

Journal URL: journal.unika.ac.id/index.php/psj/editor/submissionEmailLog/4764/12462

CERTIFICATE



Index By :














Visitor Statistics

26,121	104
5,194	762
3,017	509
7,196	498
963	445

FLAG

Submission

Authors: Lucia Hernawati
 Title: Gambaran Penyebab Mahasiswa Enggan Mencari Bantuan Profesional di Masa Pandemi Covid-19
 Section: Research
 Editor: Bartolomeus Adiwena, M.Si

Email Log

ID: 12462
 Date: October 30, 2022 - 06:51 PM
 Sender: Bartolomeus Yofana Adiwena, M.Si
 From: "Bartolomeus Yofana Adiwena, M.Si." <adiwena@unika.ac.id>
 To: "Dr. Lucia Hernawati, M.S." <cherna@unika.ac.id>
 CC:
 BCC:
 Attachments: 4764-REVIEWED.DOCX 1. SURAT PERNYATAAN (REV-22) INTERNAL.DOCX 2. PEDOMAN PENULISAN PSIKODIMENSIA.PDF 3. TEMPLATE PSIKODIMENSIA (AUTHOR).RTF 4. MANUAL MELAKUKAN REVISI.PDF
 Subject: [psidim] Editor Decision
 Body: Yth. Dr. Dra. Lucia Hernawati, M.S.
 Kami telah mengambil keputusan terkait pengajuan anda ke PSIKODIMENSIA, dengan judul, "Description of the Causes of College Student Reluctance to Seek Professional Help during the COVID-19 Pandemic".
 Keputusan kami adalah:
 1. Mempertimbangkan rekomendasi dari Reviewer yaitu: DIPERLUKAN PERBAIKAN. Download file yang kami lampirkan kemudian revisi sesuai catatan yang ada dalam waktu 2 (dua) minggu atau sebelum 13 November 2022.
 2. Menyesuaikan layout naskah sesuai ketentuan Psikodimensia (template dan Pedoman Penulisan PSIKODIMENSIA terlampir)
 3. Silakan mengisi form Surat Pernyataan (terlampir) dan kirim melalui email: adiwena@unika.ac.id
 4. Apabila tidak ada konfirmasi atau tindak lanjut dari pemberitahuan ini, maka naskah anda akan di REJECT
 5. Anda dapat mengikuti langkah-langkah melakukan Revisi ke dalam sistem OJS (terlampir)
 Demikian informasi dari kami. Terimakasih.

Salam
 Bartolomeus Yofana Adiwena, M.Si.
 Faculty of Psychology, Soegijapranata Catholic University
 adiwena@unika.ac.id

My Journals
 My Profile
 Log Out

LANGUAGE

Select Language
 English

1. Author Guidelines
 2. Focus and Scope
 3. Publication Ethics
 4. Editorial Team
 5. Peer-Reviewer
 6. Peer-Reviewer Process
 7. Reviewer Checklist
 8. Open Access Policy
 9. Unique Visit - Statcounter
 10. Copyright Notice
 11. Publication Charge
 12. Tutorials for Author
 13. Contact

W Microsoft Word for Microsoft Article Template
 G Grammarly
 Turnitin
 Mendeley

Gambaran Penyebab Mahasiswa Enggan Mencari Bantuan pada Profesional

(Description of the Causes of College Student Reluctance to Seek Professional Help during the COVID-19 Pandemic)

Abstrak

Masalah kesehatan mental di Indonesia masih belum banyak tertangani. Mahasiswa dianggap menjadi segmen yang rawan mengalami gangguan kesehatan mental karena mengalami berada pada fase transisi peran dari remaja akhir menuju kedewasaan. Masalah kesehatan mental yang tidak teratasi akan menimbulkan penurunan produktivitas dan hambatan untuk pengembangan potensi mahasiswa. Salah satu hal yang memengaruhi keberhasilan dalam mengelola masalah kesehatan mental di masa pandemi covid 19 adalah perilaku mencari bantuan pada profesional (konselor, psikolog, psikiater). Banyak mahasiswa enggan mencari bantuan pada profesional saat menghadapi permasalahannya di masa pandemi covid 19. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penyebab mahasiswa enggan mencari bantuan pada profesional di masa pandemi covid 19. Penelitian kualitatif ini melibatkan delapan orang mahasiswa yang saat ini sedang kuliah (semester 2 hingga semester 6) di empat universitas (UNDIP, UNNES, UDINUS, UNIKA) di kota Semarang. Metode pengambilan data observasi dan wawancara mendalam dilakukan untuk mengumpulkan data. Teknik analisa data menggunakan sudut pandang fenomenologi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penyebab utama keengganan mahasiswa mencari bantuan pada profesional adalah kurangnya dukungan sosial dalam bentuk informational support, instrumental support, dan emotional support. Disamping itu sikap yang negatif terhadap pemberian bantuan profesional, mahasiswa merasa masalah yang dialaminya tidak serius maka cukup dibicarakan dengan teman, pacar, atau keluarga, tidak perlu mencari bantuan pada profesional. Sebagai temuan tambahan pada penelitian ini adalah cara mahasiswa menyelesaikan masalah selain membicarakannya dengan teman, pacar, atau keluarga adalah menyelesaikannya sendiri, dan mohon bantuan Allah.

Kata kunci: enggan mencari bantuan pada profesional, mahasiswa

Abstract

Mental health problems in Indonesia are still widely addressed. College students are considered as a segment that is prone to mental health disorders because they are in the transition phase of roles from late adolescence to adulthood. Mental health problems that are not resolved will cause a decrease in productivity and become an obstacle in developing student potential. One of the things that influence the success in managing mental health problems during the COVID-19 pandemic is the behavior of seeking help from professionals (counselors, psychologists). Many college students are reluctant to seek professional help when facing their problems during the COVID-19 pandemic. This study aimed to find out why college students are reluctant to seek professional help during the COVID-19 pandemic. This qualitative study involved eight students who are currently studying (semester 2 to semester 6) at four universities (UNDIP, UNNES, UDINUS, UNIKA) in Semarang city. Observational data collection methods and in-

Commented [rp1]: Harap perbaiki semua kekeliruan tata tulis di naskah, termasuk:

- memperbaiki kesalahan pengetikan, misalnya gambaran bukan gambar
- menggunakan penulisan yang tepat dalam bahasa Indonesia, misalnya profesional bukan professional
- menuliskan semua istilah dengan italic, termasuk saat menuliskan rujukan dalam teks
- menggunakan tanda baca dengan tepat, misalnya tidak memberikan spasi setelah tanda kurung buka. Memberikan titik di akhir semua kalimat
- memperbaiki penulisan kalimat sehingga menjadi kalimat efektif yang sesuai dengan tata bahasa Indonesia, misalnya: perbaiki bagian ber-highlight kuning di Abstrak. Pada bagian ber-highlight biru: gunakan kalimat yang efektif, tidak mengulang-ulang, karena pengambilan data = pengumpulan data, misalnya: Metode pengambilan data menggunakan observasi dan wawancara mendalam. Pada bagian ber-highlight ungu (Di samping ...): harap revisi susunan kalimat sehingga jelas apa yang ingin disampaikan. Pada bagian ber-highlight biru: "Sebagai" sebaiknya dihapus
- cek ulang dan konsistensikan penulisan covid-19, karena di naskah dituliskan dengan huruf besar (COVID-19)
- cek ulang kesesuaian penggunaan akhiran -nya (misalnya, pada bagian ber-highlight hijau di Abstrak, -nya tidak diperlukan)
- cek ulang penggunaan awalan di- pada semua bagian naskah untuk memastikan kapan penulisannya disambung dan kapan perlu dipisah, misalnya disamping (highlight ungu)
- cek ulang semua penulisan rujukan dan revisi yang belum sesuai. Gunakan kata dkk bukan et al karena penulisan naskah dalam bahasa Indonesia

Commented [rp2]: Tidak perlu "pada": enggan mencari bantuan profesional → harap cek dan revisi semua bagian naskah

Commented [rp3]: Antara judul Indonesia dengan inggris tidak sama

Formatted: Highlight

depth interviews were conducted to collect data. The data analysis technique used a phenomenological point of view. The results of this study indicated that the main cause of college student reluctance to seek professional help is the lack of social support in the form of informational support, instrumental support, and emotional support. In addition, there is also a negative attitude towards the provision of professional help. Students also feel that the problems they are experiencing are not serious, so it is enough to discuss them with friends, girlfriends, or family, without the need to seek professional help. An additional finding in this study is that the way students solve their problems by themselves and ask God for help.

Keywords: *reluctant to seek professional help, college students*

PENDAHULUAN

Sejak pandemi COVID 19 semua aktivitas manusia di dunia ini menjadi berubah. Demikian juga mahasiswa yang sedang kuliah di kota Semarang. Mahasiswa sebagai individu yang berada pada peralihan fase remaja awal ke dewasa awal berpotensi memiliki masalah akademik dan non akademik, ditambah lagi situasi pandemi COVID 19 yang membuatnya berpotensi memiliki lebih banyak masalah akademik (sinyal internet tidak stabil, tidak memahami penjelasan dosen, prokastinasi), masalah non akademik (kesepian, bosan, konflik dengan anggota keluarga, pacar)

Perguruan tinggi tidak hanya menjadi tempat mahasiswa mendapatkan pengetahuan secara akademis namun juga tempat pembentukan karakter yang cerdas, inovatif, tangguh dan resilien, melalui pengolahan berbagai masalah yang dialaminya dalam bidang akademik maupun non akademik. Dengan demikian perguruan tinggi seyogyanya menyiapkan kurikulum yang sesuai dengan program studi masing-masing juga menyiapkan layanan bimbingan dan konseling yang dapat membekali mahasiswa agar berprestasi dalam bidang akademik dan mampu belajar untuk hidup (Gysbers & Henderson, 2012). Perguruan tinggi harus memperhatikan kesehatan mental mahasiswa.

