

## **Maskulinitas dan Intensi Mencari Bantuan pada Laki-Laki Dewasa Awal: Stigma Diri sebagai Mediasi**

*Masculinity and Help-seeking Intention in Early Adult Males: Self-stigma as Mediation*

Dina Vebiana & Atika Dian Ariana

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

e-mail: dina.vebiana-2019@psikologi.unair.ac.id, atika.ariana@psikologi.unair.ac.id

### **ABSTRAK**

Angka bunuh diri laki-laki dibandingkan perempuan secara substansial lebih tinggi. Hal ini dapat dijelaskan oleh rendahnya kecenderungan laki-laki dalam melakukan pencarian bantuan profesional. Dalam meninjau permasalahan ini, salah satu alasan mengapa laki-laki cenderung tidak mencari bantuan adalah karena adanya ketaatan terhadap ideologi dan norma maskulinitas tradisional yang bertentangan dengan apa yang ada di dalam perilaku pencarian bantuan. Ketaatan ini menyebabkan stigma diri yang lekat. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui mediasi antara stigma diri dengan hubungan maskulinitas dan intensi mencari bantuan. Melibatkan 131 partisipan laki-laki dewasa awal di Indonesia. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat mediasi penuh antara hubungan antara maskulinitas dengan intensi mencari bantuan. Hal ini menunjukkan bahwa stigma diri menjadi suatu hal yang penting dalam meninjau hubungan antara maskulinitas dengan intensi mencari bantuan.

**Kata kunci:** *maskulinitas, mencari bantuan, stigma diri*

### **ABSTRACT**

Male suicide rate is substantially larger than females. This can be explained by male tendency to not seek help professionally. In order to look into the problem, one of the reasons why males tend to not seek help is because there is an adherence to traditional masculinity ideologies and norms which contradict with what help seeking behavior entails. This adherence results in a strong self-stigma. The purpose of this study is to understand the mediation between self-stigma in the relation between masculinity and help seeking intention. Involving 131 young adult male participants from all around Indonesia. The result of this study showed that there is a full mediation in the relation between masculinity and help seeking intention. This shows that self-stigma plays an important role when exploring the relation between masculinity and help seeking intention.

**Keywords:** *help seeking, masculinity, self-stigma*

## PENDAHULUAN

Lebih dari 1 dari 10 orang di dunia (10,7%) memiliki gangguan kesehatan mental. Sehingga, dapat diestimasikan bahwa terdapat 792 juta jiwa yang memiliki gangguan kesehatan mental (Dattani dkk., 2021). Berdasarkan riset kesehatan dasar (Riskesmas), terdapat kenaikan yang signifikan terhadap gangguan mental pada masyarakat Indonesia. Pada tahun 2013 prevalensi gangguan mental emosional di Indonesia adalah 6,0 sementara di tahun 2018 angka tersebut meningkat menjadi 9,8 (Kemenkes, t.t.). Tidak hanya itu, prevalensi gangguan jiwa berat pada tahun 2013 adalah 2,3 per mil dan pada tahun 2018 meningkat menjadi 10 per mil (Kusumastiwi & Noor, 2022). Berdasarkan data oleh Our World in Data, prevalensi perempuan yang memiliki gangguan kesehatan mental adalah 11,9% dan laki-laki adalah 9,3%. Walaupun angka ini didominasi oleh perempuan, namun beberapa gangguan kesehatan mental secara spesifik didominasi oleh laki-laki seperti skizofrenia serta gangguan penyalahgunaan zat (Dattani dkk., 2021).

Laki-laki bukanlah kelompok yang tidak rentan terhadap gangguan kesehatan mental. Bahkan, laki-laki merupakan salah satu kelompok yang rentan, salah satunya ditunjukkan oleh tingkat bunuh diri yang paling tinggi dimana tiga dari empat kasus bunuh diri (76%) adalah oleh laki-laki. Selain itu, bunuh diri adalah penyebab kematian terbesar pada laki-laki dibawah umur 35 tahun (Men's Health Forum, 2014). Pada tahun 2019 di Indonesia, tingkat bunuh diri laki-laki per 100.000 populasi adalah 3,7 dan tingkat bunuh diri perempuan per 100.000 populasi adalah 1,1 (World Health Organization, t.t.). Artinya, jumlah kasus bunuh diri oleh laki-laki diketahui lebih dari 3 kali lipat kasus bunuh diri yang dilakukan oleh perempuan.

