

Resiliensi pada mahasiswa di Jakarta: Menilik peran komunitas

Melok Roro Kinanthi

Fakultas Psikologi, Universitas YARSI, Jl. Letjend Suprpto, Cempaka Putih, Jakarta 10510

Novika Grasiawaty

Fakultas Psikologi, Universitas YARSI, Jl. Letjend Suprpto, Cempaka Putih, Jakarta 10510

Yulistin Tresnawaty

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, Jl. Limau II Kebayoran Baru Jakarta

E-mail: melok.roro@yarsi.ac.id

Abstract

College students are prone to depression so that they need to be resilient. The aim of this study is to examine whether community resilience affects resiliency among college students in Jakarta. With a quantitative approach, this study involved 265 participants, selected by convenience sampling. We applied Community Advancing Resilience Toolkit Assessment Survey (CARTAS) and Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC) to gather data on the variables. Reliability coefficients for CARTAS were .656 to .806 for each dimension. While the reliability coefficient for CDRIS was .881. The regression analysis revealed community resilience has a significant positive contribution to individual resilience among participants. For each dimension, the contribution of community resilience to individual resilience was 7,9% to 12,2%. This result implied the community-based approach should be considered to develop an intervention for enhancing individual resilience.

Keywords: College student; Community resilience; Resilience.

Abstrak

Penelitian terdahulu mengungkapkan bagaimana resiliensi memainkan peranan penting bagi mahasiswa agar dapat berdaya dengan maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran resiliensi komunitas terhadap resiliensi mahasiswa di Jakarta. Menggunakan pendekatan kuantitatif, penelitian ini melibatkan 265 partisipan yang dipilih melalui convenience sampling. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah Community Advancing Resilience Toolkit Assessment Survey (CARTAS) and Connor Davidson Resilience Scale (CDRISC). Koefisien reliabilitas Cronbach Alpha CARTAS berkisar antara 0,656- 0,806 untuk tiap-tiap dimensinya. Sementara itu, koefisien reliabilitas Cronbach Alpha CDRISC adalah 0,881. Analisis regresi menunjukkan resiliensi komunitas berkontribusi positif secara signifikan terhadap resiliensi mahasiswa di Jakarta, dengan kontribusi sebesar 7,9% hingga 12,2%. Temuan ini mengindikasikan pendekatan berbasis masyarakat atau komunitas dapat dipertimbangkan dalam penyusunan intervensi yang dapat meningkatkan resiliensi individu.

Kata kunci: Mahasiswa; Resiliensi komunitas; Resiliensi.

Pendahuluan

Mahasiswa merupakan kelompok populasi yang berada di tahap perkembangan dewasa awal. Sebagai individu dewasa awal, sejumlah tugas perkembangan harus dijalani oleh mahasiswa, baik pada saat menempuh pendidikan maupun setelah lulus kuliah. Individu dalam masa dewasa awal mengemban tugas perkembangan yang berbeda dengan masa sebelumnya dan diharapkan mereka dapat menjadi individu yang mandiri (tidak lagi tergantung pada orang tua) dan produktif (atau menghasilkan karya, seperti menyelesaikan pendidikan, membangun karir, berkeluarga, dan dapat memberi pendidikan pada generasi penerus) (Erikson dalam Schultz & Schultz, 2009). Mental yang sehat dibutuhkan untuk dapat mengemban tugas perkembangan tersebut.

Meski demikian, mahasiswa merupakan kelompok populasi yang rentan mengalami depresi (Sarokhani dkk., 2013). Dibandingkan dengan populasi umum, prevalensi depresi di kalangan mahasiswa lebih tinggi (Garlow dkk., 2008). Kecenderungan ini juga ditemukan pada penelitian-penelitian mengenai gejala awal depresi pada mahasiswa di Indonesia maupun pada negara lain (Cynthia & Zulkaida, 2009; Moreira & Furegato, 2013; Ngasa dkk., 2017). Thurai & Westa (2017) melaporkan banyak orang yang mengalami gejala depresi untuk pertama kalinya saat sedang menempuh pendidikan tinggi.

Kerentanan terhadap depresi yang dialami mahasiswa dapat disebabkan karena mereka sedang berada dalam fase transisi dari tahap perkembangan remaja akhir ke dewasa, yang dianggap sebagai fase yang penuh tekanan. Selain itu, tekanan lain juga dapat ditimbulkan dari adanya perubahan situasi yang menuntut adaptasi (seperti perubahan pola belajar dan lingkungan sosial yang baru) (Killinger dkk., 2017; Tung dkk., 2018), tekanan akademis (Iorga, Dondas, & Zugun- Eloae, 2018), serta tekanan finansial serta perencanaan masa depan yang berkaitan dengan keuangan (Cadaret & Bennett, 2019; Tran dkk., 2018). Tekanan-tekanan tersebut dapat membuat mahasiswa berada pada situasi sulit sehingga perlu memiliki kemampuan beradaptasi dalam menghadapi berbagai tekanan yang ada agar tidak menjadi depresi. Kemampuan tersebut terkandung dalam resiliensi. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi atau memulihkan diri dari pengalaman menekan atau traumatis (Fletcher & Sarkar, 2013; Hoge dkk., 2007). Berdasarkan temuan studi sebelumnya, resiliensi mahasiswa Indonesia mayoritas berada di kategorisasi menengah (Amelia, Asni, & Chairilisyah, 2014; Septiani & Fitria, 2016). Artinya, mahasiswa cukup mampu menyesuaikan diri dan memantul kembali ke kondisi semula saat menghadapi tekanan, namun kemampuan ini belum maksimal. Untuk itu, diperlukan upaya-upaya untuk dapat meningkatkan resiliensi pada mahasiswa.

Sejumlah hasil penelitian menunjukkan rendahnya resiliensi pada individu mengakibatkan terjadinya depresi (Blackmon dkk., 2017; Fisher & Overholser, 2014; Kaloeti dkk., 2019; Sharpley dkk., 2016; Ziaian dkk., 2012). Dalam konteks penelitian ini, mahasiswa yang resilien akan meyakini dirinya mampu menyelesaikan masalah dalam situasi sulit (Cavazos dkk., 2010). Ketika mahasiswa merasa bahwa ia memiliki kontrol terhadap situasi,



maka akan menjadi penangkal dampak negatif dari tekanan yang dialami (Cohrdes & Mauz, 2020).

Mengingat mahasiswa merupakan generasi penerus bangsa dan termasuk usia produktif di negeri ini (Tjiptoherijanto, 2001), maka penting untuk memastikan agar mereka tidak mengalami gangguan psikologis, termasuk depresi, akibat ketidakmampuan menghadapi situasi yang menekan. Upaya peningkatan resiliensi pada mahasiswa menjadi sedemikian penting dilakukan sebagai salah satu langkah preventif timbulnya depresi atau gangguan psikologis lainnya (Catalano dkk., 2011). Terkait dengan hal ini, kajian mengenai faktor-faktor apa saja yang berkontribusi terhadap resiliensi mahasiswa menjadi relevan untuk dilakukan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa resiliensi berkorelasi dengan *hopelessness* yang rendah dan tingkat depresi yang juga rendah (Mo dkk., 2014), efikasi diri (Sagone & De Caroli, 2016), regulasi emosi (Widuri, 2013), konsep diri (Rachmawati & Listiyandini, 2014), kualitas hidup (Rahmawati dkk., 2019), serta *altruism* (Grashinta dkk., 2020).

Resiliensi berasal dari Bahasa latin, “*resilire*”, artinya memantul kembali (Fletcher & Sarkar, 2013). Menurut Rutter (2006), resiliensi merupakan respon positif yang dilakukan individu terhadap tekanan dan situasi sulit. Anteseden resiliensi adalah situasi sulit, sementara konsekuensi yang dihasilkan dari resiliensi adalah adaptasi positif.

