

Hubungan *Personality Traits* dengan *Mental Health Help-Seeking Intention* pada Ibu Postpartum

Silvia Gita Saputri^{1*}, Siti Muthia Dinni^{1*}

¹Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

silvia2000013201@webmail.uad.ac.id

siti.dinni@psy.uad.ac.id

ABSTRACT

This research was used to determine the relationship between personality traits and mental health help-seeking intention in postpartum mothers. The population in this study were postpartum mothers at the Imogiri 1 Community Health Center with a research sample of 80 postpartum mothers. Fulfillment of the research sample was based on criteria, namely: Postpartum mothers who have children aged 2 weeks to 1 year, mothers who live in Imogiri I and are willing to be respondents. This research uses quantitative methods by collecting data in the form of a mental health help-seeking scale and a personality traits scale. The research data collection method and tools used in this research are cross-sectional studies using correlational methods and the assistance of computer software, namely the SPSS 20.0 for Windows program. The hypothesis in this research produces $R=0.162$ with $p= 0.000$ ($p < 0.01$). There is a relationship between personality traits and mental health help-seeking intention among postpartum women and the independent variables in this study simultaneously or together provide an effective contribution of 16.6% to mental health help-seeking intention, meaning that 83.4% is found in the variable others and research errors.

Keywords: mental health help-seeking intention, personality traits, postpartum mother

ABSTRAK

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan *personality traits* dengan *mental health help-seeking intention* pada ibu postpartum. Populasi pada penelitian ini adalah ibu postpartum yang ada di Puskesmas Imogiri 1 dengan sampel penelitian yang berjumlah 80 orang ibu postpartum. Pemenuhan sampel penelitian ini berdasarkan kriteria yaitu: Ibu pasca melahirkan dengan usia anak 2 minggu sampai 1 tahun, Ibu yang tinggal di Imogiri 1 dan Bersedia menjadi responden. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pengumpulan data berupa penyebaran skala *mental health help-seeking intention* dan skala *personality traits*. Metode dan alat pengumpulan data dalam penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi *cross-sectional* dengan menggunakan metode korelasional dan bantuan software komputer yaitu program SPSS 20.0 for Windows. Hipotesis pada penelitian ini menghasilkan $R=0,162$ dengan $p= 0,000$ ($p < 0,01$). Adanya hubungan *personality traits* dengan *mental health help-seeking intention* pada ibu postpartum dan variabel bebas dalam penelitian ini secara simultan atau bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 16,6% terhadap *mental health help-seeking intention* artinya 83,4% terdapat pada variabel lain dan error penelitian

Kata kunci: ibu postpartum, mental health help-seeking intention, personality traits

Pendahuluan

Periode *postpartum* merupakan situasi krisis bagi ibu, pasangan, dan keluarga akibat berbagai perubahan yang memerlukan proses adaptasi adanya penyesuaian (Kemenkes. 2023). Maka dari itu, setiap ibu memiliki pengalaman melahirkan yang berbeda, ibu setelah melahirkan akan mengalami berbagai perubahan fisik maupun psikologis sebagai dampak internal dari kelahiran (Setyaningrum et al., 2023).

Adapun dampak perubahan fisik seperti perut yang membesar, munculnya *stretchmark* di bagian perut, payudara, bokong dan kaki; serta pembengkakan dan nyeri pada payudara dan kaki. Perubahan ini seringkali berkaitan dengan masalah psikologis. Banyak ibu yang setelah melahirkan mengalami kesulitan menerima perubahan fisik mereka, yang dapat menimbulkan perasaan sedih, kecewa, dan kurang percaya diri atau merasa tidak menarik lagi. Kehadiran bayi juga memengaruhi kondisi psikologis ibu. Bayi yang sangat bergantung pada ibunya menyebabkan aktivitas seperti menyusui, menggendong, memandikan, dan menidurkan bayi sering membuat ibu sangat kelelahan. Selain itu, ibu harus menyesuaikan diri dengan jam tidur bayi dan menjalankan berbagai peran sebagai istri dan pekerja. Perubahan ini membawa kebahagiaan serta tanggung jawab baru, yang dapat menyebabkan ibu menghadapi kesulitan dalam mengelola tanggung jawab tersebut (Mulyati & Silvia Khoerunisa, 2019).

Selain itu, terdapat juga faktor eksternal yang dapat memicu stres bagi ibu, seperti tuntutan dari suami, orang tua, atau keluarga besar terkait peran barunya. Dukungan sosial yang diharapkan oleh ibu *postpartum* berasal dari suami, keluarga, teman, tetangga, dan tenaga kesehatan, mengingat kondisi fisik dan psikologis yang melemah. Studi telah menunjukkan bahwa sekitar satu dari lima wanita akan mengalami masalah kesehatan mental pada masa kehamilan atau dalam satu tahun setelah melahirkan (Gelaye et al., 2016; Kusumawati et al., 2021). Ibu *postpartum* biasanya hanya memperdulikan kesehatan fisik mereka saja, padahal kesehatan mental juga tidak kalah penting untuk perkembangan buah hatinya. Terkadang kurangnya kesadaran tersebut membuat ibu tidak konsultasikan kesehatan mentalnya. Faktor-faktor tersebutlah yang rentan membuat ibu *postpartum* mengalami masalah kesehatan mental (Astri et al., 2020).

Salah satu masalah kesehatan mental yang sering terjadi adalah *postpartum blues*, atau yang dikenal sebagai *baby blues*, yaitu gangguan psikologis yang dialami oleh ibu setelah melahirkan (Adila et al., 2019). Menurut *American Psychiatric Association* (2013), gejala *postpartum blues* meliputi: a) perasaan cemas, khawatir berlebihan, sedih, murung, dan sering menangis tanpa alasan yang jelas, b) sering merasa kelelahan dan mengalami sakit kepala atau migrain, c) perasaan tidak mampu, seperti dalam mengurus bayi, dan d) perasaan putus asa. Gejala ini biasanya muncul dua atau tiga hari setelah melahirkan dan umumnya hilang dalam satu atau dua minggu (Olii, Nancy et al., 2023). Penyebab pasti *baby blues* tidak diketahui, tetapi diperkirakan dipengaruhi oleh faktor biopsikososial sebelum dan sesudah melahirkan, seperti paritas (Yunitasari & Suryani, 2020).

