

## The Role of Resilience Dimension on Attitude Towards Professional Psychological Help Seeking Among University Students

Thara Zahira Merdy<sup>1</sup>, Aisha Sekar Lazuardini Rachmanie S.Psi, M.Psi, Psikolog<sup>2</sup>

<sup>1</sup> <sup>2</sup>Universitas Gadjah Mada/Faculty of Psychology Jl. Sosio Humaniora 1, Bulaksumur,  
Yogyakarta, 55281, Tel. (0274) 550435

E-mail: [thara.zahira1902@mail.ugm.ac.id](mailto:thara.zahira1902@mail.ugm.ac.id)<sup>1</sup>, [aisha.s@ugm.ac.id](mailto:aisha.s@ugm.ac.id)<sup>2</sup>

### Abstract

Mental health is known to be crucial for students' well being as it influences several aspects of their life including academic and social features. Seeking professional help is crucial in addressing mental health concerns. This research aims to study the role of resilience dimension on professional psychological help seeking attitude among University Students. This study is a quantitative research that involves 219 participants that are undergraduate university students in Indonesia. The study utilized 2 questionnaires to measure the variables which are Attitude towards Seeking Professional Psychological help - Short Form (ATSPPH - SF) and Resilience Scale for Adults (RSA). The results of multiple linear regression analysis in this study indicated that only social competence dimension is a significant predictor of attitude toward professional psychological help seeking with an estimate of 1.010 ( $p = 0.002$ ,  $SE = 0.326$ ,  $t = 3.10$ ), while personal competence, family coherence, social support and personal structure are not significant predictors. This study's findings contribute to the growing knowledge on help-seeking attitudes and provide a foundation for future research.

**Keywords:** Resilience, Psychological Help Seeking Attitude, University Students

### Abstrak

Kesehatan mental diketahui sangat penting bagi kesejahteraan siswa karena mempengaruhi beberapa aspek kehidupan mereka termasuk aspek akademik dan sosial. Mencari bantuan profesional sangat penting dalam mengatasi masalah kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari peran dimensi resiliensi terhadap sikap pencarian bantuan psikologis profesional pada mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang melibatkan 219 partisipan yang merupakan mahasiswa sarjana di Indonesia. Penelitian ini menggunakan 2 kuesioner untuk mengukur variabel yaitu Sikap Mencari Bantuan Psikologis Profesional - Bentuk Singkat (ATSPPH - SF) dan Skala Resiliensi untuk Dewasa (RSA). Hasil analisis regresi linier berganda pada penelitian ini menunjukkan bahwa hanya dimensi kompetensi sosial yang merupakan prediktor signifikan terhadap sikap terhadap pencarian bantuan psikologis profesional dengan estimate of 1.010 ( $p = 0.002$ ,  $SE = 0.326$ ,  $t = 3.10$ ), sedangkan kompetensi personal, koherensi keluarga, dukungan sosial, dan struktur pribadi tidak merupakan prediktor yang signifikan. Temuan penelitian ini berkontribusi pada berkembangnya pengetahuan tentang sikap mencari bantuan dan memberikan landasan untuk penelitian di masa depan.

**Kata kunci:** Resiliensi, Sikap Mencari Bantuan Psikologis, Mahasiswa