Resiliensi dapat dilihat sebagai *trait* maupun proses. Sebagai *trait*, resiliensi merupakan konstelasi karakteristik yang memungkinkan individu untuk beradaptasi dengan situasi yang mereka hadapi. Sebagai proses, resiliensi merupakan proses dinamis yang mengandung adaptasi positif dalam konteks situasi sulit (Fletcher & Sarkar, 2013). Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan diri pada sumber daya-sumber daya yang dapat digunakan untuk mempertahankan kesehatan saat situasi sulit (Ungar, 2011).

Resiliensi terdiri dari karakter personal dan ketrampilan personal, serta faktor protektif (keluarga, lingkungan sosial, dan kepercayaan religius) (Hjemdal, Vogel, Solem, Hagen & Stiles, dalam Ziaian dkk., 2012). Resiliensi membuat kita memahami mengapa ada orang yang mampu mengembangkan kompetensi adaptif dan ketrampilan *coping* meski dipaparkan pada situasi sulit (Catalano dkk., 2011). Individu yang resilien mampu secara cepat kembali kepada kondisi sebelum traumadan mampu beradaptasi dengan stres (Ellis, Bianchi, Griskevicius, & Frankenhuis, 2017). Resiliensi dapat digunakan individu dalam menghadapi dan mengatasi situasi sulit, serta dapat digunakan untuk mempertahankan serta meningkatkan kualitas hidupnya (Widuri, 2013).

Catalano, Chan, Wilson, Chiu, & Muller (2011) mengemukakan resiliensi terbentuk bukan hanya dari faktor personal atau *single personality trait* saja, namun juga dari faktor lingkungan, dalam hal ini dapat berupa komunitas atau masyarakat. Mendukung Catalano dkk. (2011), Ungar (2011) juga mengemukakan komunitas dapat memperkuat resiliensi individual, yakni dengan membantu individu mengarahkan dan menegosiasikan sumber daya-sumber daya yang dimiliki.

Resiliensi komunitas merupakan salah satu aspek dalam komunitas yang dapat berperan dalam resiliensi individu (Pfefferbaum dkk., 2018; Lee dkk., 2017; Williams & Merten, 2014) dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu (Lyons, Fletcher, & Bariola, 2016). Murray dan Zautra (2011) mengemukakan resiliensi komunitas memainkan peran penting dalam menjelaskan bagaimana individu merespon situasi yang menekan (misalnya konflik dengan keluarga, masalah ekonomi, gangguan kesehatan kronis dan akut, studi terhambat, dan sebagainya) dan menjadi titik utama dalam intervensi.

Resiliensi komunitas terkait dengan bagaimana suatu masyarakat atau komunitas dapat mengatasi, pulih, dan beradaptasi dengan situasi krisis (Bergstrand dkk., 2015). Resiliensi komunitas merupakan proses yang dilakukan komunitas atau masyarakat yang bertujuan untuk memulihkan, memelihara, dan meningkatkan kesejahteraan komunitas saat menghadapi bencana atau perubahan (Mc Crea, Walton, & Leonard, 2014). Resiliensi komunitas merupakan cara bagaimana suatu komunitas berfungsi sebagai respon terhadap perubahan dan dapat terjadi sepanjang masa (Norris dkk., 2008, dalam Mc Crea, Walton, & Leonard, 2014).

Sebagai respon terhadap perubahan, resiliensi komunitas merupakan upaya masyarakat secara proaktif yang bertujuan untuk menjaga agar suatu komunitas tetap sejahtera. Masyarakat yang resilien berpotensi mencapai kesejahteraan di masa mendatang (McCrea dkk., 2016). Resiliensi komunitas memiliki sejumlah dimensi, seperti yang dinyatakan oleh sejumlah ahli. Magis (2010) menyebutkan dimensi resiliensi komunitas terdiri dari sumber daya yang dimiliki oleh komunitas, pengembangan sumber daya komunitas, keterlibatan berbagai sumber daya yang dimiliki komunitas, agen aktif, tindakan strategis, tindakan kolektif, kesetaraan, dan dampak. Sementara itu, menurut Kulig (2000), dimensi resiliensi komunitas yakni kepemimpinan dan pemberdayaan, keterlibatan komunitas, dan resiliensi ekologis. Dimensi lainnya dari resiliensi komunitas adalah jejaring sosial, infrastruktur komunitas, sumber ekonomi yang beragam dan inovatif, kepemimpinan, pengetahuan-ketrampilan-pembelajaran, keterlibatan pemerintah, hubungan individu dengan lokasi, pandangan yang positif, nilai-nilai dan keyakinan. Ahli yang lain, Walton dkk (dalam Mc Crea, Walton, & Leonard, 2014), mengemukakan dimensi resiliensi komunitas terdiri dari pemikiran strategis, keterhubungan di dalam komunitas itu sendiri dan komunitas yang lebih luas, penggunaan sumber daya secara efektif, komitmen, serta hubungan yang saling percaya dan saling menghargai. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang signifikan antara resiliensi komunitas dan sejumlah variabel yakni kepemimpinan yang mampu bekerja kolaboratif dan berjejaring social (Madsen & O'Mullan, 2014; Nuwayhid, Zurayk, Yamout, & Cortas, 2011), ketersediaan lapangan pekerjaan bagi penduduk (Jurjonas & Seekamp, 2018), kohesivitas sosial (Jurjonas & Seekamp, 2018), *sense of belonging* (McManus dkk., 2012), dan kesiapan menghadapi situasi krisis (Leykin dkk., 2013) serta persepsi adanya ancaman terhadap komunitas misalnya bencana alam (Sherrieb dkk., 2012).

Resiliensi komunitas bukan hanya dapat membantu suatu masyarakat menghadapi situasi krisis secara adaptif, namun juga dapat membantu meningkatkan kesejahteraan



individu-individu yang tinggal di dalamnya. Hal ini dikuatkan oleh sejumlah hasil penelitian yang disimpulkan oleh Obrist, Pfeiffer, dan Henley (2010), yakni keberhasilan seorang individu dalam hidup tergantung pada sumber daya yang dimiliki oleh komunitas dimana ia tinggal. Selain itu, saat terjadi situasi krisis dalam suatu masyarakat, individu akan menilai apakah masyarakatnya mampu membantunya mengatasi situasi tersebut atau tidak. Ketika masyarakat memiliki sumber daya atau resilien, individu cenderung akan mudah memperoleh hal-hal yang dibutuhkan untuk membantunya memulihkan diri dan bertumbuh saat situasi krisis terjadi (Dodge & Coleman, 2009). Situasi ini akan membantu individu menjadi lebih resilien.

Penelitian mengenai resiliensi mahasiswa telah banyak dilakukan di Indonesia, baik pada mahasiswa tingkat pertama, tingkat akhir, maupun secara keseluruhan. Pada umumnya, penelitian-penelitian tersebut mengkorelasikan resiliensi dengan faktor-faktor personal (individual) yang dimiliki mahasiswa, seperti spiritualitas (Cahyani & Akmal, 2017), optimisme (Roellyana & Listiyandini, 2016), pemaafan dan kepribadian *agreeableness* (Iswan & Fuad, 2017), *self-compassion* (Setyawan, 2018), serta stres (Septiani & Fitria, 2016). Berbagai penelitian tersebut belum menelisik peran faktor lingkungan dalam pembentukan resiliensi individu. Adapun di luar negeri, penelitian mengenai peran komunitas terhadap resiliensi individu telah dilakukan sejumlah peneliti namun dengan populasi non mahasiswa, yakni populasi masyarakat yang terkena bencana alam (misalnya Lee dkk., 2017) dan remaja (Williams & Merten, 2014). Dalam penelitian ini, peneliti akan mencari tahu bagaimana peran faktor lingkungan, dalam hal ini resiliensi komunitas, terhadap resiliensi mahasiswa.

Resiliensi individual mengandung faktor protektif dan resiko (Walsh, 2013). Komunitas yang resilien dapat menjadi faktor protektif bagi individu saat menghadapi tekanan atau krisis. Komunitas yang resilien dicirikan dengan adanya keterhubungan dan kepedulian antar anggota di dalamnya (Pfefferbaum dkk., 2013). Menurut Dreyer (2015), kepedulian antar anggota masyarakat dapat membantu individu mengatasi dan bangkit dari kondisi tidak menguntungkan yang sedang dialami, atau dengan kata lain menjadi resilien.

