

**PERAN *PUBLIC STIGMA* TERHADAP
HELP-SEEKING PADA PRIA**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Psikologi**

OLEH :

CLARISSA JANUARISTY

04041382025071

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA

2024

HALAMAN PENGESAHAN

PERAN *PUBLIC STIGMA* TERHADAP *HELP-SEEKING* PADA PRIA

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh

CLARISSA JANUARISTY

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

pada tanggal 25 Juli 2024

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si
NIP. 199407072018031001

Pembimbing II



Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog
NIP. 198703192019032010

Penguji I



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

Penguji II



Muhammad Fadhli, S.Psi., M.A
NIP. 199205242023211019

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Senin, 25 Juli 2024



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si

NIP. 197805212002122004

LEMBAR PERSETUJUAN

UJIAN SKRIPSI

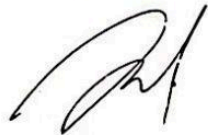
Nama : Clarissa Januaristy
NIM : 04041382025071
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Kedokteran
Judul Skripsi : Peran *Public Stigma* Terhadap *Help-Seeking* Pada
Pria

Indralaya, 16 Juli 2024

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si
NIP. 199407072018031001

Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog
NIP. 198703192019032010

Mengetahui,

Ketua Bagian Psikologi



Sayanti Weng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

SURAT PERNYATAAN

Saya, Clarissa Januaristy, dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia gelar kesarjanaan saya dicabut.

Indralaya, 16 Juli 2024



Clarissa Januaristy

NIM. 04041382025071

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji dan syukur kami panjatkan kepada Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat, kesehatan, kemudahan, kebaikan, keberuntungan, dan kelancaran di setiap langkah dalam proses penyelesaian skripsi ini. Peneliti mempersembahkan hasil skripsi ini serta menyampaikan terima kasih kepada:

1. Orang Tua tercinta, Alm. Asrul Sani, ayahanda tercinta. Penulisan skripsi ini didasarkan pada perjuangan untuk mencapai cita-cita. Mohon maaf tidak bisa mencapainya ketika engkau masih berada di dunia. Dan Pintu surgaku, Ibunda tercinta Yulianti, S.P., yang senantiasa mendoakan dan memberi pengorbanan lahir dan batin, memberikan motivasi bagi penulis untuk menyelesaikan studi di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Mama dan Papa tercinta, skripsi ini saya persembahkan untuk Mama dan Papa saya, M. Alfiat, yang selalu bekerja keras dan memberikan yang terbaik untuk saya. Skripsi ini juga saya dedikasikan untuk almarhumah Mama, Almh. Nurhasmiwati, yang belum sempat saya berikan kebahagiaan dan rasa bangga. Skripsi ini sebagai tanda bahwa perjuangan Mama dan Papa saya untuk memberikan pendidikan tinggi kepada anaknya tidak sia-sia.
3. Kakak tercinta, Almh. Lisa Oktarina, S.T., skripsi ini saya dedikasikan untuk beliau yang belum sempat saya berikan kebahagiaan dan rasa bangga. Penulis mohon maaf tidak bisa menyelesaikannya saat engkau masih berada di dunia.

4. Kakak-kakakku tersayang, yaitu Muhammad Ridwan, Dewi Ayu Lestari, Julius Caesar Ibrahim, Hasan, Muhammad Rizki, dan Kramayudha, selalu memberikan inspirasi untuk terus melangkah maju ke depan. Mereka menjadi teman untuk bertukar pikiran, tempat berkeluh kesah, dan menjadi *support system* terbaik bagi penulis dalam menyelesaikan tugas akhir. Terima kasih atas waktu, materi, doa yang senantiasa dilangitkan, dan seluruh hal baik yang telah diberikan kepada penulis selama ini.
5. Kedua keponakanku, kakak Jennamira Hasya Dewanti dan adik Juandaru Kautsarrazky, terima kasih atas semangat dan cinta yang telah mereka berikan, tumbuhlah menjadi versi yang paling hebat.
6. Sahabat penulis, Giffa Athiyah Putri, Elsabrina Allesha Madinazahra, Mutiara Elfina Salsabila, Abie Satria Ananda, Ghina Athiya, Adhimas Rizqal Setiawan, Agustina Verawati, dan Khoirunnisa A.S. Tanjung telah banyak membantu dan menemani proses penulisan dari awal perkuliahan sampai tugas akhir. Terima kasih atas segala bantuan, waktu, dukungan, dan kebaikan yang telah diberikan kepada penulis selama ini. *See you on top, guys.*
7. Teman-teman psikologi angkatan 2020, *Owlster Fighter* yang telah berperan besar dalam memberikan pengalaman dan pembelajaran selama masa kuliah ini.
8. Keponakan *online*-ku tersayang, Dmitriev Abraham Hariyanto, atas kehadiran dan tawanya yang memberikan semangat serta menjadi alasan

penulis untuk bangkit dan bahagia di saat masa sulit dalam pengerjaan tugas akhir skripsi ini.

9. Seluruh pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis namun tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas bantuan, semangat, dan doa baik yang telah diberikan kepada penulis selama ini.
10. *Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being a giver, and trying to give more than I receive. I wanna thank me for trying to do more right than wrong, I wanna thank me for just being me at all times.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan laporan tugas akhir skripsi yang berjudul “Peran *Public Stigma* Terhadap *Help-Seeking* Pada Pria”. Pada proses penyusunan skripsi tersebut ada begitu banyak hal yang bisa peneliti jadikan pelajaran. Peneliti pula memperoleh banyak bimbingan maupun bantuan selama penyusunan skripsi ini sehingga peneliti dapat menyelesaikan kendala dan hambatan yang dihadapi dengan baik. Maka dari itu, peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Taufik Marwa, SE., M.Si., selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Dr. H. Syarif Husin, M.S., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., selaku Ketua Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan dosen penguji I skripsi.
4. Ibu Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Dosen Pembimbing II, dan Dosen Pembimbing Akademik dalam proses penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Indra Prpto Nugroho, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing I dalam penyusunan skripsi, yang telah bersedia memberikan waktunya untuk membimbing, mendengarkan, dan mengarahkan peneliti dalam melakukan penelitian ini.