Untuk menjaga kesehatan mental, salah satu coping positif yang dapat dilakukan mahasiswa adalah mencari bantuan secara formal pada profesional untuk mendapat insight dan atau perubahan perilaku saat memiliki masalah (Rickwood, et. al, 2012). WHO (World Health Organization) menyebutkan perilaku mencari bantuan adalah aktivitas yang dilakukan individu untuk mendapat bantuan secara personal, psikologis, dukungan emosional, dukungan sosial untuk menemukan jalan keluar yang positif dari masalahnya (Unrau & Grinnell, 2005)

Banyak penelitian menemukan mahasiswa lebih suka mencari bantuan secara informal dari keluarga, dan teman dekat. Karena mencari bantuan pada profesional: (1)

Commented [rp4]: Bagian ini agak melompat – ada apa dengan mahasiswa di Semarang? Barangkali

Commented [rp5]: Revisi kalimat sehingga lebih efektif

Commented [rp6]: Tambahkan dan

Commented [rp7]: Bagian ini tidak relevan. Sebaiknya dihapus dan diganti dengan penjelasan tentang data-data persoalan yang dialami mahasiswa saat masa pandemi COVID-19 yang kemudian berdampak pada kesehatan mental mahasiswa dan menimbulkan kebutuhan akan bantuan profesional. Data yang ditampilkan bisa merujuk pada data nasional di Indonesia dan juga data di Semarang.

Commented [rp8]: Kata sambung tidak bisa digunakan di awal kalimat, sebaiknya diganti dengan “Guna ...”

Commented [rp9]: Kata sambung tidak bisa digunakan di awal kalimat, harap cek dan revisi di semua bagian naskah

menimbulkan beberapa ~~kekawatiran~~kekawatiran seperti timbulnya stigma (kawatir dianggap gila, atau sakit mental) (Pinngolia2018). Labeling, stereotip, *separation*, dan diskriminasi yang diberikan dirasa mengganggu dan menimbulkan masalah baru (Ibrahim et al, 2019);(2)Memiliki sikap negatif pada pemberian bantuan profesional. Mencari bantuan pada profesional menimbulkan berbagai kekhawatiran “apakah bisa dipercaya, apakah bisa menjaga kerahasiaan, apakah bisa membantu, biaya mahal” (DeBatte & Gatto, 2018); (3) tidak adanya dukungan sosial untuk mencari bantuan pada profesional. Mahasiswa tidak memiliki pengalaman didukung untuk mencari bantuan pada profesional (Erkan et al, 2012); Aldalaykeh et al, 2019).

Commented [rp10]: Sesuaikan dengan KBBI

Setiawan (2006) menyebutkan terdapat empat elemen perilaku mencari bantuan, yaitu (1) proses yang berkaitan dengan perilaku sebelum mendapat bantuan, saat mendapat bantuan dan setelah mendapat bantuan; (2) sumber pemberi bantuan (a) informal berupa bantuan yang diberikan oleh teman dekat dan keluarga; (b) formal berupa bantuan yang diberikan secara profesional oleh konselor, psikolog, psikiater; (3) jenis masalah di seputar kesehatan mental yang ingin mendapat bantuan; (4) jenis bantuan yang diberikan, meliputi pemberian dukungan, nasihat, terapi; (5) lama pemberian bantuan yang pada umumnya berdurasi seminggu hingga dua tahun. Bisa jadi mahasiswa tidak mencari bantuan pada profesional karena memiliki pengalaman yang tidak menyenangkan di masa lalu saat mencari bantuan pada profesional atau jenis masalah yang tidak sesuai untuk dibantu profesional.

Commented [rp11]: Bagian ini sebaiknya diubah menjadi kalimat saja, bukan poin-poin 1) 2) 3) sehingga kalimat lebih mengalir dan isinya lebih jelas

Pada kenyataannya, keluarga atau teman memiliki informasi tentang kesehatan mental yang minimal. Sehingga bantuan yang diberikan tidak bisa maksimal. Hal ini ditunjukkan dari evaluasi mahasiswa bahwa banyak masalah tidak tuntas dan dibiarkan berkelanjutan (Rickwood et al, 2005). Dampak ketidakmampuan mahasiswa menyelesaikan berbagai masalah akademik dan non akademik akan membuatnya semakin tidak mampu mengatasi berbagai masalah dimasa depan. Hal ini terjadi karena mahasiswa tidak belajar menyelesaikan masalah yang dialaminya secara tuntas. Sehingga besar kemungkinan untuk terjadi keterpurukan yang terakumulasi terjadi dalam hidupnya.

Commented [rp12]: Sama dengan atas.

Informasi yang penulis peroleh dari sejumlah pengelola unit bimbingan konseling (BK) di berbagai universitas di Semarang (Unika Soegijparanata, UNDIP, UNNES, UDINUS) terjadi penurunan yang tajam tentang jumlah mahasiswa yang meminta bantuan pada unit bimbingan dan konseling di masa pandemi COVID 19 ini. Sebenarnya pada umumnya mahasiswa memiliki masalah yang semakin rumit, seperti timbulnya rasa

Commented [rp13]: Revisi kalimat sehingga tidak terpenggal-penggal. Perhatikan juga bahwa kata sambung (sehingga) tidak bisa digunakan di awal kalimat

bosan dan malas mengikuti perkuliahan yang terasa monoton, kesepian kuliah sendirian menatap laptop di kamar, cemas ada beberapa materi perkuliahan yang tidak dipahami namun tidak dapat bertanya pada dosen, merasa tidak suka dan jengkel tidak boleh rekreasi ke luar rumah, khawatir terpapar covid 19, cemas menghadapi hari depan yang tidak jelas, masalah finansial keluarga karena orangtua kena PH. Dalam menyelesaikan masalahnya, mahasiswa lebih memilih membicarakan masalah yang dialami dengan keluarga atau teman. Walaupun masalah tidak terselesaikan dengan tuntas dan bahkan banyak masalah yang berlanjut namun cara ini terus dijalankan.

Fenomena yang demikian tentu tidak bisa dibiarkan karena perguruan tinggi memiliki tanggung jawab untuk membantu mahasiswa agar memiliki mental yang sehat. Perlu dibuat penelitian untuk mengetahui mengapa mahasiswa enggan meminta bantuan pada profesional. Selanjutnya hasil penelitian ini dapat memberikan informasi pada pembuatan program unit Bimbingan dan Konseling di berbagai universitas di Semarang agar dapat memberikan layanan yang lebih maksimal.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang bertumpu pada pendekatan fenomenologi. Husserl (dalam Gunawan, 2016) mengemukakan bahwa fenomenologi merupakan metode untuk menjelaskan fenomena atau segala sesuatu yang dengan suatu cara tertentu tampil dalam kesadaran manusia, baik sebuah rekaan maupun kenyataan.

Tema Penelitian

Tema penelitian yang diungkap pada penelitian ini terdiri atas beberapa komponen:

1. Stigma

Mengetahui persepsi terhadap labeling, stereotip, dan diskriminasi yang menempel pada individu karena pengaruh lingkungannya yang dapat dialami sebagai rasa malu atau bersalah, atau secara luas dapat dinyatakan sebagai diskriminasi yang dapat menghalangi seseorang untuk mendapatkan perhatian, peluang dan interaksi sosial.

2. Sikap pada pemberian bantuan profesional

Mengetahui cara pandang individu dalam mencari bantuan ke profesional

3. Dukungan sosial untuk mencari bantuan pada profesional

Commented [rp14]: Kalimat perlu direvisi – beberapa bagian dari paragraf ini mungkin bisa dipindahkan ke awal pendahuluan (terkait dengan persoalan-persoalan yang dialami mahasiswa)

Commented [rp15]: dilakukan

Commented [rp16]: tahun berapa? Husserl (tahun, dalam Gunawan, 2016)

Commented [rp17]: Jelaskan metode lebih detail bagaimana proses teknisnya dalam penelitian ini berdasarkan metode fenomenologi

Commented [rp18]: Perlu diperjelas, apakah ini tema penelitian atau fokus penelitian? Istilah tema dalam penelitian kualitatif bisa rancu dengan proses dalam analisa tematik, sehingga menimbulkan pertanyaan: apakah ini tema yang akan menjadi acuan analisa tematik *theory driven*? Kalau bukan, mgkn bisa dimodifikasi judul subbabnya, misalnya “fokus penelitian”

Mengetahui persepsi atau pengalaman yang mengekspresikan adanya dukungan untuk mencari bantuan pada profesional berupa *informational, instrumental, emotional support* dari orang-orang di sekitarnya untuk mencari bantuan ke profesional

4. Elemen perilaku mencari bantuan

Mengetahui proses mendapat bantuan di masa lalu, sumber bantuan (informal, formal), jenis masalah, dan jenis bantuan yang diperoleh

5. Perilaku mencari bantuan pada profesional

Mengetahui perilaku aktif dalam mencari bantuan dari profesional agar memperoleh dukungan, nasihat, informasi, *treatment* dalam menyelesaikan masalah

Subjek Penelitian

Teknik yang dipakai dalam pengambilan subjek pada penelitian ini adalah teknik *purposive insidental sampling*. Dengan menggunakan teknik ini diharapkan dapat diperoleh sebanyak mungkin informasi dari berbagai macam sumber dan konstraknya. Selain itu untuk merinci kekhususan yang ada ke dalam konteks yang unik dan menggali informasi yang akan menjadi dasar dari rancangan dan teori yang muncul (Moleong, 1998). Oleh sebab itu, pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive insidental sampling* atau sampel yang bertujuan, dengan kata lain meskipun sampel diambil secara insidental tetapi sebelum penarikan sampel sudah ditentukan kriteria tertentu yang merupakan karakteristik sampel dan teknik pengambilan disesuaikan dengan tujuan penelitian. Karakteristik utama untuk pengambilan sampel adalah mahasiswa berstatus aktif kuliah (tidak sedang cuti kuliah) di Universitas Diponegoro, Universitas negeri Semarang, Universitas Dian Nuswantoro, Universitas Katolik Soegijapranata

Jumlah subjek yang dibutuhkan dalam penelitian ini berjumlah 8 orang mahasiswa, berasal dari Universitas Diponegoro, Universitas negeri Semarang, Universitas Dian Nuswantoro, Universitas Katolik Soegijapranata masing-masing 2 orang.

Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan *platform google meet*. Wawancara mendalam dilakukan, pertanyaan-pertanyaan yang akan dikemukakan kepada informan akan berkembang tergantung pada bergantung dari kemampuan dan pengalaman

Commented [rp19]: Diganti istilahnya dengan kata partisipan

Commented [rp20]: Kriteria partisipan mestinya harus lebih spesifik

Commented [rp21]: Gunakan uraian khusus penggunaan metode fenomenologi, bukan metode penelitian kualitatif yang umum

Commented [rp22]: Mahasiswa S1, S2 atau S3? Kenapa tidak dibatasi semester tertentu? Sebaiknya dijelaskan

Commented [rp23]: Mengapa harus 8? Padahal penelitian kualitatif fenomenologi jumlah partisipan biasanya mengkait dengan deskripsi saja

peneliti untuk mengembangkan suatu pertanyaan lanjutan sesuai dengan jawaban informan (Gunawan, 2016)

Observasi atau pengamatan yang dilakukan dalam penelitian ini berupa observasi terhadap kesan umum kondisi fisik subyek, cara subjek bercerita, dan sikap subjek pada saat wawancara.

Kriteria Keabsahan Data dalam Penelitian Kualitatif

Terdapat beberapa teknik pemeriksaan yang dapat digunakan dalam menguji keabsahan data pada penelitian kualitatif, meliputi perpanjangan keikutsertaan, ketekunan atau keajegan pengamatan, triangulasi, pengecekan sejawat, analisis kasus negatif, pengecekan anggota, kecukupan referensial atau uraian rinci, serta audit kebergantungan dan audit kepastian (Moleong, 2018). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan dua metode keabsahan data yaitu:

1. Ketekunan dan keajegan pengamat.
2. Metode triangulasi

Triangulasi dalam penelitian ini menggunakan 2 jenis teknik;

a. Triangulasi menggunakan metode

Memeriksa derajat kepercayaan dengan beberapa teknik pengumpulan data, serta dapat juga dilakukan dengan pemeriksaan derajat kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama

b. Pemeriksaan sejawat melalui diskusi

Teknik ini dilakukan dengan cara mengekspos hasil sementara ataupun hasil akhir yang diperoleh dalam bentuk diskusi analitik dengan rekan sejawat.

Metode Analisis Data

Analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis data kualitatif berdasarkan sudut pandang fenomenologi. Hasil dari adaptasi pemikiran Stevick, Colaizzi, dan Keen (dalam Hasbiansyah, 2008) terdapat tahapan penting dalam melakukan analisis data dalam studi fenomenologi yaitu :

1. Menentukan lingkup fenomena yang akan dikaji melalui para subjek
2. Menyusun daftar pertanyaan untuk mengungkap pemahaman dari pengalaman subjek
3. Mengumpulkan data atau informasi dari subjek yang mengalami fenomena yang diteliti

Melalui teknik pengumpulan data, seperti wawancara dan observasi

Commented [rp24]: Satu paragraf tidak bisa hanya terdiri dari 1 kalimat, sebaiknya digabung dengan paragraf di atasnya

Commented [rp25]: Kalau bukan data utama yang didapatkan sebaiknya tidak usah disebutkan

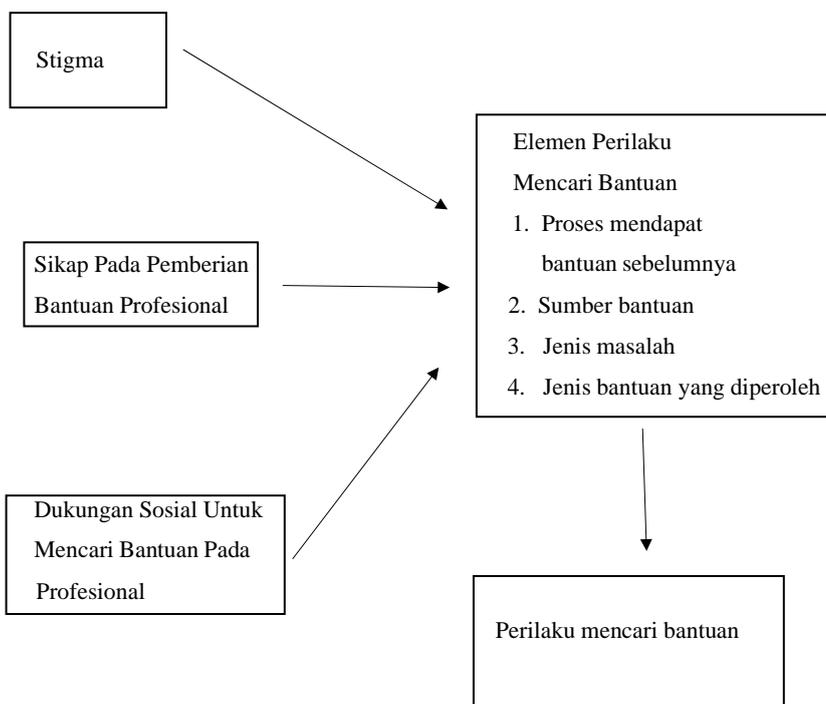
Commented [rp26]: Bagaimana caranya?

Commented [rp27]: Jelaskan konkritnya

Commented [rp28]: Cek kalimat, apa seharusnya nyambung dengan yang di atasnya

4. Melakukan analisis data fenomenologi melalui beberapa tahap, yaitu :
 - a. Tahap awal, mendeskripsikan fenomena yang dialami subjek secara menyeluruh
 - b. Tahap *horizontalization*, melakukan inventarisasi pertanyaan-pertanyaan penting yang relevan dengan topik penelitian.
 - c. Tahap *cluster of meaning*, mengklasifikasikan pertanyaan-pertanyaan yang telah prosedur yang harus dilakukan, sebagai berikut :
 - a. *Textural description*, mendeskripsikan fenomena yang dialami oleh subjek.
 - b. *Structural description*, menuliskan bagaimana fenomena itu dialami oleh subjek.

Peneliti juga mencari segala makna berdasar pada opini, perasaan, harapan, diinventarisasi ke dalam tema-tema atau unit-unit makna. Dalam tahap ini terdapat maupun penilaian terhadap fenomena yang diteliti.
5. Tahap deskripsi esensi, membangun deskripsi secara menyeluruh mengenai esensi serta makna dari fenomena yang dialami subjek secara keseluruhan.
6. Melaporkan hasil penelitian mengenai suatu fenomena yang dialami subjek penelitian dengan tujuan menunjukkan bahwa terdapat struktur yang penting pada fenomena tersebut



Bagan 1

Kerangka Pikir Penyebab Keengganan Mahasiswa Mencari Bantuan Pada Profesional Di Masa Pandemi Covid 19

Commented [rp29]: Huruf besar sebaiknya hanya dipakai di awal saja (Kerangka) dan penulisan COVID-19

HASIL

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 23 maret 2021 hingga 14 April 2021 melalui *google meet*.

Subjek 1

Berdasar wawancara dan obeservasi pada subjek, diperoleh informasi:

Subjek berjenis kelamin laki-laki, berusia 20 tahun. Kuliah di fakultas Hukum UNNES semester 6. Saat ini tinggal di Semarang bersama keluarga.

Subyek adalah anak tunggal yang dibebaskan dari semua tugas domestik rumah tangga namun harus mampu mengurus dan mengelola semua urusannya secara baik dan benar. Tidak boleh ada kesalahan sedikitpun.

Subyek kerap memiliki masalah berkaitan dengan relasi sosial dengan teman, dengan pacar dan berhubungan dengan perkuliahannya. Biasanya ia membicarakan masalahnya dengan teman dan pacar yang dianggapnya dapat dipercaya. Masukan dalam bentuk nasihat sangat dibutuhkan subjek.

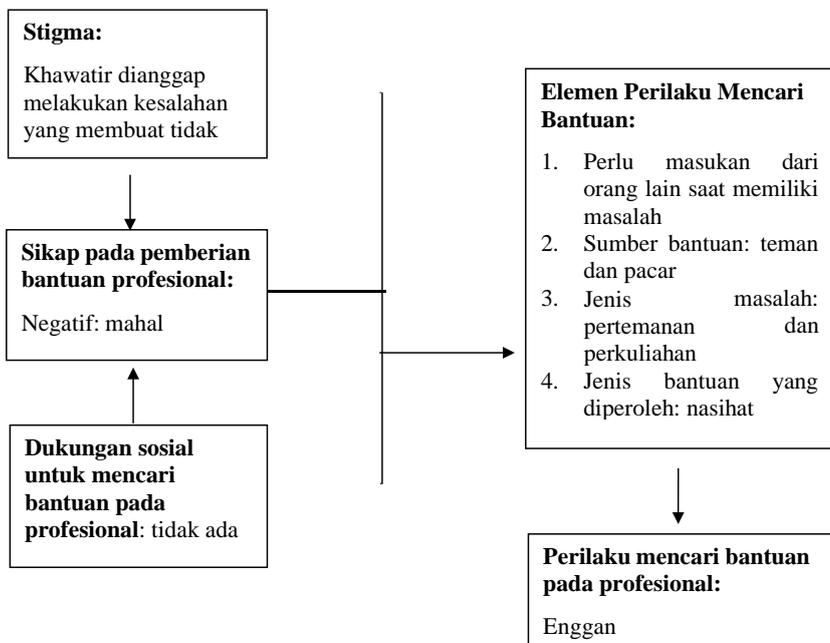
Mencari bantuan ke professional tidak dipilih karena dianggapnya orang yang datang berkonsultasi ke professional adalah orang yang yang tidak normal. Ditambah lagi ayah menyebutkan laki-laki tidak boleh membuat kesalahan sedikitpun. Mencari bantuan ke professional menimbulkan kekawatiran dianggap telah melakukan kesalahan yang membuatnya tidak normal. Disamping itu dianggapnya mencari bantuan ke professional akan menghabiskan uang yang banyak. Didukung lagi, dalam keseharian subyek, ia tidak pernah mendapat dukungan sosial dalam bentuk apapun untuk mencari bantuan ke profesional.

