

**Gambaran Permasalahan dan Perilaku Mencari Bantuan
(*Help Seeking Behavior*) pada Remaja Awal**

Proposal Penelitian Mandiri



DISUSUN OLEH:

Ketua : Salmiyati, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Anggota: Hirmaningsih, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Putri Miftahul Jannah
Elsa Andriyani

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
2021**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Jl. H. R. Soebrantas KM 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani – Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telepon (0761) 562051; Faksimili (0761) 562052;
Web: ip2m.uin-suska.ac.id, Email: lppm@uin-suska.ac.id

PENGESAHAN

Nomor: 29 /Un.04/LI/TL.01/01/2022

Judul : Gambaran Permasalahan dan Perilaku Mencari Bantuan
(*Help Seeking Behavior*) pada Remaja Awal

Ketua : Salmiyati, M.Psi

Anggota : Hlrmaningsih, M.Psi., Psikolog
Putri Miftahul Jannah, M.Psi.T
Elsa Andriyani

Fakultas/Unit : Fakultas Psikologi

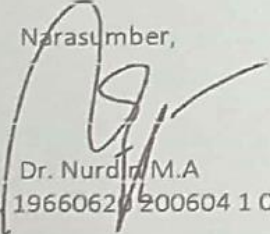
Jenis Penelitian : Mandiri semester ganjil 2021/2022

Lokasi : Pekanbaru

Waktu : Bulan Oktober s/d Januari Tahun 2022

Telah diseminarkan pada
Hari/Tanggal: Senin, 17 Januari 2022

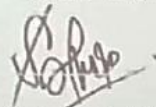
Narasumber,


Dr. Nurdin, M.A
NIP. 19660620200604 1 015

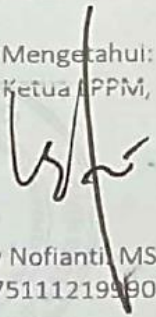
Narasumber

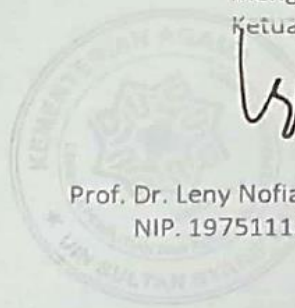

Dr. Maghfirah, M.A
NIP. 19741025 200312 1 002

Ketua Tim,


Salmiyati, M.Psi
NIP. 198808172019032013

Mengetahui:
Ketua PPM,


Prof. Dr. Leny Nofianti, MS, SE, M.Si.Ak.
NIP. 197511121990302001



KATA PENGANTAR



Alhamdulillahirobbil'alamiin. Segala puji bagi Allah SWT, Rabb semesta alam. Tiada pujian melainkan hanya kepada-Nya. Dialah Allah, Tuhan yang menunjukkan bahwa keberhasilan tidak dapat diraih tanpa kerja keras dan kegigihan. Berkat limpahan rahmat-Nya pula peneliti dapat menyelesaikan laporan penelitian ini.

Shalawat dan salam senantiasa kita sampaikan untuk Nabi Muhammad SAW. Rasul yang telah memberikan teladan bagi kita dalam kerja keras, kegigihan dalam mencapai cita-cita. Shalawat dan salam ini semoga tersampaikan pula untuk keluarga beliau dan umat-Nya.

Alhamdulillah, selama proses penelitian banyak hal yang dilalui dan dirasakan dan pada akhirnya, siapa yang berada di jalan yang dituju maka dia akan sampai. Peneliti menyadari bahwa laporan penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu peneliti mengharapkan saran dan perbaikan dari berbagai pihak. Atas bantuan, bimbingan dan dukungan yang telah diberikan, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Hairunas, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Ibu Prof. Dr. Leny Nofianti. MS, SE, M.Si.Ak selaku ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Kepala Pusat Penelitian dan Penerbitan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
4. Bapak dan Ibu narasumber yang telah memberikan saran dan masukan untuk kesempurnaan laporan penelitian ini.
5. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner dalam penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan laporan penelitian ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan yang perlu diperbaiki. Untuk itu peneliti

mengharapkan saran dan kritik yang membangun laporan ini, sehingga dapat bermanfaat bagi siapapun yang membacanya.