Kasus *baby blues* atau *postpartum blues* di Asia memiliki angka yang cukup tinggi, dengan rentang antara 26% hingga 85% pada wanita pasca melahirkan. Di negara-negara Barat, prevalensi ini dilaporkan lebih tinggi daripada di Asia. Contohnya, sebuah penelitian di Malaysia tahun 2009 yang melibatkan 154 wanita pasca melahirkan mencatat kejadian sebesar 3,9%, dengan prevalensi tertinggi pada wanita India (8,9%), diikuti oleh wanita Melayu (3,0%), dan tidak ditemukan kasus pada wanita Cina. Di Singapura, penelitian menunjukkan angka kejadian sebesar 1%. Pada tahun 2010, penelitian menunjukkan bahwa angka kejadian *postpartum blues* berkisar antara 10% hingga 20%. Di Belanda pada tahun 2001, diperkirakan bahwa antara 2% hingga 10% ibu yang melahirkan mengalami kondisi ini (Retnosari & Fatimah, 2022).

Gejala pada ibu *postpartum* yang tidak ditangani tepat akan rentan berkembang menjadi gangguan mental yang lebih serius seperti depresi *postpartum* dan *psikosis postpartum* (Ernawati et al., 2020). Adapun *postpartum depression* (PPD) adalah masalah kesehatan yang memengaruhi psikologis ibu, meskipun penyebab pastinya belum diketahui. Namun, beberapa faktor risiko yang meningkatkan terjadinya PPD telah diidentifikasi. Faktor risiko tersebut mencakup prevalensi PPD yang tercatat sekitar 1 hingga 2 per 1000 kelahiran, dengan 50 hingga 60% terjadi pada kehamilan pertama. Ini menyebabkan peningkatan signifikan kasus depresi *postpartum* di Indonesia, mencapai 22%. Jika masalah ini berlanjut, dampak jangka panjangnya dapat memengaruhi perkembangan kognitif, emosional, sosial, dan perilaku anak (Adli, 2022).

Menurut data WHO yang dilaporkan oleh BBC News Indonesia, sekitar 10% wanita hamil dan 13% wanita yang baru saja melahirkan mengalami gangguan mental, terutama depresi. Prevalensi global depresi pasca melahirkan diperkirakan mencapai 100-150 kasus per 1000 kelahiran (BBC News Indonesia, 2021). Angka kejadian sindrom *baby blues* bervariasi secara signifikan di berbagai negara: di Jepang 15-50%, Amerika

Serikat 27%, Prancis 31,7%, Nigeria 31,3%, dan Yunani 44,5%. Di Asia, prevalensi sindrom *baby blues* berkisar antara 26% hingga 85% (USAID, 2021). Penelitian di Jakarta, Yogyakarta, dan Surabaya menemukan angka kejadian antara 11% hingga 30%, menunjukkan bahwa ini adalah masalah signifikan yang tidak bisa diabaikan (Lestari, 2021). Meskipun sindrom ini telah dicatat sejak zaman Hippocrates, sayangnya sering kali tidak dianggap penting. Banyak yang mengalaminya sering dianggap hanya sebagai efek samping dari kelelahan setelah melahirkan (Laitupa et al., 2023). Hal ini sejalan dengan wawancara yang dilakukan dengan ibu *postpartum* yang mengalami perubahan baik fisik maupun mental. Perubahan fisik yang berubah seperti naiknya berat badan dan munculnya *stretchmark* di beberapa bagian tubuh membuat ibu tidak percaya diri. Selain itu perhatian suami dan keluarga yang beralih ke bayi membuat ibu merasa kurang diperhatikan, hal tersebutlah yang terkadang membuat kesehatan ibu terganggu. Namun ibu *postpartum* ini menyadari bahwa emosinya sangat penting untuk mengatur kesehatan mentalnya. Hal tersebut juga penting untuk tumbuh kembang anaknya menjadi lebih baik (wawancara pada ibu *postpartum*).

Tingginya masalah kesehatan mental di Indonesia masih menjadi tantangan besar. Gangguan pada ibu *postpartum* dapat berdampak negatif pada kualitas hidup mereka. Faktor-faktor yang memengaruhi kualitas hidup ini mencakup faktor fisik, psikologis, persalinan, dan lingkungan (Wahdakirana, 2021). Penelitian lain menunjukkan bahwa faktor biopsikososial, baik sebelum maupun setelah melahirkan, memiliki peran penting. Kerentanan biologis dan psikologis, situasi yang menimbulkan stres, serta kurangnya dukungan sosial sangat memengaruhi kondisi ibu dan perkembangan anak (Kumalasari et al., 2019).

Kesehatan mental yang baik dapat diartikan sebagai keadaan sejahtera yang memungkinkan individu untuk menghadapi tekanan hidup sehari-hari dan berfungsi secara produktif (Fusar-Poli et al., 2020). Jika seorang ibu tidak memperhatikan kesejahteraan mentalnya, ini dapat memiliki dampak baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, ibu dapat menjadi kurang aktif dan mengabaikan perhatian terhadap bayinya, menyebabkan kurangnya sentuhan dan perhatian pada bayi, serta mengalami gangguan aktivitas dan seringnya bayi menangis. Dampak jangka panjang meliputi gangguan dalam perkembangan kognitif, psikologis, neurologis, dan motorik pada bayi (Yulistianingsih & Susanti, 2021).

Masalah kesehatan mental ibu sering kali tidak terdeteksi dan tertangani dengan baik di lapangan karena ibu cenderung tidak mau memeriksakan diri atau berkonsultasi kondisi kesehatan mentalnya pasca melahirkan. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan psikolog di puskesmas Imogiri I, bahwa penyebab ibu *postpartum* enggan berkonsultasi yaitu perilaku mencari bantuan kesehatan mental yang kurang dan tidak adanya pelaporan dari bidan atau poli KIA untuk dapat melakukan PHN (*Patient Home Nursing*) yang melibatkan psikolog jika kemungkinan besar pasien alami masalah kesehatan mental. Adapun upaya psikolog selain berkerjasama dengan KIA yaitu memberikan edukasi saat ibu hamil wajib melakukan pemeriksaan kesehatan di berbagai poliklinik termasuk poli psikologi dari dinas kesehatan. Psikolog sebisa mungkin saat ibu berkunjung pasti memberikan pemahaman kepada ibu dan keluarga bagaimana kondisi psikologis ibu yang baru melahirkan, jika terjadi sesuatu psikolog akan melihat dan mengevaluasi butuh rujukan dokter atau membutuhkan pendampingan saja (wawancara pada psikolog Imogiri I).

Fischer dan Turner (1970), kecenderungan individu dalam mencari atau menolak bantuan profesional selama krisis pribadi atau setelah mengalami ketidaknyamanan psikologis yang berkepanjangan dijelaskan sebagai sikap mencari bantuan profesional di bidang psikologi. Sikap yang positif terhadap hal ini tercermin dalam respons yang baik terhadap kehadiran profesional psikologi (Nurfadilah et al, 2021). Perilaku mencari bantuan kesehatan mental melibatkan interaksi dengan orang lain untuk memperoleh pemahaman, saran, informasi, pengobatan, dan dukungan umum dalam menghadapi masalah atau pengalaman yang sulit. Perilaku ini merupakan tindakan yang disengaja atau direncanakan untuk mencegah kondisi yang memburuk (Ricwood et al., 2005).