Commented [rp30]: Penulisan bagian ini harus direvisi total untuk menyesuaikan dengan format penulisan jurnal. Bagian hasil perlu difokuskan pada pembahasan mengenai hasil penelitian, sesuai dengan fokus penelitian yang telah disebutkan sebelumnya. Harap cek contoh-contoh artikel penelitian kualitatif yang pernah dipublikasikan sebelumnya. Tata tulis dan pengetikan juga harus diperbaiki secara menyeluruh.

Commented [rp31]: Pada bagian ini perlu ditambahkan penjelasan tentang jumlah dan karakteristik subjek (terkait aspek demografis), sehingga bagian Hasil per-subjek memang berfokus pada pembahasan hasil sesuai dengan fokus penelitian.

Commented [rp32]: Kalau fenomenologi mestinya ada kata-kata langsung dari partisipan yang menjadi kata kunci yang kemudian dimaknai. Sama untuk partisipan selanjutnya

Bagan Analisa Subyek 1



Subyek 2

Subjek berjenis kelamin perempuan, berusia 20 tahun. Kuliah di program studi Kimia semester 4 UNNES. Subjek adalah Anak pertama dari tiga bersaudara yang saat ini tinggal di tegal bersama keluarga

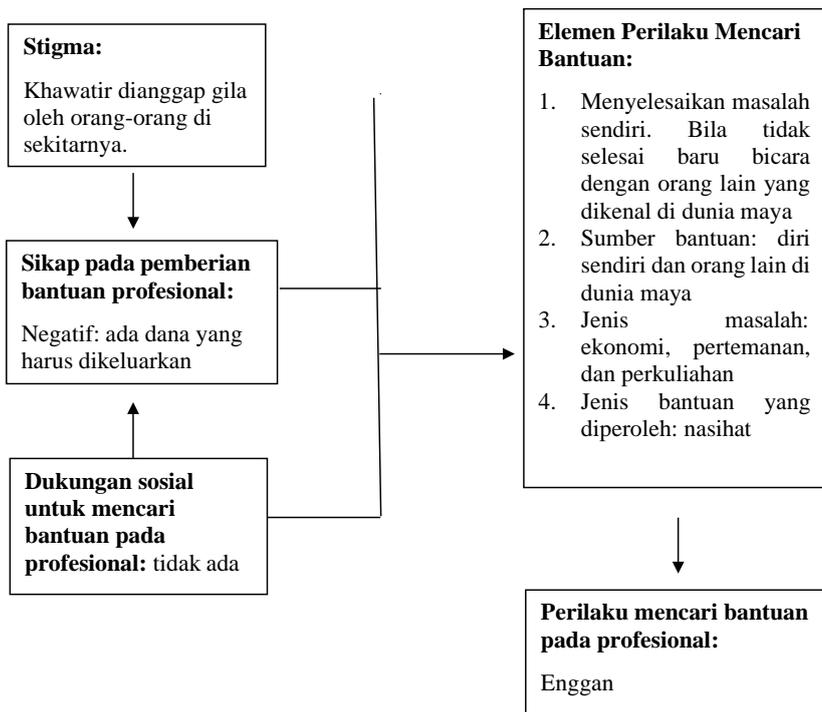
Selain kuliah, subjek aktif di BEM dan membantu ibu mengerjakan tugas domestik rumah tangga. Biaya kehidupan sehari-hari mengandalkan gaji ibu, sementara ayah tidak bisa lagi berwirausaha karena sakit.

Subyek kerap memiliki masalah berkaitan dengan masalah perkuliahan (penjelasan dosen tidak jelas, teman-teman menghilang dalam mengerjakan tugas kelompok); masalah pertemanan (subjek merasa tidak memiliki teman dan kesepian. Sejak subjek tidak memiliki uang untuk *hangout* dengan teman-temannya, ia tidak memiliki teman); dan masalah ekonomi (keuangan keluarga guncang karena di tempat kerja ibu pemasukan berkurang. Subjek terpikir akan menjual diri untuk memenuhi semua kebutuhan keluarga, namun belum dilakukannya)

Saat memiliki masalah, subjek berusaha menyelesaikan sendiri. Bila tidak mampu menyelesaikannya maka dipendamnya sendiri saja .Bila tidak mampu maka membicarakannya dengan teman yang dikenalnya di dunia maya. Namun bila masalah tersebut membuatnya stress maka *coping* yang dilakukan adalah masak atau nonton film. Untuk membicarakan masalahnya dengan teman-temannya tidak dilakukan subjek karena khawatir setelah tahu subjek memiliki masalah kemudian dianggap sebagai teman yang memiliki kekurangan dan tidak asik. Saat benar-benar merasa perlu bicara dengan seseorang maka subjek lebih memilih mencari seseorang yang dikenalnya di dunia maya (*online*) melalui aplikasi telegram dengan mode *anonymous*

Mencari bantuan ke professional tidak dipilih karena dianggapnya khawatir dikucilkan orang di sekitarnya karena dianggap gila. Disamping itu subjek merasa tidak memiliki dana yang cukup untuk membayar biaya konsultasi ke professional

Bagan Analisis Subyek 2



Subjek 3

Subjek berjenis kelamin laki-laki, berusia 21 tahun. Saat ini kuliah semester enam di program studi teknologi informatika UDINUS. Subjek adalah anak ke 2 dari 2 bersaudara. Sekatrang tinggal bersama keluarga di Ketapang - Kalimantan

Subjek dibesarkan dalam suasana penuh kekerasan di rumah. Kekerasan dalam keluarga (KDRT) yang dialami ibu, kakak dan dirinya membuatnya membenci ayah dan trauma pada kekerasan. KDRT dalam keluarga juga membuatnya tidak mudah menggalang relasi harmoni dengan orang lain. Ia hanya berperilaku baik pada orang yang baik padanya. Subjek melarikan diri pada masalah yang dihadapinya pada *game online*.

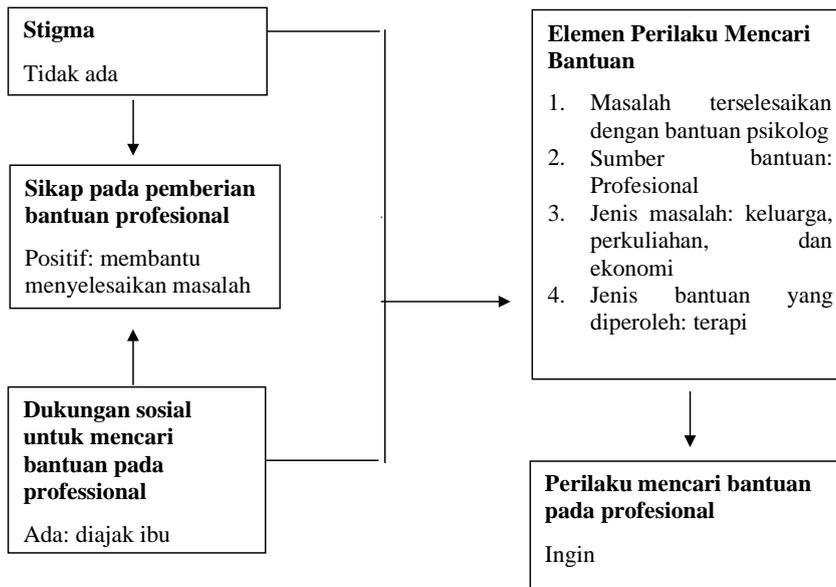
Subyek kerap memiliki masalah berkaitan dengan masalah perkuliahan (beberapa dosen sangat mengutamakan keaktifan di kelas. Sementara subjek tidak aktif di kelas sehingga perolehan nilai subjek tidak bisa mencapai nilai A. Disamping itu karena lelah bekerja sambil kuliah, ia sering bangun kesiangan sehingga tidak bisa mengikuti perkuliahan secara maksimal. Dampaknya beberapa materi dari dosen tidak bisa dipahami secara keseluruhan)

Disamping itu subjek memiliki masalah ekonomi (subjek menjalani hari-harinya dengan bekerja sambil kuliah. Namun pandemi ini, pemasukan finansial dari pekerjaannya menurun)

Saat subjek memiliki masalah, ia lebih memilih menyelesaikan sendiri. Segala kejengkelan ditumpahkan saat main *game online*, misalnya main *game* tembak atau *game* berjenis *action* lainnya atau mabuk-mabukan. Pasangan dalam ber *game online* menjadi sasaran kemarahan bila subjek sedang memiliki kesal. Sehingga di komunitas *game online*, subjek dikenal sebagai *toxic person*. Subjek tahu bahwa *coping* ini tidak menyelesaikan masalah namun ia belum memiliki cara yang lebih sesuai.

Saat subjek berusia 11 tahun, dibawa ibunya mencari bantuan ke psikolog karena sangat membenci dan ketakutan saat bertemu ayahnya. Subjek mendapat terapi selama setahun. Atas saran psikolog, subjek meninggalkan rumah mereka dan tinggal bersama nenek. Sekarang subjek tidak lagi mencari bantuan ke psikolog karena saat ini merasa tidak membutuhkan bantuan psikolog, namun pada suatu hari nanti membutuhkan bantuan psikolog, maka ia akan mengunjunginya.

Bagan Analisis Subyek 3



Subjek 4

Subjek adalah mahasiswi program studi Kesehatan Masyarakat semester enam UDINUS. Subjek berusia 20 tahun, merupakan anak kedua dari empat bersaudara. Saat ini tinggal di Solo bersama keluarga.