Pekanbaru, Januari 2022

Tim Peneliti

DAFTAR ISI

COVER	
LEMBAR PENGESAHAN	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian	2
D. Studi Keaslian Penelitian	3
E. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Perspektif Teoritis	5
1. Pengertian Perilaku Mencari Bantuan (<i>Help Seeking Behaviour</i>)	5
2. Dimensi Perilaku Mencari Bantuan (<i>Help Seeking Behaviour</i>)	5
3. Kategori <i>Help Seeking Behaviour</i>	6
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Mencari Bantuan (<i>Help Seeking Behaviour</i>)	6
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	8
A. Desain Penelitian	8
B. Definisi Operasional	8
C. Populasi dan Sampel	8
D. Teknik Pengambilan Sampel	9
E. Metode Pengambilan Data	10
F. Reliabilitas	10
BAB IV HASIL PENELITIAN	11
A. Pelaksanaan Penelitian	11
B. Hasil Penelitian	11
1. Deskripsi Subjek	11
2. Gambaran Permasalahan dalam Kehidupan Remaja	12
3. Hasil Uji Beda	14
BAB V PENUTUP	16
A. Kesimpulan	16
B. Saran	16
DAFTAR PUSTAKA	17

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Siswa sekolah menengah pertama adalah individu yang memasuki usia remaja. Pada saat ini mereka memiliki 2 perubahan besar. Perubahan dalam tubuh yang ditandai dengan tibanya masa pubertas dan perubahan dalam jenjang pendidikan dari sekolah dasar ke sekolah menengah. Dalam dunia sekolah, remaja smp mengalami banyak perubahan di tahun pertamanya yang terkait dengan penyesuaian yang menjadi titik masalah yang harus dihadapi oleh remaja ketika berada di jenjang pendidikan baru, baik dalam bidang akademisi maupun lingkungan sosial, dengan adanya teman-teman yang baru.

Selain perubahan yang terjadi dalam diri individu pada dua masa transisi tersebut, berlakunya sistem belajar daring akibat pandemic covid 19 membuat remaja kurang optimal bersosialisasi, sehingga menghambat interaksi dan mengurangi dukungan teman sebaya bila mereka memiliki masalah. Dengan adanya pandemi *covid 19* ini, pemerintah mengeluarkan surat edaran dengan menginstruksikan seluruh warga Negara Indonesia untuk berdiam diri di rumah dan tidak dianjurkan keluar rumah jika tidak mendesak. Efek dari sebaran *covid-19* ini telah memaksa adanya kebijakan *social distancing*, atau dikenal dengan *physical distancing* (untuk menjaga jarak fisik), sebagai upaya untuk meminimalisir dan mencegah *covid-19*. Secara umum, kebijakan itu dibuat sebagai upaya memperlambat laju sebaran virus *covid-19* di lingkungan masyarakat. Untuk hal tersebut, WHO, menggunakan beberapa istilah yaitu *social distancing*, *physical distancing*, karantina dan isolasi. Namun ada juga salah satu program yang disebut PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) yang kemudian dilanjutkan dengan adanya Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) dimana tidak boleh adanya interaksi antara sesama manusia di suatu lingkungan tertentu. Hal ini juga berlaku untuk seluruh jenjang pendidikan yang ada di Indonesia. Sehingga para siswa dianjurkan untuk belajar dari rumah tanpa perlu untuk datang sekolah mereka masing-masing.

Hal ini membuat proses belajar mengajar dengan metode tatap muka sedikit terganggu, karena harus menggunakan media online seperti *zoom* atau *google meet*.

Belajar merupakan perubahan tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatan misalnya dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru dan lain sebagainya, Sadirman (dalam Kartini, Rohaeti, dan Fatimah, 2020). Dengan belajar daring, proses belajar dan bersosialisasi menjadi tidak optimal. Apalagi dengan lebih banyaknya bermain hp di rumah maka bila tidak selektif maka akan mudah mengenai terpaan media yang kurang baik seperti kecanduan game online, *cyber bullying* dan sebagainya.