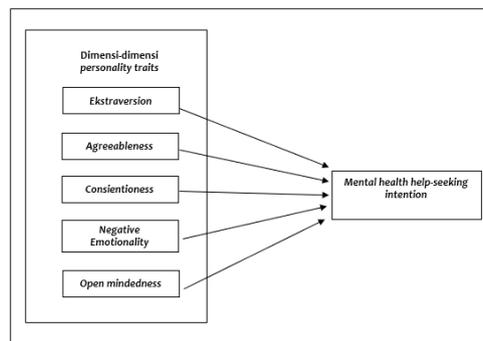
Individu dengan kesehatan mental yang rendah cenderung memiliki pemahaman yang salah tentang gangguan mental, sehingga lebih memilih untuk mencari pertolongan informal dan menghindari bantuan formal atau profesional (Umubyeyi et al., 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Trihidayati dan Permana (2020) mengenai pengalaman keluarga dalam mencari pengobatan gangguan jiwa menunjukkan bahwa banyak yang mencari pengobatan melalui cara supranatural dengan berkonsultasi kepada tabib, ulama, atau menggunakan pengobatan spiritual yang sesuai dengan budaya setempat, selain mencari pelayanan kesehatan dari psikiater, dokter, atau perawat profesional. Hambatan dalam mencari pengobatan termasuk stigma yang terkait dengan pasien gangguan jiwa, kurangnya pengetahuan, dan masalah sosial ekonomi.

Salah satu faktor yang memengaruhi kecenderungan untuk mencari atau menghindari bantuan psikologis profesional adalah sifat kepribadian (Atik & Yalgin, 2011). Beberapa penelitian telah menunjukkan hubungan yang signifikan antara sifat-sifat tersebut dan pencarian bantuan kesehatan mental di berbagai kelompok (Ingram et al., 2016; Kakhnovets, 2011; Park et al., 2018).

Model kepribadian yang biasa digunakan guna mengevaluasi pola struktur kepribadian yaitu *Big Five Model* (BFM), yang terdiri dari *openness*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism* (John et al., 2008). Kelebihan utama dari *Big Five Model* adalah kemudahan dan kelengkapannya dalam mengukur faset kehidupan manusia membuat model ini mudah diterapkan menjadi salah satu sifat pribadi yang terkait dengan pencarian bantuan kesehatan mental. Meskipun beberapa penelitian menunjukkan hubungan antara ciri-ciri kepribadian dan pencarian bantuan, temuan ini tidak cukup untuk menjelaskannya hubungan, sehingga diperlukan penyelidikan lebih lanjut. Mengidentifikasi prediktor niat mencari bantuan psikologis sangat penting untuk meningkatkan akses terhadap bantuan pelayanan kesehatan mental (Shabrina, 2022).

Individu dengan tipe kepribadian tertentu cenderung memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mencari bantuan dalam kesehatan mental. Dalam sebuah studi pendahuluan yang dilakukan satu bulan setelah melahirkan, ditemukan bahwa harga diri yang rendah menjadi indikator signifikan dari tingkat gejala PPD (Depresi *Postpartum*). Selain itu, neurotisme dan rendahnya harga diri juga memprediksi gejala PPD yang tercatat dalam tahun pertama setelah kelahiran, sementara pikiran yang berulang dan ketidakmampuan untuk mengenali emosi menjadi faktor penentu yang signifikan dari gejala PPD dalam tahun kedua pasca melahirkan (Denis A, 2018). Dari penelitian tersebut dapat dilihat bahwa ciri-ciri kepribadian tertentu terbukti dapat memprediksi peningkatan pencarian bantuan kesehatan mental.

Terhambatnya pencarian bantuan pada ibu *postpartum* diduga berkaitan dengan faktor kepribadian seseorang. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengkaji hubungan *personality trait* dengan *mental health help-seeking* pada ibu *postpartum*.



Gambar 1. Kerangka teoritis penelitian

Metode Penelitian

Metode dan alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah pendekatan studi *cross-sectional*. Penelitian ini menggunakan metode korelasional untuk menguji hubungan antara dua variabel atau lebih. Nursalam (2016) menjelaskan bahwa penelitian *cross-sectional* adalah jenis penelitian di mana pengumpulan data dilakukan sekali pada satu waktu pengukuran atau pengamatan variabel independen (seperti faktor personal dan interpersonal) dan variabel dependen (seperti kepatuhan terhadap medikasi) secara bersamaan, tanpa ada tindak lanjut setelah pengumpulan data. Peneliti akan meminta subyek untuk memberikan jawaban secara tertulis dengan menggunakan data formal. Salah satu variasi instrumen atau alat penelitian yang digunakan untuk mengukur variabel independen (seperti faktor personal dan interpersonal) dan variabel dependen (kepatuhan terhadap medikasi) dalam penelitian ini adalah kuesioner.

Kuesioner penelitian ini terdiri dari serangkaian pertanyaan yang bertujuan untuk mengumpulkan informasi dari responden, meliputi : Data demografi yang berisikan komponen demografi yang terdiri dari nomor responden, tanggal pengisian, nama responden, jenis kelamin, usia, pendidikan dan pekerjaan,

melahirkan anak ke berapa dan para peserta juga memberikan informasi tentang jaringan hubungan sebaya, pengalaman dengan penyedia kesehatan mental, dan pengetahuan tentang kesehatan mental. Lanjut kuesioner Lima Besar Inventaris (BFI) dalam penelitian ini, untuk mengukur kelima dimensi tersebut, digunakan skala *Big Five Inventory-2* (BFI-2) yang dikembangkan oleh Soto & John (2017). Skala ini telah disesuaikan ke dalam versi bahasa Indonesia dan telah diuji reliabilitas serta validitasnya oleh Ahya & Siaputra (2021). BFI-2 yang telah diadaptasi terdiri dari 60 item, dengan 12 item untuk setiap dimensi, yaitu kesukaan terhadap hal di luar diri (*extraversion*), kesetujuan (*agreeableness*), kehati-hatian (*conscientiousness*), kenegatifan emosi (*negative emotionality*), dan trait kepribadian keterbukaan pemikiran (*open-mindedness*). Skala Mental Health Help-seeking menggunakan MHSIS (*Mental Help Seeking Intention Scale*) adalah alat pengukuran yang digunakan untuk mengukur tingkat intensi seseorang dalam mencari bantuan profesional untuk masalah kesehatan mental (Hammer & Spiker, 2018) yang sudah diadaptasi oleh Sabrina et al., (2022). MHSIS adalah instrumen *self-report* yang terdiri dari 3 item. Peserta diminta untuk menilai pernyataan menggunakan skala angka dari 1 hingga 7, di mana 1 menunjukkan "sangat tidak mungkin" dan 7 menunjukkan "sangat mungkin". Total skor diperoleh dengan menjumlahkan skor dari ketiga item tersebut. Skor yang lebih tinggi menunjukkan intensi yang lebih tinggi dalam mencari bantuan kesehatan mental profesional. Orang dengan intensi tinggi dalam mencari bantuan kesehatan mental menunjukkan kesiapan untuk mencari bantuan jika menghadapi masalah kesehatan mental. Validitas struktur internal instrumen ini telah diuji melalui EFA (*Exploratory Factor Analysis*). Hasil EFA menunjukkan bahwa satu faktor dari skala niat mencari bantuan mental telah diidentifikasi. Faktor pertama memiliki kontribusi varian terbesar (85,69%, dengan nilai eigen 2,571). Berdasarkan *scree plot chart*, ketiga item MHSIS dikonfirmasi menjadi satu faktor dengan *eigenvalue* 2,5. Nilai *loading* faktor setiap item di atas 0,5, yaitu M1 = 0,904, M2 = 0,961, dan M3 = 0,911, menunjukkan bahwa masing-masing item berkontribusi pada varian yang sama dengan item lainnya dan menghasilkan skor total tunggal. Validitas dan Reabilitas

