

PERAN DUKUNGAN SOSIAL, EFIKASI DIRI DAN RESILIENSI TERHADAP RISIKO GANGGUAN PENYESUAIAN PADA INDIVIDU USIA DEWASA AWAL.

Zahrina Andini¹, Sri Kusrohmaniah²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Jl. Sosio Humaniora, Bulaksumur, Yogyakarta, DIY.

Email : ¹zahrina.andini@mail.ugm.ac.id, ²ko.es.psi@mail.ugm.ac.id

Abstract : The risk of adjustment disorder in early adulthood are influenced by various factor such as : resilience, self-efficacy and social support. People with higher resilience, self-efficacy and have better social support tend to be adaptable and have a low risk of adjustment disorders. This study aims to examine relationship between social support, self-efficacy and resilience to the risk of adjustment disorder in early adulthood. Data sampling involved 203 participant and using four scales: *Connor-Davidson Resilience Scale-10*, *General Self-efficacy Scale-10*, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*, and *General Health Questionnaire-12*. Multiple regression test showed that social support, self-efficacy and resilience played a role in reducing the risk of adjustment disorder at 37,7% ($F = 40,184$; $R\text{-square} = 0.377$; $q = 0.000 < 0.05$). Resilience has the most role in reducing the risk of adjustment disorder compared to the variables of social support and self-efficacy.

Keyword: *Adjustment disorder, early adulthood, resilience, self-efficacy, social support.*

Risiko gangguan penyesuaian pada usia dewasa awal dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain: resiliensi, efikasi diri dan dukungan sosial. Individu dengan resiliensi, efikasi diri dan dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki risiko gangguan penyesuaian rendah. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial, efikasi diri dan resiliensi terhadap risiko gangguan penyesuaian pada individu usia dewasa awal. Pengambilan data melibatkan 203 partisipan dan menggunakan empat skala yaitu: *Connor-Davidson Resilience Scale-10*, *General Self-efficacy Scale-10*, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*, dan *General Health Questionnaire-12*. Uji regresi ganda menunjukkan dukungan sosial, efikasi diri dan resiliensi berperan menurunkan risiko Gangguan Penyesuaian ($F = 40,184$; $R\text{-square} = 0,377$; $q = 0.000 < 0.05$). Ketiga variabel memiliki sumbangan efektif sebesar 37,7% terhadap menurunnya risiko gangguan penyesuaian. Resiliensi merupakan variabel paling berperan mengurangi risiko gangguan penyesuaian dibandingkan variabel dukungan sosial dan efikasi diri.

Kata kunci: *Dewasa awal, dukungan sosial, efikasi diri, gangguan penyesuaian, resiliensi.*