa.

Teori Pembelajaran Sosial / Social Cognitive Theory, SCT), Social Cognitive Theory (Bandura, 1986) menekankan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal (kognisi), lingkungan sosial, dan perilaku itu sendiri melalui mekanisme seperti *observational learning*, *self-efficacy*, dan *outcome expectations*. Studi terbaru dalam konteks help-seeking mental health menunjukkan bahwa model belajar sosial dapat membantu menjelaskan bagaimana mahasiswa melihat contoh dari teman sebaya atau media, lalu meniru perilaku tersebut.

Teori Difusi Inovasi, Diffusion of Innovations (Rogers, 2003) menjelaskan bagaimana suatu inovasi (ide, praktik, produk) disebarluaskan dalam sistem sosial melalui saluran komunikasi selama interval waktu tertentu. Atribut seperti keunggulan relatif, kesesuaian dengan nilai pengguna, kompleksitas, trialability, dan observability memengaruhi adopsi. Studi terkini di bidang komunikasi kesehatan menemukan bahwa DOI banyak digunakan dalam menganalisis bagaimana pesan kesehatan diadopsi lewat media sosial dan saluran komunikasi baru.

Teori Komunikasi Organisasi, Organizational Communication Theory menekankan bahwa komunikasi dalam organisasi termasuk aliran informasi, budaya organisasi, struktur, dan iklim komunikasi mempengaruhi keberhasilan aplikasi strategi dan perubahan perilaku. Studi terkini menunjukkan bahwa komunikasi internal yang efektif di institusi pendidikan dapat meningkatkan kualitas layanan dan partisipasi.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif eksploratif. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memahami secara mendalam pengalaman, persepsi, dan makna yang dibangun mahasiswa serta konselor terkait strategi komunikasi kesehatan. Adapun lokasi penelitian dilakukan di Unit Layanan Konseling Kampus Universitas Buddhi Dharma. Informan penelitian dipilih menggunakan purposive sampling yang terdiri atas konselor kampus dan mahasiswa yang pernah mengakses layanan konseling. Untuk teknik pengumpulan data dilakukan melalui: Wawancara mendalam, observasi partisipatif, dokumentasi. Data dianalisis menggunakan thematic analysis Braun dan Clarke (2021) melalui tahapan reduksi data, pengkodean, identifikasi tema, interpretasi data, dan penarikan kesimpulan. Validitas data dilakukan melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

Adapun lama penelitian dilaksanakan selama kurang lebih empat bulan, yang meliputi Pertama tahap persiapan minggu ke 1–2, dimana peneliti melakukan studi literatur, penyusunan pedoman wawancara, pengurusan izin penelitian, serta koordinasi dengan unit layanan konseling kampus Universitas Buddhi Dharma, kedua melakukan pengumpulan data pada minggu ke 3-8 dimana disini dilakukan wawancara mendalam, tahap selanjutnya adalah Tahap Transkripsi Data (Minggu 4–9), selanjutnya tahap Tahap Analisis dan Verifikasi Data (Minggu 8–12) analisis data, verifikasi temuan, dan penyusunan laporan penelitian.

Hasil dan Pembahasan

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian diperoleh melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif terhadap konselor kampus serta mahasiswa Universitas Buddhi Dharma sebanyak 55 Mahasiswa yang pernah menggunakan layanan konseling. Analisis dilakukan menggunakan tematik analisis (Braun & Clarke, 2021), menghasilkan empat tema utama yang menjawab rumusan masalah penelitian, yaitu:

1. Strategi Komunikasi Kesehatan yang Diterapkan oleh ULK
2. Respon dan Persepsi Mahasiswa terhadap Pesan Kesehatan Mental
3. Hambatan dalam Komunikasi dan Akses Layanan Konseling
4. Peran Lingkungan Kampus dan Teman Sebaya (Peer) dalam Mendukung Perilaku Help-Seeking

Gambar. 4.1. Tema dan Sub Tema Temuan Lapangan

Tema Utama	Subtema	Deskripsi Temuan Lapangan
Strategi Komunikasi Kesehatan ULK	Pesan berbasis empati dan edukatif. Media utama: Instagram, pamflet, dan sesi kampus. Konselor menggunakan pendekatan interpersonal persuasif.	Komunikasi dilakukan secara langsung maupun digital, berfokus pada edukasi tentang stres, burnout, dan pentingnya mencari bantuan
Persepsi Mahasiswa terhadap Layanan Konseling	Mahasiswa menilai layanan bermanfaat namun belum semua mengetahui prosedur	Sebagian besar mahasiswa merespons positif, namun masih ada yang belum paham mekanisme akses layanan dan jadwal konseling.
Hambatan Komunikasi dan Akses	Stigma dan rasa malu mencari bantuan. - Kurangnya promosi rutin. - Jadwal layanan terbatas.	Hambatan muncul karena persepsi negatif terhadap “ <i>konseling</i> ” dan kurangnya integrasi informasi antar unit kampus.
Peran Lingkungan dan Peer	Pengaruh teman sebaya sangat kuat dalam mendorong atau menahan niat mencari bantuan. - Dukungan dosen dan organisasi mahasiswa berperan penting	Mahasiswa yang memiliki teman terbuka terhadap konseling lebih mudah mengakses layanan dan merekomendasikan kepada orang lain.