Hasil

Hipotesis dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi linier untuk mengetahui hubungan *personality traits* dengan *mental health help-seeking intention* pada ibu *postpartum*. Untuk menjawab hipotesis tersebut dilakukan analisis regresi linier. Kaidah signifikansi pada uji hipotesis yaitu $p \leq 0,01$ atau sangat signifikan dan $p \leq 0,05$ atau signifikan sebagai syarat hipotesis diterima. Apabila taraf signifikansi $p > 0,05$ atau tidak signifikan maka hipotesis ditolak.

Tabel 1 Regression Analysis

Independen variable	B	SE	B	t	Sig(p)	R2	Adjusted R2	Ket.
<i>Help seeking intention</i>						0,162	0,151	
Extraversion	-0,197	0,109	-0,227	-1,814	0,074			Hipotesis ditolak
Agreeableness	-0,101	0,142	-0,104	-0,707	0,482			Hipotesis ditolak
Conscientiousness	-0,265	0,124	-0,303	-2,129	0,037			Hipotesis diterima
Negative emotionality	-0,045	0,100	-0,056	-0,453	0,652			Hipotesis ditolak
Openness to experience	0,077	0,091	0,096	0,839	0,404			Hipotesis ditolak

Berdasarkan hasil analisis regresi, *extraversion* terhadap *mental health help-seeking* memperoleh nilai β 0,227 dengan taraf signifikansi sebesar 0,074 ($p > 0,05$) yang artinya hipotesis ditolak. Hasil uji *agreeableness* terhadap *mental health help-seeking intention* memperoleh nilai β -0,104 dengan taraf signifikansi sebesar 0,482 ($p > 0,05$) yang artinya hipotesis ditolak. Hasil uji hipotesis antara *conscientiousness* terhadap *mental health help-seeking intention* memperoleh nilai β 0,124 dengan taraf signifikan (p) 0,037 ($p < 0,05$) maka hipotesis *conscientiousness* yang artinya ada peran positif yang signifikan antara *conscientiousness* dengan *mental health help seeking* pada ibu *postpartum*. Semakin tinggi skor yang didapatkan pada satu tipe kepribadian maka semakin mengarah pula tipe kepribadian untuk *mental health help-seeking intention*, begitu pula sebaliknya. Hasil uji *negative emotionality* terhadap *mental health help-seeking intention* memperoleh nilai β -0,056 dengan taraf signifikansi sebesar 0,652 ($p > 0,05$) yang artinya hipotesis ditolak. Hasil uji *open mindedness* terhadap *mental health help-seeking intention* memperoleh nilai β 0,096 dengan taraf signifikansi sebesar 0,404 ($p > 0,05$) yang artinya hipotesis ditolak.

Tabel 4.1 Hasil sumbangan efektif

Variabel Bebas	Beta	r (Zero Order)	Sumbangan Efektif
<i>Extraversion</i>	-0,227	-0,342	7,76%
<i>Agreeableness</i>	-0,104	-0,354	3,68%
<i>Conscientiousness</i>	-0,303	-0,419	12,69%
<i>Negative emotionality</i>	-0,056	0,182	-1,07%
<i>Open mindedness</i>	0,839	-0,077	-6,46%

Berdasarkan tabel data hasil sumbangan efektif diperoleh nilai *beta extraversion* sebesar -0,227 dan nilai *zero-order* sebesar -0,342. Pada dimensi *agreeableness* diperoleh nilai *beta* sebesar -0,104 dan nilai *zero-order* sebesar -0,354. Pada *conscientiousness* diperoleh nilai *beta* sebesar -0,303 dan nilai *zero-order* sebesar -0,419. Pada *negative emotionality* diperoleh nilai *beta* sebesar -0,056 dan nilai *zero-order* sebesar 0,182. Pada *openness to experience* diperoleh nilai *beta* sebesar 0,839 dan nilai *zero-order* sebesar -0,077.

Berdasarkan perhitungan sumbangan efektif didapatkan hasil sumbangan efektif dimensi-dimensi *personality traits* terhadap *mental health help seeking* sebesar 16,6%. Maka, sebesar 83,4% *mental health help seeking* dipengaruhi oleh faktor yang lain.

Tabel 3 Pearson product-moment correlation of personality and mental health help-seeking intention

Measure	2	3	4	5	6
1. <i>Extraversion</i>	0.434**	0.419**	-0.273*	0.435**	-0.342**
2. <i>Agreeableness</i>		0.662**	-0.510**	0.209	-0.354**
3. <i>Conscientiousness</i>			-0.479	0.218	-0.419**
4. <i>Neuroticism</i>				-0.237*	0.182
5. <i>Openness to experience</i>					-0.077
6. <i>Mental Health Help-seeking Intention</i>					

Berdasarkan table output di atas, menunjukkan *extraversion* menunjukkan hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara *extraversion* dan *agreeableness*, dengan nilai korelasi *pearson* sebesar 0,434 dan korelasi ini signifikan pada tingkat 0.000 (2-tailed). *Extraversion* dengan *conscientiousness* terdapat korelasi positif yang signifikan dengan nilai korelasi *pearson* sebesar 0,419

dan korelasi pada tingkat 0.000 (2-tailed). *Extraversion* dengan *negative emotionality* terdapat korelasi *negative* yang signifikan dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,273 dan korelasi pada tingkat 0.014 (2-tailed). *Extraversion* dengan dimensi *openness to experience* terdapat korelasi positif yang signifikan dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0,435 dan korelasi pada tingkat 0.000 (2-tailed).

