

# KAJIAN PROFIL KESEHATAN MENTAL BELIA MALAYSIA



## LATAR BELAKANG

Kajian ini dilaksanakan oleh Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia (IYRES), Kementerian Belia dan Sukan (KBS) untuk **mengukur tahap kesedaran, pengetahuan, gejala kesihatan mental dan stigma isu kesihatan mental dalam kalangan belia di Malaysia.**

Kajian Profil Kesihatan Mental Belia Malaysia dilaksanakan pada **September 2021 hingga Disember 2022.**

Kajian ini dilaksanakan kepada kelompok sasaran belia 15 - 40 tahun yang terdiri daripada belia bersekolah, belia pengajian tinggi, belia massa, belia berisiko, belia Malaysia antarabangsa, belia berpersatuan, belia minoriti, belia terpinggir dan belia berisiko.

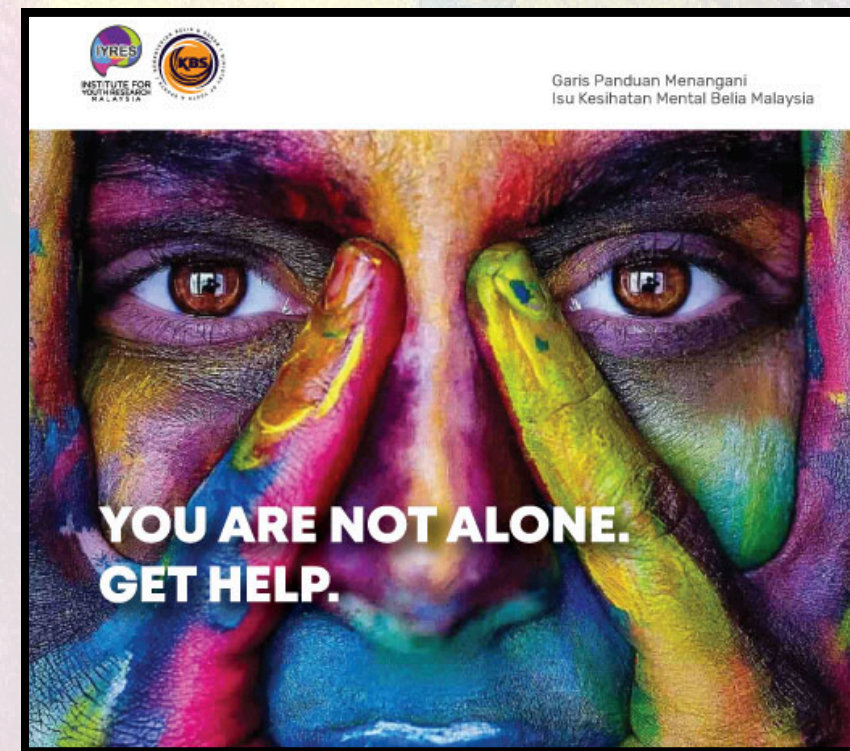
Seramai 3,397 responden telah terlibat dalam kajian ini bagi mendapat pandangan berkaitan kesihatan mental belia.

## OBJEKTIF KAJIAN

- Mengukur tahap kesihatan mental melibatkan tekanan, kebimbangan dan kemurungan dalam kalangan belia;
- Mengenalpasti punca berlakunya tekanan, kebimbangan dan kemurungan dalam kalangan belia;
- Mengukur kesedaran, pengetahuan dan tingkah laku berhubung kesihatan mental dalam kalangan belia;
- Mengkaji stigma berkaitan isu kesihatan mental;
- Mengenalpasti kaedah daya tindak (coping skills) dalam kalangan belia; dan
- Membangunkan Profil Belia berkaitan kesihatan mental di Malaysia.

## KEPENTINGAN KAJIAN

Kajian yang dilaksanakan dapat membangunkan Profil Belia berkaitan kesihatan mental di Malaysia seterusnya menjadi input sebagai asas dalam merancang dan membangunkan strategi dan inisiatif bersesuaian dengan keperluan generasi belia. Selain itu, satu garis panduan menangani isu kesihatan mental telah diterbitkan yang boleh diakses melalui [www.iyres.gov.my](http://www.iyres.gov.my).



