

THE DYNAMICS OF FORMAL HELP-SEEKING BEHAVIOR IN MALE COLLEGE STUDENTS WHO EXPERIENCE DEPRESSIVE SYMPTOMS WITH SUICIDAL IDEATION

ABSTRACT

Depression has become a common mental health problem among people around the world nowadays. Prolonged depression could make someone develop suicidal ideation. College students, especially male, have higher prevalence of suicidal behavior. Suicidal behavior usually preceded by suicidal ideation. Suicidal ideation itself has help-negation effect where college students who experience suicidal ideation tend not to seek help. This study aims to determine the dynamics of formal help-seeking behavior in male college students who experience depressive symptoms with suicidal ideation. Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) was applied to analyze and interpret data gathered by interviewing four college students as participants. The results suggested that four participants experienced quite severe suicidal ideation and had dealt with several barriers towards professional help. Belongingness has found to be the most important internal factor to prevent participant from actual suicide and to perform actual help-seeking. Encouragement from significant others was important factor in the process of participants to finally seek professional help.

Keywords: *depression, suicide, college student, help-seeking behavior*

**DINAMIKA PERILAKU PENCARIAN PERTOLONGAN FORMAL PADA
MAHASISWA LAKI-LAKI YANG MENGALAMI GEJALA DEPRESI
DENGAN *SUICIDAL IDEATION***

ABSTRAK

Depresi menjadi masalah kesehatan mental yang semakin umum dialami oleh masyarakat di dunia. Masalah depresi yang berkepanjangan dapat memicu *suicidal ideation*. Mahasiswa, terutama yang berjenis kelamin laki-laki, memiliki prevalensi yang cukup tinggi untuk menunjukkan perilaku bunuh diri. Perilaku bunuh diri diawali dengan *suicidal ideation*. *Suicidal ideation* memiliki *help-negation effect*, di mana mahasiswa yang memikirkan bunuh diri akan cenderung untuk tidak mencari pertolongan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika perilaku pencarian pertolongan formal pada mahasiswa laki-laki yang mengalami gejala depresi dengan *suicidal ideation*. Penelitian ini menggunakan pendekatan IPA (*Interpretative Phenomenological Analysis*). Partisipan terdiri dari empat orang mahasiswa dari sebuah universitas di Yogyakarta. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masing-masing partisipan mengalami *suicidal ideation* yang cukup parah, dan menghadapi beberapa hambatan untuk menuju pertolongan profesional. Penelitian ini menemukan bahwa *belongingness* adalah faktor internal yang paling penting untuk mencegah partisipan bunuh diri dan untuk mencari pertolongan. Dorongan dari orang lain merupakan faktor penting pada proses pencarian pertolongan formal partisipan.

Kata kunci: depresi, bunuh diri, mahasiswa, perilaku pencarian pertolongan