Agreeableness dengan dimensi *conscientiousness* terdapat korelasi positif yang signifikan dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0,662 dan korelasi pada tingkat 0.000 (2-tailed). *Agreeableness* dengan dimensi *negative emotionality* terdapat korelasi *negative* yang signifikan dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,510 dan korelasi pada tingkat 0.000 (2-tailed). *Agreeableness* dengan *openness to experience* terdapat korelasi positif yang signifikan dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0,209 dan korelasi pada tingkat 0.000 (2-tailed).

Conscientiousness dengan dimensi *negative emotionality* terdapat korelasi negatif yang signifikan dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,479 dan korelasi pada tingkat 0.000 (2-tailed). *Conscientiousness* dengan *negative emotionality* terdapat korelasi negatif yang signifikan dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0,218 dan korelasi pada tingkat 0.052 (2-tailed). *Negative emotionality* dengan dimensi *open mindedness* terdapat korelasi negatif yang signifikan dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,237 dan korelasi pada tingkat 0.034 (2-tailed).

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *mental health help-seeking* dan *extraversion* dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,342. Korelasi ini signifikan pada tingkat 0.002 (2-tailed). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *mental health help-seeking* dan *agreeableness* dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,354. Korelasi ini signifikan pada tingkat 0.001 (2-tailed). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *mental health help-seeking* dan *conscientiousness* dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,419. Korelasi ini signifikan pada tingkat 0.000 (2-tailed). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara *mental health help-seeking* dan *neuroticism*, dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0,182. Korelasi ini signifikan pada tingkat 0.107 (2-tailed). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *mental health help-seeking* dan *extraversion* dengan nilai korelasi Pearson sebesar -0,077. Korelasi ini signifikan pada tingkat 0.469 (2-tailed).

Interpretasi dari hasil ini adalah semakin tinggi skor pada setiap tipe kepribadian dan *mental health help-seeking* pada ibu *postpartum*, semakin rendah kecenderungan maka untuk mencari bantuan kesehatan mental. Sebaliknya, semakin rendah skor tipe kepribadian, semakin tinggi kecenderungan untuk mencari bantuan kesehatan mental.

Analisis Tambahan One Way Anova

Pada penelitian ini peneliti mendapatkan data pendidikan dan pekerjaan ibu *postpartum*. Dari data yang diperoleh, peneliti akan menganalisis tambahan mengenai apakah terdapat hubungan *mental health help-seeking intention* dengan pendidikan dan pekerjaan. Analisis tambahan tersebut menggunakan uji beda dengan *one way anova*. Uji *one way anova* digunakan untuk membandingkan rata-rata dari dua kelompok yang berasal dari dua sampel yang berbeda. Sebelum melakukan uji *one way anova*, dilakukan uji normalitas populasi sebagai prasyarat dan uji homogenitas variansi populasi untuk menentukan kelayakan penggunaan uji *one way anova*. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji perbandingan dua sampel, yaitu *one way anova*, dengan tingkat signifikansi 0,05. Jika nilai signifikansi lebih dari 0,05, maka kedua kelompok memiliki rata-rata yang seimbang. Berikut adalah hasil uji hipotesis yang dilakukan:

Analisis *one way anova mental health help-seeking* pendidikan hasil uji analisis yang diperoleh nilai F sebesar 0,104 dengan taraf signifikansi sebesar 0,958 ($p > 0,05$) yang artinya di tolak. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat *mental health help seeking* di tinjau dari pendidikan, SD (Mean = 18,00; SD = 1,414), SMP (Mean = 16,94; SD = 4,505), SMA (Mean = 16,95; SD = 5,352), dan S1 (Mean = 17,63; SD = 3,897) pada ibu *postpartum*. Analisis *one way anova mental health help-seeking* pekerjaan hasil uji analisis yang diperoleh nilai F sebesar 1,469 dengan taraf signifikansi sebesar 0,230 ($p > 0,05$) yang artinya di tolak. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat *mental health help seeking* di tinjau dari pekerjaan, wirausaha (Mean = 19,73; SD = 2,284), wiraswasta (Mean = 17,86; SD = 4,741), PNS (Mean = 16,00; SD = 4,062), dan ibu rumah tangga (Mean = 16,61; SD = 5,109) pada ibu *postpartum*.

Analisis *one way anova personality traits* pendidikan hasil uji analisis yang diperoleh nilai F sebesar 0,544 dengan taraf signifikansi sebesar 0,653 ($p > 0,05$) yang artinya di tolak. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat *personality traits* di tinjau dari Pendidikan, SD (Mean = 163,00; SD = 7,071), SMP (Mean = 156,22; SD = 18,265), SMA (Mean = 158,23; SD = 14,227), dan S1 (Mean = 153,56; SD = 9,345) pada

ibu postpartum. Analisis *one way anova personality traits* pekerjaan hasil uji analisis yang diperoleh nilai F sebesar 0,713 dengan taraf signifikansi sebesar 0,547 ($p > 0,05$) yang artinya ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat *personality traits* di tinjau dari Pekerjaan, wirausaha (Mean = 19,73; SD = 2,284), wiraswasta (Mean = 17,86; SD = 4,741), PNS (Mean = 16,00; SD = 4,062), dan Ibu rumah tangga (Mean = 15,74; SD = 14,282) pada ibu postpartum.

Pembahasan

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan *personality traits* dengan *mental health help-seeking intention* pada ibu postpartum. Hipotesis diterima terbukti terdapat hubungan yang signifikan antara *personality traits* dengan *mental health help-seeking intention*. Pada ibu postpartum sumbangan efektif *personality traits* adalah sebesar 16,6% terhadap *mental health help-seeking intention* yang berarti 83,4% merupakan sumbangan variabel lain dan error penelitian. Hal ini sesuai dengan penelitian terbaru yang relevan dalam bidang kepribadian dan perilaku mencari bantuan kesehatan mental. Menurut teori *personality traits*, tipe kepribadian seperti *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *negative emotionality*, *open mindedness* dapat memengaruhi aspek kehidupan individu termasuk bagaimana mereka merespons dan mencari dukungan sosial (John et al., 2021). *Personality traits* memengaruhi keputusan individu untuk mencari bantuan kesehatan mental, serta bagaimana karakteristik kepribadian berperan dalam merespon tersebut. Hal ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan akses dan dukungan untuk kesehatan mental dalam mencari dukungan sosial.

Berdasarkan hasil analisis regresi linier memperlihatkan bahwa *extraversion* dengan *mental health help-seeking intention* memperoleh nilai β -0,227 dengan taraf signifikan (p) 0,074 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif sebesar 7,76% yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *extraversion* dengan *mental health help-seeking*. Hubungan yang ditemukan memungkinkan bahwa individu dengan sifat kepribadian yang lebih terbuka tidak memiliki hambatan dalam mencari bantuan kesehatan mental, mungkin karena faktor budaya dan sosial yang mendasari. Sejalan dengan penelitian Ashton dan Lee (2020) individu dengan *extraversion* lebih terbuka terhadap pengalaman baru untuk mencari bantuan kesehatan mental dan dukungan dari orang lain.