Data lainnya menunjukkan bahwa perempuan adalah kelompok yang lebih rentan terhadap depresi, dimana perempuan adalah dua kali lebih mungkin untuk mendapatkan diagnosis atas Major Depressive Disorder (MDD) dibandingkan laki-laki. Namun, mempertimbangkan tingkat bunuh diri laki-laki yang lebih tinggi, peneliti meyakini bahwa tingkat underdiagnosis laki-laki terhadap gangguan mental secara substansial lebih besar dibandingkan perempuan. Artinya, walaupun laki-laki memiliki kerentanan yang besar terhadap gangguan mental, laki-laki tidak mendapatkan diagnosis yang sama dengan perempuan (Call & Shafer, 2018).

Salah satu hal yang dapat menjelaskan underdiagnosis atas gangguan mental pada laki-laki adalah tingkat pencarian bantuan laki-laki yang lebih rendah. Penelitian empiris terdahulu menemukan bahwa laki-laki lebih enggan dalam mencari bantuan dari tenaga kesehatan (Call & Shafer, 2018). Umumnya, hanya satu perempat hingga satu pertiga individu dengan gangguan mental yang mencari bantuan (Call & Shafer, 2018). Namun, permasalahan ini lebih tampak pada kelompok laki-laki yang hanya setengahnya mencari bantuan dibandingkan perempuan (Call & Shafer, 2018). Penemuan ini adalah sesuatu yang konsisten lintas budaya, ras, dan negara, serta pada rentang usia yang berbeda (Seidler dkk., 2016). Sejalan dengan ini, penelitian menunjukkan bahwa 5% hingga 15% pengidap dari gangguan makan adalah laki-laki, namun hanya 16% dari laki-laki tersebut yang kemudian benar benar mencari penanganan terhadap kasusnya (Shepherd & Rickard, 2012). Laki-laki juga cenderung tidak mencari bantuan pada permasalahan seperti depresi, gangguan penyalahgunaan zat, disabilitas fisik dan kejadian-kejadian penuh stres lainnya (Addis & Mahalik, 2003).

Bagi laki-laki, ada beberapa faktor yang lebih mencolok dibandingkan yang lainnya. Penelitian sebelumnya telah menemukan hingga saat ini salah satu alasan mengapa laki-laki lebih enggan dalam mencari bantuan terkait permasalahan yang ia miliki adalah karena dampak yang kuat terhadap sosialisasi norma gender (Call & Shafer, 2018), Sosialisasi norma gender adalah asumsi bahwa laki-laki dan perempuan mempelajari sikap dan perilaku berbasis gender berdasarkan nilai-nilai kultural, norma-norma, dan ideologi tentang apa yang membuat mereka perempuan dan juga laki-laki (Addis & Mahalik, 2003). Sementara, perilaku mencari bantuan yang terdiri dari bergantung kepada orang lain,

mengakui bahwa ia membutuhkan bantuan, dan memahami serta memberikan label terhadap permasalahan emosional merupakan suatu hal yang berkonflik dengan pesan-pesan yang diberikan kepada laki-laki terkait kemandirian, kekuatan, dan kontrol emosional (Addis & Mahalik, 2003).

Perlu diketahui, bahwa maskulinitas dibentuk oleh kebudayaan. Dalam kehidupan sosial, laki-laki akan dianggap gagal jika ia tidak mematuhi norma-norma maskulinitas, sehingga mereka ditekan untuk bersikap maskulin (Demartoto, 2010). Di Indonesia, aturan umum terkait laki-laki adalah bahwa mereka harus tegar, kuat, berani, garang, dan berotot. Tidak hanya itu, laki-laki yang hebat juga digambarkan oleh laki-laki yang dapat mendominasi perempuan serta menaklukkan hati banyak perempuan, sehingga pemikiran tersebut juga mendorong perilaku poligami di Indonesia. Laki-laki juga diekspektasikan untuk menjadi figur pengayom dan pelindung (Demartoto, 2010). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa bentuk manifestasi norma maskulinitas pada laki-laki di Indonesia dapat dilihat dari kedua presiden pertama di Indonesia yaitu Ir. Soekarno dan Soeharto. Berdasarkan adat Jawa, kedua sosok itu adalah "laki-laki sejati" yang memiliki uang dan kejantanan seksual. Laki-laki diekspektasikan untuk memiliki harta, istana, kendaraan, senjata, dan perempuan (Darwin, 1999).

