

Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Perilaku *Help Seeking* terkait Pemilihan Jurusan Kuliah pada Siswa Kelas XII MAN II Semarang

¹Salsabilla Aenun Nisa*, ²Rohmatun

¹ Mahasiswa Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

² Dosen Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

*Corresponding Author:
rohmatun@unissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan help seeking terkait pemilihan jurusan kuliah pada siswa kelas XII MAN II Semarang. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa dari MAN II Semarang kelas XII Tahun Ajaran 2023/2024 dengan jumlah populasi sebanyak 353 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik cluster random sampling. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan dua alat ukur yaitu skala help seeking dari Andrian (2023) dan skala dukungan sosial dari Sunan (2023) dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,858 dan 0,917. Hasil analisis korelasi pearson didapatkan skor rxy sebesar 0,646 dengan skor sig. = 0,000 ($p < 0,01$). Hal tersebut menjelaskan atas adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan help seeking. Dimana semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang didapatkan siswa, maka semakin tinggi juga tingkat help seeking siswa.

Kata Kunci: dukungan sosial, help seeking.

Abstract

This study aims to determine the relationship between social support and seeking help related to choosing a college major in class XII students of MAN II Semarang. The population used in this study were students of MAN II Semarang class XII in the 2023/2024 Academic Year with a population of 353 students. The sampling technique used the cluster random sampling technique. In this study, the researcher used two measuring instruments, namely the help-seeking scale from Andrian (2023) and the social support scale from Sunan (2023) with reliability coefficients of 0.858 and 0.917. The results of the Pearson correlation analysis obtained an rxy score of 0.646 with a sig. = 0.000 ($p < 0.01$). This explains the existence of a very significant positive relationship between social support and seeking help. Where the higher the level of social support obtained by students, the higher the level of student assistance seeking.

Keywords: Social Supports, Help Seeking.

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode peralihan yang terjadi pada kehidupan individu, dan merupakan masa yang menjadi penghubung antara fase kanak-kanak dan fase dewasa (Santrock, 2019). Usia remaja awal berusia sekitar 12-15 tahun, kemudian usia remaja madya sekitar 15-18 tahun, dan usia remaja akhir sekitar 18-21 tahun (Santrock, 2011). Masa remaja identik dengan perkembangan ciri-ciri seks sekunder, perubahan hormon, perubahan perilaku pengambilan risiko, peningkatan reaktivitas emosional, berkurangnya waktu dengan orang tua karena lebih sering bersama teman, dan tumbuhnya otonomi (Casey et al., 2008; Jaworska & MacQueen, 2015).

Ramadhani (2019) menjelaskan bahwa masa transisi dari anak SMA sering menerima pertanyaan-pertanyaan dari keluarga maupun masyarakat mengenai masa depannya, misalnya seperti tujuan setelah masa studi selesai sehingga membuat adanya ekspektasi yang tinggi pada anak remaja. Penghindaran individu akan pembahasan pemilihan jurusan kuliah dibutuhkan sebuah masukan atau bantuan dari orang lain, atau yang biasa disebut *help seeking*. Rickwood & Thomas (2012) berpendapat bahwa *help seeking* yaitu ungkapan yang umum dan mengacu pada perilaku untuk secara aktif mencari bantuan kepada orang lain.

Rickwood & Thomas (2012) menjabarkan bahwa pencarian bantuan untuk siswa SMA sering kali terhambat oleh respons lingkungan yang kurang mendukung, yang pada akhirnya membuat siswa menjadi semakin acuh terhadap masalah yang mereka hadapi. Berdasarkan hasil wawancara yang didapatkan dari tiga siswa di atas, diketahui bahwa siswa merasakan malu, kurang percaya diri, dan malas ketika ingin meminta bantuan orang lain terkait pemilihan jurusan kuliah. Siswa terutama sering merasa tidak nyaman ketika ingin meminta bantuan orang tua, karena tidak mendapatkan respon yang diinginkan dan dianggap bermanfaat.