Ayah subjek bekerja sebagai mandor bangunan dan makelar rumah dan tanah. Kegiatan ibu sehari-hari mengurus urusan domestik rumah tangga. Keseharian subjek adalah kuliah, membantu ibu membersihkan rumah, membantu adik yang masih kelas 2 Sekolah Dasar mengerjakan berbagai tugas sekolahnya. Subjek tidak merasa dekat dengan keluarganya. Jadi saat memiliki masalah subjek tidak membicarakannya dengan keluarga karena khawatir semakin melebar masalahnya. Ibu biasanya mudah panik dan *over thinking* sedangkan ayah tidak mau terlibat pada masalah anak-anak.

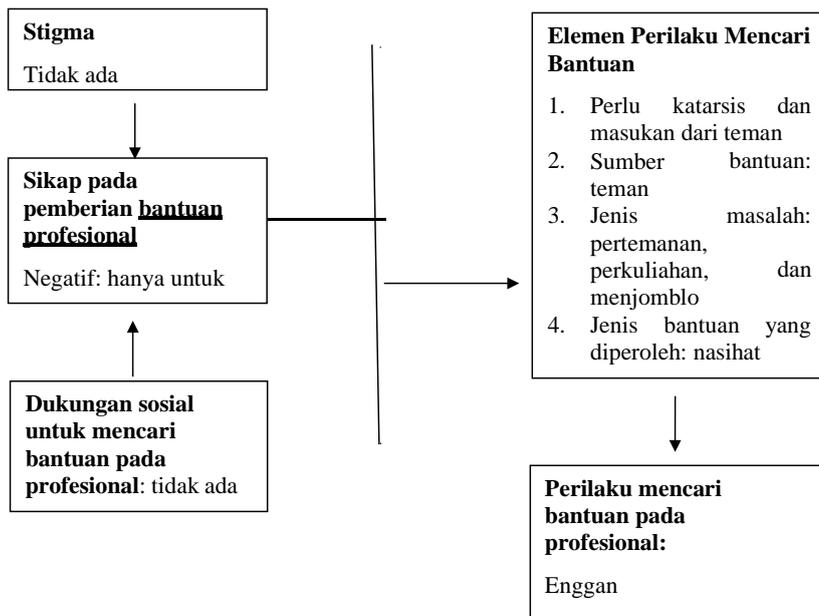
Beberapa masalah yang dihadapi subyek: (1) masalah dengan teman kuliah. Saat harus berkoordinasi mengerjakan berbagai tugas kelompok perkuliahan, teman

menghilang. Pengalaman sulit berkomunikasi dengan teman kuliah juga kerap dialami subjek dalam mengerjakan tugas kelompok yang diberikan dosen. Saling mempertahankan pendapat diri sendiri membuat diskusi berubah menjadi perdebatan hingga pertengkaran. Ditambah ada pula karakter teman yang suka mengadu domba membuat runyam relasi sosial; (2) masalah perkuliahan (Subjek tidak memahami materi perkuliahan karena penjelasan dosen tidak jelas. Subjek mau bertanya malu karena khawatir dianggap bodoh. Tugas kelompok dari dosen yang bertubi-tubi membuat stress. Subjek merasa stress nya ganda berkait tugas kelompok ini, meliputi konten materi tugas dan kerjasama dengan teman-teman di kelompok; (3) status jomblo (subjek baru saja putus dengan pacarnya. Ingin mendapat pasangan yang baru namun khawatir mendapat laki-laki yang sama buruknya dengan mantan pacarnya).

Bila memiliki masalah biasanya subjek membicarakan dengan teman. Ada tiga teman yang dipercaya subjek untuk mendengar keluh kesah hidupnya. Subjek perlu katarsis, menceritakan kegalauannya dan mendapat masukan dari teman saat memiliki masalah.

Mencari bantuan ke profesional tidak dipilih karena subjek merasa masalahnya sepele belum berat. *Self healing* yang kerap dilakukan subjek untuk mengatasi masalahnya adalah nontron drama korea, nongkrong di café, jalan-jalan melihat keindahan alam. Bila masih merasa belum selesai masalahnya maka membicarakannya dengan teman-teman yang telah diseleksi dan dipercayanya

Bagan Analisis Subyek 4



Subjek 5

Subjek adalah mahasiswa berusia 19 tahun. Saat ini kuliah semester dua pada program studi teknik sipil UDINUS.

Subjek tinggal bersama ayah yang bekerja sebagai dosen fakultas Teknik sipil UNDIP dan ibu yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga, dan 1 orang adik yang saat ini duduk di kelas 10 di Semarang.

Subjek dibesarkan dalam suasana yang religius di rumah dan menjalani pendidikan dasar (SD) dan menengah (SMP dan SMA) di sekolah berbasis agama Islam. Keseharian subjek dihabiskan dengan melakukan berbagai kegiatan yang meliputi kuliah, mengerjakan berbagai tugas dari dosen dan membantu ibu mengerjakan tugas domestik rumah tangga. Subjek adalah anak rumahan yang menghabiskan waktunya lebih banyak di rumah dengan aktivitas belajar-mendengarkan musik-membantu ibu daripada *hangout* dengan teman di luar rumah.

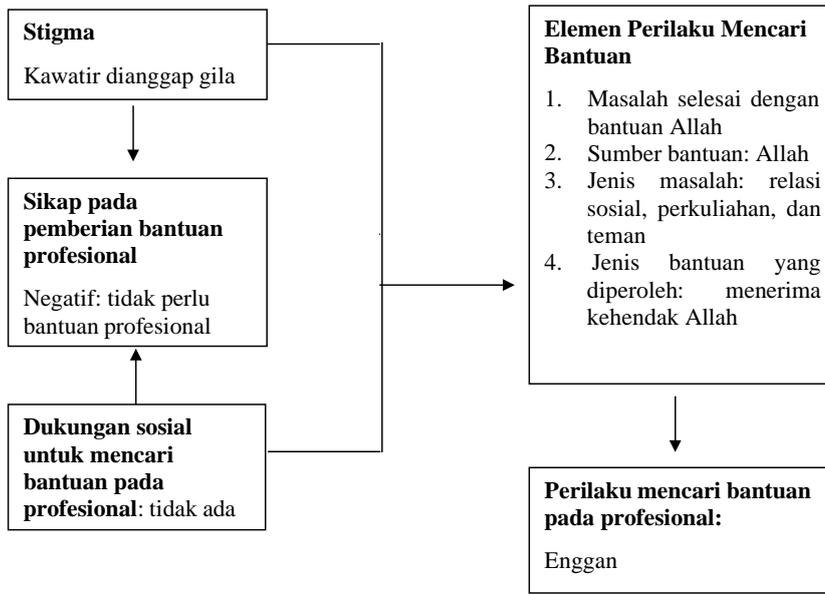
Beberapa masalah yang dimiliki subjek (1) masalah perkuliahan. Sejak awal perkuliahan di fakultas Teknik sipil UDINUS, subjek mengikutinya via online. Subjek

mengalami kesulitan untuk mata kuliah - mata kuliah yang membutuhkan pemahaman yang membutuhkan kemampuan imajiner untuk membayangkan. Untuk mengatasinya subjek berusaha keras untuk mempelajari sendiri, bila tidak berhasil memahaminya maka subjek bertanya pada ayahnya; (2) masalah pertemanan. Subjek belum pernah bertemu teman-teman kuliah di kelasnya secara riil. Selama ini pertemuan mereka hanya secara virtual. Kesulitan bekerjasama dengan teman-teman satu kelompok dalam mengerjakan tugas kelompok sering mewarnai hari-hari subjek. Kejengkelan karena teman satu kelompok menghilang, tidak bisa dihubungi via platform apapun padahal tugas kelompok belum selesai. Hal ini semakin diperparah lagi karena subjek tidak memiliki ketertarikan untuk menjalin relasi sosial dengan orang lain. Subjek tidak memberi waktu dalam hidupnya untuk mengembangkan kemampuan kemampuan berelasi sosial. Subjek tidak memiliki keterampilan yang memadai untuk berkomunikasi dan menggalang relasi sosial harmoni dengan orang lain

Dalam hidupnya, subjek mengembangka tiga keyakinan: (1) semua masalah ada jalan keluarnya; (2) untuk menyelesaikan masalah yang berkait dengan kuliah, subjek berusaha mencari dari berbagai sumber; (3) masalah diluar perkuliahan dicari jalan keluarnya dengan memohon pada Allah. Memasrahkan hidupnya pada Allah dan menerima semua kehendakNya.

Mencari bantuan pada profesional tidak dilakukan karena hingga saat ini subjek tidak merasa memiliki masalah yang tidak bisa diselesaikan campur tangan Tuhan, Menyelesaikannya dengan bantuan Tuhan sudah cukup. Jadi tidak perlu mendapat bantuan profesional.