Konstruksi maskulinitas ini kemudian berkonflik terhadap apa yang dimaknai sebagai pencarian bantuan. Konflik terhadap pesan-pesan yang diajarkan kepada laki-laki ini menyebabkan sikap yang cenderung negatif terhadap pencarian bantuan (Vogel dkk., 2011). Penelitian sebelumnya bahkan menunjukkan bahwa konformitas yang tinggi terhadap norma maskulinitas tradisional memiliki hubungan dengan rendahnya sikap mencari bantuan (Seidler dkk., 2016). Akibatnya, dikarenakan mencari bantuan merupakan sesuatu yang tidak selaras dengan ekspektasi tersebut, laki-laki akan menunjukkan persepsi hambatan yang tinggi terhadap pencarian bantuan dan stres yang diasosiasikan dengan ketakutan tidak menaati ekspektasi norma maskulinitas ketika mencari bantuan (Berke dkk., 2022).

Pencarian bantuan juga berhubungan dengan stigmatisasi yang lekat pada laki-laki karena kepercayaan bahwa mereka akan dikritik dan dikucilkan jika mereka mencari bantuan profesional, terutama pada kondisi gangguan kesehatan mental (Call & Shafer, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa persepsi laki-laki terhadap apakah kemudian perilaku yang ia lakukan didukung atau tidak oleh masyarakat menjadi faktor penting dalam memprediksi intensi pencarian bantuan. Bagi laki-laki, stigma publik tersebut, atau pandangan negatif yang disematkan oleh publik kepada seseorang yang mencari bantuan profesional merupakan salah satu penghalang penting dalam pencarian bantuan. Namun, penelitian oleh Vogel dan kawan-kawan (dalam Vogel dkk., 2011) laki-laki lebih menginternalisasi stigma ini sehingga terbentuk self-stigma, yaitu perasaan-perasaan bahwa mencari bantuan adalah perilaku yang inferior dan lemah (Vogel dkk., 2007). Hal ini sangat lekat dengan kecenderungan laki-laki dalam memeluk norma maskulinitas, yaitu ekspektasi sosial untuk dapat menyelesaikan masalahnya sendiri, menjadi independen, dan memiliki kontrol atas emosi yang mereka miliki. Mencari bantuan untuk para laki-laki adalah sesuatu yang menunjukkan bahwa mereka tidak dapat menyelesaikan masalahnya sendiri, yang dapat dianggap sebagai suatu kegagalan pribadi (Vogel dkk., 2011).

Penelitian sebelumnya oleh Pederson dan Vogel (dalam Vogel dkk., 2011) mendukung bahwa model pencarian bantuan laki-laki terdiri dari hubungan antara konflik peran gender yang muncul akibat norma maskulinitas tradisional dengan sikap terhadap pencarian bantuan konseling yang dimediasi secara parsial oleh stigma diri yang diasosiasikan dengan pencarian bantuan. Dengan kata lain, semakin besar kecenderungan laki-laki dalam mendukung peran gender laki-laki berhubungan dengan meningkatnya stigma diri, sehingga berdampak kepada menurunnya sikap terhadap pencarian bantuan (Vogel dkk., 2011). Namun, penelitian sebelumnya adalah penelitian yang dilakukan dalam konteks budaya barat, yang mana kekuatan dari sosialisasi peran gender serta dukungan sosial tentu saja berbeda dengan Indonesia dengan budaya timur yang memiliki manifestasi budaya maskulinitas yang

berbeda. Di Indonesia, laki-laki diekspektasikan lebih kuat lagi untuk dapat menjadi pengayom, pelindung, kuat, tegar, mampu menaklukkan femininitas, serta disaat yang bersamaan menunjukkan kontrol diri yang baik (Darwin, 1999; Demartoto, 2010; Wulan, 2015). Ide-ide penuh konflik ini menjadi ekspektasi yang harus dipikul oleh laki-laki di Indonesia, memberikan banyak sekali hambatan untuk menjadi faktor penghambat bagi pencarian bantuan mereka.

