

**PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL DAN *SELF-STIGMA OF SEEKING HELP* TERHADAP SIKAP
PENCARIAN BANTUAN PSIKOLOGIS PROFESIONAL PADA
LAKI-LAKI DEWASA AWAL**



*Meccerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Farah Azzahra Marsudi

1801620055

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2024**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Pengaruh Literasi Kesehatan Mental dan *Self-Stigma of Seeking Help* terhadap Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional pada Laki-Laki Dewasa Awal”

Nama Mahasiswa : Farah Azzahra Marsudi
NIM : 1801620055
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 16 Juli 2024

Pembimbing I

Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog
NIP. 198107262008122003

Pembimbing II

Vinna Ramadhany Sy, M.Psi., Psikolog
NIP. 199004222020122012

Panitia Ujian Sidang Skripsi

| Nama | Tanda Tangan | Tanggal |
|---|--------------|--------------|
| Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)* | | 31/7 - 2024 |
| Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)** | | 30/7 - 2024 |
| Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si. (Ketua Penguji)*** | | 31/7 - 2024 |
| Rahmadianty Gazadinda, M.Sc (Dosen Penguji I)**** | | 24 Juli 2024 |
| Novitasari R. Damanik, M.Si. (Dosen Penguji II) | | 26 Juli 2024 |

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Farah Azzahra Marsudi
NIM : 1801620055
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **“Pengaruh Literasi Kesehatan Mental dan *Self-Stigma of Seeking Help* terhadap Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional pada Laki-Laki Dewasa Awal”** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juli 2024.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 23 Juli 2024
Yang Membuat Pernyataan




Farah Azzahra Marsudi

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Karena sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al Insyirah, 94; 5-6)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk Papa, Mama, dan Abang yang selalu memberikan dukungan dan kasih sayang kepada saya. Untuk saya sendiri yang telah berjuang dan tidak mudah menyerah dalam menyelesaikan perjalanan ini.

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Farah Azzahra Marsudi
NIM : 1801620055
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Prodi Psikologi
Alamat email : Azzahrafarah19@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Literasi Kesehatan Mental dan Self-Stigma of Seeking Help
terhadap Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional pada Laki-Laki
Dewasa Awal

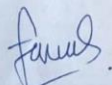
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 2 Agustus 2024

Penulis

()
nama dan tanda tangan

FARAH AZZAHRA MARSUDI

PENGARUH LITERASI KESEHATAN MENTAL DAN *SELF-STIGMA OF SEEKING HELP* TERHADAP SIKAP PENCARIAN BANTUAN PSIKOLOGIS PROFESIONAL PADA LAKI-LAKI DEWASA AWAL

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi,
Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
2024

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah literasi kesehatan mental dan *self-stigma of seeking help* berpengaruh secara simultan terhadap sikap pencarian bantuan laki-laki dewasa awal. Metode yang digunakan yaitu kuantitatif dengan teknik pengambilan sampelnya menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini mendapatkan sampel sebanyak 392 responden laki laki yang berusia 18-40 tahun. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini menggunakan alat ukur *Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help-Short Form* oleh Fischer dan Farina (1995) untuk mengukur variabel sikap pencarian bantuan psikologis profesional, alat ukur *Mental Health Knowledge Questionnaire* oleh Kementerian Kesehatan Tiongkok (2009) untuk mengukur variabel literasi kesehatan mental, dan alat ukur *Self-Stigma of Seeking Help* oleh Vogel, Wade, dan Haake (2006) untuk mengukur variabel *self-stigma of seeking help*. Teknik analisis data untuk pengujian hipotesis ini menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa literasi kesehatan mental dan *self-stigma of seeking help* berpengaruh secara simultan terhadap sikap pencarian bantuan psikologis profesional pada laki-laki dewasa awal.