Ciri lain dari komunitas yang resilien adalah adanya pemimpin kompeten yang dapat menyediakan akses terhadap berbagai sumber daya yang dibutuhkan oleh individu (Pfefferbaum dkk., 2013), termasuk sumber daya kesehatan, ekonomi, sosial, dan sebagainya. Adanya akses tersebut memberi peluang bagi individu untuk memanfaatkan sumber daya yang ada dalam mencari solusi dari situasi sulit yang dihadapinya. Sebaliknya, kondisi komunitas atau masyarakat seperti perang, krisis ekonomi, atau bencana alam bisa menjadi faktor resiko bagi individu. Hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi positif yang signifikan dan saling mempengaruhi antara resiliensi komunitas dengan resiliensi individual (Kimhi, 2016). Kemudian, hasil penelitian Lee dkk (2017) mengindikasikan pentingnya dimensi-dimensi resiliensi komunitas (seperti ketersediaan sumberdaya komunitas, hubungan dengan tetangga, dan komunikasi dengan pemimpin komunitas), dalam membentuk dan mempertahankan resiliensi individu saat terjadi bencana.

Penelitian lain menemukan, semakin individu mempersepsikan komunitasnya resilien, maka semakin ia merasa mampu menghadapi *stressor* (Kimhi & Shamai, 2004).

Seperti yang sudah pernah dipaparkan sebelumnya, berbagai penelitian sebelumnya tentang resiliensi mahasiswa di Indonesia cenderung berfokus pada faktor-faktor personal sebagai anteseden (Cahyani & Akmal, 2017; Roellyana & Listiyandini, 2016; Iswan & Fuad, 2017; Setyawan 2018), masih sedikit penelitian resiliensi pada mahasiswa yang menelisik faktor lingkungan sekitar atau masyarakat sebagai anteseden. Terkait dengan hal ini, berdasarkan penelusuran peneliti, terdapat satu penelitian yang meneliti korelasi dukungan sosial dengan resiliensi mahasiswa, yang dilakukan Mufidah (2017). Selain Mufidah (2017), terdapat dua penelitian lain yang mengkorelasikan dukungan sosial dengan resiliensi namun pada populasi non mahasiswa yakni penelitian Badriatuzzahroh, Supraptiningsih, dan Hamdan (2018) serta Akbar dan Tahoma (2018). Dalam berbagai penelitian tersebut, konsep dukungan sosial hanya melibatkan lingkungan sosial terdekat individu (seperti keluarga, teman, guru, *significant others*) dan tidak mencerminkan gambaran dinamika masyarakat yang lebih luas, yakni keseluruhan masyarakat dimana individu tinggal. Sementara menurut Bronfenbrenner (2005), perkembangan individu bukan hanya dipengaruhi oleh lingkungan terdekat (mikrosistem), namun juga lingkungan yang lebih luas (mesosistem dan makrosistem). Penelitian kali ini berupaya untuk meneliti resiliensi mahasiswa dengan menelisik dinamika masyarakat yang lebih luas, dalam hal ini resiliensi komunitas.

Di luar negeri, penelitian mengenai hubungan resiliensi komunitas dan resiliensi individu cenderung dilakukan pada masyarakat yang baru saja mengalami bencana (misalnya Lee dkk., 2017) dan untuk populasi normal dilakukan pada populasi remaja (Williams & Merten, 2014), bukan mahasiswa. Penelitian mengenai bagaimana resiliensi komunitas berpengaruh terhadap resiliensi individual adalah penting untuk dilakukan karena perkembangan individu tidak dapat dilepaskan dari konteks lingkungan yang mengelilinginya (Bronfenbrenner, 2005). Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman bahwa resiliensi individual merupakan produk yang melekat pada konteks lingkungan yang lebih luas dan bukan hanya atribut personal. Dengan memperhatikan paparan di atas, penelitian ini ingin menjawab bagaimana resiliensi komunitas dapat berkontribusi terhadap resiliensi Mahasiswa.

Metode

Partisipan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survey. Sebanyak 265 mahasiswa program sarjana dari sejumlah perguruan tinggi di Jakarta, terlibat dalam penelitian ini. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah metode *non probability sampling*, yakni *convenience sampling*, dimana partisipan dipilih berdasarkan ketersediaan dan kesediaan untuk terlibat dalam penelitian (Gravetter & Forzano, 2016). Untuk memperoleh partisipan, peneliti mendatangi sejumlah perguruan tinggi di Jakarta untuk melakukan pengambilan data penelitian pada mahasiswa.



Sebelumnya, peneliti mengajukan permohonan izin penelitian kepada pimpinan universitas atau fakultas yang dituju. Mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan (81,9%), berusia 20 tahun (30,9%), serta belum menikah (98,1%). Sebanyak 61,9% partisipan kuliah di Perguruan Tinggi Swasta (PTS) dan sedang menempuh semester empat (37,7%).

Instrumen

Variabel kriterium dalam penelitian ini adalah resiliensi, sementara variabel prediktornya yaitu resiliensi komunitas. Dalam penelitian ini, resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi dengan baik dan bangkit meskipun mengalami situasi sulit. Untuk mengukur resiliensi, peneliti menggunakan *Connor Davidson Resilience Scale* atau CDRISC, yang disusun oleh Connor & Davidson (2003). Instrumen ini terdiri dari 25 butir pernyataan *self-report*, dengan lima skala *Likert* (1-5), dengan pilihan jawaban sangat tidak benar, hampir tidak benar, kadang-kadang benar, seringkali benar, dan hampir setiap saat benar.

Peneliti menggunakan alat ukur CDRISC versi Bahasa Indonesia, yang sebelumnya telah digunakan dalam penelitian Mujahidah dan Listiyandini Mujahidah & Listiyandini (2018). Contoh item dalam alat ukur ini diantaranya adalah, “*Saya mampu menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan*”, dan “*Berhadapan dengan masalah membuat diri saya menjadi lebih kuat*”. Peneliti melakukan uji reliabilitas dengan teknik konsistensi internal *Cronbach Alpha* pada CDRISC dengan koefisien reliabilitas yang dihasilkan adalah 0,881 dan *corrected item total correlation* berkisar antara 0,324 – 0,594, kecuali item no.3 “*Terkadang saya merasa takdir Tuhan dapat menolong*” yang memperoleh koefisien *corrected item total correlation* di bawah 0,30.

Resiliensi komunitas dalam penelitian ini didefinisikan sebagai kemampuan suatu masyarakat atau komunitas untuk mengatasi, pulih, dan beradaptasi dengan situasi sulit. Untuk mengukur persepsi partisipan mengenai resiliensi komunitas atau masyarakat tempat tinggalnya, peneliti menggunakan *Communities Advancing Resilience Toolkit Assessment Survey* atau CART AS bagian B (Pfefferbaum dkk., 2015). Instrumen ini berbentuk skala lapor diri yang berisi 28 butir dengan lima skala *Likert* 1-5 (rentang jawaban mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju).

CART AS bagian B terdiri dari lima dimensi yakni *caring and connection* (contoh item, “*Orang-orang dalam masyarakat saya saling membantu*”), *resources* (contoh item, “*Masyarakat saya telah memiliki sumber daya yang diperlukan untuk mengatasi masalah-masalah yang ada dalam masyarakat, misalnya dana, informasi, sarana dan prasarana*”), *transformative potential* (contoh item, “*Masyarakat saya belajar dari keberhasilan dan kegagalan yang terjadi untuk perbaikan ke depannya*”), *disaster management* (contoh item, “*Masyarakat saya secara aktif mempersiapkan diri untuk menghadapi bencana dan krisis yang mungkin terjadi di masa depan*”), dan *information* (contoh item, “*Sumber komunikasi yang digunakan oleh masyarakat saya bisa menjangkau seluruh warga di dalamnya, misalnya televisi, radio, telepon, internet, organisasi setempat, surat kabar*”).