Penelitian sebelumnya juga belum meneliti tentang bagaimana ketaatan terhadap maskulinitas tradisional berdampak pada intensi pencarian bantuan. Dalam mengukur perilaku mencari bantuan, peneliti cenderung untuk mengukur intensi mencari bantuan sebagai salah satu alternatif terdekat yang dapat diukur melalui instrumen *self-report* (Hammer & Spiker, 2018). Sehingga, dalam penelitian ini, peneliti akan berfokus kepada intensi mencari bantuan.

Penelitian ini ingin mengukur sejauh mana intensi mencari bantuan (*help-seeking intention*) oleh laki-laki ditinjau dari ketaatan terhadap norma maskulinitas tradisional (*traditional masculinity norms*). Tidak hanya itu, peneliti juga ingin mengukur sejauh mana intensi mencari bantuan dan norma maskulinitas tradisional dimediasi oleh stigma diri (*self-stigma*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara maskulinitas dan intensi mencari bantuan pada laki-laki dewasa awal dengan stigma diri sebagai mediasi, dimana sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Vogel dan kawan-kawan (2011), hipotesis dari penelitian ini terbagi menjadi dua: (1) terdapat hubungan negatif langsung antara maskulinitas dan intensi mencari bantuan laki-laki dewasa awal; dan (2) terdapat hubungan negatif antara maskulinitas dan intensi mencari bantuan dewasa awal dengan stigma diri sebagai mediasi.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *cross sectional survey* dengan model korelasional. Penelitian ini berusaha menjelaskan hubungan antara ideologi maskulinitas tradisional terhadap intensi mencari bantuan laki-laki dewasa awal di Indonesia yang dimediasi oleh stigma diri. Penelitian ini akan dilaksanakan secara daring dengan menyebarkan kuesioner secara acak kepada partisipan yang kemudian sesuai dengan kriteria partisipan penelitian.

### *Partisipan*

Populasi dari penelitian ini adalah individu yang memiliki karakteristik sebagai berikut: (1) Laki-laki; (2) Berusia 18-25 tahun; (3) Warga Negara Indonesia (WNI). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan teknik *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini merupakan 115 partisipan yang jumlahnya didapatkan dari perhitungan dengan memasukkan *effect size medium* (0,3), *power* = 0,95, serta *α error probability* = 0,05 dengan menggunakan aplikasi *G\*Power*. Partisipan pada penelitian ini akan mendapatkan *informed consent* sebelum mengisi kuesioner ini.

Untuk menguji hipotesis penelitian, peneliti mendapatkan 131 partisipan ( $M_{\text{usia}} = 21,24$ ;  $SD_{\text{usia}} = 1,74$ ) yang tersebar di 15 provinsi di Indonesia. Usia partisipan didominasi oleh usia 22 tahun (27,48%) yaitu sejumlah 36 orang, diikuti oleh usia 21 tahun (17,56%) dan 23 tahun (13,74%). Sebagian besar partisipan (37,40%) berdomisili di Jawa Timur, yaitu sebanyak 49 orang. Domisili partisipan terbanyak diikuti oleh Jawa Barat (16,03%) dan DKI Jakarta (12,98%).

### *Pengukuran*

Pengukuran terhadap intensi mencari bantuan dilakukan menggunakan *Mental Help Seeking Intention Scale* (MHSIS). Skala ini terdiri dari 3 aitem dengan skala *likert* dengan 7 poin, yaitu 1 = "sangat tidak

setuju” dan 7 = “sangat setuju”. Skor yang tinggi pada skala ini menunjukkan intensi mencari bantuan yang lebih tinggi. Alat ukur MHSIS pada penelitian ini sangat reliabel ( $\alpha=0,917$ ).

