



**HUBUNGAN DISTRES PSIKOLOGIS DAN TIPE KEPERIBADIAN  
DENGAN INTENSI Mencari BANTUAN PSIKOLOGIS PROFESIONAL  
PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN  
NASIONAL "VETERAN" JAKARTA TAHUN 2024**

**NATASYA WINDHI PRATIWI**

**2110211075**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN"  
JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA  
2024**



**HUBUNGAN DISTRES PSIKOLOGIS DAN TIPE KEPERIBADIAN  
DENGAN INTENSI Mencari BANTUAN PSIKOLOGIS PROFESIONAL  
PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN  
NASIONAL "VETERAN" JAKARTA TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kedokteran**

**NATASYA WINDHI PRATIWI**

**2110211075**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN"  
JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA  
2024**

# LEMBAR PENGESAHAN

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Natasya Windhi Pratiwi  
NIM : 2110211075  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana  
Judul Skripsi : Hubungan Distres Psikologis dan Tipe Kepribadian dengan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Tahun 2024

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



dr. Hikmah Muktamiroh, M.  
Med. Ed., Sp. KKL, Subsp.

COPC

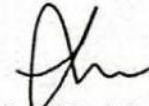
NIK/NIP:

196809282021212003



Dr. dr. Ria Maria Theresa,  
Sp.KJ, MH

NIK/NIP: 466050607941



dr. Fachri Razi, Sp. OG(K),  
MARS

NIK/NIP: 221112064



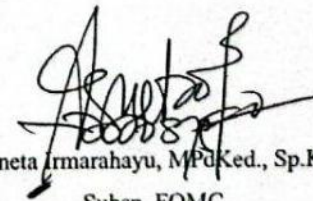
Dr. dr. Taufiq Erhanik Pasiak, M.Kes., M.Pd.I

NIK/NIP: 197001292000031001

Dekan Fakultas Kedokteran

Pembimbing 1

Pembimbing 2



dr. Agneta Armarahayu, M.Pd.Ked., Sp.KKL

Subsp. FOMC

NIK/NIP: 197508222021212007

Ketua Program Studi Kedokteran  
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 29 Agustus 2024

## PERNYATAAN ORISINALITAS

### PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Natasya Windhi Pratiwi

NRP : 2110211075

Tanggal : 26 Desember 2024

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses dengan ketentuan yang berlaku

Jakarta, 26 Desember 2024  
Yang Menyatakan,

A 10,000 Indonesian postage stamp (Meteral Temporal) with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text "REPUBLIK INDONESIA", "10000", "METERAL TEMPORAL", and "1A00FAMX111330826".

(Natasya Windhi Pratiwi)

# PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,  
saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Natasya Windhi Pratiwi  
NRP : 2110211075  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Kedokteran Umum

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“Hubungan Distres Psikologis dan Tipe Kepribadian dengan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Tahun 2024”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta  
Pada Tanggal : 26 Desember 2024  
Yang menyatakan,

  
(Natasya Windhi Pratiwi)



# **Hubungan Distres Psikologis dan Tipe Kepribadian dengan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Tahun 2024**

Natasya Windhi Pratiwi

## **ABSTRAK**

Tingginya angka distres psikologis pada mahasiswa kedokteran tidak diiringi dengan intensi mencari bantuan psikologis profesional. Hal ini kemudian dikaitkan dengan keterbukaan diri yang memiliki hubungan erat dengan tipe kepribadian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan distres psikologis dan tipe kepribadian dengan intensi mencari bantuan psikologis profesional pada mahasiswa kedokteran. Penelitian ini menggunakan desain potong-lintang dengan data primer yang diambil dari penyebaran kuesioner terhadap 94 responden. Metode analisis pada penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square* dan uji regresi logistik dengan variabel bebas berupa distres psikologis dan tipe kepribadian serta variabel terikat berupa intensi mencari bantuan psikologis profesional. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara distres psikologis dan tipe kepribadian dengan intensi mencari bantuan psikologis profesional dengan *P-value* = 1,000 dan 0.157 secara berurutan. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa 6,8% dari intensi mencari bantuan psikologis profesional dapat dijelaskan oleh variabel distres psikologis dan tipe kepribadian. Sementara itu, 93,2% sisanya dijelaskan oleh variabel lain di luar model penelitian. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa distres psikologis dan tipe kepribadian tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan intensi mencari bantuan psikologis profesional pada mahasiswa kedokteran.