Berdasarkan hasil penelitian pada *agreeableness* dengan *mental health help-seeking intention* didapatkan nilai β -0,104 dengan taraf signifikan (p) 0,482 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif sebesar 3,68% yang artinya tidak adanya hubungan antara *agreeableness* dengan *mental health help-seeking*. Tidak adanya hubungan memungkinkan bahwa *agreeableness* cenderung lebih memungkinkan mencari solusi kooperatif dalam mengatasi masalah kesehatan mental yang melibatkan persepsi individu yang mudah atau sulit mencari bantuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Dudek et al., (2013) yang memiliki hubungan negatif dengan *agreeableness* dengan depresi dan mendukung perilaku positif seperti niat mencari bantuan kesehatan mental. Bartlett dan Burton (2012) mengungkapkan bahwa hubungan *agreeableness negative* dengan *self-report* dan *peer-report* perilaku agresif dan kekerasan.

Hasil analisis diperoleh pada *conscientiousness* dengan *mental health help-seeking intention* didapatkan nilai β -0,303 dengan taraf signifikan (p) 0,37 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif sebesar 12,69% yang artinya terdapat hubungan antara *conscientiousness* dengan *mental health help-seeking intention*. Hal ini sejalan dengan penelitian penelitian Rickwood et al., (2021) menunjukkan bahwa sikap kehati-hatian individu terhadap pencarian bantuan kesehatan mental dipengaruhi oleh keyakinan mereka tentang efektivitas bantuan tersebut dan kenyamanan mereka dalam mengakses layanan. Dalam konteks ibu postpartum, dukungan keluarga dan komunitas dapat memainkan peran penting dalam mengurangi kekhawatiran dan mendorong perilaku mencari bantuan.

Selain itu pada *negative emotionality* dengan *mental health help-seeking intention* didapatkan nilai β -0,056 dengan taraf signifikan (p) 0,652 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif sebesar -1,07% yang artinya tidak adanya hubungan antara *negative emotionality* dengan *mental health help-seeking*. Individu dengan skor tinggi pada *negative emosional* mungkin cenderung merasa malu atau takut akan stigma ketika mencari bantuan kesehatan mental. Hal ini sejalan dengan penelitian Widiger dan Oltmans (2022) menunjukkan bahwa *negative emotional* cenderung mengalami kecemasan dan depresi yang dapat memengaruhi perilaku mencari bantuan kesehatan mental.

Berdasarkan hasil analisis data, pada *open mindedness* dengan *mental health help-seeking intention* didapatkan nilai β 0,096 dengan taraf signifikan (p) 0,404 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif sebesar -6,46%

yang artinya tidak adanya hubungan antara *open mindedness* dengan *mental health help-seeking intention*. Hal ini sejalan dengan penelitian Bartlett dan Burton (2012) bagaimana persepsi individu yang dianggap orang lain mendukung atau menantang tindakan *mental health help seeking* yang ditandai dengan intelektual, halus dan berpikir mandiri.

Berdasarkan kategorisasi mayoritas terdapat pada kepribadian *negative emotional* dengan 64 ibu *postpartum* dengan persentase 80%, terdapat 9 ibu *postpartum* dengan persentase 11,25% yang termasuk kategori kepribadian *openness to experience*, terdapat 4 ibu *postpartum* dengan persentase 5% yang termasuk kategori kepribadian *extraversion*, terdapat 1 ibu *postpartum* dengan persentase 1,25% yang termasuk kategori kepribadian *agreeableness*, tidak terdapat ibu *postpartum* yang termasuk dalam kategori kepribadian *conscientiousness*, dan terakhir terdapat 2 ibu *postpartum* dengan persentase 2,5% yang termasuk kategori unidentifiable. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu *postpartum* masuk kategori *negative emotional*.

Pada analisis tambahan dalam penelitian ini menguji perbedaan tingkat *mental health help-seeking* ditinjau dari pendidikan dan pekerjaan pada ibu *postpartum*. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan terhadap tingkat *mental health help seeking* yang ditinjau dari pendidikan dan pekerjaan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Deborah Schofield et al., (2014) menyoroti tidak adanya hubungan antara pendidikan, pekerjaan, dan kesejahteraan mental, namun memfokusnya lebih pada kesejahteraan mental daripada perilaku pencarian bantuan.

Pada analisis data tambahan diperoleh hasil tidak ada perbedaan tingkat *personality traits* ditinjau dari pendidikan dan pekerjaan. Dapat disimpulkan pendidikan dan pekerjaan memiliki kesetaraan dalam tingkat *personality traits*. Hal ini sejalan dengan pendapat Feist (2010) bahwa kepribadian dapat memengaruhi tidak hanya sekedar kesuksesan pendidikan dan pekerjaan, namun juga hasil-hasil jangka panjang lainnya. Kepribadian juga dapat memengaruhi *mood* yang dialami seseorang.

Peneliti menyadari bahwa terdapat kendala dan kelemahan dalam penelitian ini. Adapun kendala dan kelemahan dalam penelitian ini yaitu tidak terdapatnya informasi yang lengkap mengenai hubungan sebaya yang lebih jelas. Hal ini menjadi kelemahan dalam penelitian ini harus dengan pendekatan yang lebih *holistic* dan sensitif terhadap konteks pendekatan agar peneliti mengetahui lebih dalam bagaimana hubungan ibu *postpartum* dengan lingkungannya. Kelemahan selanjutnya adalah teknik pengambilan uji coba dengan teknik uji coba terpakai karena keterbatasan subjek dan memperhitungkan efektivitas waktu pengumpulan data supaya lebih singkat. Diharapkan penelitian selanjutnya untuk teknik pengambilan subjek uji coba dengan uji coba instrumen untuk mengetahui apakah instrumen yang digunakan tersebut benar-benar sah (valid) dan handal (reable) untuk mengukur *personality traits* dengan *mental health help-seeking* atau pada variabel lainnya pada ibu *postpartum*.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, peneliti dapat menarik Kesimpulan, ada hubungan yang signifikan antara *personality traits* dengan *mental health help-seeking* pada ibu *postpartum*. Variabel bebas dalam penelitian ini secara simultan atau bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 16,6% terhadap *mental health help-seeking* artinya 83,4% terdapat pada variabel lain dan error penelitian. Ada hubungan antara *conscientiousness* dengan *mental health help-seeking*, yang artinya tipe kepribadian tersebut memengaruhi niat mencari bantuan kesehatan mental pada ibu *postpartum*. Semakin tinggi skor pada tipe kepribadian *conscientiousness* dapat meningkatkan niat ibu *postpartum* mencari bantuan kesehatan mental dan sebaliknya. *Conscientiousness* memberikan sumbangan efektif sebesar 12,69% terhadap *mental health help-seeking*. Selanjutnya tidak adanya hubungan antara *extraversion*, *agreeableness*, *negative emotional* dan *openness to experience* dengan *mental health help-seeking*, yang artinya tipe kepribadian tersebut tidak memengaruhi niat pencarian bantuan kesehatan mental pada ibu *postpartum*. Semakin tinggi skor pada tipe kepribadian dapat meningkatkan niat ibu *postpartum* mencari bantuan kesehatan mental dan sebaliknya. *Extraversion* memberikan sumbangan efektif sebesar 7,76% dan *agreeableness* memberikan sumbangan efektif sebesar 3,68% terhadap *mental health help-seeking* dan tidak adanya perbedaan tingkatan *mental health help-seeking* dan *personality traits* yang dipengaruhi oleh pendidikan dan pekerjaan.