Pengukuran terhadap maskulinitas dilakukan menggunakan *Male Role Norm Inventory Short Form* (MRNI-SF). Skala ini terdiri dari 21 aitem untuk mengukur tujuh subskala—yaitu *avoidance of femininity*, *negativity toward sexual minorities*, *self-reliance through mechanical skills*, *toughness*, *dominance*, *importance of sex*, serta *restrictive emotionality*—yang masing-masing terdiri atas 3 aitem dengan skala *likert* dengan 7 poin, yaitu 1 = “sangat tidak setuju” dan 7 = “sangat setuju”. Skor yang tinggi pada skala ini menunjukkan kecenderungan dalam menaati norma maskulinitas tradisional yang lebih tinggi. Alat ukur MRNI-SF pada penelitian ini adalah sangat reliabel ( $\alpha=0,931$ ).

Pengukuran terhadap stigma diri dilakukan menggunakan *Self-Stigma of Seeking Help Scale* (SSOSH). Skala ini terdiri dari 10 aitem, dimana responden diminta untuk memberikan respon dalam bentuk skala *likert* dengan rentang respon dimulai dari 1 = “sangat tidak setuju” sampai dengan 5 = “sangat setuju”. Skor yang tinggi pada skala ini kecenderungan dalam melakukan stigma diri yang lebih tinggi. Alat ukur SSOSH pada penelitian ini adalah reliabel ( $\alpha=0,607$ ).

Sebelum melakukan analisis data, Sebelum melakukan analisis data, peneliti melakukan uji asumsi untuk dapat memastikan apakah penelitian ini dapat dianalisis menggunakan analisis regresi. Terdapat beberapa asumsi yang harus diuji, yaitu: normalitas, linearitas, otokorelasi, multikolinearitas, dan homoskedastisitas. Keseluruhan uji asumsi telah dilakukan dan asumsi terpenuhi.

### *Analisis Data*

Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear untuk mengetahui bagaimana pola hubungan antara dua variabel atau lebih yang dijelaskan dengan bentuk hubungan atau fungsi. Selain melakukan teknik analisis regresi sederhana, diperlukan analisis mediasi untuk membuktikan bagaimana peranan stigma diri sebagai variabel mediator yang berfungsi memediasi hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Analisis data hasil kuesioner dilakukan dengan bantuan *software program* analisis data JAMOVI.

## HASIL PENELITIAN

Analisis dengan metode regresi linier dilakukan untuk mengetahui bagaimana pola hubungan antara dua variabel penelitian. Berdasarkan analisis regresi linier, model diketahui cocok dalam menjelaskan data ( $F(1, 129)=2,395$ ;  $p = 0,24$ ;  $R^2= 0,018$ ) dan varians prediktor dapat menjelaskan 1,8 persen dari varians variabel dependen. Maskulinitas ( $\beta= -0,022$ ; 95% CI [-0,051; 0,006];  $SE=0,014$ ;  $t=-1,548$ ;  $p = 0.124$ ) berkorelasi negatif secara tidak signifikan kepada intensi mencari bantuan.

Analisis mediasi dilakukan dalam mengukur peran mediasi antara stigma diri pada hubungan antara maskulinitas dan intensi mencari bantuan. tidak terdapat hubungan yang signifikan antara intensi mencari bantuan dengan maskulinitas ( $\beta = -0,006$ ;  $t = -0,383$ ;  $p = 0,701$ ). Sehingga, hubungan langsung antara variabel X dan Y adalah tidak signifikan. Selanjutnya, hubungan tidak langsung, yaitu hubungan antara intensi mencari bantuan dan stigma diri, serta hubungan antara maskulinitas dengan stigma diri menunjukkan hasil yang signifikan ( $\beta = -0,016$ ;  $t = -2,887$ ;  $p = 0,004$ ).

Maskulinitas dan stigma diri memiliki hubungan dengan arah positif yang signifikan ( $\beta = 0,058$ ;  $t = 3,997$ ;  $p < 0,001$ ). Selanjutnya, intensi mencari bantuan dan stigma diri memiliki hubungan yang signifikan ( $\beta = -0,285$ ;  $t = -4,115$ ;  $p < 0,001$ ) dengan arah negatif. Namun, intensi mencari bantuan dan maskulinitas memiliki hubungan yang tidak signifikan ( $\beta = -0,006$ ;  $t = -0,383$ ;  $p = 0,701$ ).