Bagan Analisis Subyek 5



Subjek 6

Subjek adalah mahasiswi program studi Teknik Kimia semester enam UNDIP. Subjek berusia 21 tahun, merupakan anak bungsu dari tiga bersaudara. Saat ini tinggal bersama keluarga di Demak. Kesuksesan kedua kakaknya menginspirasi untuk juga sukses seperti mereka. Dalam keseharian, subjek disibukkan dengan berbagai aktivitas akademik, mengikuti perkuliahan *online*, mengerjakan berbagai tugas yang diberikan dosen, dan mengikuti PKL (Pelatihan Kerja Lapangan) serta menjadi pengurus Rohis (sebuah organisasi yang fokus untuk membantu remaja memperdalam dan memperkuat ajaran Islam)

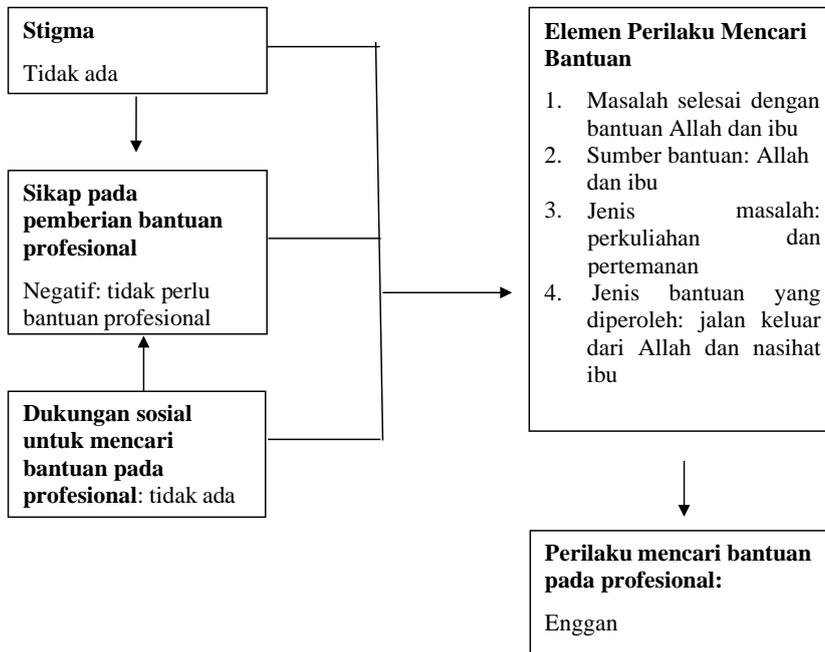
Masalah yang dimiliki subjek: (1) Masalah perkuliahan. Saat ini subjek sedang mengikuti PKL (pelatihan kerja lapangan) di sebuah perusahaan di Demak. Namun disamping itu harus mengikuti kuliah online dan mengerjakan berbagai tugas kelompok maupun individual dari dosen. Subjek merasa lelah karena terlalu banyak hal yang harus dikerjakan; (2) Masalah pertemanan. Khususnya relasi dengan teman kuliah. Temansulit diajak bekerjasama dan berkomunikasi dalam mengerjakan tugas perkuliahan yang

diberikan dosen. Teman-teman dalam satu kelompok banyak yang tiba-tiba mengilang dan tidak bisa dihubungi, padahal tugas kelompok belum selesai dikerjakan.

Dalam menyelesaikan masalahnya, subjek memiliki keyakinan bahwa bila Allah memberi masalah, maka sudah Allah menyediakan jalan keluarnya. Sehingga bila memiliki masalah, subjek selalu berdoa dan memohon bantuan Allah. Bila setelah berdoa, masih ada kebimbangan dan Allah belum memberi jalan keluar maka subjek menceritakan masalahnya pada ibunya. Menurut subjek, ibu adalah orang yang benar-benar paham siapa dirinya sehingga nasihat yang diberikan ibu, benar-benar sesuai bagi dirinya untuk menyelesaikan masalahnya.

Mencari bantuan ke profesional tidak dilakukan subjek karena menurut subjek belum dibutuhkannya. Masalah yang dimilikinya sekarang masih bisa diselesaikan dengan bantuan Allah dan ibu. Bila nanti ada masalah yang membuatnya tidak sehat mental sehingga gila, barulah ia mencari bantuan pada profesional.

Bagan Analisa Subyek 6



Subjek 7

Subjek adalah mahasiswa semester enam program studi Teknologi Pertanian UNIKA Soegijapranata. Subjek berusia 21 tahun, merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. Saat ini tinggal bersama keluarga di Tasikmalaya

Subjek tinggal dengan kedua orangtua dan saudara kembarnya di Tasik Malaya. Sedangkan kakaknya tinggal di Yogyakarta. Sebelum pandemi, ayah bekerja sebagai staf marketing di sebuah pabrik kertas. Saat pandemi pabrik tempat ayah bekerja bangkrut sehingga ayah di PHK. Ibu memiliki usaha katering. Setelah ayah di PHK, beliau membantu usaha katering ibu melayani semua pesanan pelanggan.

Kegiatan subjek sehari-hari meliputi kuliah online, mengerjakan berbagai tugas dari dosen, praktikum, terlibat aktif dalam berbagai kepanitiaan di fakultas, membantu ibu mengelola katering. Seminggu sekali *hangout* bersama-sama teman sebagai aktivitas rekreasi.

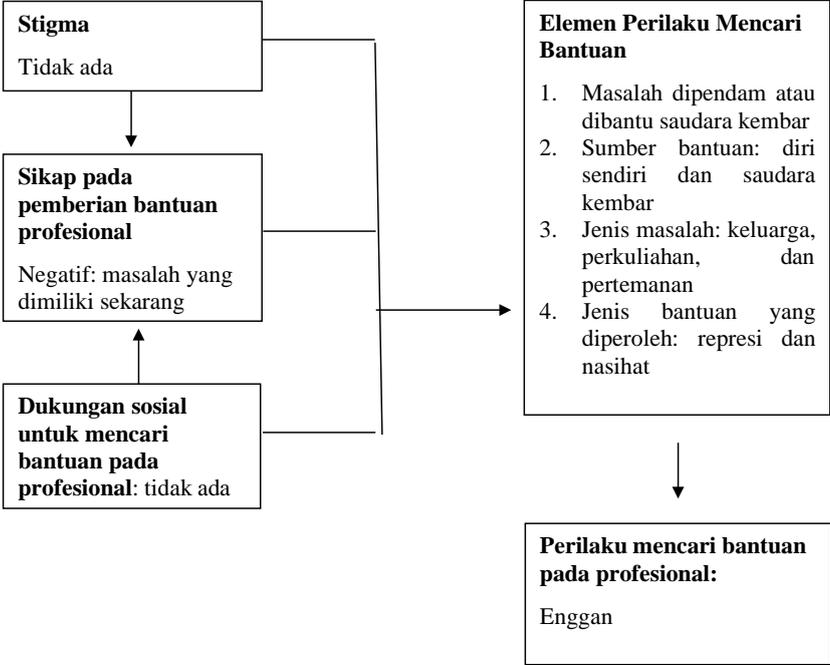
Masalah yang dimiliki subjek: (1) Masalah perkuliahan. Tugas yang diberikan dosen selama perkuliahan online sangat banyak. Disamping itu pelaksanaan praktikum *online* sangat sulit dipahami di saat pandemi sekarang ini. Ditambah lagi beberapa dosen tidak hadir di kelas *online* namun sebagai gantinya memberi tugas untuk dipelajari sendiri oleh mahasiswa; (2) Masalah pertemanan. Relasi sosial dengan teman kuliah sulit dipertahankan keharmonisannya terutama dalam mengerjakan tugas kelompok. Subjek ingin mengganti anggota di kelompok kecilnya namun tidak enak karena semuanya adalah teman-teman di kelas sejak semester 1; (3) Masalah keluarga. Sebenarnya finansial keluarga tidak ada masalah dengan di PHK nya ayah. Namun sejak di PHK ayah sering murung dan melamun. Keadaan ayah yang demikian membuat suasana di rumah tidak nyaman. Dan rumah tidak lagi menjadi tempat belajar yang menyenangkan

Saat memiliki masalah, subjek lebih suka menyimpan masalahnya sendiri. Dengan keyakinan saat bahwa ia yang paling tahu tentang penyebab masalahnya dan bagaimana harus menyelesaikannya. Setelah lebih tenang, ia dapat menyelesaikan masalahnya. Tidak perlu membicarakannya dengan orang lain karena orang lain pasti disibukkan dengan masalah mereka sendiri, jadi tidak perlu menambah masalah mereka. Pernah subjek memiliki pengalaman membicarakan masalah dengan orang lain, namun subjek merasa sudut pandang pada masalahnya berbeda dan ia merasa dipaksa untuk mengikuti pemikiran orang lain tersebut. Namun ada saatnya subjek benar-benar tidak mampu menyelesaikan masalahnya maka ia membicarakannya dengan saudara

kembarnya. Dalam banyak pengalaman, mereka berdua memiliki jalan pikiran yang sama sehingga sudut pandang dalam memahami masalah memiliki kesamaan, demikian pula strategi dalam menyelesaikan masalah ada kesamaan.

Subjek tidak mencari bantuan ke profesional karena merasa masalah yang dimilikinya masih di seputar kuliah, teman, keluarga yang relative sederhana belum membutuhkan bantuan profesional.

Bagan Analisis Subyek 7



Subjek 8

Subjek adalah mahasiswi semester empat program studi Psikologi UNIKA Soegijapranata. Subjek berusia 21 tahun, merupakan anak pertama dari empat bersaudara. Saat ini subjek tinggal dengan keluarga di Lampung

Subjek tinggal serumah dengan nenek, ayah, ibu dan ketiga adiknya di sebuah kampung di Lampung. Nenek di rumah menjaga toko kelontong di depan rumah. Ibu berprofesi sebagai pemasok buah nenas ke sebuah perusahaan. Sedangkan ayah sebelum pandemi adalah seorang mandor bangunan. Di masa pandemi ayah tidak punya pekerjaan karena sangat jarang orang yang membangun rumah. Sekarang ayah menganggur, seluruh waktunya dihabiskan dengan tidur.

Kegiatan subjek sehari-hari meliputi kuliah online, mengerjakan tugas yang diberikan dosen, menjadi asdos, ikut menjadi panitia kegiatan kemahasiswaan di fakultas, jual baju secara online.

