

**HUBUNGAN *SELF STIGMA* DAN KEMANDIRIAN
DENGAN SIKAP TERHADAP PENCARIAN
BANTUAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA
UNISMA BEKASI**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Bidang Psikologi



Oleh

PUTRI LAILA ZALFAA

41183507190033

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ISLAM 45
BEKASI
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan *Self Stigma* dan Kemandirian dengan Sikap terhadap
Pencarian Bantuan Psikologis pada Mahasiswa UNISMA Bekasi

Penyusun : Putri Laila Zalfaa

NPM : 41183507190033

Bekasi, 22 Juli 2024

Menyetujui:

Pembimbing,



Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si.

Mengetahui:

Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN

Hubungan *Self Stigma* dan Kemandirian dengan Sikap terhadap Pencarian
Bantuan Psikologis pada Mahasiswa UNISMA Bekasi



Dipersiapkan dan disusun oleh:

Putri Laila Zalfaa

41183507190033

Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

pada tanggal: 22 Juli 2024

dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

di Universitas Islam 45

pada tanggal: 22 Juli 2024

Dewan Penguji:

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog ()
Sekretaris : Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si. ()
Anggota : 1. Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si. ()
2. Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog ()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putri Laila Zalfaa

NPM : 41183507190033

Judul : Hubungan *Self Stigma* dan Kemandirian dengan Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Islam 45 maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
 - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan penelitian) yaitu mengarang, mencatat, dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
 - b. *Falsifikasi*, yaitu perubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian.
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran proses, objek, dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45.

Bekasi, 22 Juli 2024
Yang Membuat Pernyataan,



Putri Laila Zalfaa
41183507190033

CURRICULUM VITAE

A. Data Diri

Nama : Putri Laila Zalfaa
Tempat, tanggal lahir : Purworejo, 30 April 2001
Alamat : Jatimulya, Tambun Selatan, Kab. Bekasi
No. Telepon : 089699771785
Email : putlailaz@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

No	Jenis Pendidikan	Nama Lembaga	Tahun
1.	Perguruan Tinggi	Universitas Islam 45 Bekasi	2019-2024
2.	Sekolah Menengah Akhir (SMA)	SMAN 5 Tambun Selatan	2016-2019
3.	Sekolah Menengah Pertama (SMP)	SMPN 4 Tambun Selatan	2013-2016
4.	Sekolah Dasar (SD)	SDIT Nurul Fikri	2007-2013

C. Riwayat atau Pengalaman Organisasi & Pekerjaan

Lembaga/Instansi	Tahun
Pengalaman Organisasi Himpunan Mahasiswa Psikologi - Staf Biro Keuangan	2020-2021
Pengalaman Kerja/Magang Yayasan Sentra Psikomedika - Asisten Psikolog - Staf Administrasi - Panitia Program Organisasi Penggerak (POP)	2022-2023

MOTTO

“Work, work, work, so perfect that it hurt don’t it? Surf on ‘em.”

XG – Woke Up

Everything will be fine. I’ll be fine. You’ll be fine.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan yang Maha Esa, Allah SWT, atas segala rahmat serta karunianya sehingga penulis dapat diberikan kesempatan untuk menyusun dan menyelesaikan tugas akhir berupa Skripsi dengan judul “Hubungan *Self Stigma* dan Kemandirian dengan Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis pada Mahasiswa Unisma Bekasi”. Adapun tujuan penulisan skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana dalam Bidang Psikologi.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung, membimbing, serta membantu penulis selama proses penyusunan skripsi. Tanpa adanya dukungan dari mereka semua penulis tidak akan bisa sampai di titik ini. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa dengan sabar meluangkan waktunya untuk membimbing serta mendukung penulis selama pengerjaan skripsi ini.
2. Dewan Penguji di antaranya Ibu Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog, Ibu Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si., Ibu Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog, dan Bapak Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si.
3. Ibu Lucky Purwantini, S.Psi., MA. selaku Dosen Pembimbing Akademik.
4. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi, Universitas Islam 45 Bekasi.
5. Bapak Drs. Yanto Supriyatno, M.SI., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Islam 45 Bekasi.
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dalam bidang psikologi selama penulis menjalani perkuliahan.