CART AS bagian B telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh peneliti dengan melibatkan proses *back to back translation*, *expert judgment*, uji keterbacaan dan

menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar 0,914. Adapun *corrected item total correlation* berkisar antara 0,330 – 0,647, kecuali item no.21 yang memperoleh koefisien *corrected item total correlation* di bawah 0,30. Sementara itu, koefisien reliabilitas per dimensi adalah 0,806 untuk dimensi *caring and connection* (*corrected item total correlation* 0,499-0,680); 0,722 untuk dimensi *resources* (*corrected item total correlation* 0,401-0,545); 0,787 untuk dimensi *transformative potential* (*corrected item total correlation* 0,443-0,667); 0,656 untuk dimensi *disaster management* (*corrected item total correlation* -0,037 – 0,619); 0,750 untuk dimensi *information* (*corrected item total correlation* 0,300- 0,607).

Analisis Data

Peneliti melakukan uji asumsi klasik, yakni uji normalitas dengan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dan uji linearitas sebelum melakukan uji hipotesis (Kaplan & Sacuzzo, 2008). Dalam uji hipotesis, data penelitian dianalisis dengan menggunakan uji regresi sederhana untuk menilai seberapa besar pengaruh variabel prediktor terhadap variabel kriteria.

Hasil

Gambaran resiliensi komunitas yang dipersepsikan dan resiliensi individu mahasiswa program sarjana

Berdasarkan hasil analisis statistik, rerata skor resiliensi komunitas untuk dimensi *caring and connection* sebesar $M= 22,51$ ($SD= 3,461$), dimensi *resources* sebesar $M= 17,95$ ($SD= 2,796$), dimensi *transformative potential* sebesar $M= 17,67$ ($SD= 3,011$), dimensi *disaster management* sebesar $M= 17,34$ ($SD= 2,871$), dan dimensi *information* sebesar $M= 24,92$ ($M= 3,643$). Sementara itu rerata skor total resiliensi komunitas yakni sebesar $M= 100,38$ ($SD= 12,710$).

Kategorisasi skor resiliensi komunitas dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan rumus kategorisasi yang dikemukakan oleh Azwar (2010). Menurut Azwar (2010), tujuan kategorisasi adalah menempatkan individu ke dalam kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur. Ditinjau dari kategorisasi skor tersebut, mayoritas partisipan mempersepsikan tiap-tiap dimensi resiliensi komunitas berada dalam kategori sedang, yakni dimensi *caring and connection* sebesar 78,11% dari keseluruhan partisipan, dimensi *resources* sebesar 81,89%, dimensi *transformative potential* sebesar 79,24%, dimensi *disaster management* sebesar 82,26%, dimensi *information* sebesar 80,37%. Adapun kategorisasi dari total skor resiliensi komunitas yang diperoleh, mayoritas partisipan (75,10%) juga mempersepsikan resiliensi komunitas di lingkungannya berada dalam kategori sedang. Kategorisasi selengkapnya dapat dilihat pada tabel 1.

Berdasarkan hasil analisis statistik, rerata skor resiliensi partisipan sebesar $M= 94,07$ ($SD= 9,83$). Sementara itu, ditinjau dari kategorisasi skor, mayoritas partisipan (73,21%) memiliki skor resiliensi yang berada dalam kategori sedang. Kategorisasi selengkapnya dapat dilihat pada tabel 2.



Tabel 1
Kategorisasi Skor Resiliensi Komunitas

Dimensi	Kategorisasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
<i>Caring and Connection</i>	Rendah	6-18	28	10,57%
	Sedang	19-26	207	78,11%
	Tinggi	27-30	30	11,32%
<i>Resources</i>	Rendah	5-14	26	9,81%
	Sedang	15-21	217	81,89%
	Tinggi	22-25	22	8,30%
<i>Tranformative Potential</i>	Rendah	5-14	35	13,21%
	Sedang	15-21	210	79,24%
	Tinggi	22-25	20	7,55%
<i>Disaster Management</i>	Rendah	5-13	20	7,55%
	Sedang	14-20	218	82,26%
	Tinggi	21-25	27	10,19%
<i>Information</i>	Rendah	7 - 20	20	7,55%
	Sedang	21-28	213	80,37%
	Tinggi	29-35	32	12,08%
<i>Total Skor Resiliensi Komunitas</i>	Rendah	28-87	33	12,45%
	Sedang	88-113	199	75,10%
	Tinggi	114-140	33	12,45%

Tabel 2
Kategorisasi Skor Resiliensi

Kategorisasi	Rentang Skor	N Pria	N Perempuan	N Total (%)
Rendah	25-83	7	29	36 (13,58%)
Sedang	84-104	33	161	194 (73,21%)
Tinggi	105-125	8	27	35 (13,21%)

Uji asumsi statistik

Peneliti melakukan uji asumsi statistik sebelum melaksanakan uji hipotesis, yakni uji normalitas dan uji linearitas. Hasil uji normalitas *unstandardized residual* antara skor dimensi-dimensi resiliensi komunitas dengan resiliensi individu menunjukkan bahwa data berdistribusi normal karena nilai signifikansi yang diperoleh adalah $> 0,05$. Data hasil uji normalitas selengkapnya tersaji dalam tabel 3.

Tabel 3
Hasil Uji Normalitas

Variabel	K-SZ	Sig.(2-tailed)
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Caring & Connection</i> dengan Resiliensi Individu	0,817	0,517
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Resources</i> dengan Resiliensi Individu	0,765	0,603
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Transformative Potential</i> dengan Resiliensi Individu	0,797	0,549
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Disaster Management</i> dengan Resiliensi Individu	0,631	0,820
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Information</i> dengan Resiliensi Individu	0,749	0,629

Selanjutnya, peneliti melakukan uji linearitas untuk mengetahui apakah garis regresi X dan Y membentuk garis linear atau tidak, sebagai syarat uji regresi. Hasil uji linearitas antara skor dimensi-dimensi resiliensi komunitas dengan resiliensi individu menunjukkan bahwa data linear ($linearity < 0,05$). Data hasil uji linearitas selengkapnya tersaji dalam tabel 4.

Tabel 4
Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Sig
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Caring & Connection</i> dengan Resiliensi	35,58	0,000
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Resources</i> dengan Resiliensi	35,81	0,000
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Transformative Potential</i> dengan Resiliensi	24,80	0,000
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Disaster Management</i> dengan Resiliensi	22,02	0,000
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Information</i> dengan Resiliensi	27,66	0,000

Hubungan antara resiliensi komunitas dengan resiliensi individu

Tabel 5 menunjukkan dimensi-dimensi resiliensi komunitas memiliki korelasi positif yang signifikan dengan resiliensi individu sebesar 0,280 – 0,350 ($p = 0,000$). Nilai koefisien korelasi yang bersifat positif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi komunitas pada dimensi *caring and connection*, *resources*, *transformative potential*, *disaster management*, dan *information*, maka semakin tinggi tingkat resiliensi individu pada



partisipan penelitian ini. Adapun kekuatan hubungan yang dihasilkan berada pada kategori rendah hingga sedang.