Dengan segala perubahan yang terjadi pada remaja yang harus dihadapi maka tentu saja akan menimbulkan berbagai permasalahan. Bila siswa mendapat kendala maka ada yang berusaha menyelesaikannya sendiri dan ada pula yang mencari bantuan. Namun ada pula yang tidak terpikirkan mencari bantuan, apalagi bila di rumahnya tidak memiliki kakak untuk dijadikan teman. Dengan adanya kejadian tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran permasalahan dan perilaku mencari bantuan (*help seeking*) remaja awal yang berstatus siswa smp yang saat ini sebagian masih menjalankan proses belajar online dan kurang kesempatan untuk mengalami banyak hal. Perilaku mencari bantuan pada remaja didefinisikan sebagai tindakan atau kegiatan yang dilakukan oleh remaja yang merasa dirinya membutuhkan bantuan pribadi, psikologis, bantuan afektif atau kesehatan atau pelayanan sosial yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhannya dengan cara yang positif.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dideskripsikan peneliti, maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan suatu permasalahan, yaitu bagaimana gambaran masalah dan perilaku mencari bantuan remaja awal selama masa pandemi *covid 19* ini.

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini untuk mengetahui gambaran perilaku mencari bantuan mahasiswa baru selama masa pandemi *covid 19*

D. STUDI KEASLIAN PENELITIAN

Penelitian ini didasari dengan penelitian terdahulu yang telah meneliti kajian *help seeking behavior* pada remaja. Berikut beberapa penelitian terkait *help seeking behavior* yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu, diantaranya sebagai berikut:

1. Penelitian berjudul *Adolescent's Views on Seeking Help for Emotional and Behavioural Problems: A Focus Group Study* oleh van den Toren et al (2019) dalam penelitiannya menunjukkan hasil bahwa remaja lebih suka mencari bantuan pada seseorang yang dapat mereka percayai ketika masalah yang dialami semakin parah.
2. Penelitian berjudul *Correlates of Help-Seeking Behaviour in Adolescents Experiencing A Recent Negative Life Event* oleh Houle et al (2013) dimana dalam penelitiannya perilaku mencari bantuan dibagi menjadi dua bentuk yakni mencari bantuan melalui pihak formal dan informal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada saat mengalami masalah remaja sering mencari bantuan dari pihak-pihak informal seperti teman, orang tua, saudara, maupun kerabat. Sedangkan yang cenderung mencari bantuan dari pihak formal adalah ibu dari reemaja yang mengalami masalah tersebut.
3. Penelitian berjudul *Perilaku Mencari Bantuan pada Siswa Korban Perundungan* oleh Winarni (2017), dalam penelitiannya menunjukkan hasil bahwa ketika dihadapi masalah siswa mencari bantuan secara semi-formal yakni kepada guru wali kelas atau guru BK dan bantuan secara informal seperti pada orangtua, saudara, dan teman.

E. MANFAAT PENELITIAN

Yang dinamakan penelitian, di samping memiliki tujuan, tentu juga memiliki manfaat. Manfaat yang ingin peneliti capai adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk memperluas wacana pengetahuan tentang gambaran mencari bantuan yang di alami oleh remaja awal (remaja smp) baru selama proses belajar pada masa pandemi *Covid19*.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi seluruh masyarakat, khususnya kalangan akademisi, agar membuka kesadaran bahwa remaja harus mampu beradaptasi terhadap segala perubahan keadaan yang tidak terduga.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. PERSPEKTIF TEORITIS

1. Pengertian Perilaku Mencari Bantuan (*Help Seeking Behaviour*)

Asley dan Vangie (2005) mendefinisikan *help seeking behaviour* sebagai suatu pencarian bantuan kepada orang lain yang jelas memiliki peran karena akan menguntungkan bagi orang yang membutuhkan. Perilaku mencari bantuan juga didefinisikan oleh Rickwood dkk (2005) sebagai bentuk komunikasi seseorang dengan orang lain untuk mendapatkan bantuan dalam memahami, memberi saran, memberi informasi, mengobati dan memberi bantuan secara umum dalam meanggapi masalah atau pengalaman yang menyedihkan yang dialami.

Dengan pemaparan di atas dapatlah disimpulkan bahwa *help seeking behavior* adalah perilaku mencari bantuan yang bertujuan untuk menyelesaikan bantuan yang bertujuan untuk menyelesaikan persoalan yang dialami.

