

**PERANAN *PSYCHOLOGICAL DISTRESS* TERHADAP *MENTAL  
HEALTH HELP SEEKING-INTENTION* PADA MAHASISWA TINGKAT  
AKHIR DENGAN DUKUNGAN SOSIAL SEBAGAI VARIABEL  
MODERATOR**

**Skripsi**

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat  
untuk memenuhi derajat Sarjana Psikologi  
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Muhammad Aldy Bukhary

2210914210009

**JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

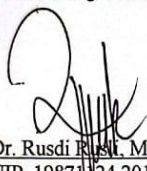
**Maret, 2026**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh Muhammad Aldy Bukhory  
Telah diperiksa dan disetujui untuk diseminarkan

Banjarbaru, 09 Maret 2026

Pembimbing Utama



Dr. Rusdi Rusli, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19871124 201404 1 001

Banjarbaru, 09 Maret 2026

Pembimbing Pendamping



Meydisa Utami Tanau, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19910520 202506 2 003

## ABSTRAK

### PERANAN *PSYCHOLOGICAL DISTRESS* TERHADAP *MENTAL HEALTH HELP SEEKING-INTENTION* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DENGAN DUKUNGAN SOSIAL SEBAGAI VARIABEL MODERATOR

**Muhammad Aldy Bukhary**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran dukungan sosial dalam memoderasi hubungan antara *psychological distress* dan *mental health help-seeking intention* pada mahasiswa tingkat akhir. *Psychological distress* merupakan kondisi tekanan psikologis yang ditandai dengan munculnya gejala kecemasan, depresi, dan ketegangan emosional akibat tuntutan kehidupan. Kondisi ini dapat memengaruhi *mental health help-seeking intention*. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi hubungan tersebut adalah dukungan sosial yang diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya, seperti keluarga, teman, dan orang terdekat. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Kalimantan Selatan. Jumlah subjek penelitian sebanyak 405 mahasiswa tingkat akhir yang diperoleh menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Kessler Psychological Distress Scale (K10)*, *General Help-Seeking Questionnaire (GHSQ)*, dan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)*. Data dianalisis menggunakan analisis regresi moderasi dengan PROCESS Macro Hayes Model 1 pada aplikasi IBM SPSS Statistics. Hasil penelitian ini adalah: 1) Dukungan sosial tidak memoderasi hubungan antara *psychological distress* dan *mental health help-seeking intention*; 2) Terdapat hubungan negatif signifikan antara *psychological distress* dengan *mental health help-seeking intention*; 3) Terdapat hubungan positif signifikan antara dukungan sosial dengan *mental health help-seeking intention*; 4) Terdapat hubungan negatif signifikan antara *psychological distress* dengan dukungan sosial.

Kata Kunci: *psychological distress*, Dukungan Sosial, *mental health help-seeking intention*, Mahasiswa Akhir

## **ABSTRACT**

### **THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL DISTRESS IN MENTAL HEALTH HELP-SEEKING INTENTION AMONG FINAL-YEAR STUDENTS WITH SOCIAL SUPPORT AS A MODERATING VARIABLE**

**Muhammad Aldy Bukhary**

*This study examines the role of social support in moderating the relationship between psychological distress and mental health help-seeking intention among final-year students. Psychological distress refers to psychological pressure characterized by symptoms of anxiety, depression, and emotional tension arising from life demands, which may influence individuals' intention to seek professional mental health assistance. One factor assumed to affect this relationship is social support from the surrounding environment, such as family, friends, and significant others. The study involved 405 final-year students in South Kalimantan selected through purposive sampling. Data were collected using the Kessler Psychological Distress Scale (K10), the General Help-Seeking Questionnaire (GHSQ), and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Data were analyzed using moderation regression analysis with Hayes' PROCESS Macro Model 1 in IBM SPSS Statistics. The results showed that: (1) social support did not moderate the relationship between psychological distress and mental health help-seeking intention; (2) there was a significant negative relationship between psychological distress and mental health help-seeking intention; (3) there was a significant positive relationship between social support and mental health help-seeking intention; and (4) there was a significant negative relationship between psychological distress and social support.*

*Keywords: psychological distress, social support, mental health help-seeking intention, final-year students*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran ALLAH yang telah memberikan rahmatNya dan Rezeki yang terhitung jumlahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Peranan *Psychological Distress* Terhadap *Mental Health Help-Seeking Intention* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dengan Dukungan Sosial Sebagai Variabel Moderator”, tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Dalam

kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISHPH., FISCAM selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat.
2. Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat.
3. Bapak Dr. Rusdi Rusli, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing I yang telah membantu serta memberikan bimbingan, saran, dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Meydisa Utami Tanau, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan saran, kritik, dan dukungan dalam penyusunan
5. Ibu Dr. Ermina Istiqomah, M.Si., Psikolog selaku dosen penguji I yang telah meluangkan waktu sebagai penguji dan memberikan masukan, saran, serta kritik untuk skripsi ini.