6. Bapak Muhammad Fadhli, S.Psi., M.A., selaku dosen penguji II Skripsi I, yang telah mendukung dan menyediakan waktu untuk memberikan bimbingan serta pengarahan yang baik.
7. Para bapak dan ibu dosen serta staf di Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, atas ilmu yang bermanfaat dan bantuan yang diberikan.
8. Teman-teman angkatan 2020, *Owlster Fighter* yang telah menemani dan memberikan pengalaman yang luar biasa selama perkuliahan berlangsung.

Peneliti menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini dikarenakan keterbatasan pengetahuan, kemampuan, dan pengalaman. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun sehingga dapat meningkatkan kualitasnya di masa yang akan datang. Akhir kata, semoga laporan ini memberikan manfaat bagi setiap pembacanya.

Indralaya, 25 Juli 2024
Peneliti,

Clarissa Januaristy
NIM. 04041382025071

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAK.....	xvii
<i>ABSTRACT</i>.....	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II.....	18
LANDASAN TEORI.....	18
A. <i>Help-Seeking</i>	18
1. Pengertian <i>Help-Seeking</i>	18
2. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi <i>Help-Seeking</i>	19

3. Aspek <i>Help-Seeking</i>	22
B. <i>Public Stigma</i>	25
1. Pengertian <i>Public Stigma</i>	25
2. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi <i>Public Stigma</i>	26
3. Aspek <i>Public Stigma</i>	27
C. Peran <i>Public Stigma</i> Terhadap <i>Help-Seeking</i>	30
D. Kerangka Berpikir.....	31
E. Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III.....	32
METODE PENELITIAN.....	32
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	32
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	32
1. <i>Help-Seeking</i>	32
2. <i>Public Stigma</i>	33
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	33
1. Populasi Penelitian.....	33
2. Sampel Penelitian.....	34
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	34
D. Metode Pengumpulan Data.....	35
1. Skala <i>Help-Seeking</i>	37
2. Skala <i>Public Stigma</i>	39
E. Validitas dan Reliabilitas.....	40
1. Validitas.....	40
2. Reliabilitas.....	40
F. Metode Analisis Data.....	41
1. Uji Asumsi.....	41

BAB IV	44
HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Orientasi Kancah Penelitian.....	44
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	45
1. Persiapan Administrasi.....	45
2. Persiapan Alat Ukur.....	46
C. Pelaksanaan Penelitian.....	52
1. Tahap Pertama.....	52
2. Tahap Kedua.....	53
3. Tahap Ketiga.....	53
D. Hasil Penelitian.....	54
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	54
2. Deskripsi Data Penelitian.....	56
3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	58
E. Hasil Analisis Tambahan.....	61
1. Uji Beda <i>Public Stigma</i> terhadap <i>Help-Seeking</i> pada Responden berdasarkan Usia.....	61
2. Uji Beda <i>Public Stigma</i> terhadap <i>Help-Seeking</i> pada Responden berdasarkan Pulau Domisili Tempat Tinggal.....	63
3. Uji Beda <i>Public Stigma</i> terhadap <i>Help-Seeking</i> pada Responden berdasarkan Status Pernikahan.....	64
4. Uji Beda <i>Public Stigma</i> terhadap <i>Help-Seeking</i> pada Responden berdasarkan Status Pekerjaan.....	65
5. Tingkat <i>Mean</i> Pada Variabel <i>Help-Seeking</i>	66
6. Uji Sumbangan Efektif <i>Public Stigma</i> Terhadap <i>Help-Seeking</i>	66
F. Pembahasan.....	68
BAB V	73

KESIMPULAN DAN SARAN.....	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Saran.....	73
C. Kelemahan Penelitian.....	76
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pedoman Penilaian Setiap Aitem Skala Penelitian.....	36
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Baku <i>Help-Seeking</i>	39
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala <i>Public Stigma</i>	40
Tabel 4.1 Distribusi Skala <i>Help-Seeking</i> Aitem Valid dan Aitem Gugur.....	48
Tabel 4.2 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Help-Seeking</i>	49
Tabel 4.3 Distribusi Skala <i>Public Stigma</i> Aitem Valid dan Gugur.....	51
Tabel 4.4 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Public Stigma</i>	51
Tabel 4.5 Penyebaran Skala <i>Try Out</i> (Uji Coba).....	52
Tabel 4.6 Penyebaran Jumlah Subjek Penelitian.....	54
Tabel 4.7 Deskripsi Usia Subjek Penelitian.....	55
Tabel 4.8 Deskripsi Pulau Domisili/Tempat Tinggal Subjek Penelitian.....	55
Tabel 4.9 Deskripsi Status Pernikahan Subjek Penelitian.....	56
Tabel 4.10 Deskripsi Status Pekerjaan Subjek Penelitian.....	56
Tabel 4.11 Deskripsi Data Deskriptif Subjek.....	56
Tabel 4.12 Formulasi Kategorisasi.....	57
Tabel 4.13 Deskripsi Kategorisasi <i>Help-Seeking</i>	58
Tabel 4.14 Deskripsi Kategorisasi <i>Public Stigma</i>	58
Tabel 4.15 Hasil Uji Normalitas Variabel <i>Help-Seeking</i> dan <i>Public Stigma</i>	59
Tabel 4.16 Hasil Uji Linearitas Variabel <i>Help-Seeking</i> dan <i>Public Stigma</i>	60
Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis Variabel Penelitian.....	60

Tabel 4.18 Hasil Uji Beda <i>Public Stigma</i> terhadap <i>Help-Seeking</i> pada Responden berdasarkan Usia.....	62
Tabel 4.19 Hasil Uji Beda <i>Public Stigma</i> terhadap <i>Help-Seeking</i> pada Responden berdasarkan Pulau Domisili Tempat Tinggal.....	63
Tabel 4.20 Hasil Uji Beda <i>Public Stigma</i> terhadap <i>Help-Seeking</i> pada Responden berdasarkan Status Pernikahan.....	64
Tabel 4.21 Hasil Uji Beda <i>Public Stigma</i> terhadap <i>Help-Seeking</i> pada Responden berdasarkan Status Pekerjaan.....	65
Tabel 4.22 Hasil Tingkat Mean Pada Variabel <i>Help-Seeking</i>	66
Tabel 4.23 Deskripsi Data Sumbangan Efektif <i>Public Stigma</i> Terhadap <i>Help-Seeking</i>	66
Tabel 4.24 Deskripsi Data Sumbangan Efektif <i>Public Stigma</i> Terhadap <i>Help-Seeking</i>	67

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	84
LAMPIRAN B	96
LAMPIRAN C	105
LAMPIRAN D	112
LAMPIRAN E	140
LAMPIRAN F	145
LAMPIRAN G	149
LAMPIRAN H	152

PERAN *PUBLIC STIGMA* TERHADAP *HELP-SEEKING* PADA PRIA

Clarissa Januaristy¹, Indra Prapto Nugroho², Marisya Pratiwi³

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat peranan *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria.

