

**PENGARUH PERSEPSI KEMUDAHAN PENGGUNAAN AI TERHADAP
NIAT MENCARI BANTUAN KESEHATAN MENTAL MELALUI
CHATGPT PADA INDIVIDU *EMERGING ADULTHOOD***



Oleh:

Nur Nabihah

1801621035

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

JUNI 2025

**PENGARUH PERSEPSI KEMUDAHAN PENGGUNAAN AI TERHADAP
NIAT Mencari BANTUAN KESEHATAN MENTAL MELALUI
CHATGPT PADA INDIVIDU *EMERGING ADULTHOOD***



Oleh:

Nur Nabihah

1801621035

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Psikologi**

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JUNI 2025

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Pengaruh Persepsi Kemudahan Penggunaan AI terhadap Niat Mencari Bantuan
Kesehatan Mental melalui ChatGPT pada Individu *Emerging Adulthood* “

Nama Mahasiswa : Nur Nabihah
NIM : 1801621035
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 23 Juni 2025

Pembimbing I



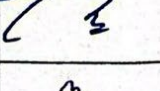
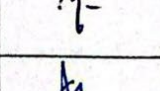
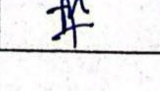
Rahmadianty Gazadinda, M.Sc.
NIP. 199206162019302038

Pembimbing II



Ernawati, M.Psi., Psikolog.
NIP. 198806192022042001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gungum Gumelar F.R., M.Sc. (Dekan/Penanggungjawab)		15/7 2025
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		21/7/2025
Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Si. (Ketua Penguji)		3 Juli 2025
Anggi Mayangsari, M.Psi., Psikolog. (Dosen Penguji I)		2 Juli 2025
Syahid Izharuddin, M.Si. (Dosen Penguji II)		2 Juli 2025

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Nur Nabihah
NIM : 1801621035
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Persepsi Kemudahan Penggunaan AI terhadap Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental melalui ChatGPT pada Individu *Emerging Adulthood*” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2025.
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, 11 Agustus 2025

Yang Membuat Pernyataan



Nur Nabihah

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Seberapa banyak kesulitan dan masalah yang sedang dihadapi, kita pasti bisa melewatinya karena Allah tidak memberikan cobaan di luar batas kemampuan hamba-nya”

(Nur Nabihah)

“Keep going, it always passes”

(Rachel Vennya)

Penelitian ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya yang senantiasa menyertakan nama saya dalam doanya. Penelitian ini saya persembahkan juga untuk kakak, adik, dan teman-teman saya yang selalu memberikan dukungan kepada saya selama menyelesaikan penelitian ini.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS 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 : Nur Nabihah
NIM : 1801621035
Fakultas/Prodi : Psikologi / Psikologi
Alamat email : nurnabihah824@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 Persepsi Kemudahan Penggunaan AI terhadap Niat Mencari
Bantuan Kesehatan Mental melalui ChatGPT pada Individu Emerging
Adulthood.

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, 11 Agustus 2025



(Nur Nabihah)
nama dan tanda tangan

NUR NABIHAH

**PENGARUH PERSEPSI KEMUDAHAN PENGGUNAAN AI TERHADAP
NIAT MENCARI BANTUAN KESEHATAN MENTAL MELALUI
CHATGPT PADA INDIVIDU *EMERGING ADULTHOOD***

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh persepsi kemudahan penggunaan AI terhadap niat mencari bantuan kesehatan mental melalui ChatGPT pada individu *emerging adulthood*. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional non eksperimental. Peneliti mengumpulkan data melalui kuesioner dengan total 280 partisipan yang sesuai dengan kriteria penelitian. Partisipan terdiri dari 51 laki-laki dan 229 perempuan yang merupakan individu *emerging adulthood* dari berbagai provinsi di wilayah Indonesia. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur niat mencari bantuan kesehatan mental adalah *General Help-Seeking Questionnaire*, sedangkan untuk mengukur persepsi kemudahan penggunaan AI menggunakan *Perceived Ease of Use Scale*. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji regresi sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ($p < 0,001$) $< 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh antara persepsi kemudahan penggunaan AI, usia dan jenis kelamin terhadap niat mencari bantuan kesehatan mental melalui ChatGPT pada individu *emerging adulthood*. Persepsi kemudahan penggunaan AI secara simultan bersama faktor usia dan jenis kelamin sebagai variabel kovariat berkontribusi sebesar (16,9%) terhadap niat mencari bantuan kesehatan mental, yang artinya kontribusi tersebut tidak terlalu kecil, namun tidak juga besar. Hasil analisis menunjukkan bahwa persepsi kemudahan penggunaan AI berpengaruh positif terhadap niat mencari bantuan kesehatan mental.

kata kunci: persepsi kemudahan penggunaan AI, niat mencari bantuan kesehatan mental, chatgpt, emerging adulthood.