## DISKUSI

Penelitian ini menemukan bahwa tidak adanya hubungan langsung yang signifikan antara intensi mencari bantuan dengan maskulinitas, sehingga hipotesis kedua tidak terpenuhi. Namun hubungan antara variabel X dan Y tersebut dimediasi penuh oleh variabel mediator yaitu stigma diri, sehingga terdapat hubungan antara variabel X dan variabel Y dengan variabel mediator yang memediasi. Hubungan antara stigma diri dengan intensi mencari bantuan merupakan hubungan dengan arah negatif yang signifikan, serta hubungan antara stigma diri dengan maskulinitas merupakan hubungan dengan arah positif yang signifikan pula. Sehingga, memenuhi hipotesis pertama.

Hubungan yang signifikan dengan arah positif antara maskulinitas dan stigma diri menunjukkan bahwa semakin tinggi maskulinitas seseorang, maka semakin tinggi pula stigma diri yang dimiliki orang tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa stigma diri merupakan bentuk internalisasi terhadap perasaan tidak mampu ketika tidak bisa menyelesaikan permasalahannya sendiri. Hal ini dianggap sebagai suatu hal yang melanggar norma maskulinitas tradisional, sehingga stigma diri merupakan sesuatu yang muncul akibat adanya norma maskulinitas tradisional yang dipeluk (Levant dkk., 2013).

Penelitian lainnya oleh Steinfeldt dan Steinfeldt (2012) menyatakan bahwa laki-laki yang cenderung memeluk norma maskulinitas tradisional maka akan cenderung memeluk juga stereotipe yang diasosiasikan dengan mencari bantuan kepada konsep dirinya (Steinfeldt & Steinfeldt, 2012). Stereotipe ini kemudian sejalan dengan konsep stigma diri terhadap pencarian bantuan yang mana menekankan pada internalisasi terhadap suatu stereotipe terhadap pencarian bantuan.

Selanjutnya, hubungan negatif antara stigma diri dan intensi mencari bantuan yang signifikan menunjukkan bahwa seseorang dengan stigma diri yang tinggi memiliki intensi dalam mencari bantuan yang rendah. Hal ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa stigma diri memiliki hubungan dengan pencarian bantuan. Namun, dalam sebagian besar penelitian, konsep pencarian bantuan yang dieksplorasi adalah sikap dalam mencari bantuan. Hal ini dapat dilihat dari penelitian oleh Vogel dan kawan-kawan (2006) yang menjelaskan bahwa stigma diri merupakan salah satu prediktor terkuat terhadap sikap dalam mencari bantuan, dengan begitu individu dengan stigma diri yang lebih tinggi terhadap konseling akan memiliki sikap yang lebih negatif terhadap pencarian bantuan dan pengobatan (Vogel dkk., 2006).

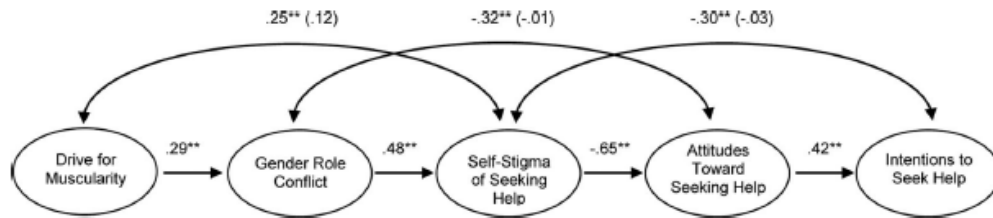
Namun, dalam penelitian ini, konsep pencarian bantuan yang dieksplorasi adalah intensi mencari bantuan, bukan sikap terhadap pencarian bantuan. Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa hal ini bisa dijelaskan oleh *The Theory of Planned Behavior* (TPB) yang merupakan salah satu *framework* yang sering digunakan oleh peneliti untuk memprediksi perilaku mencari bantuan (Shepherd & Rickard, 2012). Menurut TPB, intensi merupakan faktor utama dalam menentukan apakah seseorang akan atau tidak akan melakukan sesuatu. Terdapat tiga faktor yang memprediksi intensi, yaitu: sikap, norma subjektif, dan persepsi terhadap kontrol perilaku. Sikap merupakan sebagaimana individu menilai suatu perilaku ke dalam skala suka atau tidak suka. Sikap, dibandingkan dengan tiga faktor yang lain, merupakan prediktor kunci terhadap intensi.