Partisipan dalam penelitian ini adalah 258 pria dalam masa *emerging adulthood* yang tinggal di Indonesia. Teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala ATSPPH-SF dari Fischer dan Farina (1995) yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Nurdiyanto, Wulandari, dan Wodong (2021), serta skala *public stigma* yang mengacu pada aspek-aspek dari Dano (2019).

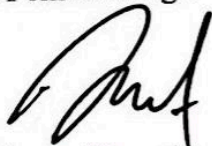
Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik analisis regresi sederhana. Hasil analisis regresi menunjukkan nilai *R square* antara *public stigma* dan *help-seeking* sebesar 0,422, nilai F sebesar 186,809, dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($P < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa *public stigma* memiliki peran signifikan terhadap *help-seeking*, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

Kata Kunci: Mental Health Literacy, Help-Seeking

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

²Dosen Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si
NIP. 199407072018031001

Dosen Pembimbing II



Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog
NIP. 198703192019032010



Mengetahui,
Ketua Bagian Psikologi



Savang A. Jeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 197805212002122004

THE ROLE OF PUBLIC STIGMA IN HELP-SEEKING AMONG MEN

Clarissa Januaristy¹, Indra Prapto Nugroho², Marisy Pratiwi³

ABSTRACT

This study aims to determine the role of public stigma in help-seeking behavior among men, specifically within the context of emerging adulthood in Indonesia. The hypothesis tested in this research is that there is a role for public stigma towards help-seeking behavior among men.

Participants in this study were 258 men in emerging adulthood residing in Indonesia. The sampling technique used in this study is accidental sampling. This study uses two scales as measuring tools, namely the ATSPPH-SF scale developed by Fischer and Farina (1995) and adapted into Indonesian by Nurdiyanto, Wulandari, and Wodong (2021), as well as a public stigma scale based on dimensions from Dano (2019).

Data analysis in this study was carried out using a simple regression analysis technique. The results of the regression analysis showed that the data value of R square between public stigma and help-seeking was 0.422, the F-value was 186.809, and the significant value was 0.000 ($p < 0.05$). This shows that public stigma has a significant role in help-seeking so that the hypothesis proposed in this study can be accepted.

Keyword: Mental Health Literacy, Help-Seeking

¹*Student of Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University*

²*Lecture of Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University*

Dosen Pembimbing I



Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si

NIP. 199407072018031001

Dosen Pembimbing II



Marisy Pratiwi, M.Psi., Psikolog

NIP. 198703192019032010



Mengetahui,
Ketua Bagian Psikologi

Dayang Ajeng Marchiyah, S.Psi., M.Si

NIP. 197805212002122004

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berdasarkan Profil Statistik Kesehatan tahun 2023, masyarakat Indonesia dihadapkan pada berbagai permasalahan kesehatan yang menjadi fokus utama (Badan Pusat Statistik, 2023). Diantara berbagai permasalahan kesehatan yang ada, masalah kesehatan mental menjadi salah satu fokus utama, terutama akibat dampak pandemi COVID-19 yang berkepanjangan (Kaligis, Indraswari, dan Ismail. 2020). Masalah kesehatan mental merupakan salah satu permasalahan yang paling banyak terjadi di dunia dan jumlahnya terus meningkat setiap tahunnya (Wodong & Utami, 2023).

Profil Statistik Kesehatan tahun 2023 menunjukkan adanya peningkatan tingkat stres, kecemasan, dan depresi di masyarakat. Kondisi ini memerlukan perhatian serius dari sektor kesehatan dan pemerintah untuk menyediakan layanan kesehatan mental yang memadai. Perilaku masyarakat dalam mencari layanan kesehatan juga merupakan aspek penting dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang kesehatan, serta aksesibilitas terhadap fasilitas dan tenaga kesehatan, menjadi faktor utama yang mempengaruhi perilaku tersebut. Perilaku kesehatan masyarakat meliputi upaya preventif (pencegahan sebelum sakit) dan kuratif (pengobatan saat sakit) (Badan Pusat Statistik, 2023).

Masyarakat Indonesia yang masih didominasi oleh budaya patriarki sering kali mengharapkan laki-laki untuk menjadi sosok yang kuat dan mandiri (Sakina

& Siti, 2017). Hal ini dapat mempengaruhi perilaku pencarian bantuan (*help-seeking*) untuk masalah kesehatan mental. Setiawan et al. (2019) menemukan bahwa tingkat stigma terhadap gangguan mental di kalangan masyarakat Indonesia masih tinggi, terutama di kalangan usia muda. Stigma publik ini memiliki dampak signifikan terhadap kecenderungan pria, khususnya pria muda atau *emerging adulthood*, untuk mencari bantuan profesional ketika menghadapi masalah psikologis. Pria muda Indonesia cenderung menghindari layanan kesehatan mental karena takut dianggap lemah atau tidak mampu mengatasi masalah sendiri, yang merupakan manifestasi dari stigma publik (Purnama et al, 2016).

Meskipun ada kemajuan signifikan dalam bidang perawatan kesehatan dalam beberapa dekade terakhir, tampaknya pria belum merasakan manfaat yang sebanding. Meskipun karakteristik biologis, pekerjaan, dan perilaku kesehatan dapat mempengaruhi perbedaan ini, penting untuk dicatat bahwa cara pria mencari bantuan juga memiliki dampak signifikan (Sagar-Ouriaghli et al, 2020). Menurut banyak penelitian, maskulinitas seringkali menjadi faktor penghambat pria dalam mendapatkan bantuan psikologis. Kristanto & Hapsari (2023) menunjukkan bahwa membuka diri terhadap stres emosional dianggap lemah dan tidak maskulin. Pandangan ini mengaitkan femininitas dengan rasa sakit emosional dan masalah psikologis, sementara maskulinitas konvensional menganggap bahwa laki-laki tidak membutuhkan bantuan emosional saat menghadapi situasi sulit (Jones et al, 2019).

