SKRIPSI

GAMBARAN *SELF STIGMA OF SEEKING HELP BEHAVIOUR* REMAJA DI SMAN 10 PADANG

Penelitian Keperawatan Jiwa

KINSKI ADINDA SAB'A YUNZA

2111312065

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2024

GAMBARAN *SELF STIGMA OF SEEKING HELP BEHAVIOUR* REMAJA DI SMAN 10 PADANG

Penelitian Keperawatan Jiwa

KINSKI ADINDA SAB'A YUNZA

NIM.2111312065

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2024

SKRIPSI

GAMBARAN *SELF-STIGMA OF SEEKING HELP BEHAVIOUR* REMAJA DI SMAN 10 PADANG

Penelitian Keperawatan Jiwa

Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Fakultas Keperawatan

Universitas Andalas

Oleh

KINSKI ADINDA SAB'A YUNZA

NIM.2111312065

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2025

PERSETUJUAN SKRIPSI

GAMBARAN *SELF STIGMA OF SEEKING HELP BEHAVIOUR* REMAJA DI SMAN 10 PADANG

KINSKI ADINDA SAB'A YUNZA

NIM.2111312065

Skripsi ini telah disetujui

Tanggal 21 Mei 2025

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Fitra Yeni, S.Kp., MA	Ns. Windy Freska, M.Kep
NIP. 197110172001122002	NIP. 198810092019032008

Mengetahui :

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

Fakultas Keperawatan

Universitas Andalas

Dr. Ns. Rika Sarfika, S.Kep., M.Kep

NIP. 198409152014042002

PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

GAMBARAN *SELF STIGMA OF SEEKING HELP BEHAVIOUR* REMAJA DI SMAN 10 PADANG

KINSKI ADINDA SAB'A YUNZA

NIM. 21113112065

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh panitia penguji pada Fakultas Keperawatan Universitas Andalas pada tanggal 10 Juni 2025

Panitia Penguji,

1. Fitra Yeni, S.Kp., MA (.....)
2. Ns. Windy Freska, S.Kep., M.Kep (.....)
3. Dr. Rika Sabri, S.Kp.,M.Kes.,Sp.Kom (.....)
4. Gusti Sumarsih, S.Kp.,M.Biomed (.....)
5. Ns. Siti Yuliharni, M.Kep.,Sp.Kom (.....)

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas segala nikmat dan rahmatNya yang selalu dicurahkan kepada seluruh makhlukNya. Shalawat serta salam dikirimkan kepada Nabi Muhammad SAW. Alhamdulillah dengan nikmat dan hidayahNya, penulis telah dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Gambaran *Self-Stigma Of Seeking Help Behaviour* Remaja di SMAN 10 Padang".

Terima kasih yang sebesar-besarnya saya ucapkan kepada Ibu Fitra Yeni, S.Kp.,MA selaku pembimbing utama dan Ibu Ns. Windy Freska, S.Kep.,M.Kep sebagai pembimbing pendamping, yang telah dengan telaten dan penuh kesabaran membimbing saya dalam menyusun skripsi ini. Terima kasih yang tak terhingga juga disampaikan kepada Pembimbing Akademik saya, Bapak Ns. Randy Refnandes, S.Kep., M.Kep, yang telah banyak memberi motivasi, nasehat dan bimbingan selama saya mengikuti perkuliahan di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Selain itu saya juga mengucapkan terima kasih pada:

1. Ibu Dr. Ns. Deswita, S.Kp, M.Kep.,Sp.Kep.An selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
2. Ibu Dr. Ns. Rika Sarfika, S.Kep,.M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