Kata Kunci: Literasi Kesehatan Mental, *Self-Stigma of Seeking Help*, Sikap Pencarian Bantuan, Laki-Laki

FARAH AZZAHRA MARSUDI

**THE INFLUENCE OF MENTAL HEALTH LITERACY AND SELF-STIGMA
OF SEEKING HELP ON ATTITUDES TOWARD SEEKING
PROFESSIONAL HELP IN EARLY ADULT MEN**

Thesis

*Jakarta: Major of Psychology,
Faculty of Educational Psychology, State University of Jakarta*

2024

ABSTRACT

The aim of this study is to determine whether mental health literacy and self-stigma of seeking help simultaneously influences attitudes toward seeking professional psychological help of early adult men. Methods used in this study is quantitative, with sampling technique is purposive sampling, and the sample obtained consists of 392 respondents with age range of 18 to 40 years old. Instruments used in this study are Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help-Short Form by Fischer and Farina (1995) to measure attitudes toward seeking professional psychological help variable, Mental Health Knowledge Questionnaire by Chinese Ministry of Health (2009) to measure mental health literacy variable, and Self-Stigma of Seeking Help by Vogel, et al. (2006) to measure self-stigma of seeking help variable. The analysis technique is multiple linear regression using. The result shows that mental health literacy and self-stigma of seeking help simultaneously influences attitudes toward seeking professional psychological help of early adult men.

Keywords: Mental Health Literacy, Self-Stigma of Seeking Help, Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help, Early Adult Men

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. yang telah memberikan nikmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi dengan judul “Pengaruh Literasi Kesehatan Mental dan *Self-Stigma of Seeking Help* terhadap Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional pada Laki-Laki Dewasa Awal” dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa terdapat banyak pihak yang telah membimbing dan membantu penulis dalam pengerjaan skripsi ini. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih banyak kepada pihak-pihak terkait yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Pihak-pihak tersebut yaitu:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Si selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. selaku Wakil Dekan 1, Bapak Herdiyan Maulana Ph.D., selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan III.
3. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si selaku Koordinator Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
4. Ibu Iriani Indri Hapsari, M.Psi, Psikolog., selaku Dosen Pembimbing 1. Terima kasih banyak ibu karena telah membimbing, membersamai, dan memberikan dukungan kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga Ibu Ririn selalu sehat dan dilancarkan segala urusannya
5. Mba Vinna Ramadhany Sy, M.Psi, Psikolog., selaku Dosen Pembimbing 2. Terima kasih banyak mba karena telah memberikan bimbingan dan arahan selama proses penyusunan skripsi berlangsung. Semoga Mba Vinna sehat selalu dan dilancarkan segala urusannya
6. Seluruh dosen dan tenaga pendidik Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih atas bantuannya selama penulis