Penelitian oleh Wodong dan Utami (2023) menemukan perbedaan mencolok antara laki-laki dan perempuan dalam pencarian bantuan, dengan perempuan menunjukkan sikap yang lebih proaktif dalam mencari bantuan. Temuan ini menguatkan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa laki-laki, dari berbagai rentang usia, latar belakang sosial, dan keragaman etnis, cenderung menunjukkan perilaku kurang proaktif saat mencari bantuan profesional untuk mengatasi masalah kesehatan mereka, baik fisik maupun mental (Addis & Mahalik, 2003).

Di Indonesia, lebih dari 19 juta penduduk yang berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional (Kemenkes RI, 2018). Masa transisi dari remaja menuju dewasa, yang dimulai dari usia 18 hingga 29 tahun, sering dianggap sebagai *emerging adulthood* (Arnett, 2006). Pada tahap ini, individu sering menghadapi krisis, terutama jika mereka tidak siap untuk berinteraksi dengan masyarakat (Arini, 2021). Miller (2011) mencatat tantangan perkembangan yang dihadapi orang dewasa muda, termasuk tinggal terpisah dari orang tua, membangun hubungan intim yang kuat, membuat keputusan mandiri, dan mencapai kematangan emosional. Menjadi orang dewasa sering dianggap sulit karena banyaknya pilihan yang harus diambil.

Emerging adulthood adalah periode dengan kompleksitas masalah yang tinggi, termasuk masalah eksternal seperti risiko dalam mengemudi, tindak kejahatan, dan penggunaan obat-obatan terlarang. Masalah eksternal ini cenderung lebih umum terjadi pada pria (Arnett, 2014). Martin, Neighbors, dan Griffith (2013) menyatakan bahwa pria sering beralih kepada mekanisme koping

yang lebih berbahaya, seperti penggunaan narkoba, psikotropika, dan kekerasan fisik.

Penelitian oleh Parent, Hammer, Bradstreet, Schwartz, dan Jobe (2018) menunjukkan bahwa pria cenderung kurang mencari bantuan dibandingkan wanita. Danforth (2016) menjelaskan bahwa bagi pria, mengakui tekanan psikologis dan memerlukan bantuan profesional sering kali bertentangan dengan nilai-nilai maskulinitas yang telah tertanam. Pria seringkali menyadari adanya gejala kesehatan, tetapi mereka terlalu sibuk untuk mengunjungi dokter atau mendeteksi gejala awal. Selain itu, tekanan dari lingkungan kerja yang menuntut produktivitas dan kinerja dapat menjadi faktor penghambat yang membuat mereka enggan mencari perawatan medis. Pria sering mempertahankan citra kuat dan takut terlihat lemah jika mereka mencari bantuan (Fish, Prichard, Ettridge, Grunfeld & Wilson, 2015).

World Health Organization (WHO) telah menetapkan visi yang jelas dalam Rencana Aksi Kesehatan Mental 2023–2030 untuk Wilayah Asia Tenggara. WHO menekankan bahwa kesehatan mental adalah hak asasi manusia yang tidak dapat disangkal, sama halnya dengan hak atas kesehatan fisik yang fundamental untuk martabat manusia. Salah satu prinsip kunci adalah pentingnya mengadopsi pendekatan hak asasi manusia dan kesetaraan gender dalam merencanakan dan melaksanakan program kesehatan mental serta memberikan layanan yang dibutuhkan (WHO, 2023).

Di Indonesia, keragaman budaya, agama, dan ras sering memunculkan perbedaan pandangan, terutama mengenai isu gender. Pria sering kali dibatasi

dalam mengekspresikan diri secara bebas, ditekan untuk menunjukkan maskulinitas yang kuat, dan menghindari ekspresi emosi, terutama saat sedang sedih. Hal ini dapat mengakibatkan persepsi bahwa marah adalah satu-satunya emosi yang boleh mereka tunjukkan, yang dalam beberapa kasus dapat mengarah pada perilaku negatif seperti kekerasan (Ramdani, Putri & Wisesa, 2022).

Gender sendiri merupakan konstruksi sosial budaya yang terbentuk melalui proses panjang. Contoh sederhana terlihat dalam pola sosialisasi anak, di mana laki-laki diajarkan maskulinitas melalui mainan mobil-mobilan dan warna biru, sementara perempuan diajarkan femininitas melalui boneka, masak-masakan, dan warna pink. Hal ini menciptakan stereotip, seperti harapan bahwa pria harus kuat, tidak boleh menangis, dan menjadi pemimpin, sementara wanita diharapkan lembut dan feminin. Kesadaran terhadap dampak sosialisasi gender penting untuk membebaskan diri dari stereotip dan mendorong kesetaraan (Saputro & Candrasari, 2018).

Menurut riset Handayani, Moeis, dan Ayuningtyas (2021), pria cenderung lebih mungkin mengalami penyakit akut dan masalah kesehatan mental dibandingkan wanita. Hal ini menjadi kekhawatiran bagi negara berkembang seperti Indonesia. Riset Oliver, Pearson, Coe, dan Gunnell (2018) menunjukkan bahwa sebagian besar individu dengan masalah kesehatan mental tidak mencari bantuan profesional, dan pria lebih kecil kemungkinannya dibandingkan wanita untuk mencari bantuan. Individu dengan masalah kesehatan mental yang mencari bantuan dapat meningkatkan kemungkinan penanganan masalah yang lebih cepat

dan mendapatkan status kesehatan mental yang lebih baik (Fatahya & Abidin, 2022).

Help-seeking dipandang sebagai upaya individu untuk menyelesaikan masalah mentalnya. Penanganan dini terhadap masalah kesehatan mental merupakan langkah penting untuk memperoleh manfaat intervensi yang optimal (Wodong & Utami, 2023). *Help-seeking* didefinisikan sebagai kecenderungan untuk mencari atau menolak bantuan psikologis profesional selama krisis atau setelah ketidaknyamanan psikologis berkepanjangan (Fischer & Turner, 1970). Bantuan profesional psikologis mencakup psikiater, psikolog, dokter, pekerja sosial, dan konselor (Nurdiyanto, Wulandari & Wodong, 2021). Fischer dan Turner (1970) menggunakan ATSPPH-SF untuk mengukur *help-seeking* yang diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Nurdiyanto, Wulandari, dan Wodong (2021), yang terdiri dari dua aspek, yaitu *recognition of need for psychotherapeutic help* dan *confidence in mental health practitioner*.