Acknowledgement

1. Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memberikan dukungan sarana belajar selama penulis menjadi mahasiswa di Universitas Ahmad Dahlan.
2. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Siti Muthia Dinni, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah membantu dan memberikan arahan serta masukan dengan penuh keikhlasan, kasih sayang serta rasa sabar sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
4. Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul yang juga sangat serius membantu saya untuk memberikan data wilayah kabupaten Bantul.
5. Puskesmas Imogiri I yang sudah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
6. Yofhi Rio Nicha Dewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku psikolog di Imogiri I, terima kasih telah membantu memperlancar segala urusan yang berkaitan dengan penulisan skripsi.
7. Ibu-ibu postpartum di wilayah Imogiri I yang sudah berpartisipasi dalam penelitian ini.
8. Bapak, Ibu, adek dan seluruh keluarga besar yang penulis sayangi dan cintai, yang tidak pernah putus mendoakan penulis serta memberikan motivasi tiada henti.

Daftar Pustaka

- Adila, D. R., Saputri, D., & Niryah, S. (2019). Pengalaman *Postpartum Blues* pada Ibu Primipara. *J Ners Indonesia*, 9(2), 156-162.
- Adli, F. K. (2022). *Edinburgh Post-natal Depression Scale (EPDS): Deteksi Dini dan Skrining Depresi Postpartum*. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 430-435. <https://doi.org/10.26630/jk.v13i2.2741>.
- Ahya, A., & Siaputra, I. B. (2021). Validasi *Big Five Inventory-2 (BFI-2)* untuk Indonesia: Belum sempurna tetapi valid dan reliabel mengukur kepribadian. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 9(2), 179-203. <https://doi.org/10.24854/jpu458>
- Ajzen, I. (2005). *The Theory of Planned Behavior. Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.
- Ashton, M. C., & Lee, K. (2020). The HEXACO-60: A short measure of the major dimensions of personality. *Journal of Personality Assessment*, 92(6), 545-552.
- Astri, Riani., Fatmawati, Ariani., Gartika, Nina. (2020) Dukungan Sosial Pada Ibu Postpartum Primipara Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 7(1) 16-21.
- Atik, G., & Yalçın, Y. (2011). *Help-seeking attitudes of university students: The role of personality traits and demographic factors*. *South African Journal of Psychology*, 41(3), 328-338. <https://doi.org/10.1177/008124631104100307>
- Azjen, I. (2005). *Attitudes, Personality, and Behavior* (2nd ed.). Open University Press.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar.
- Bartlett, S., & Burton, D. (2012). *Introduction to Education Studies (Third Edition)*. London: SAGE Publications LTD.
- Cervone., & Pervin. (2012). *Kepribadian: Teori dan penelitian (jilid 2)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Deborah Schofield, Rupendra N. Shrestha, Simon Kelly, Emily Callander, Megan Passey, Ann T. Rammohan, Richard Percival (2014) *The Role of Education and Employment in the Mental Well-being of Young People*. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, vol. 49, no. 6, pp. 883-893.
- Denis A, L. O. (2018). *Cognitive factors and post-partum depression: What is the influence of general personality traits, rumination, maternal self-esteem, and alexithymia*. (2):359-367.
- Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan (2023) *Mengenal Postpartum Blues*. Kementerian Kesehatan Tim Promkes RSST-RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten.
- Dudek, D., Jaeschke, R., Siwek, M., Mączka, G., TopórMądry, R. and Rybakowski, J (2014). *Postpartum depression: Identifying associations with bipolarity and personality traits. Preliminary results from a cross-sectional study in Poland*. *Psychiatry Research*. 215(1): 69-74.

