

**INTENSI Mencari Bantuan Profesional Kesehatan Mental
pada Remaja yang Mengalami Disregulasi Emosi**

Dayka Marenda

ABSTRAK

Marenda, Dayka. 2023. Intensi mencari bantuan profesional kesehatan mental pada remaja yang mengalami disregulasi emosi. Skripsi. Yogyakarta : Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mencari apakah ada hubungan antara disregulasi emosi dan intensi mencari bantuan profesional kesehatan mental pada remaja akhir. Penelitian ini juga mengeksplorasi prediktor intensi mencari bantuan menggunakan *theory of planned behaviour* (sikap terhadap mencari bantuan profesional kesehatan mental, norma subjektif, dan kontrol perilaku). 214 remaja berusia 18-21 tahun (13 laki-laki, 201 perempuan), telah menyelesaikan kuesioner online tentang disregulasi emosi, intensi mencari bantuan profesional kesehatan mental, sikap terhadap mencari bantuan profesional kesehatan mental, norma subjektif dan kontrol perilaku. Data dianalisis dengan menggunakan *Spearman's Rho one tailed*. Hasilnya, tidak ada hubungan antara disregulasi emosi dan intensi mencari bantuan profesional kesehatan mental ($p > 0,05$). Sikap remaja pada bantuan profesional kesehatan mental sebagian besar positif. Berkaitan dengan norma subjektif, teman adalah orang yang paling banyak menyarankan pergi mencari bantuan profesional kesehatan mental dan remaja bersedia mengikuti saran tersebut. Remaja sebagian besar memilih biaya sebagai hal yang paling menghambat, diikuti dengan banyak kesibukan dan informasi mencari bantuan yang terbatas. Dari beberapa pilihan hambatan, biaya merupakan hal yang paling sulit diatasi ketika remaja mencari bantuan profesional kesehatan mental.

Kata kunci : emosi, disregulasi, intensi, profesional kesehatan mental, remaja akhir

**INTENTION TO SEEK HELP FROM MENTAL HEALTH
PROFESSIONAL IN LATE ADOLESCENTS WITH EMOTIONAL
DYSREGULATION**

Dayka Marenda

ABSTRACT

Marenda, Dayka. 2023. Intention to seek help from mental health professional in late adolescents with emotional dysregulation. *Thesis*. Yogyakarta : Psychology, Psychology Faculty, Sanata Dharma University.

The purpose of this study was to investigate the relationship between emotional dysregulation and intention to seek help mental health professional in late adolescents. Also, exploration predictors of help-seeking behaviours using *theory of planned behaviour* (i.e, attitudes toward seeking help from professional mental health, subjective norms, and perceived behavioral control). Two hundred and fourteen adolescents from 18-21 years (13 males, 201 females), completed an online questionnaire assessing their difficulties in emotion regulation and intention to seek help from professional mental health, attitudes toward seeking help mental health professional, subjective norms, and perceived behavioral control. Data were analyzed using *Spearman's Rho one tailed*. As a result, there is no relationship between emotional dysregulation and intention to seek professional mental health help ($p>0.05$). Adolescent attitudes to professional mental health are mostly positive. Friends are the ones who suggest the most to seek help from professional mental health and adolescents are willing to follow these suggestions. Adolescents mostly choose cost as the biggest barrier, followed by lots of busyness and limited information seeking help. Of the multiple barriers to choose from, cost is the most difficult to overcome when adolescents seek help from mental health professionals.

Keywords : emotion, dysregulation, intention, mental health professional, late adolescent