Sementara itu, Sanghvi dan Mehrotra (2022) berpendapat bahwa *help-seeking* merupakan mekanisme *coping stress* yang adaptif, di mana individu mencari bantuan eksternal ketika menghadapi tantangan kesehatan mental. Rickwood, Deane, Wilson, dan Ciarrochi (2005) menyatakan bahwa *help-seeking* adalah langkah aktif dalam mencari bantuan melalui koneksi sosial, baik yang formal maupun informal, untuk mengatasi masalah pribadi. Formal *help-seeking* melibatkan dukungan dari individu yang memiliki legitimasi profesional, termasuk ahli spesialis, tenaga kesehatan, guru, pendeta, dan pekerja sosial, untuk memberikan nasihat, dukungan, atau perawatan yang sesuai. Sebaliknya, *informal*

help-seeking melibatkan dukungan dari jaringan sosial informal, seperti teman-teman dan keluarga. Dukungan ini bersifat lebih pribadi dan tidak berhubungan dengan profesionalisme, melainkan lebih terkait dengan hubungan personal antara individu yang mencari bantuan dan pihak yang memberikan dukungan (Rickwood & Thomas, 2012).

Salah satu alasan umum mengapa individu tidak mencari bantuan adalah kekhawatiran akan stigma. Ketakutan akan stigmatisasi dari orang lain sering menghambat individu dalam pencarian bantuan (Vogel & Wade, 2009). Clement et al. (2015) menyampaikan bahwa stigma merupakan hambatan terbesar keempat dalam mencari bantuan, dengan kekhawatiran akan keterbukaan informasi sebagai hambatan stigma yang paling sering dilaporkan. Dampak buruk lain dari stigma, menurut psychiatry.org (2020), meliputi keengganan untuk mencari bantuan atau pengobatan, kecil kemungkinannya untuk bertahan dalam pengobatan, isolasi sosial, dan kurangnya pengertian dari keluarga, teman, rekan kerja, atau orang lain.

Penelitian oleh Nurdiyanto dan Setiyawati (2017) menyimpulkan bahwa stigma publik berpotensi menghambat sikap mencari bantuan kesehatan mental pada laki-laki dan perempuan. Temuan ini diperkuat oleh Izzatissa`Adi (2023), yang menunjukkan bahwa stigma publik dan jenis kelamin bersama-sama berperan dalam membentuk sikap mencari bantuan. Pescosolido (2013) menyatakan bahwa stigma adalah "pertanda" yang memberikan pesan kepada individu bahwa mereka memiliki atribut yang membedakan mereka dari apa yang dianggap "normal dan umum," sehingga mereka menjadi "tercemar dan

diabaikan." Corrigan dan Rusch (2002) mengklasifikasikan stigma menjadi dua tingkatan, yaitu *public stigma* dan *self-stigma*.

Public stigma adalah reaksi sosial dan psikologis masyarakat terhadap individu yang dianggap memiliki kondisi stigma. Hal ini dapat menimbulkan reaksi kognitif, afektif, dan perilaku pada individu yang mengalami stigma (Bos et al., 2013). Corrigan (2004) menjelaskan bahwa *public stigma* adalah bentuk keyakinan umum yang mendukung stereotip, prasangka, dan diskriminasi terhadap masalah gangguan mental. Rusch (2010) menjelaskan bahwa *public stigma* merupakan sikap negatif yang diyakini dan dilakukan oleh masyarakat mengenai devaluasi. *Public stigma* sering kali berkaitan dengan masalah sosial, seperti stigma diri terhadap pelayanan kesehatan mental (Clement et al., 2015).

Berdasarkan pemaparan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Peran *Public Stigma* Terhadap *Help-Seeking* Pada Pria”.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang tersebut, dapat dirumuskan sebuah permasalahan penelitian, yaitu apakah ada peranan *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peran *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai peran *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria. Penelitian ini juga diharapkan dapat mengembangkan kajian teoritis dalam perkembangan ilmu psikologi, khususnya bidang psikologi positif dan psikologi klinis.

2. Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat signifikan bagi subjek penelitian, yaitu pria, dalam konteks peran *public stigma* terhadap *help-seeking*. Manfaat yang diharapkan termasuk peningkatan kesadaran tentang pengaruh stigma sosial terhadap perilaku pencarian bantuan, pengurangan stigma pribadi terkait dengan mencari dukungan, peningkatan kesejahteraan mental, peningkatan dukungan sosial yang tersedia, pengembangan strategi untuk meningkatkan *help-seeking*.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Manfaat bagi penelitian selanjutnya adalah diharapkan penelitian ini bisa bermanfaat bagi bahan rujukan atau referensi yang dapat memberikan informasi kepada peneliti lainnya.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian pertama dari Oktaviana Indah Kusumawati, Harlina Hamid dan Muhammad Nur Hidayat Nurdin (2023) yang berjudul “Maskulinitas dan

Help-Seeking pada Laki-laki yang Mengalami Depresi di Kota Makassar”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara maskulinitas dan *help seeking* pada laki-laki yang mengalami depresi ringan di Kota Makassar, penarikan sampelnya dilakukan dengan *accidental sampling* pada kriteria pria yang berusia berkisar 18-25 tahun yang melibatkan 39 pria Makassar. Pada penelitian ini menggunakan skala *Beck Depression Inventory-II*, dan *Help-Seeking*. Penelitian ini menunjukkan hasil terdapat hubungan negatif yang signifikan antara maskulinitas dan *help seeking* pada laki-laki yang mengalami depresi ringan di Kota Makassar.

Pada penelitian yang dijalankan Oktaviana Indah Kusumawati, Harlina Hamid dan Muhammad Nur Hidayat Nurdin (2023) terdapat perbedaan dengan penelitian yang hendak dilakukan peneliti ini yakni terdapat pada responden penelitian. Pada penelitian yang dijalankan oleh Oktaviana Indah Kusumawati, Harlina Hamid dan Muhammad Nur Hidayat Nurdin (2023) menggunakan 39 pria Makassar, sementara penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan masyarakat Indonesia yang berjenis kelamin laki-laki sebagai responden.