2. Dimensi Perilaku Mencari Bantuan (*Help Seeking Behaviour*)

Debra Rickwood (2012) mengungkapkan dimensi-dimensi Perilaku Mencari Bantuan (*Help Seeking Behaviour*) adalah

- a. Proses, merupakan serangkaian usaha yang dilakukan untuk mendapatkan bantuan. Proses disini menekankan pada perilaku atau sikap orang tersebut dalam mencari bantuan.
- b. Bantuan, berkaitan dengan karakteristik bantuan yang dibutuhkan. Hal ini berkaitan dengan sumber dan tipe bantuan yang dibutuhkan
- c. Permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan mental yang membutuhkan bantuan

3. Kategori *Help Seeking Behaviour*

Barker (2007) membagi perilaku mencari bantuan pada remaja menjadi 3 kategori:

- a) Membantu mencari kebutuhan kesehatan yang spesifik, termasuk layanan kesehatan (dalam sistem perawatan kesehatan formal atau dari penyembuh tradisional dan apoteker), serta mencari informasi terkait kesehatan. Hal ini umumnya disebut perilaku mencari bantuan kesehatan.
- b) Membantu mencari kebutuhan perkembangan normatif, termasuk bantuan dalam menyelesaikan sekolah, atau bantuan yang terkait dengan orientasi/ pelatihan kejuruan, atau pencarian pekerjaan; formasi dan keprihatinan hubungan; memahami perubahan yang berhubungan dengan seksualitas atau pubertas; dan/atau masalah lain yang sering dikaitkan dengan masa remaja.
- c) Perilaku mencari bantuan terkait dengan stres atau masalah pribadi, seperti dalam kasus krisis keluarga; kekerasan keluarga atau korban kekerasan; tekanan hubungan; kebutuhan finansial akut; tunawisma; dan/atau kebutuhan atau masalah yang berkaitan dengan penyakit kronis atau akut.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat tiga kategori dalam *help seeking behaviour*. Pertama, membantu mencari kebutuhan kesehatan spesifik, misalnya layanan kesehatan, Kedua, membantu mencari kebutuhan perkembangan normatif, misalnya bantuan memilih jurusan. Ketiga, membantu berkaitan dengan stres atau masalah pribadi, misalnya bantuan untuk korban kekerasan.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Mencari Bantuan (*Help Seeking Behaviour*)

Liang dkk (2005) mengemukakan ada tiga faktor dalam mencari bantuan, yaitu

- a. Individu, Hal ini berkaitan dengan pemaknaan dan penilaian individu terhadap berbagai masalah yang dialami sehingga muncul keinginan dalam diri individu untuk mencari bantuan sampai pada pemilihan sumber bantuan.

- b. Interpersonal, Hal ini berkaitan dengan hubungan individu dengan orang lain baik yang berkaitan dengan permasalahan yang dihadapinya baik secara langsung maupun tidak langsung.
- c. Kultur Sosial. Hal ini berkaitan dengangender dan budaya.

Dengan demikian terdapat 3 faktor dalam mencari bantuan yaitu factor invidu, factor interpersonal dan factor kultur sosial.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif yang berbentuk survey. Yang akan melihat gambaran permasalahan remaja awal (remaja smp) saat ini dan perilaku mencari bantu yang dihadapinya.

B. Definisi Operasional

Help Seeking adalah perilaku aktif dalam mencari bantuan dari orang lain . Yang akan dilihat digali lebih lanjut berkaitan dengan

1. Proses, merupakan serangkaian usaha yang dilakukan untuk mendapatkan bantuan. Proses disini menekankan pada perilaku atau sikap orang tersebut dalam mencari bantuan.
2. Bantuan, berkaitan dengan karakteristik bantuan yang dibutuhkan. Hal ini berkaitan dengan sumber dan tipe bantuan yang dibutuhkan. Bantuan yang dicari seseorang dapat diminta dari sumber bantuan secara
 - (a) Informal, yakni melalui anggota keluarga (orang tua, saudara kandung, keluarga/kerabat) atau rekan – rekan (teman atau sahabat);
 - (b) Formal, yakni melalui profesional kesehatan (dokter, psikolog, guru, dan pekerja sosial) dan organisasi berbasis masyarakat (Rickwood, dkk., 2005)
3. Permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan mental yang membutuhkan bantuan