**Kata Kunci:** Distres psikologis, intensi mencari bantuan, mahasiswa kedokteran, tipe kepribadian

***Relationship of Psychological Distress and Personality Type to Professional Psychological Help-Seeking Intention of Medical Students at Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta  
2024***

Natasya Windhi Pratiwi

***Abstract***

*The high prevalence of psychological distress among medical students is not accompanied by a corresponding intention to seek professional psychological help. This phenomenon has been linked to self-disclosure, which is closely related to personality types. This study aims to examine the relationship between psychological distress and personality types with the intention to seek professional psychological help among medical students. This study uses a cross-sectional design with primary data collected through a questionnaire distributed to 94 respondents. The analysis method used in this study was the Chi-Square test and logistic regression test, with psychological distress and personality type as independent variables and the intention to seek professional psychological help as the dependent variable. The analysis results indicated no significant relationship between psychological distress and personality type with the intention to seek professional psychological help, with P-values of 1.000 and 0.157, respectively. The multivariate analysis indicates that 6,8% of the professional psychological help-seeking intention can be explained by the psychological distress and personality types. While the remaining 93,8% is explained by other variables outside this research model. The conclusion of this study is that psychological distress and personality type do not have a significant relationship with the intention to seek professional psychological help among medical students.*

**Keywords:** *Help-seeking intention, medical student, personality type, psychological distress*

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas curahan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Distres Psikologis dan Tipe Kepribadian dengan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Tahun 2024” ini dengan tepat waktu. Adapun penulisan skripsi ini ditujukan dalam rangka memenuhi syarat mencapai gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak memperoleh motivasi, pembelajaran, dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu, penulis ingin menyampaikan penghargaan dan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Dr. dr. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes, M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
2. dr. Mila Citrawati, M.Biomed, Sp.KKLP selaku Kepala Program Studi Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
3. dr. Hikmah Muktamiroh, M. Med. Ed., Sp. KKLP selaku dosen penguji skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan banyak masukan dan arahan terkait penulisan serta menguji skripsi penulis
4. Dr. dr. Ria Maria Theresa, Sp.KJ, MH. dan dr. Fachri Razi, Sp.OG(K), MARS. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya



untuk memberikan bimbingan dan bantuan selama penulis menyusun skripsi ini.

5. Alm. Muhammad Al Faridzi selaku motivasi terbesar penulis untuk tetap terus melanjutkan mimpi dan menyelesaikan apa yang telah dimulai walaupun raganya sudah tidak ada di sisi penulis. Terima kasih atas segala bentuk dukungan dan kasih sayang yang telah diberikan selama penulis berjuang dalam menggapai cita – cita. Segala hal baik yang penulis dapatkan kedepannya, semoga menjadi ladang pahala untuknya.
6. Alm. Sukirto, Bunda Upik Saharani, dan Rizki Wira Pratama selaku keluarga penulis yang terus menyemangati penulis dalam mengerjakan skripsi ini.
7. Yudha Heka Satria., M.Psi., Psikolog, CMHA., C.Ht. selaku psikolog terbaik yang pernah penulis temui yang telah membantu penulis dalam melewati masa – masa sulit hingga akhirnya bisa menemukan motivasi kembali untuk melanjutkan hidup.
8. Mamak Mardiah sebagai salah satu penyemangat penulis dalam mengerjakan skripsi ini dan salah satu motivasi penulis untuk terus melanjutkan pendidikan.
9. UPT Unit Layanan Bimbingan Konseling Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang telah menjadi alasan penulis dalam mengajukan judul skripsi ini.
10. Teman – teman tercinta yang telah membantu dan ikut andil dalam proses penyusunan skripsi penulis.

Penulis menyadari penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan dan pengalaman ilmu pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karenanya, atas kesalahan dan kekurangan tersebut, Penulis memohon maaf dan bersedia menerima kritikan yang membangun.

Dengan adanya skripsi ini, penulis sangat berharap dapat memberikan banyak manfaat kepada orang – orang yang membacanya. Selain itu, penulis juga berharap dengan adanya skripsi ini, UPT Unit Layanan Bimbingan Konseling Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta atau bahkan Unit Layanan Bimbingan Konseling Universitas lain mampu menciptakan intervensi terbaik sehingga semakin banyak mahasiswa yang menyadari pentingnya kesehatan mental dan menyadari bahwa mereka tidak sendiri.