Penelitian kedua yakni penelitian yang dilakukan Nandy Agustin Syakarofath dan Dian Caesaria Widyasari (2023) dengan judul “*The attitude of Help-Seeking Behavior Preventing from Mental Health Problems among Adolescents Living in the District of Bondowoso*”. Tujuan penelitian tersebut dilakukan guna menyoroti *help seeking* mencegah permasalahan kesehatan mental remaja yang tinggal di kabupaten Bondowoso. Sebanyak 300 remaja terdaftar di

lima SMA (131 laki-laki dan 169 perempuan) berusia antara 14 – 19 tahun. Pada penelitian ini menggunakan skala *Mental Help-Seeking Intention Scale* (MHSIS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap mencari pertolongan berkontribusi secara signifikan terhadap internalisasi dan eksternalisasi masalah remaja.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang hendak peneliti lakukan terlihat pada tujuannya yang mana penelitian ini bertujuan untuk melihat peran *help seeking* mencegah permasalahan kesehatan mental remaja yang tinggal di kabupaten Bondowoso. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan peneliti untuk mengetahui bagaimana peranan *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria. Perbedaan lain terdapat pada pasangan variabelnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti tersebut hanya menggunakan satu variabel yaitu *help-seeking*. Sementara penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan dua variabel yaitu *public stigma* dan *help-seeking*.

Penelitian yang ketiga adalah dari Trina Sugih Hartina (2021) yang berjudul “Hubungan *Quality of Friendship* dengan perilaku *Help-Seeking* dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir”. Penelitian tersebut bertujuan guna diketahuinya hubungan antara *quality of friendship* dengan perilaku *help-seeking*. Penelitian tersebut dilaksanakan pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2014-2017. Melalui penganalisisan data yang didapatkan ini terdapat hubungan antara *quality of friendship* dengan perilaku *help-seeking* sebesar 46% .

Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang hendak peneliti lakukan perbedaan terletak pada tujuannya yang mana penelitian tersebut

bertujuan untuk melihat hubungan antara *quality of friendship* dengan perilaku *help-seeking*. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan peneliti untuk mengetahui peranan *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria. Perbedaan lain terdapat pada pasangan variabelnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Trina Sugih Hartina menggunakan *quality of friendship* dan *help-seeking*. Sementara penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan variabel *public stigma* dan *help-seeking*.

Penelitian keempat yakni penelitian yang dilakukan peneliti dari luar Indonesia Paul Gorczynski, Wendy Sims-Schouten dan Clare Wilson dengan judul “*Evaluating Mental Health Literacy and Help-Seeking Behaviors in UK University Students: A Country Wide Study*”. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2020. Data diambil dari 300 mahasiswa di United Kingdom University. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada korelasi signifikan yang ditemukan antara *mental health literacy* dan *help-seeking behaviors*, dimana *help-seeking behaviors* hanya berkorelasi positif dengan *mental well-being*.

Penelitian yang dilakukan oleh Paul Gorczynski, Wendy Sims-Schouten dan Clare Wilson berbeda dengan penelitian yang akan diteliti. Pada subjek penelitian ini berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan, dimana subjek penelitian ini adalah mahasiswa di United Kingdom University, sedangkan peneliti menggunakan subjek pria. Pada variabel, penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan memiliki kesamaan yaitu *help-seeking*.

Penelitian kelima adalah penelitian yang dijalankan oleh Abdi Mahsa Rizqi, Silvia Eka Mariskha dan Meyritha Trifina Sari dengan judul “Pengaruh

Self-Stigma dan Public Stigma terhadap Help-Seeking Behavior pada Mahasiswa dengan Tingkat Kesehatan Mental Rendah di Samarinda”. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2020, dengan total partisipan sebanyak 119 mahasiswa Samarinda yang memiliki tingkat kesehatan mental rendah. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa nilai self-stigma dan public stigma terhadap help-seeking behavior adalah $p = 0,577$ ($p > 0,05$) dan $p = 0,269$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh signifikan pada *self-stigma* terhadap *Help-seeking behavior* dan *public stigma* terhadap *help-seeking behavior*.

Penelitian yang dilakukan oleh Abdi Mahsa Rizqi, Silvia Eka Mariskha dan Meyritha Trifina Sari memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu pada variabel bebas dan subjek penelitian. Variabel bebas pada penelitian ini adalah *self-stigma* dan *public stigma*, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti variabel bebas nya adalah *public stigma*. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa di Samarinda yang memiliki tingkat kesehatan mental rendah, sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan pria sebagai subjek penelitian.

Penelitian selanjutnya merupakan penelitian yang dijalankan peneliti yang berasal dari luar Indonesia Prishini Ratnayake dan Chelsea Hyde dengan judul “*Mental Health Literacy, Help-Seeking Behaviors and Wellbeing in Young People: Implications for Practice*”. Penelitian ini dilaksanakan pada tahun 2019, dengan partisipan penelitian sebanyak 32 siswa SMA dengan rentang usia 16-18 tahun. Hasil penelitian ini adalah tidak adanya bukti yang mendukung adanya hubungan antara *mental health literacy*, *help-seeking behavior*, dan *well-being*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Prishini Ratnayake dan Chelsea Hyde dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel yang digunakan, dimana penelitian ini menggunakan variabel *mental health literacy*, *help-seeking behaviors*, dan *wellbeing*. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan *public stigma* dan *help-seeking*. Perbedaan juga ada pada subjek penelitian, dimana penelitian ini menggunakan siswa SMA sebagai subjek penelitian, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan pria sebagai subjek penelitian.

Penelitian selanjutnya juga berasal dari luar Indonesia Tamara Waldmann, Tobias Staiger, Nathalie Oexle dan Nicolas Rüsç dengan judul yaitu “*Mental Health Literacy and Help-Seeking among Unemployed People with Mental Health Problems*”. Penelitian ini dilaksanakan pada tahun 2019, dimana data penelitian ini diperoleh dari 301 individu yang tidak bekerja dan memiliki masalah kesehatan mental. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *mental health literacy* diukur menggunakan tiga skala dalam penelitian ini, dan semua skala terbukti berkorelasi positif dengan *help-seeking intentions* dan *help-seeking behaviors*.

Penelitian Tamara Waldmann, Tobias Staiger, Nathalie Oexle dan Nicolas Rüsç berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu pada bagian subjek penelitian. Partisipan dalam penelitian ini adalah 301 orang yang menganggur, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan pria sebagai partisipan penelitian. Pada variabel bebas juga memiliki perbedaan yaitu peneliti menggunakan variabel *public stigma* sebagai variabel bebas.