3. Seluruh Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan kepada peneliti selama perkuliahan.
4. Seluruh Staff Administrasi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang telah memberikan pelayanan terbaik kepada mahasiswa demi mendukung kelancaran penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Kepala Sekolah SMAN 10 Padang yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
6. Ama dan Apa, cinta pertama saya yang tak akan pernah pudar. Terima kasih karena telah menjadi pelabuhan paling aman dalam hidup saya. Dalam setiap tangis saya, pelukan Apa selalu menjadi tempat berpulang yang tak pernah menghakimi. Dalam setiap doa, Ama tak pernah lupa menyelipkan nama saya dengan kekhawatiran dan harapan yang tulus. Tanpa cinta, doa, dan restu dari Ama dan Apa, saya tidak akan pernah sekuat ini. Terima kasih telah mencintai saya sedalam itu, hingga saya tidak pernah merasa sendiri.
7. Kakak, Uncu, dan Induak, yang tidak hanya hadir sebagai keluarga, tetapi juga sebagai malaikat yang Allah kirimkan dalam bentuk nyata. Terima kasih telah menjadi penyokong utama dalam pembiayaan studi saya, menjadi penyemangat, pendengar terbaik, dan ruang yang selalu memberi saya kebebasan untuk merasakan dan mengekspresikan setiap kepenatan selama di bangku kuliah. Kebaikan hati kalian akan selalu saya kenang sebagai alasan saya harus terus berjuang dan menjadi lebih baik.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

8. Circle wanita paripurna saya, Cindy, Disa, dan Rahma. Terima kasih karena telah menjadi rumah yang nyaman dalam dunia pertemanan. Kalian selalu hadir di tengah padatnya hidup dengan tawa, candaan, dan kejujuran yang menyelamatkan. Terima kasih telah menerima saya dalam semua versi diri saya, termasuk ketika saya lelah dan tidak tahu harus bersandar pada siapa.
9. Seluruh keluarga besar saya, terima kasih atas doa yang tak pernah putus, serta dukungan yang saya rasakan meski tak selalu diucapkan. Doa tulus dari kalian menjadi kekuatan diam-diam yang menopang langkah saya hingga saat ini.
10. Avrillea Tshanindy. S kembaran tiga tahun saya, sahabat sekaligus bagian dari hati saya yang tak tergantikan. Terima kasih telah berjalan bersama dalam gelombang hidup yang tidak selalu mudah. Dalam diam pun, saya tahu kamu mendoakan dan mencintai saya seperti saya mencintaimu.
11. Circle Arindi, Muttaqwiyani Aliyya, Melinda Ulfa Aina, Khira, dan Yesika,terima kasih atas dua tahun penuh cerita yang tak ternilai. Kita telah berbagi hari-hari yang begitu sederhana namun penuh makna. Terima kasih atas kehadiran, support, dan kenangan yang akan selalu saya simpan dalam relung hati. Kalian adalah bagian dari hidup saya yang tak akan terganti
12. Sahabat-sahabat yang sudah seperti keluarga di kost ATAQI, Valerien Novalia, Reza Ardiana, Azka Anisa Firdausi dan Berliana Rahmadani Putri sahabat yang saya temui di kost ATAQI dan telah menjadi keluarga pilihan

saya. Kita telah berbagi malam-malam penuh tawa dan tangis, melewati banyak hal bersama dalam sempitnya kamar kost, tapi luasnya kasih sayang di antara kita. Meski kini tempat kita berbeda, doaku tak pernah berubah semoga kalian menggapai mimpi-mimpi kalian dengan cara yang paling membahagiakan.

13. Della Astari Kristiani Gulo dan Dhea Syifa Marta,sahabat dekat yang unik dengan karakter yang begitu berbeda namun saling melengkapi. Kita punya banyak cerita, suka dan luka yang saling mendewasakan. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi, tempat pulang ketika dunia terasa sempit. Semoga kehidupan membawa kalian menuju hal-hal baik yang kalian impikan. Semoga kalian selalu dikelilingi cinta, keberanian, dan kesempatan untuk menjalani hidup terbaik versi kalian
14. Akhirnya, ucapan paling istimewa saya sampaikan untuk seseorang yang dengan sabar menemani proses ini M. Zaki Aulia Sabri, terima kasih telah menjadi rumah sekaligus pelita. Dalam proses yang begitu menguras emosi, kamu hadir sebagai penyejuk, sebagai sosok yang mengingatkan saya untuk tetap waras dan ikhlas. Terima kasih atas kesabaranmu, atas cinta dan kepercayaanmu, dan atas bahu yang selalu bisa saya sandari saat dunia terasa terlalu berat.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari kesalahan. Maka saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan untuk kedepannya.