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiono, 2013: 61). Populasi dalam penelitian ini remaja awal di sebuah smp yang berjumlah sekitar 500 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiono, 2013:62). Dalam menentukan sampel untuk penelitian ini, peneliti menggunakan rumus sampel dari Krecjie dan Morgan (1970) sebagai berikut:

$$n = \frac{X^2 \cdot N \cdot P(1 - P)}{(N - 1) \cdot d^2 + X^2 \cdot P(1 - P)}$$

Keterangan:

- n : ukuran sampel
- N : ukuran populasi
- X^2 : nilai Chi kuadrat untuk 1 derajat kebebasan dengan tingkat *confidence* ($1,96 \times 1,96 = 3,841$)
- P : proporsi populasi (diasumsikan 0,5 agar dapat memaksimalkan ukuran sampel)
- d : galat pendugaan (tingkat akurasi 0,05)

Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah:

$$n = \frac{3,841 \times 500 \times 0,5(1 - 0,5)}{(500 - 1) \cdot 0,05^2 + 3,841 \times 0,5(1 - 0,5)}$$

$$n = \frac{480,125}{2,20775}$$

$$n = 217,47253$$

Jadi, sampel minimal dalam penelitian ini adalah sebanyak 217 orang.

D. Teknik pengambilan sampel

Teknik sampling merupakan suatu proses seleksi sampel yang dibutuhkan dalam penelitian dari populasi yang ada, sehingga jumlah sampel mewakili keseluruhan populasi yang ada (Sugiyono, 2015:62). Dalam penelitian ini teknik samplingnya menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu penentuan anggota sampel peneliti mengambil wakil-wakil dari tiap-tiap kelompok yang ada dalam populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota subjek yang ada dalam masing-masing kelompok tersebut.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara-cara yang dapat dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data (Arikunto, 2002: 126). Pengumpulan data didapatkan dari instrumen penelitian yang peneliti gunakan sebagai alat bantu dalam mengumpulkan data penelitian. Dalam penelitian ini, alat pengumpulan data menggunakan skala. Menurut Azwar (2009: 4), skala merupakan stimulus berupa pertanyaan atau pernyataan yang mengungkap indikator perilaku dari suatu atribut tertentu yang diterjemahkan dalam bentuk aitem-aitem. Skala yang digunakan dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang dalam hal ini remaja tentang fenomena sosial. Dalam penelitian ini skala terdiri dari skala *Help Seeking*.

F. Reliabilitas

Reliabilitas adalah ketepatan atau konsistensi hasil ukur yang memiliki makna kecermatan pengukuran. Ciri-ciri instrument ukur yang berkualitas baik salah satunya yakni reliabel, yang artinya mampu menghasilkan skor cermat dengan eror pengukuran yang kecil (Azwar, 2015). Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas (r_{xx}) yang nilainya berada dalam rentang 0 hingga 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya semakin rendah nilai koefisien reliabilitas mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2015).

Skala penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala *Help Seeking* yang dikembangkan oleh Vogel et al (2006) yang diberi nama *Self-Stigma of Seeking Help Scale* (SSOSH) yang terdiri dari 10 aitem pernyataan. Skala SSOSH ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,91 yang mana artinya bahwa skala SSOSH ini telah teruji dan layak untuk dapat digunakan dalam mengukur *help seeking behaviour*.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Pengumpulan data dilakukan dengan memberika skala penelitian kepada subjek penelitian dalam bentuk *google form* secara *online* dengan menyebarkan link <http://tiny.cc/survei-kehidupanremaja> melalui jejaring sosial media *whatsapp*. Penyebaran skala mulai dilakukan tanggal 14 Desember 2021. Jumlah *google form* yang kembali kepada peneliti sebanyak 240, namun 3 orang subjek tidak mengisi, karena tidak bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini. Oleh karenanya data yang akan dianalisa berjumlah 237.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 237 orang, dengan gambaran demografis subjek sebagai berikut:

Tabel 4.1: Data Deskriptif subjek berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis Kelamin	persentasi (%)	Frekuensi
1.	Laki-laki	19,4	46
2.	Perempuan	80,6	191
Jumlah		100	237

Dari tabel 4.1 di atas, diketahui bahwa subjek perempuan memiliki jumlah paling banyak yaitu 80.3% dari pada jumlah subjek laki-laki yaitu sekitar 19,7%.