## KAEDAH KAJIAN

### Fasa :1

Survei dalam talian Kaedah Kuantitatif Mengukur tahap kesihatan mental belia, kesedaran, pengetahuan, punca, stigma, kaedah menangani isu gangguan mental dalam kalangan belia

- 8 kumpulan sasaran belia
- 3,397 responden
- Melibatkan kerjasama Kementerian/jabatan/agensi/ NGO

### Fasa :2

Indepth Interview & Focus Group Discussion (FGD) mengenalpasti simptom, punca dan kaedah menangani gangguan mental dalam kalangan belia atau strategi bagi menangani isu gangguan mental belia

- 10 Kumpulan Pelaksana
- Belia

### Fasa :3

Menghasilkan Garis Panduan dan Facts & Figures Profil Kesihatan Mental Belia Malaysia sebagai panduan kepada generasi belia dalam menangani isu kesihatan mental belia

- Penentuan skop
- Sesi perbincangan
- Menganalisa data dan maklumat

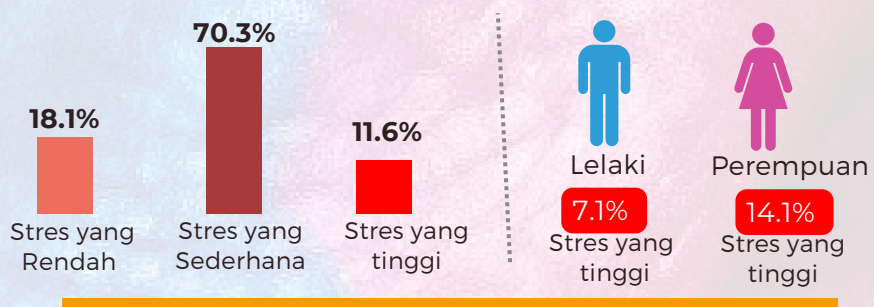
## PENEMUAN UTAMA KAJIAN

### TAHAP STRES BELIA

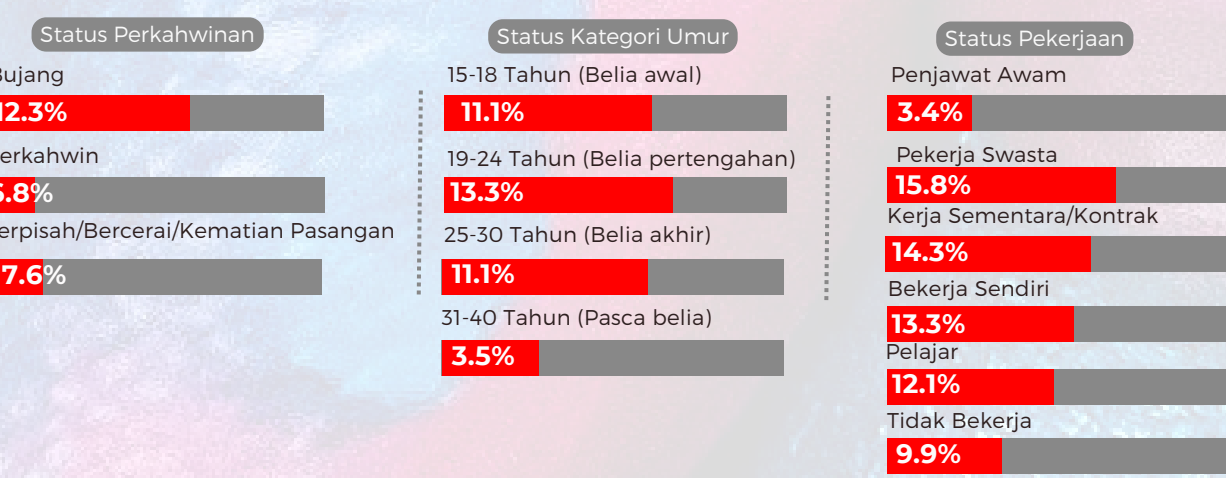
1 DARIPADA 10



Belia mengalami **stres yang Tinggi**



TAHAP STRES YANG TINGGI MENGIKUT STATUS PROFIL DEMOGRAFI

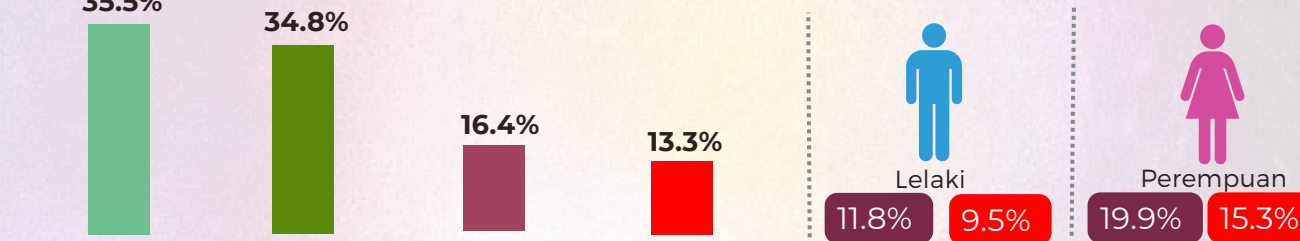


### TAHAP KEBIMBANGAN BELIA

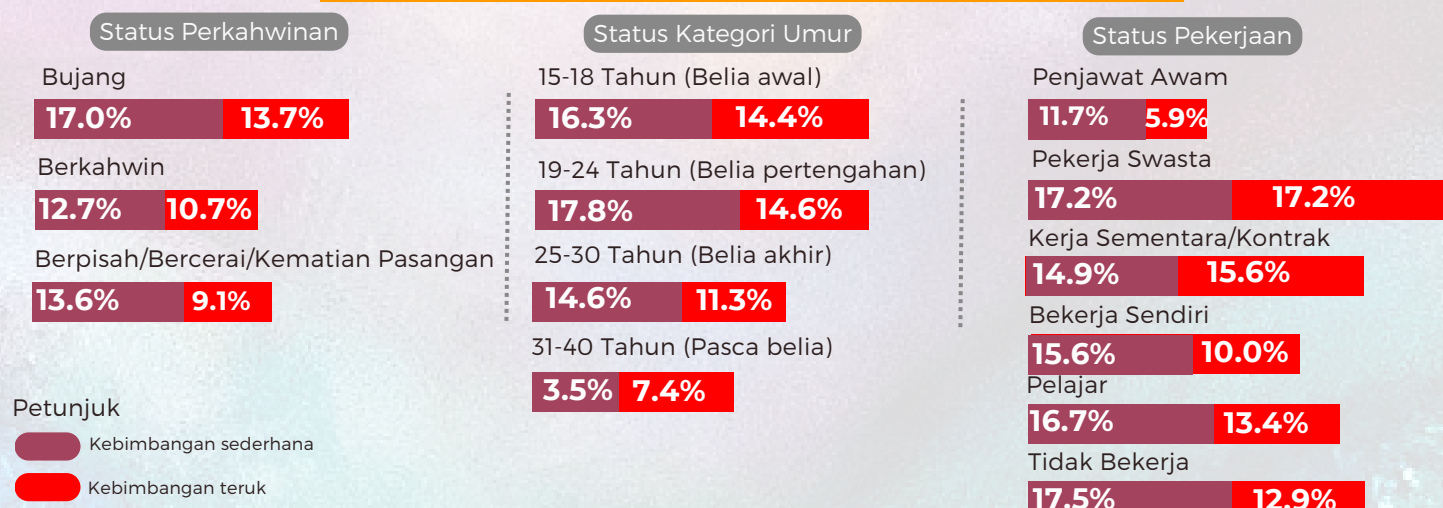
3 DARIPADA 10



Belia bergejala **kebimbangan Sederhana ke Teruk**