Sehingga, walaupun penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa stigma diri memiliki hubungan yang signifikan dengan sikap terhadap pencarian bantuan, penemuan dari penelitian ini mendukung *The Theory of Planned Behavior* (TPB) dimana hubungan tersebut tidak berhenti di sikap saja, namun juga memiliki hubungan yang signifikan dengan intensi mencari bantuan (Vogel dkk., 2011).

Penelitian ini menemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara maskulinitas dengan intensi mencari bantuan. Pada penelitian-penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa ketaatan seorang individu terhadap norma maskulinitas tradisional diasosiasikan dengan sikap yang lebih buruk

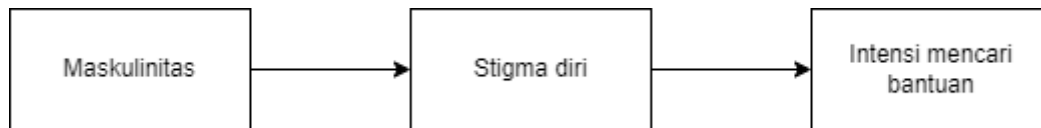
terhadap pencarian bantuan, secara spesifik terhadap gangguan kesehatan mental (Addis & Mahalik, 2003).

Jika dianalisis menggunakan TPB, maka alur ini dapat dijelaskan dengan tidak adanya hubungan langsung antara maskulinitas dengan intensi mencari bantuan, karena hubungan tersebut dimediasi oleh sikap dalam mencari bantuan seperti model yang dicetuskan oleh Shepherd dan Rickard (2012) di bawah ini.



Gambar 1. Model Shepherd & Rickard (2012)

Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa hubungan antara maskulinitas dan intensi mencari bantuan dimediasi oleh beberapa variabel, namun variabel yang berperan paling penting disini adalah stigma diri sebagai mediator utama antara maskulinitas dengan intensi mencari bantuan. Penemuan oleh Shepherd dan Rickard (2012) ini sejalan dengan hasil akhir dari penelitian ini yang menunjukkan bahwa peran mediasi oleh stigma diri dalam hubungan antara intensi mencari bantuan dan maskulinitas adalah mediasi penuh, sehingga gambaran hubungan antara ketiga variabel tersebut adalah sebagaimana di bawah ini.



Gambar 2. Kerangka Hasil Penelitian

## SIMPULAN

Hasil penelitian ini tidak menemukan hubungan langsung antara maskulinitas dengan intensi mencari bantuan. Namun, hubungan antara maskulinitas dengan intensi mencari bantuan dimediasi oleh stigma diri secara penuh. Hubungan antara maskulinitas dengan stigma diri merupakan hubungan yang menunjukkan bahwa semakin tinggi maskulinitas seseorang, semakin tinggi pula stigma diri yang dimiliki orang tersebut. Sebaliknya, semakin tinggi stigma diri yang dimiliki oleh seseorang, semakin rendah kecenderungan individu dalam mencari bantuan, menunjukkan hubungan yang negatif.

Terdapat beberapa saran yang dapat diajukan dari penelitian ini. Penelitian ini menekankan tentang pentingnya keterbukaan terhadap pembicaraan dan diskusi tentang kesehatan mental laki-laki yang tidak kalah pentingnya dengan kesehatan mental perempuan. Pemerintah dapat melakukan upaya intervensi terhadap stigma diri yang dimiliki laki-laki, sehingga dapat meningkatkan kecenderungan laki-laki dalam mencari bantuan. Selain itu, penting untuk mengurangi stigmatisasi terhadap gangguan kesehatan mental pada laki-laki. Untuk para laki-laki, penulis mendukung mereka untuk mulai mencari bantuan dengan melawan norma-norma maskulinitas yang tidak sejalan dengan kesehatan mental masing-masing individu. Hal ini dapat dilakukan dengan mulai mendiskusikan kesehatan mental kepada rekan-rekan yang dipercaya. Untuk penelitian selanjutnya, peneliti dapat melakukan penyebaran data dengan mempertimbangkan faktor sosial-budaya pada suku budaya yang spesifik serta melakukan

eksplorasi lebih dalam terkait dengan faktor sosial budaya lainnya yang melatarbelakangi munculnya norma maskulinitas serta stigma diri.