7. Seluruh responden penelitian yang merupakan mahasiswa Universitas Islam 45 Bekasi serta para staf administrasi dan tata usaha yang telah membantu penulis perihal surat dan perizinan.
8. Keluarga penulis yaitu Ibu, Bapak, dan Adik yang senantiasa menjadi *support system* yang paling berharga bagi penulis.
9. Teman-teman Program Studi Psikologi angkatan 2019 Universitas Islam 45 Bekasi yang telah berjuang bersama untuk menyelesaikan perkuliahan.
10. Teman seperjuangan penulis yaitu Hani Khulsum, Alifa Regina S., Yenis Lorenza, dan Dea Fakhirah. Terima kasih sudah menjadi teman penulis sejak awal perkuliahan.
11. Para kakak tingkat dan adik tingkat Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang telah membantu serta memberikan masukan maupun ilmu kepada penulis selama menjalani perkuliahan.
12. Diri saya sendiri yang telah berjuang hingga sejauh ini.

Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembacanya. Penulis juga menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna akibat keterbatasan yang penulis miliki. Oleh karena itu penulis sangat terbuka dengan kritik dan saran yang membangun sehingga dapat dijadikan pembelajaran, perbaikan, serta penyempurnaan bagi penulis maupun peneliti lainnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan fenomena terkait.

Bekasi, 22 Juli 2024

Putri Laila Zalfaa

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Kajian Pustaka	11
1. Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis.....	11
2. <i>Self-Stigma</i>	15
3. Kemandirian	18
B. Kerangka Berpikir	21
C. Hipotesis	23
D. Orisinalitas Penelitian yang akan dilakukan	25
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Desain Penelitian	29
B. Identifikasi dan Operasional Variabel	29
1. Identifikasi Variabel.....	29
2. Definisi Konseptual	30
3. Definisi Operasional	31
C. Subjek, Tempat, & Waktu Penelitian	32
1. Subjek Penelitian	32
2. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	32

3.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	33
D.	Teknik Pengumpulan Data	34
1.	Wawancara	34
2.	Skala Psikologi.....	35
E.	Teknik Analisis Data.....	45
1.	Teknik Deskriptif.....	45
2.	Teknik Pengujian Asumsi.....	46
3.	Teknik Pengujian Hipotesis.....	49
F.	Etika Penelitian.....	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI.....		53
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	53
B.	Deskripsi Demografis Subjek Penelitian.....	53
1.	Jenis Kelamin.....	54
2.	Usia.....	54
3.	Angkatan	55
4.	Program Studi.....	55
C.	Deskripsi Variabel Penelitian	56
1.	Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis (Y)	56
2.	<i>Self-Stigma</i> (X1)	57
3.	Kemandirian (X2).....	57
D.	Hasil Penelitian	58
1.	Hubungan <i>Self-Stigma</i> dengan Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis	58
2.	Hubungan Kemandirian dengan Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis	59
3.	Pengaruh <i>Self-Stigma</i> dan Kemandirian terhadap Sikap Pencarian Bantuan Psikologis.....	60
E.	Diskusi.....	61
F.	Keterbatasan Penelitian	73
BAB V PENUTUP.....		75
A.	Simpulan	75
B.	Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....		79

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Orisinalitas Penelitian	25
Tabel 2. Data Mahasiswa Aktif	32
Tabel 3. Tempat dan Waktu Penelitian	34
Tabel 4. Penentuan Nilai Skala Likert	36
Tabel 5. Blue Print Skala Self-Stigma of Seeking Help (SSOSH)	36
Tabel 6. Blue Print Skala Kemandirian	36
Tabel 7. Blue Print Skala Attitudes Towards Seeking Professional Psychological Help (ATSPPH)	37
Tabel 8. Hasil Expert Judgement Skala Self-Stigma of Seeking Help	39
Tabel 9. Hasil Validitas Konstruk Skala Self-Stigma of Seeking Help (SSOSH)	41
Tabel 10. Hasil Validitas Konstruk Skala Kemandirian	41
Tabel 11. Hasil Validitas Konstruk Skala Attitudes Towards Seeking Professional Psychological Help (ATSPPH)	42
Tabel 12. Kategori Reliabilitas	43
Tabel 13. Hasil Uji Reliabilitas	44
Tabel 14. Rumus Kategorisasi	45
Tabel 15. Kategorisasi Self-Stigma, Kemandirian, dan Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis	46
Tabel 16. Uji Normalitas	47
Tabel 17. Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian	48
Tabel 18. Interval Koefisien Korelasi	50
Tabel 19. Data Deskripsi Jenis Kelamin	54
Tabel 20. Data Deskripsi Usia	54
Tabel 21. Data Deskripsi Angkatan	55
Tabel 22. Data Deskripsi Program Studi	55
Tabel 23. Kategorisasi Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis	56
Tabel 24. Kategorisasi Self-Stigma	57
Tabel 25. Kategorisasi Kemandirian	57
Tabel 26. Uji Hipotesis Variabel Self-Stigma (X1) dengan Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis (Y)	58
Tabel 27. Uji Hipotesis Variabel Kemandirian (X2) dengan Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis (Y)	59
Tabel 28. Uji Regresi Linear Berganda Variabel variabel Self-Stigma dan Kemandirian terhadap Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hasil Wawancara Sikap terhadap Pencarian Bantuan Psikologis	3
Gambar 2. Hasil Wawancara <i>Self-Stigma</i>	5
Gambar 3. Hasil Wawancara Kemandirian.....	7
Gambar 4. Kerangka Berpikir	23
Gambar 5. Identifikasi Variabel.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Cek Plagiarisme Turnitin.....	85
Lampiran 2. SK Bimbingan	86
Lampiran 3. Lembar Bimbingan Skripsi	87
Lampiran 4. Tabel Revisi Sidang Draft	88
Lampiran 5. Tabel Revisi Sidang Skripsi	90
Lampiran 6. Hasil Analisis Expert Judgement	92
Lampiran 7. Hasil Deskriptif Variabel	94
Lampiran 8. Hasil Uji Asumsi	98
Lampiran 9. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	100
Lampiran 10. Hasil Uji Hipotesis	110
Lampiran 11. Hasil Preliminary.....	112