TAHAP KEBIMBANGAN SEDERHANA DAN TERUK MENGIKUT STATUS PROFIL DEMOGRAFI

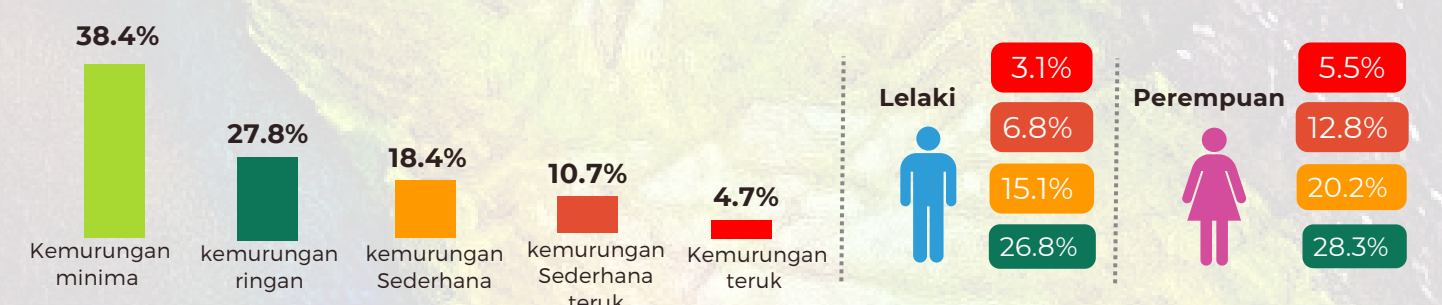


### TAHAP KEMURUNGAN BELIA

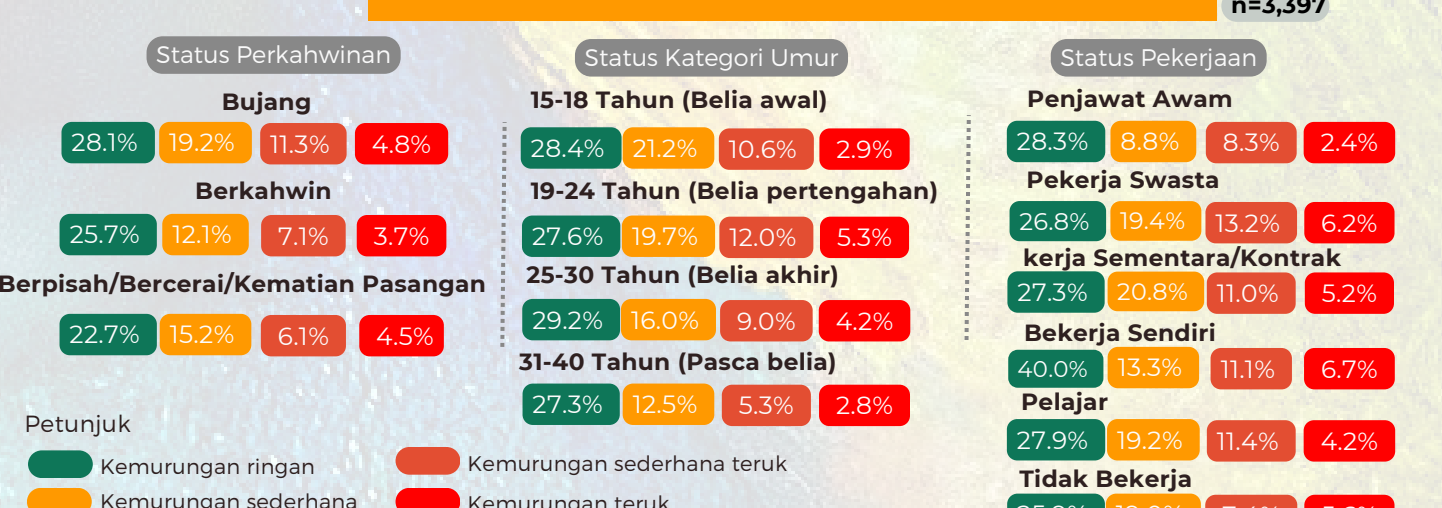
6 DARIPADA 10



Belia bergejala **kemurungan Ringan ke Teruk**



TAHAP KEMURUNGAN RINGAN KE TERUK MENGIKUT STATUS PROFIL DEMOGRAFI



## PUNCA BERLAKU TEKANAN, KEBIMBANGAN DAN KEMURUNGAN

# 5 PUNCA UTAMA



Bimbang tentang masa hadapan

82%  
2,785



Rasa bersalah mungkir janji

73%  
2,489



Kekurangan pada diri

72%  
2,428



Masalah ekonomi diri sendiri

61%  
2,083



Beban Akademik

52%  
1,766