Penelitian selanjutnya yakni penelitian yang dilakukan Douglas Wendt dan Kevin Shafer (2015) dengan judul “*Gender and Attitudes about Mental Health Help Seeking: Results from National Data*”. Hasil penelitian ini menunjukkan dukungan terhadap hipotesis bahwa laki-laki lebih kecil kemungkinannya dibandingkan perempuan sikap mencari bantuan yang positif, khususnya terkait dengan masalah kesehatan mental yang umum.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang hendak peneliti lakukan terlihat pada tujuannya yang mana penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan hasil dari data nasional terkait hubungan gender dan sikap tentang kesehatan mental. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan peneliti untuk mengetahui bagaimana peranan *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria. Perbedaan lain terdapat pada pasangan variabelnya. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan variabel *public stigma* dan *help-seeking*.

Penelitian selanjutnya yakni penelitian yang dilakukan Ruth P. McNair dan Rachel Bush (2016) dengan judul “*Mental health help seeking patterns and associations among Australian same sex attracted women, trans and gender diverse people: a survey-based study*”. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar (80%) dari total sampel pernah merasakan masalah kesehatan mental selama 12 bulan terakhir. Lebih dari setengahnya mengalami depresi dan lebih dari 96% mengalami kecemasan.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang hendak peneliti lakukan terlihat pada tujuannya yang mana penelitian ini bertujuan untuk meneliti cakupan pencarian bantuan profesional dan sosial oleh perempuan yang tertarik pada

sesama jenis, dan polanya menurut sub kelompok orientasi seksual dan identitas gender. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan peneliti untuk mengetahui bagaimana peranan *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria. Perbedaan lain terdapat pada pasangan variabelnya. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan variabel *public stigma* dan *help-seeking*.

Penelitian selanjutnya yakni penelitian yang dilakukan Ruth Tobias Staiger, Maja Stiawa, Annabel Sandra Mueller Stierlin, Reinhold Kilian, Petra Beschoner, Harald Gundelm Thomas Becker, Karel Frasch, Maria Panzirsch, Max Schmaul dan Silvia KRUMM (2020) dengan judul “*Masculinity and Help-Seeking among Men with Depression: a Qualitative Study*”. Hasil penelitian ini menunjukkan sebelum mencari pengobatan, perilaku mencari bantuan laki-laki dipengaruhi secara negatif oleh norma-norma maskulin yang tertanam dalam diri mereka.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang hendak peneliti lakukan terlihat pada tujuannya yang mana penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman dan sikap laki-laki terhadap depresi, pencarian bantuan, dan penggunaan layanan dalam rangka mengembangkan layanan sensitif gender. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan peneliti untuk mengetahui bagaimana peranan *public stigma* terhadap *help-seeking* pada pria. Perbedaan lain terdapat pada pasangan variabelnya. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan variabel *public stigma* dan *help-seeking*.

Berdasarkan uraian beberapa penelitian di atas, ada sejumlah penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan variabel *public stigma* dan *help-seeking*,

namun tetap berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian ini berbeda karena mengkaji variabel *public stigma* dan *help-seeking* dengan sasaran subjek penelitian pria, dimana belum pernah ada yang meneliti sebelumnya. Oleh karena itu, penelitian ini orisinal dan dapat dipertanggungjawabkan keasliannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Addis, M. E., & Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*, 58(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.5>
- Aiken, L. R., & Groth-Marnat, G. (2008). *Pengetesan dan pemeriksaan psikologi* (Edisi ke-12). PT Indeks.
- Arini, D. P. (2021). Emerging adulthood: Pengembangan teori Erikson mengenai teori psikososial pada abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(1), 109–116. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v15i01.1377>
- Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 3–19). American Psychological Association.
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-2). Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bos, A. E. R., Pryor, J. B., Reeder, G. D., & Stutterheim, S. E. (2013). Stigma: Advances in theory and research. *Basic and Applied Social Psychology*, 35(1), 1–9. <https://doi.org/10.1080/01973533.2012.746147>
- Brown, A., Rice, S. M., Rickwood, D. J., & Parker, A. G. (2014). Systematic review of barriers and facilitators to accessing and engaging with mental health care among at-risk young people. *Asia-Pacific Psychiatry*, 6(4), 403–422.
- Bundock, K., Chan, C., & Hewitt, O. (2020). Adolescents' help-seeking behavior and intentions following adolescent dating violence: A systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 21(2), 350–366. <https://doi.org/10.1177/1524838018770412>
- Chen, J. I., Romero, G. D., & Karver, M. S. (2019). The relationship of perceived campus culture to mental health help-seeking intentions. *Journal of Counseling Psychology*, 66(2), 222–230.
- Clement, S., Schauman, O., Graham, T., Maggioni, F., Evans-Lacko, S., Bezborodovs, N., ... & Thornicroft, G. (2015). What is the impact of mental health-related stigma on help-seeking? A systematic review of quantitative and qualitative studies. *Psychological Medicine*, 45(1), 11–27.
- Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59(7), 614–625. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.7.614>
- Corrigan, P. W. (2002). The paradox of self-stigma and mental illness. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9(1), 35–53. <https://doi.org/10.1093/clipsy/9.1.35>
- Danforth, J. S., Connor, D. F., & Doerfler, L. A. (2016). The development of comorbid conduct problems in children with ADHD: An example of an