Masalah yang dimiliki subjek: (1) Masalah perkuliahan. Banyak kuliah online tidak dipahami subjek dengan jelas. Disamping itu dosen berlomba-lomba memberi tugas; (2) Masalah ekonomi. Ayah kehilangan pekerjaan. Pendapatan ibu dan dari toko kelontong tidak cukup untuk membiayai keluarga mereka. Untuk menambah keuangan keluarga, subjek berjualan baju secara online. Sebenarnya aktivitas berjualan online ini menambah beban subjek, namun ia tidak punya alternatif lainnya; (3) Masalah dengan pacar. Subjek berpacaran dengan kekasihnya yang sekarang selama 4 tahun. Banyak aktivitas sudah dilakukan bersama termasuk melakukan hubungan suami isteri. Sebenarnya subjek menyadari bahwa pacarnya adalah laki-laki *toxic*, selalu berkata-kata yang menyakiti hati subjek seperti dikatakan cewek jelek, murahan, pelacur. Namun subjek merasa tidak dapat memutuskan hubungan dengan pacarnya karena saat ini sudah tidak perawan lagi. Subjek khawatir tidak ada laki-laki lain yang mau dengannya. Dan kalau masyarakat sekitar rumahnya tahu keadaannya, subjek merasa akan dikucilkan dan dianggap perempuan murahan

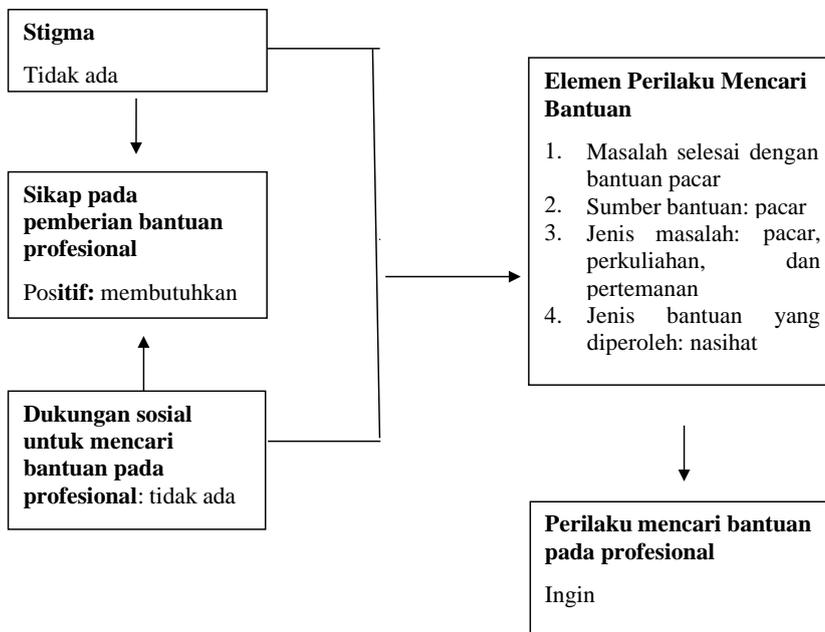
Saat ini subjek memiliki masalah maka ia memendamnya sendiri. Berusaha mencari jalan keluar sendiri. Biasanya subjek membicarakan masalahnya dengan pacarnya namun sejak pacarnya berubah menjadi laki-laki *toxic*, subjek tidak mau lagi membicarakan masalahnya dengannya.

Subjek tidak membicarakan masalah dengan temannya karena subjek tidak memiliki teman yang dekat dengannya secara emosional, karena sehari-hari subjek menghabiskan waktunya dengan pacarnya. Sehingga ia tidak memiliki teman yang bisa

dipercayanya. Sementara untuk membicarakan masalah dengan keluarga, subjek merasa keluarganya (ayah-ibu-nenek) sudah pusing memikirkan masalah keuangan keluarga mereka.

Sebenarnya subjek membutuhkan bantuan profesional karena masalah yang dimiliki sekarang tergolong rumit. Namun subjek tidak punya uang untuk membayar biaya berkonsultasi dengan profesional. Disamping itu di kampungnya, subjek tidak memiliki informasi profesional yang bisa dihubungnya.

Bagan Analisis Subyek 8



Analisis Keseluruhan Data

Berdasarkan hasil analisis kasus dari delapan subjek, peneliti melihat ada kesamaan disana sini yang menyebabkan mereka enggan mencari bantuan profesional. Pada subyek 1,2,6 enggan mencari bantuan pada profesional karena khawatir dianggap melakukan kesalahan yang membuat menjadi tidak normal (gila) oleh orang-orang di sekitarnya. Stigma ini membuat subjek memiliki sikap negatif pada pemberian bantuan profesional.

Commented [rp33]: Analisisnya koq malah tidak fenomenologi, justru hanya justifikasi dari teori yang ada.

Commented [rp34]: Gunakan kalimat akademik formal

Ditambah lagi ada anggapan bahwa mencari bantuan ke profesional biayanya mahal. Hal ini didukung dengan tidak adanya dukungan sosial, dalam bentuk *informational support*, *instrumental support*, *emotional support*. Yang dilakukan subjek 1, 2 dalam menyelesaikan masalah selama ini, (1) dikembangkan *coping* perlu masukan dari orang lain untuk menyelesaikan masalah; (2) sumber bantuannya adalah teman, pacar; (3) jenis masalah pertemanan, perkuliahan, perekonomian; bantuan yang diperoleh adalah nasihat. Subjek 1,2 sudah puas dengan yang dilakukan selama ini sehingga merasa enggan mencari bantuan ke profesional. Subyek 6 juga enggan mencari bantuan pada profesional. Dia memiliki stigma (kawatir dianggap gila) dan memiliki sikap negatif padapemberian bantuan pada profesional, disamping tidak ada dukungan sosial dalam bentuk apapun. Selama ini bantuan diperoleh dari Allah. Dengan berdoa dan memahami kehendak Allah, subjek dapat menyelesaikan masalahnya.

Pada subjek 3,8 tidak memiliki stigma apapun. Khusus subjek 3, memiliki sikap yang positif pada pemberian bantuan profesional karena dimasa lalu punya pengalaman mendapatkan terapi dari psikolog dan mendapat dukungan emosional dari ibunya. Yang dilakukan subjek 3 menyelesaikan masalahnya adalah menumpahkan kekesalannya pada seseorang yang ditemuinya di *game online*. Dengan cara ini subjek dapat melampiaskan emosi negatif nya. Jenis masalah yang dimilikinya adalah perkuliahan, pertemanan, ekonomi, keluarga. Saat ini subjek merasa masalah yang dialaminya tidak berat. Suatu saat bila ia mengalami masalah yang berat maka akan mencari hubungan pada profesional. Subjek 8 juga memiliki sikap yang positif pada pemberian bantuan profesional walau tidak mendapat dukungan dalam bentuk apapun dari lingkungannya. Keinginan untuk mendapat bantuan dari profesional karena subjek merasa selama ini dia mendapat bantuan dari teman dan pacar dengan jenis masalah perkuliahan, ekonomi, pacar. Namun sekarang sedang punya masalah dengan pacar dan tidak memiliki teman yang dapat dipercaya.

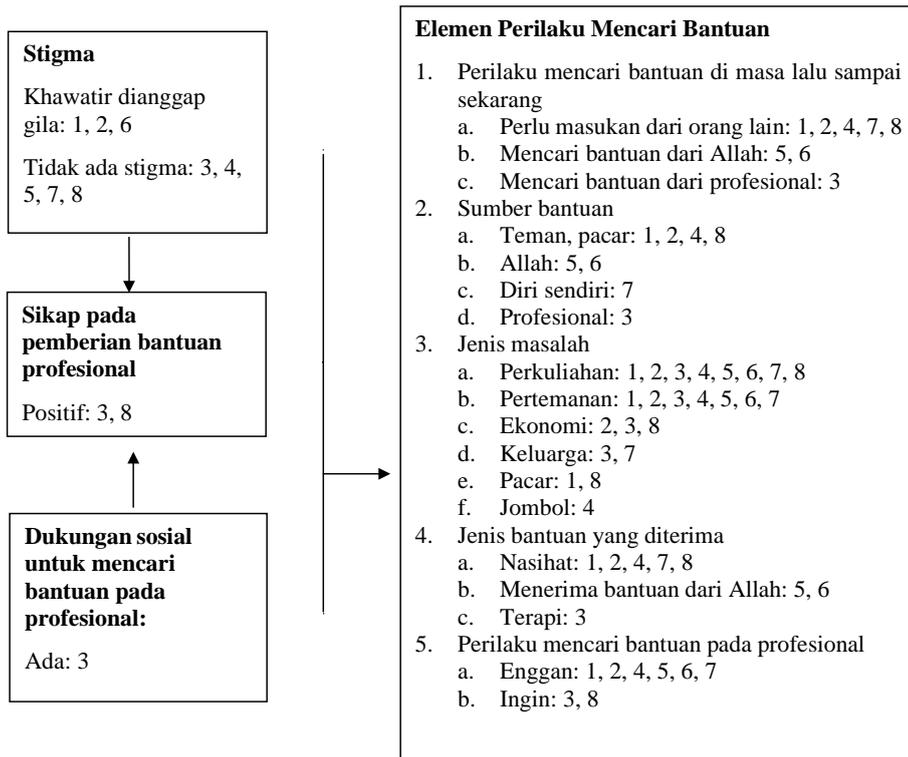
Subyek 4,5,7 tidak memiliki stigma namun memiliki sikap yang negatif pada pemberian bantuan profesional karena merasa masalahnya relative sederhana. Biasanya selama ini cukup dengan membicarakannya dengan teman, saudara kembar (subjek 4) atau diri sendiri (subjek 7). Sementara subjek 5 mencari bantuan dari Allah.

Jenis masalah yang dimiliki subjek secara umum adalah masalah perkuliahan (subjek 1,2,3,4,5,6,7,8,) , pertemanan (subjek 1,2,3,4,5,6,7). Namun disamping itu ada yang memiliki masalah ekonomi (subjek 2,3,8), keluarga (subjek 3,7), pacar (subjek 1, 8), jomblo (subjek 4)

Commented [rp35]: Perlu berhati-hati pada bagian pembahasan. Apakah pendekatan fenomenologi berfokus pada pencarian kesamaan antar subjek?

Penelitian fenomenologi berupaya untuk mengeksplorasi pengalaman personal dan memfokuskan pada persepsi atau pendapat individu tentang pengalaman pada objek atau peristiwa → hal ini yang perlu ditekankan dalam analisa dan pembahasan, bagaimana individu memaknai situasi yang ia hadapi. Meskipun mungkin ada persamaan di antara berbagai subjek, namun yang perlu dibahas adalah dinamika psikologis dari pengalaman masing-masing individu. Ketika analisa utama lebih ke melihat pola-pola kesamaan yang ada, apakah benar metodenya fenomenologis? Barangkali perlu dicek ulang dan disesuaikan.