Tabel 5
Hasil Uji Korelasi

Variabel	r	Sig (2-tailed)
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Caring & Connection</i> dengan Resiliensi Individu	0,339	0,000
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Resources</i> dengan Resiliensi Individu	0,350	0,000
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Transformative Potential</i> dengan Resiliensi Individu	0,293	0,000
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Disaster Management</i> dengan Resiliensi Individu	0,280	0,000
Resiliensi Komunitas dimensi <i>Information</i> dengan Resiliensi Individu	0,308	0,000

Uji Hipotesis: Resiliensi Komunitas sebagai Prediktor Resiliensi Individu

Peneliti menguji hipotesis dengan teknik analisis regresi sederhana. Hasil yang diperoleh menunjukkan dimensi-dimensi resiliensi komunitas memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap resiliensi individu pada mahasiswa yang menjadi partisipan penelitian ini, yakni dimensi *caring and connection* dengan nilai koefisien determinasi atau *R-square* sebesar 0,115 ($F = 34,19$, $b = 0,339$, $p = 0,000$), dimensi *resources* dengan *R-square* sebesar 0,122 ($F = 36,63$, $b = 0,350$, $p = 0,000$), dimensi *transformative potential* dengan *R-square* sebesar 0,086 ($F = 36,639$, $b = 0,293$, $p = 0,000$), dimensi *disaster management* dengan *R-square* sebesar 0,079 ($F = 22,407$, $b = 0,280$, $p = 0,000$), serta dimensi *information* dengan *R-square* sebesar 0,095 ($F = 27,540$, $b = 0,308$, $p = 0,000$). Berdasarkan koefisien determinan (*R-Square*) yang diperoleh menunjukkan bahwa tiap-tiap dimensi resiliensi komunitas dapat menjelaskan 7,9% - 12,2% dari resiliensi individu, dan terdapat 87,8% - 92,1% yang dijelaskan oleh faktor lain selain resiliensi komunitas.

Tabel 6
Hasil Uji Regresi Sederhana: Pengaruh Dimensi-Dimensi Resiliensi Komunitas terhadap Resiliensi Individual

Dimensi	R-Square	F	Sig
<i>Caring and Connection</i>	0,115	34,193	0,000
<i>Resources</i>	0,122	36,639	0,000
<i>Transformative Potential</i>	0,086	24,651	0,000
<i>Disaster Management</i>	0,079	22,407	0,000
<i>Information</i>	0,095	27,540	0,000

Pembahasan

Temuan penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dari resiliensi komunitas terhadap resiliensi individual pada partisipan penelitian, dengan besaran kontribusi berkisar antara 7,9% hingga 12,2% untuk setiap dimensinya ($p=0,000$). Temuan ini mendukung hasil penelitian atau teori yang diajukan oleh Kimhi (2015), Kimhi dan Shamai (2004), Williams dan Merten (2014), (Windle & Bennet, 2011), serta Lee dkk. (2017). Saat mengalami situasi sulit, individu yang tinggal dalam komunitas yang resilien cenderung mudah memperoleh hal-hal yang dibutuhkan untuk membantunya memulihkan diri dan bertumbuh saat situasi krisis terjadi (Dodge & Coleman, 2009), sehingga dapat menjadi resilien. Selain itu, temuan penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Mufidah(2017) yang menyebutkan bahwa dukungan sosial berkorelasi dengan resiliensi mahasiswa, maupun penelitian lainnya yang juga menunjukkan adanya peran dukungan sosial terhadap resiliensi individual pada populasi non mahasiswa (Badriatuzzahroh, Supraptiningsih, & Hamdan, 2018; Akbar & Tahoma, 2018). Komunitas dimana individu berada dapat dikatakan termasuk salah satu sumber dukungan sosial dan masyarakat yang saling memberikan dukungan sosial merupakan ciri masyarakat yang resilien (Pfefferbaum dkk., 2013)

Dimensi *caring and connection* pada resiliensi komunitas memberikan sumbangan efektif sebesar 11,5% terhadap resiliensi mahasiswa yang menjadi partisipan penelitian ini ($F = 34,19, p = 0.000$). Dimensi *caring and connection* meliputi keterhubungan, nilai-nilai yang dimiliki bersama, partisipasi, dukungan sosial, dan kesetaraan (Pfefferbaum dkk., 2018). Anggota masyarakat yang merasa saling terhubung memiliki kepedulian terhadap anggota masyarakat lain yang membutuhkan bantuan dan pendampingan dalam menghadapi tantangan hidup. Hal ini merupakan faktor protektif yang melindungi individu dari gangguan psikologis saat menghadapi tekanan (Dreyer, 2015), dimana faktor protektif merupakan komponen penting resiliensi personal (Ganguly & Perera, 2018). Keterhubungan dalam masyarakat memungkinkan individu untuk memperoleh dukungan sosial yang dapat membuat individu merasa menjadi bagian dari komunitasnya dan kebutuhan-kebutuhan personalnya dipenuhi oleh komunitas (Wang, Nyutu, Tran, & Spears, 2015). Hal tersebut dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis (Wang, Nyutu, Tran & Spears, 2015), yang dapat membuat individu resilien (Sagone & De Caroli, 2014).

Dimensi *resources* pada resiliensi komunitas memberikan sumbangan efektif sebesar 12,2% terhadap resiliensi mahasiswa yang menjadi partisipan penelitian ini ($F= 36,63, p=0,000$). Dimensi *resources* meliputi sumber daya natural, fisik, sosial, dan keuangan (Pfefferbaum dkk., 2013) Yang termasuk *resources* antara lain berbagai layanan di komunitas yang bertujuan untuk mensejahterakan masyarakat seperti layanan kesehatan, layanan konseling, layanan pendidikan, layanan keagamaan, layanan pendampingan, pengalaman komunitas atasi situasi sulit di masa lampau, dan keteladanan (Pfefferbaum dkk., 2013; Obrist, Pfeiffer, & Henley, 2010; Stewart & Sun, 2004). Berbagai sumber daya tersebut dapat membantu individu menghadapi tantangan, merumuskan solusi,



menumbuhkan optimisme. *Resources* lainnya dapat berupa modal sosial yang berwujud interaksi sosial yang penuh kasih, responsif, dan peduli, yang dapat membantu individu menjadi resilien dengan menyediakan dukungan yang diperlukan (Norris dkk., 2011).

Masih terkait dengan dimensi *resources*, menurut Ungar (2011), resiliensi individual merupakan kemampuan individu untuk mengakses berbagai sumber daya yang dibutuhkan untuk mencapai kesejahteraan. Kemudian, resiliensi individual juga melibatkan kemampuan masyarakat dan pemerintah dalam menyediakan sumber daya yang dibutuhkan anggota masyarakat/komunitas (Ungar, 2011). Dengan demikian, resiliensi individual dapat dicapai dengan pendistribusian sumber daya yang tersedia di komunitas dan dukungan komunitas pada individu untuk memperoleh sumber daya tersebut (Windle & Benner, 2011).

Dimensi *transformative potential* pada resiliensi komunitas memberikan sumbangan efektif sebesar 8,6% terhadap resiliensi mahasiswa yang menjadi partisipan penelitian ini ($F= 36,639, p=0,000$). Dimensi *transformative potential* meliputi kemampuan komunitas dalam mengidentifikasi dan memaknai pengalaman bersama, mengevaluasi keberhasilan dan kegagalan, serta evaluasi tindakan atau pengalaman negatif dengan analisis kritis (Pfefferbaum dkk., 2013). Dengan adanya evaluasi tersebut, komunitas dapat menetapkan tujuan, membuat keputusan, mengembangkan dan mengimplementasikan strategi, yang dapat meningkatkan kualitas pribadi anggota-anggotanya (Pfefferbaum dkk., 2013). Dengan adanya *transformative potential*, komunitas memiliki kompetensi untuk mengenali resiko, menyusun pilihan-pilihan solusi, mengidentifikasi masalah (Norris dkk., 2011). Individu yang tinggal dalam komunitas yang demikian berpotensi memperoleh kompetensi yang sama melalui pembelajaran yang didapat dari interaksi sehari-hari dan nilai-nilai bersama. Kompetensi ini akan diimplementasikan individu saat menghadapi situasi yang menantang, sehingga menjadikan mereka resilien.