6. Ibu Siti Halimatussa'diah, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji II yang bersedia meluangkan waktu sebagai penguji dan memberikan saran serta kritik untuk skripsi ini.
7. Seluruh dosen Program Studi Psikologi FK ULM yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
8. Seluruh staf civitas akademik Program Studi Psikologi FK ULM yang telah memberikan bantuan dalam terlaksananya penelitian ini.
9. Teristimewa kepada keluarga besar saya, Mama dan Papa serta kedua atas segala dukungan serta doa yang telah diberikan sejak kecil, dewasa, dan dimasa yang akan datang.
10. Rekan penelitian payung, Rina dan Umami yang telah memberi dukungan, semangat, serta kerja keras yang kompak selama penulisan skripsi ini.
11. Rasyad yang banyak saya pelajari darinya sejak awal ketemu.
12. Teman-teman seangkatan Rofi, Iqbal, Bang amin, Faisal, Daiva, Syauqi, Andi, Shedeaa, Della, Nisa Alghi dan teman-teman yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang sudah asing maupun masih hangat hingga saat ini. Kehadiran kalian sangat berkesan dan memberi berbagai warna dari berbagai pertemuan kita.
13. Teman-teman diluar Prodi Tony, Bulqini, Abidin dan teman teman yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang banyak memberikan saya dukungan sejak perkuliahan hingga kini. Semog kita tidak untuk dimasa yang akan datang

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
ABSTRAK .....	iii
PERANAN .....	iii
<i>ABSTRACT</i> .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Rumusan Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4.2 Manfaat Praktis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1 Mental health help-seeking intention.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2.1.1 Teori Mental health help-seeking intention	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2 Komponen Mental health help-seeking intention	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3 Faktor yang Memengaruhi Mental health help-seeking intention	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Psychological distress .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.1 Teori Psychological distress.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.2 Aspek-Aspek Psychological distress.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Psychological distress</i>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3 Dukungan Sosial .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.1 Teori Dukungan Sosial.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.2 Dimensi Dukungan sosial .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.3 Jenis-Jenis Dukungan sosial.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.4 Faktor yang Memengaruhi Dukungan sosial	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4 Dinamika Hubungan Antar Variabel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5 Landasan Teori.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.6 Hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.6.1 Hipotesis Mayor .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2.6.2 Hipotesis Minor.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III METODE PENELITIAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1 Rancangan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	
<b>Error! Bookmark not defined.</b>	
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.2 Konseptualisasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian .....	<b>Error!</b>
<b>Bookmark not defined.</b>	
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.1 Instrumen Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.2 Adaptasi Alat Ukur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.3 Seleksi Aitem, Validitas, dan Reliabilitas Alat Ukur	<b>Error! Bookmark</b>
<b>not defined.</b>	
3.5 Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.1 Uji Asumsi Dasar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.2 Uji Hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV PEMBAHASAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1 Gambaran Subjek Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

4.3 Hasil Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.1 Deskripsi Data Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.2 Hasil Uji Asumsi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.3 Hasil Uji Hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4 Pembahasan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.1 Kesimpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2 Saran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2.1 Bagi Mahasiswa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2.2 Bagi Perguruan Tinggi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Daftar Pustaka .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LAMPIRAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blueprint Kessler Psychological distress Scale</i> .....	55
Tabel 3. 2 <i>Blueprint General Help-seeking Questionnaire</i> .....	57
Tabel 3. 3 <i>Blueprint Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> ... <b>Error!</b>	
<b>Bookmark not defined.</b>	
Tabel 4. 1 <i>Deskripsi Partisipan Penelitian</i> .....	74
Tabel 4. 2 <i>Rumus Perhitungan Skor Hipotetik</i> .....	77
Tabel 4. 3 <i>Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik</i> .....	78
Tabel 4. 4 <i>Kategori Variabel Penelitian</i> .....	80

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Dokumen.....	110
lampiran B. Dokumentasi.....	119
Lampiran C Sertifikat.....	126
Lampiran D. Laporan Adaptasi Skala.....	128
Lampiran E. Uji Coba Instrumen (UCI) .....	147
Lampiran F. Data Penelitian .....	157
Lampiran G. Uji Asumsi .....	159
Lampiran H. Analisis Data.....	162