Tabel 4.2: Data deskriptif subek berdasarkan usia

No	Usia	persentasi (%)	Frekuensi
1.	11 Tahun	0,8	2
2.	12 Tahun	29,6	71
3.	13 Tahun	33,3	80
4.	14 Tahun	22,9	55
5.	15 Tahun	10,4	25
6.	16 Tahun	1,7	4
Jumlah		100	237

Dari tabel 4.2 didapatkan hasil bahwa usia subjek pada penelitian ini berkisar dari 11-16 tahun. Usia 13 tahun merupakan usia yang paling banyak menjadi subjek yaitu sebanyak 80

orang (33,3%) dan jumlah subjek paling sedikit berada pada usia 11 tahun sebanyak 2 orang (0,8%).

Tabel 4.3: Data deskriptif subjek berdasarkan tingkatan kelas

No	Tingkatan Kelas	persentasi (%)	Frekuensi
1.	Kelas VII	49,1	116
2.	Kelas VIII	37	87
3.	Kelas IX	13,9	34
Jumlah		100	237

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, diketahui bahwa subjek pada penelitian ini paling banyak masih berada di kelas VII (1 SMP) dengan jumlah 116 orang (49,1%), dan paling sedikit berada di kelas IX (3 SMP) yaitu 34 orang (13,9%).

Tabel 4.4: Data deskriptif subek berdasarkan tempat tinggal bersama

No	Tinggal bersama	persentasi (%)	Frekuensi
1.	Orangtua	89,5	212
2.	Lain-lain	10,5	25
Jumlah		100	237

Bila melihat bersama siapa subjek tinggal, maka dari table 4.4 diketahui bahwa sebanyak 212 orang subjek tinggal bersama kedua orang tua, dan 25 orang subjek ada yang tinggal bersama salah ayah atau ibu saja, nenek, dan saudara. Hal ini berarti bahwa lebih dari setengah subjek masih tinggal bersama kedua orangtua.

2. Gambaran permasalahan dalam kehidupan remaja

Selain dari gambaran demografi subjek penelitian, Penelitian ini juga mendapatkan gambaran tentang kehidupan sehari-hari remaja. Adapun gambaran kehidupan sehari-hari remaja sebagai berikut:

Tabel 4.5 : Interaksi dengan teman sebaya

No	Interaksi remaja	persentasi (%)	Frekuensi
1.	Merasa memiliki sahabat	64,3	176
2.	Merasa tidak memiliki sahabat	31,9	87
3.	Merasa diabaikan	3,8	10
Jumlah		100	237

Berdasarkan dari data diatas, diketahui bahwa sebanyak 176 subjek merasa memiliki sahabat. Kemudian diikuti oleh 87 subjek yang merasa tidak memiliki sahabat dan 10 subjek lainnya merasa diabaikan.

Tabel 4.6: Terlibat kenakalan remaja

No	Terlibat kenakalan remaja	persentasi (%)	Frekuensi
1.	Kecanduan game	25,2	69
2.	Berkelahi	16,8	46
3.	Menonton konten porno	2,1	5
4.	Merokok	1,7	4
5.	Tidak pernah terlibat	54,6	149
	Jumlah	100	237

Berdasarkan data diatas, diketahui bahwa sebanyak 149 subjek tidak pernah terlibat dengan masalah kenakalan remaja. Kemudian diikuti dengan 69 subjek yang pernah mengalami kecanduan game, 46 subjek yang pernah berkelahi, 5 subjek yang pernah menonton konten porno, dan 4 subjek lainnya yang merokok.

Tabel 4.7 Gambaran umum kehidupan remaja

No	Aspek kehidupan remaja	Hasil
1.	Kondisi yang dirasakan sebagai permasalahan	a. Mengalami kecemasan terhadap penampilan b. Permasalahan yang disebabkan oleh munculnya jerawat c. Permasalahan menstruasi pada remaja putri d. Permasalahan yang berhubungan dengan kesehatan. e. Bau badan
2.	Kehidupan sekolah	a. Merasa takut untuk pergi ke sekolah b. Memiliki nilai rapor merah c. Bolos sekolah d. Dilarang untuk mengikuti kegiatan ekstra kurikuler sekolah
3.	Strategi koping saat menghadapi masalah	a. Melakukan hal yang dapat menghibur b. Memendam masalah itu sendiri c. Tidur d. Bercerita kepada orang terdekat e. Membaca buku f. Mencari informasi di internet