Dimensi *disaster management* pada resiliensi komunitas memberikan sumbangan efektif sebesar 7,9% terhadap resiliensi mahasiswa yang menjadi partisipan penelitian ini ($F= 22,407, p=0,000$). Dimensi *disaster management* meliputi kompetensi komunitas dalam melakukan pencegahan, mitigasi, persiapan, maupun pemulihan terhadap situasi krisis yang terjadi. Dimensi ini juga meliputi kegiatan-kegiatan yang dilakukan komunitas untuk menghindari atau mengendalikan krisis dan mencegah terjadinya resiko yang lebih parah dari krisis (Pfefferbaum dkk., 2013). Melalui pembelajaran yang diperoleh dari interaksinya dengan komunitas, individu yang tinggal dalam komunitas tersebut berpotensi memiliki kompetensi yang serupa dalam menghadapi krisis. Kompetensi tersebut dapat menjadikan individu menjadi lebih resilien.

Dimensi *information* pada resiliensi komunitas memberikan sumbangan efektif sebesar 9,5% terhadap resiliensi mahasiswa yang menjadi partisipan penelitian ini ($F= 27,540, p=0,000$). Dimensi *information* berisi bagaimana informasi yang akurat dihasilkan dan dikomunikasikan dalam komunitas (Pfefferbaum dkk., 2013). Informasi dan komunikasi merupakan hal yang penting saat krisis terjadi (Norris dkk., 2011). Adanya komunikasi memungkinkan anggota komunitas mengekspresikan kebutuhan, pandangan,

dan sikapnya (Norris dkk., 2011).. Dengan demikian, ketika ada anggota komunitas yang sedang mengalami situasi menekan, dengan budaya komunikasi yang sudah terbangun, ia dapat mengekspresikan (memberikan informasi) mengenai situasi atau kebutuhannya kepada anggota komunitas lainnya seperti tetangga, tokoh masyarakat, guru, dan sebagainya. Selain itu, dengan komunikasi, informasi lainnya yang ada di komunitas, berupa narasi komunal yang berisi kearifan lokal, nilai-nilai bersama, pengalaman-pengalaman positif yang pernah dilalui komunitas, dapat disebarluaskan secara luas (Norris dkk., 2011). Narasi komunal tersebut dapat membantu individu memaknai situasi dengan lebih positif, menumbuhkan harapan, membantu merencanakan strategi pemecahan masalah, yang pada akhirnya menjadikan mereka lebih resilien.

Mayoritas partisipan penelitian (73, 21%) ini memersepsikan dirinya memiliki tingkat resiliensi dalam kategori sedang. Hal ini mengindikasikan partisipan telah cukup mampu untuk mengembangkan *coping* yang adaptif dan melenting kembali ke kondisi semula meski dipaparkan pada situasi sulit (Catalano dkk., 2011; Holaday, dalam Widuri, 2012), meski belum sepenuhnya optimal. Penelitian sebelumnya, yang juga dilakukan pada populasi mahasiswa, menunjukkan hasil yang sama dengan temuan penelitian ini, yakni mahasiswa yang menjadi partisipan penelitiannya memiliki tingkat resiliensi dalam kategori sedang (Amelia dkk., 2014). Faktor-faktor yang berkontribusi pada resiliensi mahasiswa adalah optimisme (Roellyana & Listiyandini, 2016), spiritualitas (Cahyani & Akmal, 2017), dan dukungan sosial (Mufidah, 2017).

Secara keseluruhan, temuan utama penelitian ini mendukung teori yang dikemukakan oleh Ungar (2011), yakni resiliensi individu terikat pada resiliensi komunitas dimana individu tinggal. Ungar (2011) juga mengemukakan ekologi sosial dan fisik komunitas merupakan hal penting bagi resiliensi individual. Selain itu, penelitian ini memperluas pemahaman mengenai faktor yang berkontribusi pada resiliensi individual, yakni dengan melibatkan faktor komunitas. Penelitian-penelitian sebelumnya tentang resiliensi individual cenderung meneliti peran-peran faktor personal, seperti *self compassion*, optimisme, dan spiritualitas. Temuan penelitian ini menegaskan teori Bioekologi dari Bronfenbrenner (2005) yang menyebutkan interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya berperan terhadap perkembangan individu.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan. Keterbatasan pertama, pengukuran resiliensi komunitas dalam penelitian ini diukur berdasarkan persepsi partisipan melalui skala lapor diri. Hal ini bermakna, gambaran resiliensi komunitas dalam penelitian ini bersifat subyektif. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan pengukuran yang lebih obyektif, yakni indikator fisik dan indikator geografis (misalnya pemukiman yang layak bagi masyarakat, rasio jumlah tempat tidur yang tersedia di rumah sakit dengan jumlah penduduk, jumlah penduduk yang bekerja, jumlah kriminalitas per tahun dan sebagainya (Lee dkk., 2017; Ganor & Ben-Lavy, 2003). Kelebihan pengukuran ini adalah data disajikan mengacu pada kriteria objektif atau terstandar yang ditetapkan pihak yang berwenang. Meski demikian, pengukuran ini kurang dapat memotret dinamika dalam masyarakat yang dialami oleh anggota-anggota masyarakat seperti keterhubungan dan serta penilaian



terhadap pemimpinnya (Pfefferbaum dkk, 2013). Keterbatasan kedua, penelitian ini hanya menganalisis pengaruh resiliensi komunitas terhadap resiliensi individual, dan tidak meneliti faktor-faktor yang menjadi perantara hubungan keduanya. Penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor yang mungkin memediasi hubungan antara resiliensi komunitas dengan resiliensi individual. Kemudian, meskipun resiliensi komunitas memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi partisipan penelitian ini, namun sumbangan efektif yang dihasilkan hanya sebesar 7,9% hingga 12,2%. Artinya, masih terdapat 87,8% hingga 92,1% faktor lainnya yang berpengaruh terhadap resiliensi individual. Penelitian selanjutnya dapat diarahkan untuk meneliti faktor-faktor yang belum teridentifikasi tersebut.

Kesimpulan

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dimensi-dimensi pada resiliensi komunitas merupakan prediktor yang signifikan bagi resiliensi mahasiswa. Sumbangan efektif yang diberikan dimensi-dimensi resiliensi komunitas terhadap resiliensi individual (mahasiswa) adalah sebesar 7,9 % hingga 12,2%. Pengaruh yang dihasilkan bersifat positif, artinya semakin resilien komunitas dimana partisipan tinggal, maka semakin resilien. Temuan ini mengindikasikan bahwa resiliensi bukan hanya dipengaruhi oleh faktor personal individu, namun juga kualitas dimana individu itu tinggal atau berada. Hal ini memperluas pemahaman tentang resiliensi individual dengan menambahkan pentingnya peran lingkungan sosial terdekat atau masyarakat.

Mengingat pentingnya komunitas yang resilien untuk mewujudkan individu (mahasiswa) yang berdaya lenting atau resilien, maka masyarakat, pemerintah, dan pihak-pihak terkait lainnya dapat mengupayakan untuk membentuk lingkungan sedemikian rupa, yang dengan mewujudkan komunitas/masyarakat yang kohesif, saling terhubung, saling peduli, memastikan ketersediaan dan kemudahan akses terhadap sumber daya yang dapat meningkatkan kualitas anggota komunitas/masyarakat, memastikan adanya forum yang memungkinkan anggota komunitas/masyarakat melakukan refleksi terhadap capaian, pengalaman, dan nilai-nilai yang dianut, serta meningkatkan komunikasi dan pertukaran informasi yang akurat pada anggota komunitas/masyarakat.

Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terimakasih pada Universitas YARSI dan Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara (KPIN) yang telah memberikan dana hibah penelitian tahun 2018 -2019 sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

Referensi

- Akbar, Z., & Tahoma, O. (2018). Dukungan sosial dan resiliensi diri pada guru sekolah dasar. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 7(1), 53-59.
- Amelia, S., Asni, E., & Chairilshyah, D. (2014). Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) pada

-
- Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau*, 1(2), 1–9. <https://www.neliti.com/publications/189043/gambaran-ketangguhan-diri-resiliensi-pada-mahasiswa-tahun-pertama-fakultas-kedok>.
- Badriatuzzahroh, S.N., Supraptiningsih, E., & Hamdan, S.R. (2018). Hubungan dukungan para anggota komunitas dengan resiliensi ibu *down syndrome*. *Jurnal Psikologi Talenta*, 3(2), 1-8.
- Bergstrand, K., Mayer, B., Brumback, B., & Zhang, Y. (2015). Assessing the Relationship Between Social Vulnerability and Community Resilience to Hazards. *Social Indicators Research*, 122(2), 391–409. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0698-3>.
- Berkes, F., & Ross, H. (2013). Community Resilience: Toward an Integrated Approach. *Society and Natural Resources*, 26(1), 5–20. <https://doi.org/10.1080/08941920.2012.736605>.
- Blackmon, B. J., Lee, J., Cochran, D. M., Kar, B., Rehner, T. A., & Baker, A. M. (2017). Adapting to Life after Hurricane Katrina and the Deepwater Horizon Oil Spill: An Examination of Psychological Resilience and Depression on the Mississippi Gulf Coast. *Social Work in Public Health*, 32(1), 65–76. <https://doi.org/10.1080/19371918.2016.1188746>.
- Cadaret, M.C., & Bennett, S.R. (2019). College students' reported financial stress and its relationship to psychological distress. *Journal of College Counseling*, 22, 225-239.
- Cadell, S., Karabanow, J., & Sanchez, M. (2001). Community, empowerment, and resilience: Paths to wellness. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 20(1), 21–35. <https://doi.org/10.7870/cjcmh-2001-0002>.
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 2(1), 32. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1822>.
- Catalano, D., Chan, F., Wilson, L., Chiu, C. Y., & Muller, V. R. (2011). The buffering effect of resilience on depression among individuals with spinal cord injury: A Structural Equation Model. *Rehabilitation Psychology*, 56(3), 200–211. <https://doi.org/10.1037/a0024571>.
- Cavazos, J., Johnson, M.B., Fielding, C., Cavazos, A.G., Castro, V., & Vela, L. (2010). A qualitative study of resilient Latina/o college students. *Journal of Latinos and Education*, 9(3), 172-188.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>.
- Cohrdes, C., & Mauz, E. (2020). *Self efficacy and emotional stability buffer negative effect s of averse childhood experiences on young adult health -related quality of life*. *Journal of Adolescent Health*, xxx, 1-8.
- Cynthia, T., & Zulkaida, A. (2009). Kecenderungan Depresipada Mahasiswa dan Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin. *Prosiding PESAT*, 3, 66-71.
- Difa, S. F. (2016). Pengaruh kecerdasan emosi dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa perantau UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 4(2), 77–97.
- Dodge, K. A., & Coleman, D. L. (2009). Introduction: Community-based prevention of child maltreatment. In K. A. Dodge, & D. L. Coleman (Eds.), *Preventing child maltreatment: Community approaches* (pp. 1–8). New York: Guilford.
-



- Dreyer, Y. (2015). Community resilience and spirituality : Keys to hope for a post-apartheid South Africa. *Pastoral Psychology*, 64, 651-662.
- Ellis, B.J., Bianchi, J.M., Giskevicius, V., & Frakenhuis, W.E. (2017). Beyond risk and protective factors: An adaptation-based approach to resilience. *Perspective on Psychological Science*, 1-27.
- Fisher, L. B., & Overholser, J. C. (2014). The Measurement of Positive Attitudes: The Glass is Half Full. *Journal of Rational - Emotive and Cognitive - Behavior Therapy*, 32(2), 121–138. <https://doi.org/10.1007/s10942-013-0173-0>.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>.
- Ganor, M., & Ben-Lavy, Y. (2003). Community resilience: Lessons derived from Gilo under fire. *Journal of Jewish Communal Service*, 79 (2-3), 105-108.
- Ganguly, R., & Perera, H.N. (2018). Profiles of psychological resilience in college students with disabilities. *Journal of Psychoeducational*, 37(5), 635-651.
- Garlow, S.J., Rosenberg, J., Moore, J.D., Haas, A.P., Koestner, B., Hendin, H., Nemeroff, C.B. (2008). depression, desperation, and suicidal ideation in college students: Result from the American foundation for suicide prevention college screening project at Emory university. *Depression and Anxiety*, 25, 482-488.
- Grashinta, A., Melina, G. G., & Vinaya, V. (2020). Resiliensi dan altruisme pada relawan bencana alam. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 1(1), 17–24. <https://doi.org/10.24854/jpu1>
- Iorga, M., Dondas, C., & Zugun-Eloae, C. (2018). Depressed as freshmen, stressed as seniors: The relationship between depression, perceived stress, and academic results among medical students. *Behavioral Sciences*, 8(70), 1-12.
- Iswan, S., & Fuad, N. (2017). Resiliensi Mahasiswa Ditinjau dari Pemaafan dan Sifat Kepribadian Agreeableness. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 171–180.
- Jurjonas, M., & Seekamp, E. (2018). Rural coastal community resilience: Assessing a framework in eastern North Carolina. *Ocean and Coastal Management*, 162, 137–150. <https://doi.org/10.1016/j.ocecoaman.2017.10.010>.
- Kaloeti, D. V. S., Rahmandani, A., Sakti, H., Salma, S., Suparno, S., & Hanafi, S. (2019). Effect of childhood adversity experiences, psychological distress, and resilience on depressive symptoms among Indonesian university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(2), 177–184. <https://doi.org/10.1080/02673843.2018.1485584>.
- Kaplan, R. M., & Sacuzzo, D. (2008). *Psychological Testing* (Seventh Ed). Wadsworth Cengage Learning.
- Killinger, S.L., Flanagan, S., Castine, E., Howard, K.A.S. (2017). Stress and depression among veterinary medical students. *JVME*, 44(1), 3-8.
- Kimhi, S. (2015). Sense of coherence and gender as a predictor of the effect of laboratory induced stress on cognitive performance. *The Journal of Psychology*, 149(3–4), 412–426. <https://doi.org/10.1080/00223980.2014.895696>.
- Kimhi, S. (2016). Levels of resilience: Associations among individual, community, and national resilience. *Journal of Health Psychology*, 21(2), 164–170. <https://doi.org/10.1177/1359105314524009>.
- Kimhi, S., & Shamai, M. (2004). Community resilience and the impact of stress: Adult response to Israel's withdrawal from Lebanon. *Journal of Community Psychology*, 32(4), 439–451. <https://doi.org/10.1002/jcop.20012>.