Jakarta, 20 Agustus 2024

Penulis,

Natasya Windhi Pratiwi

# DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
2.1 Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional.....	5
2.1.1 Definisi Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional.....	5
2.1.2 Proses Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional .....	6
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional.....	8
2.2 Distres Psikologis .....	10
2.2.1 Definisi Distres Psikologis .....	10
2.2.2 Aspek-Aspek Distres Psikologis .....	11
2.2.3 Faktor Distres Psikologis.....	13
2.2.4 Distres Psikologis pada Mahasiswa Kedokteran .....	14
2.3 Tipe Kepribadian .....	15
2.3.1 Definisi Tipe Kepribadian .....	15
2.3.2 Kepribadian <i>Ekstrovert</i> .....	16
2.3.3 Kepribadian <i>Introvert</i> .....	17

2.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Kepribadian.....	19
2.3.5 Mekanisme Koping .....	20
2.4 Hubungan Distres Psikologis dan Tipe Kepribadian terhadap Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional.....	23
2.5 Penelitian Terkait .....	24
2.6 Kerangka Teoritis .....	26
2.7 Kerangka Konsep .....	27
2.8 Hipotesis Penelitian .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>28</b>
3.1 Desain penelitian .....	28
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
3.3 Subjek Penelitian .....	28
3.3.1 Populasi .....	28
3.3.2 Sampel .....	28
3.4 Perhitungan Besar Sampel.....	29
3.5 Identifikasi Variabel Penelitian .....	31
3.5.1 Variabel Independen.....	31
3.5.2 Variabel Dependen .....	31
3.6 Metode Pengambilan Sampel.....	31
3.7 Definisi Operasional Variabel .....	32
3.8 Batasan Penelitian .....	33
3.9 Instrumen Penelitian.....	33
3.10 Protokol Penelitian .....	37
3.10.1 Pra Penelitian.....	37
3.10.2 Informasi Tindakan .....	38
3.10.3 Teknik Pengumpulan Data .....	38
3.10.4 Pengolahan Data.....	38
3.11 Analisis Data .....	39
3.12 Alur Penelitian.....	40
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>41</b>
4.1 Gambaran Tempat Penelitian .....	41
4.1.1 Lokasi .....	41
4.1.2 Visi dan Misi .....	41
4.2 Hasil Penelitian.....	42
4.2.1 Deskripsi Hasil Penelitian .....	42
4.2.2 Karakteristik Responden .....	42

4.2.3 Analisis Univariat .....	45
4.2.4 Analisis Bivariat .....	61
4.3 Pembahasan .....	63
4.3.1 Pembahasan Analisis Bivariat .....	63
4.4 Keterbatasan Penelitian .....	69
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>70</b>
5.1 Kesimpulan.....	70
5.2 Saran.....	70
5.2.1 Bagi Responden.....	70
5.2.2 Bagi Institusi.....	71
5.2.3 Bagi Peneliti .....	71
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>73</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>81</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>82</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penelitian Terkait .....	24
Tabel 2 Definisi Operasional.....	32
Tabel 3 Blueprint Skala Tipe Kepribadian.....	35
Tabel 4 Blueprint Skala Distres Psikologis .....	36
Tabel 5 Blueprint Skala Intensi Mencari Bantuan Psikologis.....	37
Tabel 6 Distribusi Karakteristik Responden.....	42
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional .....	45
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional Berdasarkan Usia.....	46
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional Berdasarkan Jenis Kelamin .....	48
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional Berdasarkan Angkatan.....	49
Tabel 11 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional Berdasarkan Anak ke-berapa.....	51
Tabel 12 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional Berdasarkan Suku .....	52
Tabel 13 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional Berdasarkan Agama.....	54
Tabel 14 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional Berdasarkan Pendapatan Orang Tua....	55
Tabel 15 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional Berdasarkan Status Tempat Tinggal....	57
Tabel 16 Distribusi Frekuensi Distres Psikologis, Tipe Kepribadian, dan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional Berdasarkan Pengasuhan .....	59
Tabel 17 Hubungan Distres Psikologis dengan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional .....	61
Tabel 18 Hubungan Tipe Kepribadian dengan Intensi Mencari Bantuan Psikologis Profesional.....	62

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori .....	26
Gambar 2 Kerangka Konsep .....	27
Gambar 3 Alur Penelitian .....	40



## **LAMPIRAN**

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian .....	82
Lampiran 2 Surat Etik .....	83
Lampiran 3 Instrumen Penelitian .....	84
Lampiran 4 Hasil Analisis .....	93
Lampiran 5 Artikel Ilmiah.....	105