B. Hasil Penelitian

Strategi Komunikasi Kesehatan ULK dan Efektivitas Pesan

Temuan menunjukkan bahwa Unit Layanan Konseling Kampus (ULK) Universitas Buddhi Dharma menggunakan strategi komunikasi interpersonal dan digital secara simultan. Pesan komunikasi bersifat edukatif, empatik, dan suportif, sejalan dengan prinsip Health Communication Theory yang menekankan pentingnya kejelasan pesan, kredibilitas sumber, dan empati komunikator (Williams et al., 2023). Namun, masih terdapat keterbatasan dalam penggunaan media digital seperti Instagram dan situs kampus. Pesan sering kali belum dikemas secara visual menarik, sehingga keterlibatan mahasiswa rendah. Hal ini sejalan dengan temuan Zhang et al. (2023) bahwa efektivitas

komunikasi kesehatan di kalangan muda meningkat signifikan jika pesan dikemas dalam format video pendek, narasi emosional, dan gaya bahasa yang ringan.

Dengan demikian, ULK perlu mengembangkan strategi komunikasi digital yang lebih adaptif, berbasis *youth-friendly communication*, dan menggunakan pendekatan visual storytelling untuk memperkuat dampak persuasifnya.

Persepsi Mahasiswa terhadap Layanan dan Faktor Intensionalitas (TPB)

Mahasiswa Universitas Buddhi Dharma menilai konseling kampus bermanfaat, namun tidak semua memiliki niat (*intention*) untuk mengakses layanan. Hal ini dapat dijelaskan melalui *Theory of Planned Behavior* (Ajzen, 1991), di mana niat terbentuk dari sikap positif, norma subjektif, dan kontrol perilaku yang dirasakan.

1. Sikap (*attitude*): sebagian mahasiswa menilai konseling membantu mengatasi stres dan akademik.
2. Norma subjektif: masih ada pengaruh negatif dari lingkungan, karena beberapa teman menganggap konseling identik dengan “masalah mental berat.”
3. *Perceived control*: keterbatasan waktu dan jadwal menjadi hambatan akses.

Temuan ini konsisten dengan riset Widyarini & Wiyatfi (2023) bahwa niat mahasiswa untuk mencari bantuan sering kali tidak terwujud karena persepsi kontrol yang rendah dan stigma sosial. Oleh karena itu, perubahan sikap harus diikuti dengan strategi destigmatisasi komunikasi, misalnya melalui kampanye positif bertema “*Ngobrol Sehat di Kampus*”.

Hambatan Komunikasi dan Dukungan Organisasi

Hambatan komunikasi muncul dalam bentuk kurangnya promosi, minimnya informasi terintegrasi, dan belum optimalnya dukungan struktural kampus. Hal ini menunjukkan perlunya perbaikan sistem komunikasi organisasi. Menurut Putnam & Nicotera (2009) dalam *Organizational Communication Theory*, efektivitas komunikasi di lembaga bergantung pada struktur, budaya, dan iklim komunikasi internal. Dalam konteks ini, ULK membutuhkan kolaborasi lebih erat dengan fakultas, biro kemahasiswaan, dan organisasi mahasiswa untuk menciptakan *communication network* yang lebih kuat. Dukungan kebijakan institusional seperti penyediaan waktu layanan fleksibel dan pelatihan *peer counselor* dapat memperkuat komunikasi lintas unit. Studi Ticona-Huanca et al. (2023) menunjukkan bahwa komunikasi internal yang konsisten dan suportif dalam organisasi pendidikan meningkatkan partisipasi mahasiswa dalam program kesejahteraan kampus.