- Dumitrache, M.A., V. Neacsu, dan I. R. S. (2014). *Efficiency of Cognitive Technique in Reducing Dental Anxiety*. *Procedia – Social and Behavioral Sciences* 149: 302-306.
- Lestari, D. (2021). Hubungan Lama Waktu Persalinan Dengan Terjadinya Baby Blues (Studi Di Polindes Pangolongan Kecamatan Burneh). *Stikes Ngudia Husada Madura*.
- Ernawati, Dwi., Merlin, Wa Ode., Ismarwati. (2020) Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum Di Rs Pku Muhammadiyah Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*. 7(2): 203-212.
- Feist, (2010). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanica.
- Fischer, E. H., & Turner, J. I. (1970). *Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale*. *Journal of Consulting and Clinical* (Vol. 35, Issue 1).
- Fusar-Poli, Paolo, Salazar De Pablo, Gonzalo, De Micheli, Andrea, Nieman, Dorien H., Correll, Christoph U., Kessing, Lars Vedel, Pfennig, Andrea, Bechdorf, Andreas, Borgwardt, Stefan, Arango, Celso, & Van Amelsvoort, Therese. (2020, February 1). *What is Good Mental Health? A Scoping Review*. *European Neuropsychopharmacology*, Vol. 31, Pp. 33–46. <https://doi.org/10.1016/J.Euroneuro.2019.12.105>
- Gelaye, B., Rondon, M., Araya, R., & Williams, M. (2016). *Epidemiology of maternal depression, risk factors, and child outcomes in low-income and middle-income countries*. *Lancet Psychiatry*, 3(10), 973–982. [https://doi.org/https://dx.doi.org/10.1016%2FS2215-0366\(16\)30284-X](https://doi.org/https://dx.doi.org/10.1016%2FS2215-0366(16)30284-X)
- Hadi, S. (2000). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Hammer, J. H., & Spiker, D. A. (2018). *Dimensionality, reliability, and predictive evidence of validity for 17 three help-seeking intention instruments: ISCI, GHSQ, and MHSIS*. *Journal of Counseling Psychology*, 65(3) 394–401. <https://doi.org/10.1037/cou0000256>
- Ingram, P. B., Lichtenberg, J. W., & Clarke, E. (2016). *Self-stigma, personality traits, and willingness to seek treatment in a community sample*. *Psychological Services*, 13(3), 300–307. <https://doi.org/10.1037/ser0000086>
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). *The Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives*. *Journal Psychology*, 1–71.
- John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2008). *Paradigm shift to the integrative Big Five trait taxonomy: History, measurement, and conceptual issues*. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 114–158). The Guilford Press.
- John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2021). *Paradigm shift to the integrative Big Five trait taxonomy: History, measurement, and conceptual issues*. *Handbook of Personality: Theory and Research*, 3, 114-158.
- Kaligis, F., Ismail, R. I., Wiguna, T., Prasetyo, S., Indriatmi, W., Gunardi, H., Pandia, V., Minayati, K., Magdalena, C. C., Nurraga, G. W., Anggia, M. F., Pamungkas, S. R., Tran, T. D., Kurki, M., Gilbert, S., & Sourander, A. (2022). *Translation, Validity, and Reliability of Mental Health Literacy and Help-Seeking Behavior Questionnaires in Indonesia*. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 764666. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.764666>
- Kumalasari, Intan., Hendawati. (2019) Faktor Risiko Kejadian Postpartum Blues Di Kota Palembang *The Risk Factor Of Postpartum Blues In Palembang City*. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*. 14(2) : 91-96.
- Kusumawati, Y., Dewi, F. S. T., & Press, U. G. M. (2021). *Panduan Kesehatan Mental Ibu Hamil*. UGM PRESS. <https://books.google.co.id/books?id=sXcW EAAAQBAJ>
- Laitupa, S. A. K., Purwanti, E., & Hidayati, L. N. (2023). *Pengalaman Baby Blues Syndrome Pada Ibu Postpartum Di Kabupaten Merauke*. *Journal Of Pharmaceutical and Health Research*, 4(1), 117–12.
- Mulyati, I., & Silvia Khoerunisa. (2019). *Gambaran Kejadian Gejala Baby Blues Pada Ibu Postpartum Berdasarkan Karakteristik Di Rumah Sakit Dr.Slamet Garut Tahun 2018*. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 7(2), 143–149.
- Nurfadilah, Rahmadani, A., & Ulum, B. (2021). *Profil sikap mencari bantuan layanan psikologis pada mahasiswa*. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 12(1), 15–30. <https://doi.org/https://doi.org/10.46807/aspirasi.v12i1.2030>
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: PT Salemba Medika.
- Olii, Nancy., Salman., (2023) *Literature Riview: Determinants of Postpartum Blues*. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 8(S1) 57-62
- Parent MC, Hammer JH, Bradstreet TC, Schwartz EN, J. T. M. (2018). *Mental Health Help-Seeking Behaviors: An Intersectional Analysis*. *Am J Mens Health*. 2018 Jan;12(1):64-73. Doi: 10.1177/1557988315625776. Epub 2016 Jan 11. PMID: 29226771; PMCID: PMC5734540.

- Park, S., Jeon, M., Lee, Y., Ko, Y.-M., & Kim, C. E. (2018). *Influencing factors of attitudes toward seeking professional help for mental illness among Korean adults*. *International Journal of Social Psychiatry*, 64(3), 286–292. <https://doi.org/10.1177/0020764018760952>
- Raditia, Nazala Putri., Nugraha, Suci. (2022) Hubungan Trait Kepribadian Dengan Self-Criticism Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran. *Jurnal Psikology Science*. 2(2): 1-4
- Retnosari, E., & Fatimah, S. (2022). *Prevalence And Factors That Contributing of Baby Blues Syndrome on Postpartum Mothers*. *International Journal Scientific and Professional (IJ-Chiprof)*, 1(2) 64-70
- Rickwood D, Thomas K. *Conceptual measurement framework for helpseeking for mental health problems*. *Psychol Res Behav Manag*. 2012;5: 173– 83
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. (2005). *Young people's helpseeking for mental health problems*. *Australian E-Journal for the Advancement of Mental Health*, 4(3), 218–251. <https://doi.org/10.5172/jamh.4.3.218>
- Rickwood, D., Mazzer, K. R., & Telford, N. (2021). *Mental health first aid training for high school teachers: Impact on their knowledge, attitudes, and helping behavior*. *BMC Psychiatry*, 21(1), 1-11.
- Robbins, S. P. (2001). *Perilaku Organisasi: Konsep, Kontroversi, Aplikasi Jilid 1, Edisi 8*, Prenhallindo, Jakarta.
- Setyaningrum, Dyah Titi., Metra, Litra Amanda., Sukmawati, Viradevi Eka. (2023) Fenomena Postpartum Bluest Pada Primipara (Ibu Dengan Kelahiran Pertama) *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 10(1) 27-34
- Shabrina, A., Prathama, A. G., & Ninin, R. H. *Persepsi stigmatisasi dan intensi pencarian bantuan kesehatan mental pada mahasiswa S1*. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 80-92. DOI: 10.24014/jp.v17i1.11399
- Shabrina, A., Siswadi, Ahmad G.S., Ninin, R. H. (2022) *Niat Mencari Bantuan Kesehatan Mental: Peran Ciri-Ciri Kepribadian Dalam Sample Mahasiswa*. *Jurnal Penelitian*. 7(2) 169-182. Doi:10.21580/Pjpp.V7i2.11784
- Soto, C. J., & John, O. P. (2017). *The next Big Five Inventory (BFI-2): Developing and assesing a hierarchical model with 15 facets to enhance bandwidth, fidelity, and predictive power*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(1), 117–143. <https://doi.org/10.1037/pspp0000096>
- Trihidayati, Noorwahyu dan Permana Iman. (2020) *Pengalaman Keluarga Dalam Mencari Pengobatan Pada Gangguan Jiwa*. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2) 285-294
- United Stase Agency for International Development. (2021). *Facts for Family Planning*. Washington DC: USAID
- Wahdakirana, Intan Imani., Rahayuningsih, Faizah Betty. (2021). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Postpartum: Study Literature Review*. The 13th University Research Colloquium.
- Widiger, T. A., & Oltmanns, J. R. (2022). *Neuroticism is a fundamental domain of personality with enormous public health implications*. *World Psychiatry*, 21(1), 109-110
- Yulistianingsih, D., & Susanti, D. (2021). *Hubungan Paritas Ibu Dengan Kejadian Postpartum Blues*. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(1), 26-34
- Yunitasari, E., & Suryani, S. (2020). *Postpartum Blues; Sebuah Tinjauan Literatur Wellness and Healthy Magazine*, 2(2) 303-307 <https://Wellness.Journalpress.id/Wellness>