Padang, Juni 2025

Kinski Adinda Sab'a Yunza

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

APRIL 2025

Nama : Kinski Adinda Sab'a Yunza

NIM : 2111312065

Gambaran *Self-Stigma Of Seeking Help Behaviour* Remaja di SMAN 10 Padang

ABSTRAK

Self-stigma dalam upaya mencari bantuan psikologis sering kali menjadi hambatan utama bagi remaja untuk mengakses layanan kesehatan mental. Kondisi ini menyebabkan remaja merasa malu, tidak pantas, atau takut dianggap lemah ketika ingin mencari pertolongan profesional. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat self-stigma dalam mencari bantuan pada siswa/i SMAN 10 Padang. Metode yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif dengan instrumen Self-Stigma of Seeking Help (SSOH), melibatkan 262 responden dari kelas X dan XI. Instrumen ini mengukur tiga domain utama, yaitu stereotip, prasangka, dan diskriminasi diri. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja (84,4%) berada pada kategori self-stigma tingkat sedang, dengan skor rata-rata 33,45 dan rentang 24–47. Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan ambivalen, yaitu remaja tidak sepenuhnya menolak mencari bantuan namun juga belum merasa nyaman atau terbuka terhadap layanan tersebut. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa domain prasangka adalah yang paling dominan dibandingkan dengan stereotip dan diskriminasi. Hal ini menggambarkan adanya perasaan malu dan rendah diri yang cukup kuat. Faktor-faktor seperti literasi kesehatan mental, norma sosial, dan usia turut memengaruhi tingkat *self-stigma* yang dialami. Semakin rendah pemahaman remaja terhadap kesehatan mental, maka semakin tinggi kecenderungan mereka untuk menghindari bantuan. Dengan demikian, upaya dalam menurunkan self-stigma pada remaja dapat diarahkan pada peningkatan literasi kesehatan mental serta penciptaan lingkungan yang lebih mendukung bagi remaja dalam mencari bantuan profesional

Kata kunci *: Self-stigma, Help Seeking,* Remaja

FACULTY OF NURSING

ANDALAS UNIVERSITY

APRIL 2025

Nama : Kinski Adinda Sab'a Yunza

NIM : 2111312065

Overview of Self-Stigma Of Seeking Help Behaviour of Adolescents at SMAN 10 Padang

UNIVERSITAS ANDALAS

ABSTRACT

Self-stigma in seeking psychological help often serves as a major barrier for adolescents to access mental health services. This condition leads adolescents to feel ashamed, undeserving, or afraid of being perceived as weak when attempting to seek professional assistance. This study aims to measure the level of self-stigma in help-seeking among students of SMAN 10 Padang. A descriptive quantitative method was employed using the Self-Stigma of Seeking Help (SSOH) instrument, involving 262 respondents from 10th and 11th grades. The instrument assesses three main domains: stereotypes, prejudice, and self-discrimination. The sampling technique used was simple random sampling.The results showed that the majority of adolescents (84.4%) fell into the moderate category of self-stigma, with an average score of 33.45 and a score range of 24–47. These findings indicate a tendency toward ambivalence students do not fully reject the idea of seeking help but are also not yet comfortable or open to utilizing such services. Further analysis revealed that the domain of prejudice was the most dominant compared to stereotypes and self-discrimination, reflecting a strong sense of shame and low self-worth.Factors such as mental health literacy, social norms, and age were found to influence the level of self-stigma experienced. The lower the adolescents' understanding of mental health, the greater their tendency to avoid seeking help. Therefore, efforts to reduce self-stigma among adolescents should focus on improving mental health literacy and fostering a more supportive environment for professional help-seeking.

.Keywords: Self-stigma, Help Seeking, Adolescents