

ABSTRAK

Peran *Self-Reliance* terhadap Sikap Mencari Bantuan Psikologis Profesional Pada Perempuan yang Mengalami Kekerasan dalam Pacaran serta Tinjauannya dalam Islam

Prevalensi kasus kekerasan dalam pacaran (KDP) di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun dan sebagian besar perempuan adalah korban. KDP meliputi kekerasan fisik, psikologis, seksual, pengawasan yang berlebihan, hingga kekerasan siber. Banyaknya dampak negatif terhadap psikologis yang dirasakan oleh korban KDP membuat mereka termasuk ke dalam kelompok rentan sehingga penting untuk mendapatkan bantuan psikologis profesional. Akan tetapi, mereka cenderung memiliki sikap yang negatif terhadap bantuan psikologis profesional. Sikap negatif ini disebabkan oleh adanya kecenderungan untuk memecahkan masalahnya sendiri (*self-reliance*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *self-reliance* terhadap sikap mencari bantuan psikologis profesional pada perempuan yang pernah mengalami KDP. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental pada perempuan korban KDP yang berusia 18–25 tahun ($N=293$). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Mental Help Seeking Attitudes Scale* (MHSAS) ($\alpha=.950$) dan *Self-Reliance–Mental Instrument* ($\alpha=.740$). Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana dan ditemukan bahwa *self-reliance* berperan secara signifikan dalam memengaruhi sikap mencari bantuan psikologis profesional ($p= <.001$, $R^2 = .026$). Hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat sebagai landasan dalam merancang intervensi tentang pentingnya manfaat dari layanan psikologis profesional dan bagaimana penerapan *self-reliance* yang sehat untuk mencegah adanya penerapan *self-reliance* yang tidak tepat atau berlebihan pada masyarakat khususnya perempuan yang pernah mengalami KDP. Menurut pandangan Islam, kemandirian (*self-reliance*) memiliki nilai yang positif. Namun kemandirian yang berlebihan dalam menyelesaikan masalah dinilai negatif menurut Islam. Dalam Islam, diajarkan untuk mencari bantuan sebagai bentuk dari mencari pengobatan dalam menangani masalah kesehatan mental agar tercapainya jiwa dan raga yang sehat serta menerapkan sikap saling tolong menolong antar sesama.

Kata kunci: Kekerasan dalam Pacaran; Perempuan; *Self-Reliance*; Sikap Mencari Bantuan Psikologis Profesional

ABSTRACT

The Role of Self-Reliance on Attitudes to Seek Professional Psychological Help in Women Experiencing Dating Violence in Islam Perspective

The prevalence of dating violence (DV) cases in Indonesia continues to increase from year to year and most women are victims. DV includes physical, psychological, sexual violence, excessive supervision, and cyber violence. The many negative psychological impacts felt by victims of DV make them vulnerable, so it is important for them to receive professional psychological assistance. However, they tend to have a negative attitude towards professional psychological help. This negative attitude is caused by the tendency to solve their own problems (self-reliance). This study aims to determine the role of self-reliance on the attitude towards seeking professional psychological help in women who have experienced DV. This study was conducted using non-experimental quantitative methods on female victims of DV aged 18-25 years (N=293). The measuring instruments used in this study were the Mental Help Seeking Attitudes Scale (MHSAS) questionnaire ($\alpha=.950$) and Self-Reliance Instrument ($\alpha=.740$). Hypothesis testing in this study used simple regression analysis and it was found that self-reliance played a significant role in influencing professional psychological help-seeking attitudes ($p= <.001$, $R^2 = .026$). The results of this study can be useful as a foundation in designing interventions about the importance of the benefits of professional psychological services and how to apply healthy self-reliance to prevent inappropriate or excessive application of self-reliance in the community, especially women who have experienced DV. According to the Islamic view, self-reliance has a positive value. However, excessive self-reliance in solving problems is considered negative according to Islam. In Islam, it is recommended to seek help as a form of seeking treatment in dealing with mental health problems in order to achieve a healthy body and soul and apply an attitude of mutual help among others.

Keywords: *Attitudes toward Seeking Professional Psychological Help; Dating Violence; Self-Reliance; Women*