



Peran Resiliensi dan Literasi Kesehatan Mental Terhadap Depresi Pada Mahasiswa

Ludika Riri Amanda

Universitas Gadjah Mada

Email: ludikamanda@gmail.com

Abstract. Depression is a psychological disorder characterized by protracted feelings of sadness. Depression is one of the most common disorders in the college student group. Many factors trigger depression in students. This study aims to find out how big the role of mental health literacy and resilience to depression in students. The measurement involved 3 scales, namely PHQ-9, MHLS, and CD-RISC. The subjects in this study were 343 students from various faculties at Gadjah Mada University. Independent sample T test results that there is no difference in depression between male and female students. The result of the regression analysis showed that mental health literacy and resilience simultaneously predict depression by 46,9%, while the remaining 53,1% was influenced by other factors outside of this regression model.

Keywords: *Depression, resilience, mental health literacy, college students*

Abstrak. Depresi merupakan gangguan psikologis yang ditandai dengan perasaan sedih yang berlarut-larut. Depresi menjadi salah satu gangguan yang paling umum ditemui pada kelompok mahasiswa. Banyak faktor yang memicu depresi pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan seberapa besar peran resiliensi dan literasi kesehatan mental terhadap depresi pada mahasiswa. Pengukuran melibatkan 3 buah skala yaitu PHQ-9, CD-RISC, dan MHLS. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 343 mahasiswa yang berasal dari berbagai macam fakultas di UGM. Analisis uji beda memberikan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan depresi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa resiliensi dan literasi kesehatan mental secara bersama-sama memiliki peran dalam memprediksi depresi sebesar 46,9%, sementara 53,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model regresi ini.

Kata kunci : *Depresi, resiliensi, literasi kesehatan mental, mahasiswa*