No	Aspek kehidupan remaja	Hasil
4.	Lingkungan tempat bercerita	a. Sahabat b. Orangtua c. Guru, Pacar dan Kakak
5.	Sumber bantuan	a. Guru (ustadz/ustadzah) b. Guru BK c. Orangtua/dokter d. Teman e. Psikolog f. Sebagian besar tidak pernah mendapatkan bantuan dari siapapun

3. Hasil Uji beda

Data yang diperoleh juga dianalisis untuk mengetahui perbedaan *self-stigma* pada remaja berdasarkan perbedaan jenis kelamin, tingkatan kelas dan suku. Adapun hasil yang di sebagai berikut:

Tabel 4.8: Perbedaan *self-stigma* remaja berdasarkan jenis kelamin, tingkatan kelas dan suku

No	Aspek	F	Sig	Keterangan
	Jenis kelamin			
1.	Laki-Laki Perempuan	0,306	0,581	Tidak ada perbedaan
	Tingkatan Kelas			
2.	VII VIII IX	0,442	0,643	Tidak ada perbedaan
	Suku			
	Minang			
3.	Jawa Melayu Lain-Lain Batak	1,495	0,204	Tidak ada perbedaan

Berdasarkan tabel 4.8 di atas diketahui bahwa berdasarkan perbedaan jenis kelamin, tidak terdapat perbedaan *self-stigma* pada remaja laki-laki dan remaja perempuan dengan nilai $p = 0,581$ ($p > 0.05$). Selanjutnya pada tingkatan kelas, diperoleh hasil bahwa tidak terdapat perbedaan *self-stigma* pada remaja yang duduk di kelas VII, VIII dan IX yang terlihat dari nilai $p = 0,643$ ($p > 0.05$). Hal yang sama juga diperoleh dari uji coba berdasarkan perbedaan suku, bahwa tidak ada perbedaan *self-stigma* remaja yang bersuku minang, jawa, melayu, batak dan lain-lain. Oleh karena itu, dari hasil analisis uji beda yang telah dilakukan, bahwa tidak terdapat perbedaan *self-stigma* pada remaja jika ditinjau dari jenis kelamin, tingkatan kelas dan suku.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa gambaran permasalahan dan perilaku mencari bantuan (*help seeking behaviour*) pada remaja awal adalah sebagai berikut:

1. Masalah yang paling banyak terjadi pada remaja SMP adalah kecanduan game online.
2. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja tidak mendapatkan bantuan dari para ahli ketika remaja mengalami masalah.
3. Bantuan yang dianggap bantuan dari para ahli adalah bantuan yang diberikan oleh Guru.
4. Tempat bercerita yang dimiliki remaja ketika mengalami masalah adalah sahabat. Namun banyak diantara remaja awal yang tidak memiliki sahabat.
5. Tidak terdapat perbedaan dalam mencari bantuan pada remaja, ditinjau berdasarkan dari usia, jenis kelamin, maupun tingkatan kelas.

B. Saran

1. Disaran agar remaja diberi pendampingan untuk meningkatkan ketrampilan sosial sehingga memiliki teman
2. Guru mendapatkan pengayaan untuk lebih memahami permasalahan remaja yang membutuhkan bantuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Houle, J., Chagnon, F., Lafortune, D., Labelle, R., Paquette, K.B. (2013). Correlates of Help-Seeking Behaviour in Adolescents Experiencing a Recent Negative Life Event. *Canadian Journal of Family and Youth*, 5(1), 2013, pp 39-63.
- Krejcie, R.V., & Morgan, D.W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3).
- Liang, B. dkk. 2005. A Theoretical Framework for understanding help seeking processes among survivors of intimate partner violence. *American Journal of Community Psychology*,
- Rickwood, Debra et al (2012). Help Seeking Measures in Mental Health. A Rapid Review. The Sax Institute.
- Van den Toren, S.J., van Grieken, A., Lutgenberg, M., Boelens, M., Raat, H. (2019). Adolescents' Views on Seeking Help for Emotional and Behavioral Problems: A Focus Group Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Vogel, D.L., Wade, N.G., & Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 325-337.
- Winarni, L. (2017). Perilaku Mencari Bantuan pada Siswa Korban Perundungan. *Naskah Publikasi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.