Barker (2007) mengemukakan bahwa terdapat 5 faktor dari dalam individu yang memengaruhi perilaku *help-seeking*, yaitu motivasi pribadi, persepsi akan kebutuhan, kemandirian, norma gender yang terinternalisasi, dan persepsi dukungan sosial. Dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai sebuah dukungan formal maupun informal yang tersedia dan berasal dari orang lain yang bukan dari ranah profesional (Gottlieb & Bergen, 2010). Dukungan sosial merujuk pada rasa nyaman, sikap peduli, apresiasi, atau

bantuan yang diperoleh individu dari orang lain atau kelompok. Dukungan dapat bersumber dari banyak hal, mulai dari seorang profesional atau ahli seperti dokter, psikolog, maupun organisasi masyarakat, dan melalui orang terdekat seperti teman, keluarga, atau pasangan.

Penelitian help seeking sudah banyak dilakukan, diantaranya hubungan antara help seeking dengan efikasi diri yang dilakukan oleh Syafitri (2018), hasil penelitian menunjukkan efikasi diri akademik dan academic help seeking behavior pada siswa memiliki korelasi yang signifikan. Penelitian dari Andrian (2023) juga menunjukkan hasil yang serupa yaitu ada hubungan positif antara efikasi diri dengan help seeking siswa kelas XII jurusan IPS SMAN 1 Juwana ketika memilih program studi untuk kuliah. Artinya, jika efikasi diri semakin tinggi maka help seeking yang dimiliki oleh siswa semakin tinggi pula. Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa penelitian terdahulu yang ada adalah, mayoritas peneliti mengangkat variabel efikasi diri sebagai variabel bebas untuk dihubungkan dengan help seeking. Perbedaan yang terletak antara penelitian terdahulu penelitian ini adalah terdapat pada variabel independen yang diangkat merupakan dukungan sosial.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode Penelitian ini menggunakan *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* adalah pengambilan dalam sebuah populasi dengan membagi kelompok dengan memperhatikan ciri-ciri atau sifat kemudian menentukan sampel secara acak (Sugiyono, 2016). Metode pengumpulan data yang dipakai yaitu skala yang terdiri dari skala *help seeking* dan skala dukungan sosial. Subjek diminta memilih salah satu dari empat jawaban yang paling sesuai dengan keadaan dirinya. Skala *help seeking* terdiri dari 32 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,858 dan skala dukungan sosial terdiri dari 33 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,917. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 353 siswa kelas XII MAN II Semarang. Metode statistik yang digunakan dalam menganalisis adalah teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Metode analisis data dihitung dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) for Windows Versi 25.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan Uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk menguji normalitas data. Metode ini merujuk pada teori Kolmogorov-Smirnov yang membandingkan distribusi item yang diuji normalitasnya dengan distribusi normal standar. Distribusi normal sendiri adalah data yang telah diubah menjadi z-score dan diasumsikan sebagai data yang normal. Keuntungan dari metode ini adalah sederhana dan tidak menimbulkan perbedaan persepsi antar peneliti. Data akan dianggap terdistribusi normal jika nilai Asym Sig (2-tailed) yang dihitung menggunakan Kolmogorov-Smirnov lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, jika nilai Asym Sig (2-tailed) kurang dari 0,05, data dianggap tidak terdistribusi normal menurut uji Kolmogorov-Smirnov. Dari penelitian ini terlihat bahwa variabel help seeking KS-Z menghasilkan nilai sebesar 0,059 serta $p=0,200$ ($p>0,05$) yang artinya distribusi data normal. Pada variabel dukungan sosial KS-Z sebesar 0,052 serta $p=0,200$ ($p>0,05$) yang artinya distribusi data normal.

Hasil uji linieritas antara dukungan sosial dengan help seeking memperoleh Flinier sebesar 158,874 dengan tingkat signifikansi (sig) sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan help seeking berkorelasi secara linier.