Peran Peer dan Lingkungan dalam Perspektif *Social Cognitive Theory* (SCT)

Lingkungan sosial kampus terbukti memiliki peran signifikan dalam membentuk perilaku mahasiswa terhadap konseling. Mahasiswa yang melihat teman terbuka tentang kesehatan mental cenderung meniru perilaku serupa (*observational learning*). Fenomena ini sesuai dengan konsep *reciprocal determinism* dalam *Social Cognitive Theory* (Bandura, 1986) bahwa perilaku individu, faktor personal, dan lingkungan saling berinteraksi. Pengalaman positif teman sebaya meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa untuk mengakses layanan. Hasil ini sejalan dengan studi Koutra et al. (2024) yang menunjukkan bahwa dukungan peer dan literasi kesehatan mental tinggi berkontribusi besar dalam menurunkan stigma dan meningkatkan perilaku *help-seeking* mahasiswa. Dengan demikian, penguatan program *peer support* dan kampanye berbasis komunitas mahasiswa menjadi strategi efektif untuk meningkatkan partisipasi dalam layanan konseling.

Implikasi dan Dampak Pengetahuan Baru

Penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dan praktis: Secara teoretis, penelitian memperluas pemahaman tentang integrasi lima teori utama (Health Communication, SCT, TPB, DOI, dan Organizational Communication) dalam konteks komunikasi kesehatan kampus. Secara praktis, hasil menunjukkan bahwa strategi komunikasi yang holistik melibatkan media digital, dukungan organisasi, dan peran peer lebih efektif meningkatkan *help-seeking behavior* mahasiswa.

Temuan ini juga memperlihatkan model komunikasi kesehatan berbasis kampus yang dapat direplikasi di universitas lain, yaitu model “*Integrated Campus Health Communication Framework*”, di mana strategi komunikasi dipusatkan pada tiga elemen: 1. Komunikasi interpersonal konselor–mahasiswa. 2. Promosi digital yang partisipatif. 3. Keterlibatan peer dan dukungan organisasi.

4.2. Sintesis Temuan dan Kaitannya dengan Teori

Aspek Penelitian	Temuan Lapangan	Teori Pendukung	Implikasi Ilmiah
Strategi komunikasi ULK	Pesan empatik, media masih terbatas	Health Communication Theory (Williams et al., 2023)	Diperlukan komunikasi digital berbasis narasi emosional
Niat & perilaku mahasiswa	Niat tinggi tapi akses rendah	TPB (Ajzen, 1991)	Perlu kampanye destigmatisasi & peningkatan kontrol perilaku
Lingkungan & peer	Peer berperan sebagai role model	SCT (Bandura, 1986)	Penguatan program peer counselor
Struktur kampus & dukungan	Kurangnya integrasi komunikasi antar unit	Organizational Communication Theory (Putnam & Nicotera, 2009)	Diperlukan sistem komunikasi organisasi lintas biro
Adopsi perilaku help-seeking	Proses adopsi lambat	Diffusion of Innovations (Rogers, 2003)	Optimalkan observability melalui testimoni pengguna layanan

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa strategi komunikasi kesehatan yang diterapkan Unit Layanan Konseling Kampus Universitas Buddhi Dharma dilakukan melalui komunikasi interpersonal dan media digital dengan pendekatan edukatif, empatik, dan persuasif. Meskipun mahasiswa memiliki persepsi positif terhadap layanan konseling, masih terdapat hambatan berupa stigma kesehatan mental, rendahnya literasi layanan, dan minimnya intensitas komunikasi kampus terkait kesehatan mental. Penelitian ini juga menemukan bahwa lingkungan sosial dan dukungan teman sebaya memiliki pengaruh besar dalam membentuk *help-seeking behavior* mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan strategi komunikasi kesehatan yang lebih terintegrasi antara komunikasi interpersonal, media digital, dukungan organisasi, dan komunikasi berbasis peer untuk meningkatkan efektivitas layanan konseling kampus. Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian komunikasi kesehatan dan komunikasi organisasi di lingkungan pendidikan tinggi, serta kontribusi praktis bagi penguatan sistem layanan konseling kampus yang lebih inklusif, partisipatif, dan responsif terhadap kebutuhan mahasiswa.

