

## Hubungan antara distres psikologis dan resiliensi pada mahasiswa = The relationship between psychological distress and resilience among college students

Dito Aryo Prabowo, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20444616&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Mahasiswa merupakan populasi dengan karakteristik perkembangan yang rentan terhadap distres psikologis karena tuntutan sosial dan diri yang berada di sekitarnya. Bentuk tekanan yang dapat menjadi keadaan yang menyulitkan, dapat menghasilkan faktor protektif yang diistilahkan sebagai resiliensi untuk membantu individu menghadapi kesulitan. Penelitian ini merupakan bagian dari payung penelitian psychological distress, dengan menggunakan tipe penelitian kuantitatif dengan desain korelasional, yang bertujuan untuk mencari hubungan antara distres psikologis dan resiliensi. Dua buah kuesioner digunakan untuk pengambilan data, yakni HSCL-25 untuk mengukur distres psikologis dan CD-RISC 10 untuk mengukur resiliensi. Menggunakan teknik convenience sampling dengan metode pengambilan data online dan offline dan uji statistik, dari 1024 respon didapatkan hasil bahwa  $r = -0,244$ ,  $n = 1024$ ,  $p < 0,01$ , two tailed. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi, maka semakin rendah tingkat distres psikologis mahasiswa.

.....

Students may viewed as population characterized as vulnerable to psychological distress due pressures from self and society. However, the distressful nature of life events can enhance protective factors, named as resilience, to help them overcome the situations. As a part of psychological distress research, this research aims to seeks relationship between psychological distress and resilience among college students, with quantiative method and correlational study design. 1024 responses of two scales measure psychological distress with HSCL 25 and resilience with CD RISC 10, collected in online and offline responses with convenience sampling techniques. From statistical result, obtained  $r 0,244$ ,  $n 1024$ ,  $p 0,01$ , two tailed, means that as resilience level increased, psychological distress level may decreased.