menjadi mahasiswi pada Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta

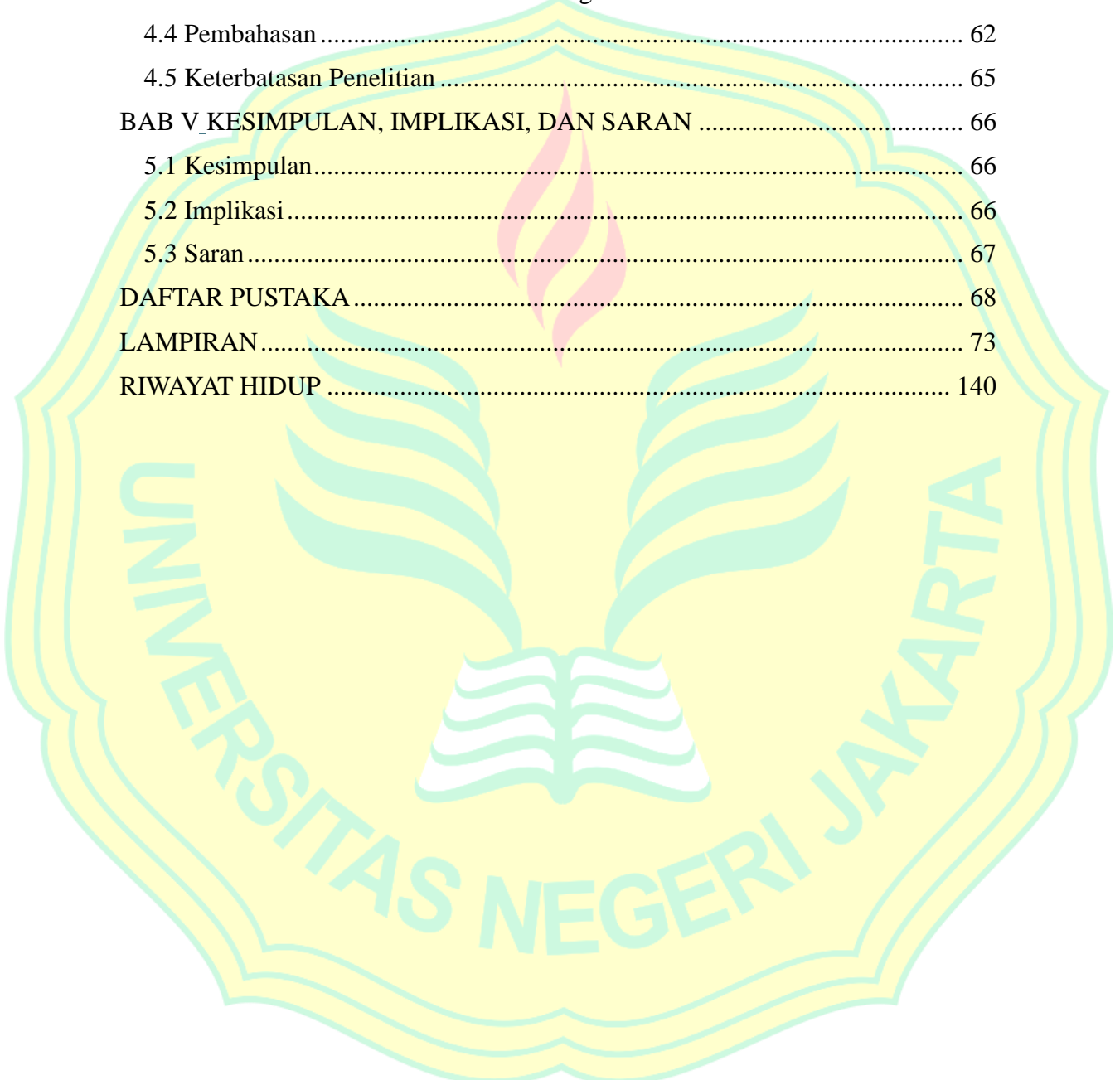
7. Mama, Papa, dan Mas Bimo yang selama ini selalu mendukung penulis dan memberikan kasih sayang yang penuh kepada penulis selama menyelesaikan skripsi ini. Meskipun terhalang oleh jarak, tetapi dukungan dan rasa sayang yang diberikan tetap terasa dekat dan penuh hangat. Terima kasih banyak atas cinta kasihnya
8. Adzkie Zahra Izzati, Nawal Muthiah, Sandy Jaya Nurhadi, dan Devinna Adinda Vashtianti selaku teman terdekat penulis. Terima kasih atas dukungan dan bantuannya selama penulisan skripsi dan selama masa perkuliahan ini. Kehadiran kalian sangat berarti bagi penulis, semoga kalian sehat dan bahagia selalu.
9. Regina Hanna Prameswari, Shafa Pangesti, Diva Ramadhani, Zahra Zafirah Amalia selaku teman terdekat penulis sedari kecil. Terima kasih karena telah mewarnai kehidupan penulis. Semoga kita keren selalu.
10. Hafidz Ridhatama, terima kasih karena telah selalu ada untuk menemani, memberikan dukungan, serta menjadi partner yang baik untuk bertukar pikiran dan cerita selama proses penyusunan skripsi ini.
11. Haaniyah dan Sabella selaku teman satu bimbingan dosen 1, terima kasih atas semangatnya karena selalu bersedia untuk bimbingan bersama dan saling membantu satu sama lain.
12. Seluruh teman-teman Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2020. Terima kasih banyak karena telah menciptakan lingkungan yang *supportif* serta atas dukungan dan bantuan yang kalian berikan kepada penulis.
13. Kepada laki-laki dewasa awal yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, terima kasih banyak karena telah bersedia mengisi kuisioner penelitian ini.