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan dukungan sosial dengan help seeking terkait pemilihan jurusan kuliah pada siswa kelas XII MAN II Semarang. Teknik di dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment. Berdasarkan hasil uji korelasi pearson diperoleh koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = 0,646$, dengan taraf signifikansi 0,000 ($p=<0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan help seeking pada siswa Kelas XII MAN II Semarang.

Hasil Deskripsi skor skala dukungan sosial termasuk pada skor dalam kategori tinggi. Dalam penelitian ini, rata-rata empirik sebesar 76,4 dan rata-rata hipotetik sebesar 62,5, sehingga dukungan sosial yang dimiliki oleh siswa kelas XII MAN II Semarang memiliki tingkatan yang tinggi. Tingginya dukungan sosial diperoleh karena adanya kebutuhan akan subjek dalam memilih dan berhati hati dalam mengambil keputusan. Selain itu, dukungan sosial juga berperan dalam melihat perspektif dari beberapa orang.

Deskripsi skor skala help seeking dari hasil penelitian termasuk pada kategori tinggi. Dengan mean empirik sebesar 92,51 dan mean hipotetik sebesar 80, sehingga

dapat diketahui bahwa help seeking siswa kelas XII MAN II Semarang memiliki tingkatan yang tinggi. Tingginya help seeking diperoleh karena adanya adaptasi dari proses menangani masalah sebagai upaya untuk mendapatkan pertolongan atau bantuan dari luar diri subjek, sehingga dapat siswa merasa tidak sendirian dalam menyelesaikan permasalahannya.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesisi dari penelitian ini diterima yaitu ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan help seeking terkait pemilihan jurusan kuliah. Artinya, jika dukungan sosial semakin tinggi maka tingkat help seeking yang dimiliki siswajuga akan tinggi, begitupun sebaliknya. Hal ini menunjukkan sebagian besar siswa di MAN II Semarang memiliki dukungan sosial yang tinggi dan help seeking yang tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrian, F. D. (2023). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Perilaku Help Seeking Terkait Pemilihan Jurusan Kuliah pada Siswa Kelas XII IPS SMAN 1 Juwana. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 000(September), 156–163.
- Barker, G., Olukoya, A., & Aggleton, P. (2005). Young people , social support and help-seeking. *17*(4), 315–335.
- Casey, B. J., Jones, R. M., & Hare, T. A. (2008). The adolescent brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1124, 111–126. <https://doi.org/10.1196/annals.1440.010>
- Gottlieb, B. H., & Bergen, A. E. (2010). Social support concepts and measures. *Journal of Psychosomatic Research*, 69(5), 511–520. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.10.001>
- Jaworska, N., & MacQueen, G. (2015). Adolescence as a unique developmental period. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 40(5), 291–293. <https://doi.org/10.1503/jpn.150268>
- Mahmudi, M. H., & Suroso, S. (2014). Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 183–194. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i02.382>

- Ramadhani, S. D. (2019). identifikasi perilaku pencarian bantuan terkait program studi pada remaja. 45(45), 95–98.
- Rickwood, D., & Thomas, K. (2012). Conceptual measurement framework for help-seeking for mental health problems. *Psychology Research and Behavior Management*, 5, 173–183. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S38707>
- Santrock, J. W. (2011). *Adolescence* (16th ed.). In McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-Span Development* (17th editi). McGraw-Hill Higher
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (C. Alfabeta (ed.); 23rd ed.).
- Sulaiman, A., & Suryaningrum, C. (2020). Pelatihan Help-Seeking Need Analysis pada Siswa. *Altruis: Journal of Community Services*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.22219/altruis.v1i1.11491>
- Syafitri, N. R. (2018). Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik dan Academic Help-Seeking Behavior Pada Mahasiswa Universitas Islam Indonesia. *Universitas Islam Indonesia*, 4(1), 88–100.