

ABSTRAK

Hubungan Resiliensi dan Coping Strategies Pada Dewasa Awal

Aisyah Ramadhani Kamilia Jasmine¹⁾, Ellyana Dwi Farisandy²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

²⁾Dosen Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

Penelitian ini mengkaji hubungan antara resiliensi dan *coping strategies* pada dewasa awal, periode transisi yang penuh tantangan dalam aspek emosional, sosial, dan ekonomi. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana resiliensi memiliki hubungan dengan *coping strategies* individu. Dengan pendekatan kuantitatif, data diperoleh melalui survei terhadap 419 responden dewasa awal menggunakan instrumen Brief COPE dan CD-RISC. Hasil analisis menunjukkan hubungan positif signifikan antara resiliensi dengan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*, sementara *dysfunctional coping* menunjukkan kontribusi yang lemah terhadap resiliensi. Subjek dengan resiliensi tinggi cenderung menggunakan *coping strategies* adaptif, sedangkan subjek dengan resiliensi rendah lebih sering menggunakan strategi maladaptif. Penelitian ini menyimpulkan bahwa resiliensi memainkan peran penting dalam mendukung individu dewasa awal untuk menghadapi tantangan hidup secara efektif, dengan *coping strategies* yang adaptif berkontribusi pada peningkatan resiliensi.

Kata kunci : Resiliensi, *Coping Strategies*, Dewasa Awal

Pustaka : 51

Tahun Publikasi : 1984 – 2024