

Hubungan social support dan resiliensi dengan distres psikologis pada mahasiswa = Correlation between Social Support and Resilience With Psychological Distress among College Student

Fauziah Media Rahmawati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20513737&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan social support dan resiliensi dengan distres psikologis pada mahasiswa di Indonesia. Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa berusia 18-25 tahun.

Fenomena distres psikologis pada mahasiswa disebabkan oleh banyaknya tuntutan yang dibebankan pada mahasiswa dan sulitnya mencari sumber materi perkuliahan yang akan diikuti serta padatnya jadwal perkuliahan, sehingga untuk mengatasi hal tersebut diperlukan social support dan resiliensi bagi mahasiswa. Meski demikian, distres psikologis pada mahasiswa masih sering terjadi dan memiliki urgensi yang tinggi untuk diperhatikan dan diatasi. Penelitian terdahulu telah menemukan adanya interaksi resiliensi dalam pengaruh dukungan sosial terhadap penurunan tingkat distres psikologis.

Tipe penelitian kuantitatif dengan menggunakan tiga skala penelitian dalam pengambilan data yaitu MSPSS mengukur social support, HSCL-25 mengukur distres psikologis, dan CD-RISC untuk resiliensi. Teknik accidental sampling dengan pengambilan data secara online sebanyak 417 responden dengan hasil bahwa social support dan resiliensi berpengaruh signifikan terhadap distres psikologis. Implikasi penelitian yakni bagi mahasiswa untuk lebih menjalin komunikasi dengan teman, keluarga dan orang di sekitar agar mendapat dukungan sosial yang baik dan akan berdampak pada ketahanan mahasiswa dalam menghadapi setiap masalah sehingga distres psikologis akan menurun

.....This study aims to determine the relationship between social support and resilience with psychological distress in Indonesian students. Respondents in this study were students aged 18-25 years. The phenomenon of psychological distress in students is caused by the many demands placed on students and the difficulty of finding the source of the subject matter to be followed and the busy lecture schedule, so that to overcome this, it requires social support and resilience to students. Even so, psychological distress in students is still common and has a high urgency to be noticed and overcome.

This type of quantitative research uses three research scales in data collection, namely MSPSS to measure social support, HSCL-25 to measure psychological distress, and CD-RISC for resilience. The accidental sampling technique used online data collection was 422 respondents with the result that social support and resilience had a significant effect on psychological distress. The research implication is for college students to better communicate with friends, family and people around them in order to get good social support and will have an impact on student resilience in facing every problem so that psychological distress will decrease