NUR NABIHAH

**THE EFFECT OF PERCEIVED EASE OF USE OF AI ON MENTAL
HEALTH HELP-SEEKING INTENTION THROUGH CHATGPT AMONG
EMERGING ADULTHOOD INDIVIDUALS**

Thesis

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty Of Psychology

In Universitas Negeri Jakarta

2025

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of perceived ease of use of AI on the mental health help-seeking intention through ChatGPT in emerging adulthood individuals. The research method used in this study was quantitative with a non-experimental correlational approach. The researchers collected data through questionnaires with a total of 280 participants who met the research criteria. The participants consisted of 51 males and 229 females who were emerging adults from various provinces in Indonesia. The instrument used to measure the mental health help-seeking intention was the General Help-Seeking Questionnaire, while the Perceived Ease of Use Scale was used to measure the perceived ease of use of AI. Hypothesis testing in this study used a simple regression test.

The results showed that $(p < 0.001) < 0.05$, which means that there is an influence between the perceived ease of use of AI, age, and gender on the mental health help-seeking intention through ChatGPT in emerging adulthood individuals. The perceived ease of use of AI simultaneously with age and gender as covariate variables contributed (16.9%) to the mental health help-seeking intention, which means that the contribution was not too small, but not too large either. The analysis results show that the perceived ease of use of AI has a positive effect on the mental health help-seeking intention.

Keywords: perceived ease of use of AI, mental health help-seeking intention, ChatGPT, emerging adulthood.

KATA PENGANTAR

Segala puji penulis panjatkan pada Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis diberikan kemudahan, kelancaran, serta kekuatan untuk dapat menyelesaikan pengerjaan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Kemudahan Penggunaan AI terhadap Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental melalui ChatGPT pada Individu *Emerging Adulthood*”**. Skripsi ini ditujukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta. Puji Syukur skripsi ini dapat diselesaikan sesuai waktu yang ditentukan atas petunjuk dan bantuan yang tidak terbatas dari Allah SWT.

Keterlibatan pihak-pihak lain juga tidak kalah penting dalam penyusunan skripsi ini. Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan syukur yang sebesar-besarnya, kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D sebagai Wakil Dekan I.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd sebagai Wakil Dekan II.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D sebagai Wakil Dekan III.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog sebagai Koordinator Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Mbak Rahmadianty Gazadinda, M.Sc sebagai Dosen Pembimbing pertama yang telah mengawasi, membantu, serta membimbing penulis selama penyusunan skripsi.
7. Mbak Ernawati, M.Psi., Psikolog sebagai Dosen Pembimbing kedua yang telah mengawasi, membantu, serta membimbing penulis selama penyusunan skripsi.
8. Seluruh dosen-dosen serta para staf di Fakultas Psikologi atas ilmu yang telah diberikan dan pengajaran yang berharga selama masa perkuliahan.
9. Abi Imam Santosa dan Umi Hairunisah sebagai orang tua, serta kakak-kakak dan adik-adik penulis yang senantiasa menyertakan nama penulis dalam doanya dan selalu mendukung penulis setiap harinya.

10. Bilqis Nabila, Jennifer Dorcas, Sylvianna Ifriani, dan Yulia Chaerani sebagai sahabat penulis sejak awal perkuliahan. Terima kasih banyak untuk dukungan dan kekuatan yang diberikan kepada penulis selama masa perkuliahan ini.
11. Devi Valentina dan Marchella Risya sebagai teman penelitian skripsi payung. Terima kasih banyak atas dukungan, serta bantuan yang diberikan kepada penulis selama penyusunan skripsi.
12. Seluruh teman dekat penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih banyak atas dukungan yang selalu diberikan kepada penulis.
13. Seluruh responden yang telah meluangkan waktunya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
14. Maulana Rizky, terima kasih banyak atas dukungan, kekuatan, serta kebahagiaan yang diberikan kepada penulis selama penyelesaian skripsi ini.
15. Nur Nabihah, yaitu penulis sendiri. Terima kasih telah bertahan dalam melewati masa-masa sulit, tetap berjuang di saat kondisi lelah, dan tidak menyerah hingga sejauh ini. Skripsi ini adalah sebagai bukti bahwa penulis mampu melewati apa yang dulu terasa tidak mungkin.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	10
1.3. Pembatasan Masalah	10
1.4. Rumusan Masalah	11
1.5. Tujuan Penelitian.....	11
1.6. Manfaat Penelitian.....	11
1.6.1. Manfaat Teoritis.....	11
1.6.2. Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1. Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental.....	13
2.1.1. Definisi Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	13
2.1.2. Dimensi Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	14
2.1.3 Faktor Yang Memengaruhi Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	14
2.2. Persepsi Kemudahan Penggunaan AI.....	16
2.2.1. Definisi Persepsi Kemudahan Penggunaan AI	16
2.2.2 Latar Belakang Teori Persepsi Kemudahan Penggunaan AI.....	17
2.2.3 Dimensi Persepsi Kemudahan Penggunaan AI	18
2.2.4 Faktor Yang Memengaruhi Persepsi Kemudahan Penggunaan AI	18