Daftar Pustaka

- Ajzen, I. (1991). *The theory of planned behavior. Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
- Al-Hashemi, T., Al-Mahrouqi, T., Al-Huseini, S., Al Salmi, M., Al Nuamani, R., Al Balushi, F., Al Saadi, A. K., AlKalbani, M., Jose, S., & Al-Adawi, S. (2025). Mental health stigma and help-seeking behaviors among primary healthcare physicians in Oman. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(7), 983.
- Ariyati, I. (2023). Exploring the relationship between public stigma, self-stigma, and counselling help-seeking intentions among adolescents in Madrasah. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 8(3).
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Begum, S. , Du Preez, A. , Robinson, M. , & Zunszain, P. A. (2024). Mental health help-seeking behaviours in university students. . *Student Success Journal*.
- Braun, V. , & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A practical guide*. . Sage.
- Chairani, L. (2024). Academic help-seeking behavior among students in higher education. *EGC Digital Journal*.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Dida, S., Hafiar, H., & Kadiyono, A. L. (2022). Strategi komunikasi kesehatan dalam membangun kesadaran kesehatan mental mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi. *Petanda: Jurnal Ilmu Komunikasi dan Humaniora*, 5(2), 115–126.
- Fitri, R. R. (2019). Mental health literacy of university students. *Psychological Research and Intervention*, 2(2).
- Koutra, Katerina, Pantelaiou, Varvara, Mavroeides, & Giorgos. (2024). Breaking Barriers: Unraveling the Connection between Mental Health Literacy, Attitudes towards Mental Illness, and Self-Stigma of Psychological Help-Seeking in University Students. *Psychology International*, 6, 590–602.
- Li, M., et al. (2020). Psychological impact of health risk communication and social media use among college students. *Journal of Medical Internet Research*, e20656.
- Luo, Q. , et al. (2023). Study on the effect of health science media platform on college students' mental health: A health communication perspective. . *Proceedings Conference Publication*.
- Mirawati, I. (2023). Analyzing communication and satisfaction in mental health promotion among college students. *ETTISAL Journal*.
- Molla, S. (2022). Help-seeking behavior, belief in counselling service effectiveness and academic self-concept of college students. *Cogent Education*, 9, 2142458.
- Muhammed, S. A., Akinduyo, T. E., Adebayo, H. O., & Mabaso, N. P. M. (2024). Help-seeking attitude of Nigerian undergraduates toward mental health issues. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(3).
- Ning, X. , Wong, J. P.-H. , Huang, S., Fu, Y. , Gong, X. , Zhang, L. , Hilario, C. , Fung, K. P.-L. , Yu, M. , Poon, M. K.-L. , Cheng, S. , Gao, J. , & Jia, C.-X. (2022). Chinese university students' perspectives on help-seeking and mental health counselling. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19 (14)(8259).
- Novak, M., & Kovács, E. (2025). Exploring the underlying factors influencing help-seeking avoidance among university students. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling*, 7(2), 226–235.

- Pavlova, S. (2023). The link between organizational culture and mental health of employees in higher education institutions during COVID-19. *Universal Journal of Management*, 11(3), 64–75.
- Pedrelli, P., et al. (2014). College students: Mental health problems and treatment considerations. *Peer-Reviewed Paper*.
- Putnam, L. L. , & Nicotera, A. M. (2009). *Building theories of organization: The constitutive role of communication*. Routledge.
- Riza, M. F. (2025). Fostering high-performing organizations in higher education: The impact of participative leadership, organizational culture and innovation. *International Journal of Educational Management*.
- Rogers, E. M. (2003). *Diffusion of innovations (5th ed.)*. . Free Press.
- Rojak, J. A., Darmawan, D., & Marsal, A. P. (2025). Strategic development of mental health-based organizational culture to improve institutional workforce performance in higher education. *Proceeding of International Management Conference and Progressive Papers*, 3(1).
- Salim, N., Benu, J., Pello, S., & Anakaka, D. (2024). Attitudes toward mental health and help-seeking behavior among psychology students at Nusa Cendana University. *Journal of Health and Behavioral Science*, 6(3), 361–375.
- Seidel, E. J., et al. (2020). Communicating mental health support to college students: An analysis of college counselling websites. *Journal of Community Health*.
- Sudi, M., Arisanti, I., Hanim, S. A., Sya'rani, R., & Rahwana, K. A. (2024). The effect of organizational culture and communication skills on administrative performance in higher education institutions in East Java. *West Science Interdisciplinary Studies*, 2(2), 440–447.
- Ticona-Huanca, K. M., A.-P. P., & Cordova-Buiza, F. (2023). Internal Organizational Communication in Remote Work: An Analysis of Higher Education Entities. *IBIMA Business Review*.
- Watson, J. , et al. (2022). The reflexive relationship between available university mental health services and how people talk about mental health. *Frontiers in Communication*.
- Widyarini, S., & Wiyatfi, N. (2023). Peran dukungan sosial dalam peningkatan intensi pencarian bantuan pada mahasiswa. . *Jurnal Psikologi Sosial Humaniora*, 11(1), 54–63.
- Williams, J. , et al. (2023). Health communication strategies in digital mental health promotion among university students. . *Journal of Health Communication*.
- Wu, A., et al. (2021). Organizational best practices supporting mental health in the workplace: A narrative review. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*.
- Zhang, G., Chen, Q., Zhao, Z., Zhang, X., Chao, J., Zhou, D., Chai, W., Yang, H., Lai, Z., & He, Y. (2023). Nickel Grade Inversion of Lateritic Nickel Ore Using WorldView-3 Data Incorporating Geospatial Location Information: A Case Study of North Konawe, Indonesia. *Remote Sensing*, 15(14), 3660–3660.