**HUBUNGAN *SELF STIGMA* DAN KEMANDIRIAN DENGAN SIKAP
TERHADAP PENCARIAN BANTUAN PSIKOLOGIS PADA
MAHASISWA UNISMA BEKASI**

Putri Laila Zalfaa (putlailaz@gmail.com)

Siti Nurhidayah (sitinurhidayah.giga@gmail.com)

Universitas Islam 45

ABSTRACT

The prevalence of depression among young Indonesians is high. The high rate of mental health problems should also be balanced with psychological help seeking. Important factors in attitudes towards seeking psychological help are influenced by self-stigma and independence. The purpose of this study was to determine the relationship between self-stigma and independence with attitudes towards seeking psychological help among UNISMA Bekasi students. This research design is quantitative correlation. The research subjects totaled 97 UNISMA Bekasi students in the 2019-2021 batch using simple random sampling technique. The correlation test results show a negative relationship between the self-stigma variable and attitudes towards seeking psychological help ($r = -0.425$, $p = 0.000$ ($p < 0.05$)) and a positive relationship between the independence variable and attitudes towards seeking psychological help ($r = 0.230$, $p = 0.024$ ($p < 0.05$)). Furthermore, there is an influence of self-stigma and independence variables on attitudes towards seeking psychological help $F = 15.083$ (0.000 ($\alpha < 0.05$)) with an influence contribution of 24.2% ($R^2 = 0.242$).

Keywords: attitude towards seeking psychological help, self-stigma, independence

ABSTRAK

Prevalensi depresi pada penduduk Indonesia usia muda cukup tinggi. Tingginya masalah kesehatan mental seharusnya juga diimbangi dengan pencarian bantuan psikologis. Faktor penting sikap terhadap pencarian bantuan psikologis dipengaruhi oleh *self-stigma* dan kemandirian. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self-stigma* dan kemandirian dengan sikap terhadap pencarian bantuan psikologis pada mahasiswa UNISMA Bekasi. Desain penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Subjek penelitian berjumlah 97 mahasiswa UNISMA Bekasi Angkatan 2019-2021 dengan teknik *simple random sampling*. Hasil uji korelasi menunjukkan hubungan negatif antara variabel *self-stigma* dengan sikap terhadap pencarian bantuan psikologis ($r = -0,425$, $p = 0,000$ ($p < 0,05$)) dan hubungan positif antara variabel kemandirian dengan sikap terhadap pencarian bantuan psikologis ($r = 0,230$, $p = 0,024$ ($p < 0,05$)). Selanjutnya terdapat pengaruh variabel *self-stigma* dan kemandirian terhadap sikap pencarian bantuan psikologis $F = 15,083$ ($0,000$ ($\alpha < 0,05$)) dengan sumbangan pengaruh sebesar 24,2% ($R^2 = 0,242$).

Kata kunci: sikap terhadap pencarian bantuan psikologis, self-stigma, kemandirian

ORIGINALITY REPORT

20%
SIMILARITY INDEX

19%
INTERNET SOURCES

8%
PUBLICATIONS

5%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1 jurnal.unpad.ac.id **3%**
Internet Source

2 jip.fk.unand.ac.id **2%**
Internet Source

3 123dok.com **<1%**
Internet Source

4 core.ac.uk **<1%**
Internet Source

5 repository.radenintan.ac.id **<1%**
Internet Source

6 repository.umy.ac.id **<1%**
Internet Source

7 www.scribd.com **<1%**
Internet Source

8 repository.ub.ac.id **<1%**
Internet Source

9 eprints.walisongo.ac.id **<1%**
Internet Source