Bagan Kesimpulan Hasil Analisa Kasus Seluruh Subyek



Pembahasan

Mahasiswa merupakan segmen yang rentan mengalami masalah psikologis karena terjadinya transisi terhadap kehidupan di universitas dan perubahan peran dalam keluarga Pedrelli, Nyer, Yeung, Zulauf & Wilens (2015). Mahasiswa yang notabene berada pada fase dewasa awal merupakan puncak dari onset terjadinya gangguan jiwa (Khan, 2006). Secara spesifik individu dalam tahap perkembangan ini cenderung mengalami emosi-emosi negatif seperti kecemasan, takut, atau malu tetapi di saat yang sama mereka kurang memiliki kompetensi emosi, mereka tidak tahu di mana bisa mencari bantuan, dan hal ini mengurangi kemauan mereka untuk mencari bantuan Rickwood, Deane, Wilson, & Ciarrochi (2005).

Commented [rp36]: Bagian ini perlu direvisi sesuai perubahan dan penyesuaian yang dilakukan di bagian analisa data dan hasil penelitian di atas

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari delapan orang subjek penelitian dapat disimpulkan bahwa intensi mahasiswa enggan mencari bantuan pada profesional di masa pandemi covid 19 terutama karena tidak adanya dukungan dari lingkungan sosial berupa *information support* atau *instrumental support* atau *emotional support* atau keseluruhannya secara bersama-sama. Dari 8 subjek penelitian hanya 1 subjek yang menyebutkan mendapat dukungan. Selama ini mahasiswa sangat kurang mendapatkan berbagai informasi tentang kesehatan mental dan kemana harus mendapat mencari bantuan saat memiliki masalah dengan kesehatan mental. Hal ini sesuai dengan temuan (Maya, 2021; Bonabi, Müller, Ajdacic-Gross, Eisele, Rodgers, Seifritz & Rüschi, 2016; Corrigan, 2004) bahwa literasi kesehatan akan memberi informasi tentang kesehatan mental dan pencarian bantuan pada profesional untuk mengatasi gangguan kesehatan mental. Demikian pula sejalan dengan pemikiran Jorm (2000) yang menyebutkan bahwa pengetahuan tentang kesehatan literasi kesehatan mental dapat mendukung kemampuan merekognisi, manajemen, dan prevensi. Pengetahuan terkait kesehatan mental beserta gejala-gejala gangguan mental ditemukan memiliki pengaruh yang signifikan dalam memberi pemahaman tentang pentingnya merekognisi gejala-gejala gangguan mental tertentu sehingga muncul tindakan prevensi berupa kecenderungan perilaku untuk mencari bantuan profesional psikologi ketika dibutuhkan.

Mahasiswa berada dalam tahap perkembangan perpindahan dari remaja akhir ke dewasa awal. Orientasi teman sebaya sangat mempengaruhi kehidupan mereka disamping pengaruh keluarga juga diterimanya (Hurlock, 2013). Pada penelitian ini ditemukan bahwa subjek lebih memilih membicarakan masalah yang menurutnya tidak rumit hanya di seputar kuliah, pertemanan-pacar-jomblo, keluarga, ekonomi dengan teman sebaya, pacar, dan keluarga. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Syafitri, 2021; Rasyida, 2019) bahwa mahasiswa percaya mencari bantuan informal dari sumber seperti teman dan keluarga dengan masalah yang masih kurang serius seperti yang mereka alami sekarang. Dengan demikian tidak membutuhkan bantuan profesional.

Penelitian ini juga menemukan bahwa keengganan mencari bantuan ke profesional pada sebagian subjek, karena stigma, khawatir dianggap gila pada namun padasebagian subjek yang lain tanpa stigma juga enggan mencari bantuan ke profesional. Sehingga dapat disimpulkan stigma bukan faktor yang menentukan enggan atau tidaknyamahasiswa mencari bantuan ke profesional. Temuan ini sesuai dengan temuan Maya (2021) bahwa stigma tidak berkorelasi dengan keengganan mencari bantuan pada profesional.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldalaykeh, M., Hammouri, M.M., Rababah, J.(2019). Predictors of Mental Health Services Help-Seeking Behaviour among University Students. *Cogent Psychology*.<https://www.tandfonline.com/loi/oaps20>
- Bathje, G., & Pryor, J. (2011). The Relationships of Public and Self-Stigma to Seeking Mental Health Services. *Journal of Mental Health Counseling*. 33: 161-176
- Bird, M.D., Chow, G.M., Yang, Y. (2020). College Students' Attitudes, Stigma, And Intentions Toward Seeking Online And Face-To-Face Counseling. *Journal of Clinical Psychology* 76 (9): 1775-1790. <https://doi.org/10.1002/jclp.22956>
- Bonabi, H., Müller, M., Ajdacic-Gross, V., Eisele, J., Rodgers, S., Seifritz, E., ... & Rüsch, N. (2016). Mental health literacy, attitudes to help seeking, and perceived need as predictors of mental health service use: a longitudinal study. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(4), 321-324. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000488>
- Cheng, Hsiu, L., Wang, C., McDermott, R.C., Kridel, M., Rislin, Jamey, L. (2018). Self-Stigma, Mental Health Literacy, and Attitudes Toward Seeking Psychological Help. *Journal of Counseling and Development* 96 (1): 64-74
- Corrigan, P.W., & Watson, A.C.(2002). Understanding the Impact of Stigma on People with Mental Illness. *World Psychiatry*, 1, 16-20
- DeBate, Rita D., Gatto, A. (2018). The Effects of Stigma on Determinants of Mental Help-Seeking Behaviours Among Male College Students: An Application of the Information-Motivation-Behavioral Skills Model. *American Journal of Men's Health* 1(1): 2-11 DOI:10.1177/1557988318773656
- Erkan, S., Cankaya, Z.C., Ozbay, Y., Terzi, S.(2012). *The Prediction of University Students'Willingness to Seek Counseling. Education Sciences: Theory & Practice*.
- Gysbers, Norman, C., & Henderson, Patricia. (2012). *Developing & Managing Your School Guidance & Counseling Program*, USA: American Counseling Association.
- Ibrahim,N., Amit, N., Shahar, S., Wee, L.H., Ismail, R., Khairuddin, R. , Ching, Sin,S., & Safein Mohd A. (2019). Do depression literacy, mental illness beliefs and stigma influence mental health help-seeking attitude? A cross-sectional study of secondary school and university students from B40 households in Malaysia. *BMC Public Health*.
- Jorm, A. F. (2000). Mental health literacy: Public knowledge and beliefs about mental disorders. *The British Journal of Psychiatry*, 177(5), 396-401. <https://doi.org/10.1192/bjp.177.5.396>
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Kamus versi online
- Khan, Z. (2006). Attitudes Toward Counseling and Alternative Support Among Muslims in Toledo, Ohio. *Journal of Muslim Mental Health*, 1(1), 21–42.
- Lee, S., Juon, H.-S., Martinez, G., Hsu, C. E., Robinson, E. S., & Ma, G. (2009). Model Minority at Risk: Expressed Needs of Mental Health by Asian American Young Adults. *Journal of Community Health*, 34(2), 144–152. <https://doi.org/10.1007/s10900-008-9137-1.Model>
- Pedrelli, P., Nyer, M., Yeung, A., Zulauf, C., & Wilens, T. (2015). College Students: Mental Health Problems and Treatment Considerations. *Academic Psychiatry*, 39(5), 503–511. <https://doi.org/10.1007/s40596-014-0205-9>

Commented [rp37]: Perlu direvisi total sesuai dengan pedoman APA Publication Manual 7th edition, antara lain:
- semua bagian judul artikel/buku harus ditulis dengan huruf kecil, kecuali di awal kalimat dan setelah titik dua
- kota/negara tempat terbit buku tidak perlu dituliskan
- harap cek APA Publication Manual 7th edition dan revisi secara lengkap

- Pinngolia, James, P.R.V. (2018). Help-Seeking Behaviours of College Students: A Mixed Methods Study. *Journal of Counseling Psychology*. <https://www.researchgate.net/publication/327764074>
- Qayyum, A.(2018). Student Help-Seeking Attitudes and Behaviours in A Digital Era. *International Journal of Educational Technology in Higher Education* 15(17). DOI 10.1186/s41239-018-0100-7
- Maya, N. (2021), Kontribusi Literasi Kesehatan Mental dan Persepsi Stigma Publik terhadap Sikap Mencari Bantuan Profesional Psikologi, *Gajah Mada Journal of Psychology*, Volume 7, Number 1, 2021: (page 22 – 32) E-ISSN 2407-7798 <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajop> DOI: 10.22146/gamajop.58470
- Rasyida, A.(2019), Faktor yang menjadi hambatan untuk mencari bantuan psikologis formal di kalangan mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* ISSN. 2301-5985 (Print), 2615-5168 (Online) DOI: <https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2586> Website: <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona> Volume 8 No. 2, Desember 2019 Hal. 193-207
- Rickwood, D., Deane, Frank, P., Wilson, Coralie, J., Ciarroch, J. (2005). Young People's Help-Seeking for Mental Health Problems. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health* 4(3) ISSN: 1446-7984
- Rickwood, D., Thomas, K., Bradford, S. (2012). Help-Seeking Measures in Mental Health: A Rapid Review. The Sax Institute
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, John Wiley, Hoboken, NJ.
- Syafitri, D.U. (2021). *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology* Vol 1 No 1 (2021): Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology Articles Behavior Seeking Psychological Assistance to Students of Sultan Agung Islamic University Semarang
- Setiawan, J. L. (2006). Willingness to seek counselling, and factors that facilitate and inhibit the seeking of counselling in Indonesian undergraduate students. *British Journal of Guidance and Counselling*, 34(3), 403–419. <https://doi.org/10.1080/03069880600769654>
- Unrau YA, Grinnell RM, Jr. (2005). Exploring Out-of-Home Placement as a Moderator of Help-Seeking Behaviour among Adolescents Who Are High Risk. *Res Soc Work Pract* 15(6):516-530