2.3. Tinjauan Pustaka Dinamika Antar Variabel.....	19
2.4. Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran	21
2.5. Hipotesis Penelitian.....	22
2.6. Hasil Penelitian yang Relevan.....	23
BAB III METODE PENELITIAN	25
3.1. Tipe Penelitian.....	25
3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	25
3.2.1. Definisi Konseptual	26
3.2.2. Definisi Operasional	26
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian.....	27
3.3.1. Populasi Penelitian.....	27
3.3.2. Sampel Penelitian	27
3.3.3. Teknik Sampling.....	28
3.4. Teknik Pengumpulan Data	28
3.4.1. Teknik Pengambilan Data.....	28
3.4.2. Instrumen Penelitian	29
3.5. Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1. Gambaran Partisipan Penelitian	39
4.1.1. Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
4.1.2. Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia	40
4.1.3. Gambaran Partisipan Berdasarkan Provinsi	41
4.2. Prosedur Penelitian.....	42
4.2.1. Persiapan Penelitian.....	42
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian.....	43
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	44
4.3.1. Variabel Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	44
4.3.2. Variabel Persepsi Kemudahan Penggunaan AI	45
4.3.3. Hasil Uji Asumsi.....	45
4.3.4. Hasil Uji Hipotesis.....	48
4.3.5. Hasil Analisis Pendukung.....	50
4.4. Pembahasan	54
4.5. Keterbatasan Penelitian	56
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	58

5.1. Kesimpulan.....	58
5.2. Implikasi.....	58
5.3. Saran dan Rekomendasi	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	66
RIWAYAT HIDUP.....	184



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Instrumen Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	31
Tabel 3. 2 Rentang Skala Pilihan Jawaban Instrumen Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental.....	31
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Instrumen Persepsi Kemudahan Penggunaan AI	32
Tabel 3. 4 Rentang Skala Pilihan Jawaban Instrumen Persepsi Kemudahan Penggunaan AI.....	32
Tabel 3. 5 Reliabilitas Uji Coba Alat Ukur Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	35
Tabel 3. 6 Reliabilitas Uji Coba Alat Ukur Persepsi Kemudahan Penggunaan AI	36
Tabel 4. 1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	39
Tabel 4. 2 Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia.....	40
Tabel 4. 3 Gambaran Partisipan Berdasarkan Provinsi.....	41
Tabel 4. 4 Analisis Deskriptif Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental.....	44
Tabel 4. 5 Analisis Deskriptif Persepsi Kemudahan Penggunaan AI.....	45
Tabel 4. 6 Hasil Uji Linearitas	46
Tabel 4. 7 Hasil Uji Heteroskedastisitas	47
Tabel 4. 8 Hasil Uji Regresi.....	48
Tabel 4. 9 Hasil Koefisien Regresi	49
Tabel 4. 10 Analisis Deskriptif Frekuensi Kemungkinan Individu Mencari Bantuan Pribadi Dan Emosional Ke ChatGPT	50
Tabel 4. 11 Analisis Deskriptif Frekuensi Mencari Bantuan ke ChatGPT ketika Merasa Tertekan hingga Terpikir Bunuh Diri.....	51
Tabel 4. 12 Analisis Uji Beda Berdasarkan Kategori Jenis Kelamin	52
Tabel 4. 13 Analisis Uji Beda Berdasarkan Kategori Jenis Kelamin terhadap Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	53
Tabel 4. 14 Analisis Uji Beda Berdasarkan Kategori Jenis Kelamin	53
Tabel 4. 15 Analisis Uji Beda Berdasarkan Kategori Jenis Kelamin terhadap Persepsi Kemudahan Penggunaan	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	22
Gambar 4. 1 Diagram Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	40
Gambar 4. 2 Outlier.....	46
Gambar 4. 3 Scatter-Plot Linearitas Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental dan Persepsi Kemudahan Penggunaan AI	47
Gambar 4. 4 Scatter-Plot Heteroskedastisitas	48



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	66
Lampiran 2 Instrumen Persepsi Kemudahan Penggunaan AI.....	70
Lampiran 3 Hasil Uji Coba Alat Ukur Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	71
Lampiran 4 Hasil Uji Coba Alat Ukur Persepsi Kemudahan Penggunaan AI.....	71
Lampiran 5 Data Demografi Partisipan	72
Lampiran 6 Hasil Analisis Deskriptif	74
Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi	75
Lampiran 8 Hasil Uji Regresi	77
Lampiran 9 Hasil Analisis Deskriptif Frekuensi Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental	78
Lampiran 10 Hasil Uji Beda	79
Lampiran 11 Expert Judgement	81
Lampiran 12 Data Mentah Uji Coba Alat Ukur	172
Lampiran 13 Data Mentah Instrumen Final	173