#### PUSTAKA ACUAN

- Addis, M. E., & Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*, *58*(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.5>
- Berke, D. S., Liautaud, M., & Tuten, M. (2022). Men's psychiatric distress in context: Understanding the impact of masculine discrepancy stress, race, and barriers to help-seeking. *Journal of Health Psychology*, *27*(4), 946–960. <https://doi.org/10.1177/1359105320977641>
- Call, J. B., & Shafer, K. (2018). Gendered Manifestations of Depression and Help Seeking Among Men. *American Journal of Men's Health*, *12*(1), 41–51. <https://doi.org/10.1177/1557988315623993>
- Darwin, M. (1999). Maskulinitas: Posisi laki-laki dalam masyarakat patriarkis. *Center for Population and Policy Studies Gadjah Mada University*, *4*, 1–10.
- Dattani, S., Ritchie, H., & Roser, M. (2021). Mental Health. *Our World in Data*. <https://ourworldindata.org/mental-health>
- Demartoto, A. (2010). Konsep maskulinitas dari jaman ke jaman dan Citranya dalam media. *Jurnal Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik UNS Surakarta*, 1–11.
- Hammer, J. H., & Spiker, D. A. (2018). Dimensionality, reliability, and predictive evidence of validity for three help-seeking intention instruments: ISCI, GHSQ, and MHSIS. *Journal of Counseling Psychology*, *65*(3), 394–401. <https://doi.org/10.1037/cou0000256>
- Kemendes. (t.t.). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Diambil 4 April 2023, dari <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/laporan-hasil-survei/>
- Kusumastiwi, T., & Noor, H. Z. (2022). Deteksi Dini Gangguan Jiwa Melalui Pemberdayaan Warga Sekitar Klinik Pku Muhammadiyah Umbulharjo. *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*.
- Levant, R. F., Stefanov, D. G., Rankin, T. J., Halter, M. J., Mellinger, C., & Williams, C. M. (2013). Moderated path analysis of the relationships between masculinity and men's attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, *60*(3), 392–406. <https://doi.org/10.1037/a0033014>
- Men's Health Forum. (2014, Maret 21). *Key data: Mental health*. <https://www.menshealthforum.org.uk/key-data-mental-health>
- Seidler, Z. E., Dawes, A. J., Rice, S. M., Oliffe, J. L., & Dhillon, H. M. (2016). The role of masculinity in men's help-seeking for depression: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, *49*, 106–118. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.09.002>
- Shepherd, C. B., & Rickard, K. M. (2012). Drive for muscularity and help-seeking: The mediational role of gender role conflict, self-stigma, and attitudes. *Psychology of Men & Masculinity*, *13*(4), 379–392. <https://doi.org/10.1037/a0025923>
- Steinfeldt, J. A., & Steinfeldt, M. C. (2012). Profile of masculine norms and help-seeking stigma in college football. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, *1*(1), 58–71. <https://doi.org/10.1037/a0024919>



- Vogel, D. L., Heimerdinger-Edwards, S. R., Hammer, J. H., & Hubbard, A. (2011). "Boys don't cry": Examination of the links between endorsement of masculine norms, self-stigma, and help-seeking attitudes for men from diverse backgrounds. *Journal of Counseling Psychology*, 58(3), 368–382. <https://doi.org/10.1037/a0023688>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.325>
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of counseling psychology*, 54(1), 40-50. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.1.40>
- World Health Organization. (t.t.). *Suicide mortality rate (per 100 000 population)*. Diambil 2 April 2023, dari [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/suicide-mortality-rate-\(per-100-000-population\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/suicide-mortality-rate-(per-100-000-population))
- Wulan, N. (2015). "Cowok Be Gentle": Maskulinitas Mahasiswa Laki-laki Muslim di Surabaya. *Lakon: Jurnal Kajian Sastra Dan Budaya*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.20473/lakon.v4i1.1927>.