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN | ii |
| ABSTRAK | vi |
| ABSTRACT | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI | x |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah | 1 |
| 1.2 Identifikasi Masalah | 7 |
| 1.3 Pembatasan Masalah | 7 |
| 1.4 Rumusan Masalah | 7 |
| 1.5 Tujuan Penelitian | 8 |
| 1.6 Manfaat Penelitian | 8 |
| 1.6.1 Manfaat Teoritis | 8 |
| 1.6.2 Manfaat Praktis | 8 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 10 |
| 2.1 Sikap Terhadap Pencarian Bantuan | 10 |
| 2.1.1 Definisi Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional | 10 |
| 2.1.2 Jenis Bantuan | 11 |
| 2.1.3 Dimensi Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional | 12 |
| 2.1.4 Faktor yang mempengaruhi sikap pencarian bantuan psikologis professional | 12 |
| 2.1.5 Pengukuran Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional | 14 |
| 2.2 Literasi Kesehatan Mental | 14 |
| 2.2.1 Definisi Literasi Kesehatan Mental | 14 |
| 2.2.2 Dimensi Literasi Kesehatan Mental | 15 |
| 2.2.3 Faktor yang mempengaruhi literasi kesehatan mental | 17 |
| 2.2.4 Pengukuran Literasi Kesehatan Mental | 17 |
| 2.3 Self-Stigma of Seeking Help | 18 |

| | |
|--|-----------|
| 2.3.1 Definisi Self-Stigma of Seeking Help | 18 |
| 2.3.2 Dimensi Self-Stigma of Seeking Help..... | 19 |
| 2.3.3 Faktor yang mempengaruhi <i>Self-Stigma of Seeking Help</i> | 20 |
| 2.3.4 Pengukuran Self-Stigma of Seeking Help | 21 |
| 2.4 Laki-Laki Dewasa Awal | 21 |
| 2.5 Hubungan Antar Variabel | 22 |
| 2.6 Kerangka Pemikiran | 24 |
| 2.7 Hipotesis | 25 |
| 2.8 Hasil Penelitian yang Relevan..... | 26 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN..... | 28 |
| 3.1 Tipe Penelitian | 28 |
| 3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian | 28 |
| 3.2.1 Definisi Konseptual Variabel | 29 |
| 3.2.2 Definisi Operasional Variabel..... | 29 |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian | 30 |
| 3.3.1 Populasi..... | 30 |
| 3.3.2 Sampel | 30 |
| 3.4 Teknik Pengumpulan Data..... | 31 |
| 3.4.1 Instrumen Penelitian | 31 |
| 3.4.2 Uji Coba Instrumen..... | 35 |
| 3.5 Analisis Data..... | 41 |
| 3.5.1 Uji Prasyarat | 41 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 44 |
| 4.1 Gambaran Responden..... | 44 |
| 4.1.1 Gambaran Usia Responden..... | 44 |
| 4.1.2 Gambaran Domisili Responden | 46 |
| 4.1.3 Gambaran Pendidikan Terakhir Responden..... | 46 |
| 4.1.4 Gambaran Pekerjaan Responden | 47 |
| 4.1.5 Gambaran Pendapatan Responden..... | 47 |
| 4.1.6 Gambaran Tinggal Bersama Siapa Responden | 48 |
| 4.1.7 Gambaran Kunjungan ke Bantuan Psikologis Professional Responden..... | 49 |
| 4.2 Prosedur Penelitian..... | 49 |
| 4.2.1 Persiapan Penelitian | 49 |
| 4.2.2 Pelaksanaan Penelitian..... | 50 |

| | |
|---|------------|
| 4.3 Hasil Analisis Data Penelitian | 51 |
| 4.3.1 Data Deskriptif..... | 51 |
| 4.3.2 Tabulasi Silang..... | 55 |
| 4.3.3 Hasil Uji Prasyarat | 58 |
| 4.3.4 Perumusan Model Persamaan Regresi..... | 60 |
| 4.4 Pembahasan | 62 |
| 4.5 Keterbatasan Penelitian | 65 |
| BAB V_KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN | 66 |
| 5.1 Kesimpulan..... | 66 |
| 5.2 Implikasi | 66 |
| 5.3 Saran | 67 |
| DAFTAR PUSTAKA | 68 |
| LAMPIRAN..... | 73 |
| RIWAYAT HIDUP | 140 |



DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Attitudes toward Seeking Professional Psychological Help | 32 |
| Tabel 3.2 Skala Respon Instrumen Attitudes toward Seeking Professional Psychological Help | 33 |
| Tabel 3.3 Kisi-kisi Mental Health Knowledge Questionnaire | 34 |
| Tabel 3.4 Kategorisasi Skor Mental Health Knowledge Questionnaire | 34 |
| Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen <i>Self-Stigma of Seeking Help</i> | 35 |
| Tabel 3.6 Skala Respon Instrumen <i>Self-Stigma of Seeking Help</i> | 35 |
| Tabel 3.7 Kaidah Reliabilitas Guilford | 37 |
| Tabel 3.8 Hasil Uji Daya Beda Instrumen Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help | 37 |
| Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help | 38 |
| Tabel 3.10 Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Mental Health Knowledge Questionnaire</i> | 38 |
| Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen <i>Mental Health Knowledge Questionnaire</i> | 39 |
| Tabel 3.12 Hasil Uji Daya Beda Instrumen <i>Self-Stigma of Seeking Help</i> | 40 |
| Tabel 3.13 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen <i>Self-Stigma of Seeking Help</i> | 40 |
| Tabel 4.1 Gambaran Usia Responden | 44 |
| Tabel 4.2 Frekuensi Usia Responden | 45 |
| Tabel 4.3 Gambaran Domisili Responden | 46 |
| Tabel 4.4 Gambaran Pendidikan Terakhir Responden | 46 |
| Tabel 4.5 Gambaran Pekerjaan Responden | 47 |
| Tabel 4.6 Gambaran Pendapatan Responden | 47 |
| Tabel 4.7 Gambaran Tinggal Bersama Siapa Responden | 48 |
| Tabel 4.8 Gambaran Kunjungan ke Bantuan Psikologis Profesional Responden | 49 |
| Tabel 4.9 Data Deskriptif Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional | 51 |
| Tabel 4.10 Kategorisasi Variabel Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional | 52 |
| Tabel 4.11 Data Deskriptif Literasi Kesehatan Mental | 53 |
| Tabel 4.12 Kategorisasi Variabel Literasi Kesehatan Mental | 53 |

| | |
|--|----|
| Tabel 4.13 Data Deskriptif <i>self-stigma of seeking help</i> | 54 |
| Tabel 4.14 Kategorisasi Skor <i>Self-Stigma of Seeking Help</i> | 55 |
| Tabel 4.15 Hasil Tabulasi Silang Literasi Kesehatan Mental dan Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional | 55 |
| Tabel 4.16 Tabulasi Silang <i>Self-Stigma of Seeking Help</i> dan Sikap Pencarian Bantuan Psikologis Profesional | 56 |
| Tabel 4.17 Tabulasi Silang <i>Self-Stigma of Seeking Help</i> dan Literasi Kesehatan Mental | 57 |
| Tabel 4.18 Hasil Uji Linieritas | 58 |
| Tabel 4.19 Hasil Uji Multikolinearitas | 59 |
| Tabel 4.20 Hasil Uji Heteroskedastisitas | 60 |
| Tabel 4.21 Persamaan Regresi Coefficient | 60 |
| Tabel 4.22 Hasil Uji Regresi Linier Berganda..... | 61 |
| Tabel 4.23 Model Summary..... | 62 |



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.0 Kerangka Pemikiran..... 25



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| Lampiran 1. Lembar Expert Judgement..... | 73 |
| Lampiran 2. Hasil Uji Coba | 79 |
| Lampiran 3. Data Kasar Hasil Penelitian..... | 82 |
| Lampiran 4. Data Demografis Responden..... | 133 |
| Lampiran 5. Data Deskriptif dan Kategorisasi Variabel | 136 |
| Lampiran 6. Olah Data..... | 140 |
| Lampiran 7. Hasil Uji Regresi | 142 |