- Kulig, J. C. (2000). Community resiliency: The potential for community health nursing theory development. *Public Health Nursing, 17*(5), 374–385. <https://doi.org/10.1080/08941920903305674>.
- Lee, J., Blackmon, B. J., Cochran, D. M., Kar, B., Rehner, T. A., & Gunnell, M. S. (2017). Community Resilience, Psychological Resilience, and Depressive Symptoms: An Examination of the Mississippi Gulf Coast 10 Years after Hurricane Katrina and 5 Years after the Deepwater Horizon Oil Spill. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness, 12*(2), 241–248. <https://doi.org/10.1017/dmp.2017.61>
- Leykin, D., Lahad, M., Cohen, O., Goldberg, A., & Aharonson-Daniel, L. (2013). Conjoint Community Resiliency Assessment Measure-28/10 Items (CCRAM28 and CCRAM10): A Self-report Tool for Assessing Community Resilience. *American Journal of Community Psychology, 52*(3–4), 313–323. <https://doi.org/10.1007/s10464-013-9596-0>.
- Lyons, A., Fletcher, G., & Bariola, E. (2016). Assessing the well-being benefits of belonging to resilient groups and communities: development and testing of the Fletcher-Lyons Collective Resilience Scale (FLCRS). *Group Dyn, 20*(2), 65-77. <https://doi.org/10.1037/gdn0000041>.
- Magis, K. (2010). Community resilience: An indicator of social sustainability. *Society & Natural Resources, 23*(5), 401–416.
- McCrea, R., Walton, A., & Leonard, R. (2016). Developing a Model of Community Wellbeing and Resilience in Response to Change. *Social Indicators Research, 129*(1), 195–214. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-1099-y>.
- McManus, P., Walmsley, J., Argent, N., Baum, S., Bourke, L., Martin, J., Pritchard, B., & Sorensen, T. (2012). Rural community and rural resilience: What is important to farmers in keeping their country towns alive? *Journal of Rural Studies, 28*(1), 20–29. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2011.09.003>.
- Mo, P. K. H., Lau, J. T. F., Yu, X., & Gu, J. (2014). The role of social support on resilience, posttraumatic growth, hopelessness, and depression among children of HIV-infected parents in mainland China. *AIDS Care - Psychological and Socio-Medical Aspects of AIDS/HIV, 26*(12), 1526–1533. <https://doi.org/10.1080/09540121.2014.923810>.
- Moreira, D.P., & Furegato, A.R.F. (2013). Stress and depression among students of the last semester in two nursing course. *Rev Latino- Am Enfermagem, 21*, 155-162.
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi dengan locus of control sebagai moderator pada mahasiswa bidikmisi. *Psikodimensia, 16*(2), 121–130.
- Mujahidah, E., & Listiyandini, R. A. (2018). Pengaruh Resiliensi dan Empati terhadap Gejala Depresi pada Remaja The Influence of Resilience and Empathy toward Depression of Adolescents. *Jurnal Psikologi, 14*, 60–75.
- Murray, K., & Zautra, A. (2011). Community Resilience : Fostering Recovery, Sustainability, and Growth. In *The Social Ecology of Resilience: Culture, Context, Resources and Meaning* (Issue January 2012, pp. 337–346). <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-0586-3>
- Ngasa, S.N., Sama, C.B., Dzekem, B.S., Nforchu, K.N., Tindong, M., Aroke, D., & Dimala, C.A. (2017). Prevalence and factors associated with depression among medical students in Cameroon : A cross- sectional study. *BMC Psychiatry, 17*, 1-7.
- Norris, F. H., Sherrieb, K., & Pfefferbaum, B. (2011). *intervention. 162–175.*
- Nuwayhid, I., Zurayk, H., Yamout, R., & Cortas, C. S. (2011). Summer 2006 war on Lebanon: A lesson in community resilience. *Global Public Health, 6*(5), 505–519. <https://doi.org/10.1080/17441692.2011.557666>.
- Obrist, B., Pfeiffer, C., & Henley, R. (2010). Multi-layered social resilience: A new approach



- in mitigation research. *Progress in Development Studies*, 10, 283–293.
- Pfefferbaum, B., L. Van Horn, R., & L. Pfefferbaum, R. (2018). Involving Adolescents in Building Community Resilience for Disasters. *Adolescent Psychiatry*, 08, 253–265. <https://doi.org/10.2174/2210676608666180112123628>.
- Pfefferbaum, R. L., Pfefferbaum, B., Nitiéma, P., Houston, J. B., & Horn, R. L. Van. (2015). *Assessing Community Resilience: An Application of the Expanded CART Survey Instrument With Affiliated Volunteer Responders*. <https://doi.org/10.1177/0002764214550295>.
- Pfefferbaum, R. L., Pfefferbaum, B., Van Horn, R. L., Klomp, R. W., Norris, F. H., & Reissman, D. B. (2013). The communities advancing resilience toolkit (CART): An intervention to build community resilience to disasters. *Journal of Public Health Management and Practice*, 19(3), 250–258. <https://doi.org/10.1097/PHH.0b013e318268aed8>.
- Rachmawati, D., & Listiyandini, R. A. (2014). Peran konsep diri terhadap resiliensi pada pensiunan. *Jurnal Psikogenesis*, 3(1), 1–12.
- Rahmawati, B. D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2019). *Resiliensi Psikologis dan Pengaruhnya terhadap Kualitas Hidup terkait Kesehatan pada Remaja di Panti Asuhan*. *Analitika*, 11(1), 21–30.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29–37. https://www.researchgate.net/publication/318128262_Peranan_Optimisme_terhadap_Resiliensi_pada_Mahasiswa_Tingkat_Akhir_yang_Mengerjakan_Skripsi.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12.
- Sagone, E., & De Caroli, M. E. (2014). Relationship between psychological well being and resilience in middle and late adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 881 - 887.
- Sagone, E., & De Caroli, M. E. (2016). “Yes ... I can”: psychological resilience and self-efficacy in adolescents. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. *Revista INFAD de Psicología*, 1(1), 141. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v1.240>.
- Sarokhani, D., Delpisheh, A., Veisani, Y., Sarokhani, M. T., Manesh, R. E., & Sayehmiri, K. (2013). Prevalence of depression among university students: A systematic review and meta-analysis study. *Depression Research and Treatment*, 2013(September). <https://doi.org/10.1155/2013/373857>.
- Septiani, T., & Fitria, N. (2016). Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 59–76.
- Setyawan, I. (2018). Hubungan Antara Self Compassion Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Empati*, 7(1), 54–59.
- Sharpley, C. F., Bitsika, V., Jesulola, E., Fitzpatrick, K., & Agnew, L. L. (2016). The association between aspects of psychological resilience and subtypes of depression: implications for focussed clinical treatment models. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 20(3), 151–156. <https://doi.org/10.1080/13651501.2016.1199810>.
- Sherrieb, K., Louis, C. A., Pfefferbaum, R. L., Pfefferbaum, B. J. D., Diab, E., & Norris, F. H. (2012). Assessing community resilience on the US coast using school principals as key informants. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 2(1), 6–15.

-
- <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2012.06.001>.
- Stewart, D., & Sun, J. (2004). How can we build resilience in primary school aged children: The important of social support from adults and peers in family, school, and family setting. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 16, 37 - 41.
- Thurai, S., & Westa, W. (2017). Tingkat depresi dalam kalangan mahasiswa kedokteran semester VII Universitas Udayana dan keterlibatan mereka dalam kegiatan fisik. *Intisari Sains Medis*, 8(2), 147–150. <https://doi.org/10.1556/ism.v8i2.131>.
- Tjiptoherijanto, P. (2001). Proyeksi penduduk, angkatan kerja, tenaga kerja, dan peran serikat pekerja dalam peningkatan kesejahteraan. *Majalah Perencanaan Pembangunan*, 23, 1-10.
- Tran, A.G.T.T., Lam, C.K., & Legg, E. (2018). Financial stress, social supports, gender, and anxiety during college : A stress-buffering perspective. *The Counselling Psychologist*, 46(7), 846-869.
- Tung, Y.J., Lo, K.K.H., & Ho, R.C.M., & Tam, W.S.W. (2018). Prevalence of depression among nursing students: A systematic review and meta-analysis. *Nurse Education Today*, 63, 119-129.
- Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1–17. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2010.01067.x>.
- Walsh, F. (2013). Community-Based Practice Applications of a Family Resilience Framework. In *Handbook of Family Resilience* (pp. 1–557). <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3917-2>.
- Wang, M.C., Nyutu, P.N., Tran, K.K., & Spears, A. (2015). Finding resilience : The mediation effect of sense of community on the psychological well being of military spouses. *Journal of Mental Health Counselling*, 37(2), 164-174.
- Widuri, E. L. (2013). Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Humanitas*, 9(2), 147–156. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>
- Williams, A.L., & Merten, M.J. (2014). Linking community, parenting, and depressive symptom trajectories: Testing resilience models of adolescent agency based on race/ethnicity and gender. *Journal of Youth Adolescent*, 43(9), 1563-1575. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0141-8>.
- Windle, G., & Bennett, K.M. (2012). Caring relationships: How to promote resilience in challenging times. In M. Ungar (Ed.), *The social ecology of resilience : A handbook of theory and practice* (pp. 219-231). Springer.
- Ziaian, T., de Anstiss, H., Antoniou, G., Baghurst, P., & Sawyer, M. (2012). Resilience and Its Association with Depression, Emotional and Behavioural Problems, and Mental Health Service Utilisation among Refugee Adolescents Living in South Australia. *International Journal of Population Research*, 2012(June), 1–9. <https://doi.org/10.1155/2012/485956>.