



## INTISARI

**Latar Belakang:** Peningkatan masalah kesehatan mental pada remaja tidak diikuti oleh perilaku mencari bantuan yang tepat. Perilaku mencari bantuan merupakan langkah awal untuk mencegah keparahan gangguan serta mendapat perawatan yang tepat.

**Tujuan:** Mengeksplorasi persepsi remaja terkait perilaku mencari bantuan masalah kesehatan mental di Kota Palu.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penentuan informan dilakukan dengan menggunakan purposive sampling. Informan terdiri atas 17 informan utama yang merupakan remaja berusia 14-18 tahun yang terindikasi mengalami gangguan mental dan tidak serta 4 informan pendukung yang terdiri atas orangtua remaja, psikolog dan petugas kesehatan. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam menggunakan pedoman wawancara semi terstruktur. Keabsahan data menggunakan triangulasi sumber dan member checking. Penelitian dilakukan di Puskesmas Sangurara Kota Palu pada bulan Oktober-November 2021.

**Hasil :** Informan yang terindikasi memilih sumber informal dan berkeinginan ke tenaga profesional untuk membantu mengatasi masalahnya sedangkan informan yang tidak terindikasi akan memilih untuk mengatasi masalahnya secara mandiri. Perilaku ini dipengaruhi oleh kebutuhan akan bantuan, sikap dan manfaat yang dirasakan dari sumber bantuan, kemandirian dalam menyelesaikan masalah dan pandangan mengenai gangguan mental. Literasi kesehatan mental pada keseluruhan informan tergolong rendah. Stigma yang dipersepsikan remaja terdiri atas stigma sosial dan stigma diri. Dukungan sosial yang diperoleh terdiri atas dukungan emosional, instrumental dan informatif. Koping yang dipilih remaja yaitu strategi emotional focus coping dan problem focused coping.

**Kesimpulan:** Literasi kesehatan mental yang rendah, stigma, sikap negatif terhadap sumber bantuan dan kemandirian dapat menghambat niat remaja untuk mencari bantuan. Sedangkan kebutuhan akan bantuan, dukungan sosial, sikap positif terhadap bantuan dan strategi koping dapat menjadi pendukung pencarian bantuan remaja.

**Kata kunci:** Kesehatan mental, remaja , persepsi, perilaku mencari bantuan



## Abstract

**Background:** The increase of mental health problems in adolescents is not followed by appropriate help-seeking behavior. Help-seeking behavior is the first step to preventing the severity of the disorder and getting the proper treatment.

**Objectives :** This study aimed to explore adolescent perceptions regarding the behavior of seeking help for mental health problems.

**Method:** This study was a qualitative with phenomenological approach. Determination of informants is done by using purposive sampling. The population consisted of 17 primary informants; adolescents aged 14- 18 years who are indicated have emotional mental disorders and not indicated. Four supporting informants: parents of teenagers, psychologists, and health workers. Data collection was carried out by in-depth interviews using semi-structured interview guidelines. Data validity using source triangulation and member checking. The research was conducted at the Sangurara Health Center in Palu City in October-November 2021.

**Result:** Informants who are indicated choose informal sources and are willing to go to professionals to help solve their problems. while informants who are not indicated will choose to solve their problems independently. This behavior is influenced by the need for help, attitudes and perceived benefits from sources of assistance, independence in solving problems, and views about mental disorders. Mental health literacy on all informants is low. The stigma perceived by adolescents consists of social stigma and self-stigma. The social support obtained consisted of emotional, instrumental, and informative support. The coping chosen by adolescents is emotional focus coping and Problem-focused coping.

**Conclusion:** Low mental health literacy, stigma, negative attitudes towards sources of help, and independence can inhibit adolescents' intention to seek help. Meanwhile, the need for help, social support, a positive attitude towards assistance, and coping strategy can support adolescent help-seeking.

Keywords: adolescent mental health, perception, help-seeking behavior