- integrative developmental psychopathology perspective. *Journal of Attention Disorders*, 20(3), 214–229.
- Fatahya, & Abidin, F. A. (2022). Literasi kesehatan mental dan status kesehatan mental dewasa awal pengguna media sosial. *HIGEA Journal of Public Health Research and Development*, 6(2), 165–175. <https://doi.org/10.15294/higeia.v6i2.49871>
- Fischer, E. H., & Turner, J. I. (1970). Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35(1, Pt. 1), 79–90. <https://doi.org/10.1037/h0029636>
- Fish, J. A., Prichard, I., Ettridge, K., Grunfeld, E. A., & Wilson, C. (2015). Psychosocial factors that influence men's help-seeking for cancer symptoms: A systematic synthesis of mixed methods research. *Psycho-oncology*, 24(10), 1222–1232. <https://doi.org/10.1002/pon.3912>
- Gourash, N. (1978). Help-seeking: A review of the literature. *American Journal of Community Psychology*, 6(5), 413–423. <https://doi.org/10.1007/BF00941418>
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2018). Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: A systematic review. *BMC Psychiatry*, 18(1), 1–12.
- Hammer, J. H., & Vogel, D. L. (2018). Men's help seeking for depression: The efficacy of a male-sensitive brochure about counseling. *The Counseling Psychologist*, 38(2), 296–313. <https://doi.org/10.1177/0011000009351937>
- Handayani, P. W., Moeis, F. R., & Ayuningtyas, D. (2021). Comparing Indonesian men's health-seeking behavior and likelihood to suffer from illness across sociodemographic factors. *Journal of Men's Health*, 17(4), 278–286. <https://doi.org/10.31083/jomh.2021.078>
- Hanif, Y. N., & Himawanto, W. (2017). *Statistik pendidikan*. Deepublish.
- Hapsari, J. H., & Karjoso, T. K. (2023). Maskulinitas dan perilaku mencari bantuan kesehatan mental pada laki-laki di negara berkembang: Literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(3), 373–383. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i3.2848>
- Kaligis, F., Indraswari, M. T., & Ismail, R. I. (2020). Stress during COVID-19 pandemic: Mental health condition in Indonesia. *Medical Journal of Indonesia*, 29(4), 436–441. <https://doi.org/10.13181/mji.bc.204640>
- Kaplan, R. M., & Saccuzzo, D. (2012). *Pengukuran psikologi* (Edisi ke-3). Salemba Humanika.
- Martin, L. A., Neighbors, H. W., & Griffith, D. M. (2013). The experience of symptoms of depression in men vs. women. *JAMA Psychiatry*, 70(10), 1100–1106. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2013.1985>
- Miller, J. L. (2011). *The relationship between identity development process and psychological distress in emerging adulthood* (Dissertation for Doctor of Philosophy). George Washington University.
- Nurdiyanto, F. A., & Setiyawati, D. (2017). Why people hesitate to help: A relationship between stigma and help-giving attitude. *ANIMA Indonesian*

Psychological Journal, 32(4), 227–234.
<https://doi.org/10.24123/aipj.v32i4.853>

- Nurdiyanto, F. A., Wulandari, R. M., & Wodong, G. M. (2021). Attitudes toward seeking professional psychological help: Adaptation and evaluation of ATSPPH-SF using the Rasch model. *Jurnal Psikologi*, 48(3), 256. <https://doi.org/10.22146/jpsi.65541>
- Oktavia, N. (2015). *Sistematika penulisan karya ilmiah* (Edisi ke-1). Deepublish.
- Oliver, M. I., Pearson, N., Coe, N., & Gunnell, D. (2005). Help-seeking behaviour in men and women with common mental health problems: Cross-sectional study. *British Journal of Psychiatry*, 186(4), 297–301. <https://doi.org/10.1192/bjp.186.4.297>
- Parent, M. C., Hammer, J. H., Bradstreet, T. C., Schwartz, E. N., & Jobe, T. (2018). Men's mental health help-seeking behaviors: An intersectional analysis. *American Journal of Men's Health*, 12(1), 64–73. <https://doi.org/10.1177/1557988315625776>
- Pescosolido, B. A. (2013). The public stigma of mental illness. *Journal of Health and Social Behavior*, 54(1), 1–21. <https://doi.org/10.1177/0022146512471197>
- Ramdani, M. F. F., Putri, A. V. I. C., & Wisesa, P. A. D. (2022). Realitas toxic masculinity di masyarakat. *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS)*, 1(1), 230–235.
- Reksoatmodjo. (2009). *Statistika eksperimen rekayasa*. PT Refika Aditama.
- Rickwood, D., & Braithwaite, V. (1994). Social-psychological factors affecting help-seeking for emotional problems. *Social Science & Medicine*, 39(4), 563–572. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(94\)90099-x](https://doi.org/10.1016/0277-9536(94)90099-x)
- Rickwood, D., & Thomas, K. (2012). Conceptual measurement framework for help-seeking for mental health problems. *Psychology Research and Behavior Management*, 5, 173–183. <https://doi.org/10.2147/prbm.s38707>
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health*, 4(3), 218–251. <https://doi.org/10.5172/jamh.4.3.218>
- Rüsch, N., Corrigan, P. W., Todd, A. R., & Bodenhausen, G. V. (2010). Implicit self-stigma in people with mental illness. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 198(2), 150–153. <https://doi.org/10.1097/nmd.0b013e3181cc43b5>
- Sagar-Ouriaghli, I., Godfrey, E., Bridge, L., Meade, L., & Brown, J. S. L. (2019). Improving mental health service utilization among men: A systematic review and synthesis of behavior change techniques within interventions targeting help-seeking. *American Journal of Men's Health*, 13(3). <https://doi.org/10.1177/1557988319841010>
- Sakina, I., & Dessy Siti, A. (2017). Menyoroti budaya patriarki di Indonesia. *Social Work Journal*, 7(1), 71–80.
- Sanghvi, P., Mehrotra, S., & Sharma, M. K. (2022). Development of a technology-based intervention to improve help-seeking in distressed non-treatment-seeking young adults with common mental health concerns. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.39108>

- Santoso, A. (2010). Studi deskriptif effect size penelitian-penelitian di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. *Jurnal Penelitian*, 14(1).
- Saputro, D. H., & Candrasari, S. (2018). Isu gender dalam profesi public relations di Indonesia. *Communicology: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6(1), 77–102.
- Schnyder, N., Panczak, R., Groth, N., & Schultze-Lutter, F. (2017). Association between mental health-related stigma and active help-seeking: Systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry*, 210(4), 261–268. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.116.198211>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D*.
- Topkaya, N. (2014). Gender, self-stigma, and public stigma in predicting attitudes toward psychological help-seeking. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 14(2), 480–487.
- Utami, M. S., Maria, G., & Wodong, A. (2023). The role of mental health knowledge and perceived public stigma in predicting attitudes towards seeking formal psychological help. *Jurnal Psikologi*, 50(1), 1–17. <https://doi.org/10.22146/jpsi.71727>
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Ascherman, P. L. (2009). Measuring perceptions of stigmatization by others for seeking psychological help: Reliability and validity of a new stigma scale with college students. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 301–308. <https://doi.org/10.1037/a0014903>
- World Health Organization (WHO). (2023, October 10). World Mental Health Day: Mental health is a universal human right. <https://www.who.int/southeastasia/news/detail/10-10-2023-world-mental-health-day-mental-health-is-a-universal-human-right>
- Yeshanew, B., Belete, A., & Necho, M. (2020). Help-seeking intention and associated factors towards mental illness among residents of Mertule Mariam town, East Gojam zone, Amhara region, Ethiopia: A mixed-method study. *Annals of General Psychiatry*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12991-020-00261-y>