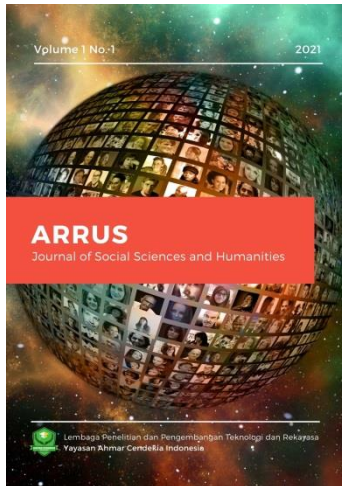




*Corresponding author: Putri Auliah Nur Efendi, Department of Psychology, Faculty of Psychology, Makassar State University, Makassar, Indonesia

E-mail: Putryauliaa@gmail.com

RESEARCH ARTICLE

The Effect of Social Support on Academic Resilience to Students Who Are Working on Thesis

Putri Auliah Nur Efendi, Hilwa Anwar, & Nur Akmal

Department of Psychology, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

Abstract: Academic resilience is an individual's ability to survive, rise, and adapt to difficult and stressful conditions in the academic field. This study aims to determine the effect of social support on resilience in final students who are working on their thesis. The research subjects were final year students of the 2016-2019 class who were working on their thesis, totaling 210 students. The sampling technique used is accidental sampling. The measuring instrument for the academic resilience scale is the scale compiled by Cassidy (2016), while the social support scale is the scale compiled by Zimet (2010). The results of hypothesis testing in this study used a simple linear regression test with the result $r = 0.262$ with $p = 0.000$. These results indicate that there is a significant positive effect of social support on academic resilience in final students who are working on their thesis. The implication of this research is that final students are expected to be able to maintain their academic resilience, one of which is by increasing individual attachment and good communication with those around them.

Keywords: Academic Resilience, Social Support, Thesis

1. Pendahuluan

Mahasiswa yang sedang menempuh semester akhir serta telah menyelesaikan seluruh mata kuliahnya maka diwajibkan untuk membuat suatu karya ilmiah yaitu skripsi (Fadillah, 2013). Umumnya mahasiswa diberi waktu satu semester atau enam bulan untuk mengerjakan skripsi mereka. Kenyataannya banyak mahasiswa yang membutuhkan waktu lebih dari enam bulan untuk menyelesaikan skripsi, sehingga terjadi keterlambatan dalam penyelesaian studi dan tidak jarang berujung pada pengeluaran mahasiswa (Darmon & Hasan, 2002). Ironisnya hal ini menjadi hal yang lumrah terjadi hampir di setiap perguruan tinggi.

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan antara lain masih adanya rasa malas dalam mengerjakan tugas akhir atau skripsi, kesulitan mengidentifikasi masalah, kesulitan mencari referensi yang sesuai dengan judul atau tema yang diangkat, kesulitan mengatur waktu, tidak adanya fasilitas yang mendukung, dan kesulitan merumuskan pemikiran menjadi karya tulis (Etika & Hasibuan, 2016). Mahasiswa dapat mengalami stres akibat masalah yang mereka temui dan alami saat mengerjakan dan menyelesaikan skripsi mereka (Ningrum, 2013). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sholichah, Paulana, dan Fitriya (2018) bahwa reaksi psikologis lain yang dapat timbul dari kesulitan saat menyelesaikan masalah yakni, rentan terhadap emosi negatif dan cenderung berfikir pendek sehingga situasi yang menekan tersebut akan lebih mudah memicu stres.

Pada penelitian Seto, Wondo, dan Mei (2020) didapatkan bahwa sebagian besar (77%) mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengalami stres. Efendi (2018) mengemukakan



bahwa stres yang tidak dapat diatasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menyebabkan mahasiswa tidak lulus tepat waktu karena mahasiswa akan menunda pengerjaan skripsinya. Menulis skripsi melibatkan banyak kondisi yang kurang menyenangkan maka mahasiswa perlu beradaptasi dan memahami kemampuan dirinya untuk mampu menemukan cara menyelesaikan permasalahan yang membuat mahasiswa tertekan. Individu yang memungkinkan untuk tetap tumbuh walaupun sedang mengalami masalah sehingga merasa terbebani dikenal dengan istilah resiliensi (Nugroho, 2017).

Reivich dan Shatte (Hendriani, 2018) mengemukakan bahwa kemampuan dalam beradaptasi dan mengatasi suatu masalah yang berat sehingga mampu berfungsi normal kembali disebut resiliensi. Connor dan Davidson (2003) mengemukakan bahwa resiliensi yaitu kemampuan individu untuk dapat bertahan, mengatasi, dan bahkan berkembang di tengah kesulitan yang sedang dihadapinya. Resiliensi secara akademik dalam konteks perguruan tinggi diartikan sebagai kemampuan menghadapi tantangan, kesulitan, dan tekanan dalam setting akademik secara efektif (Martin dan Marsh, 2006).

Resiliensi akademik yang rendah membuat mahasiswa lebih rentan terhadap masalah psikologis, membuat mereka kurang mampu menangani tekanan dan kesulitan akademik (Cheng & Catling, 2015). Sholichah, dkk., (2018) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa resiliensi dibutuhkan pada mahasiswa untuk mampu keluar dari keadaan yang membuat tertekan. Sejalan dengan penelitian Triyana, Hardjajani, dan Nugraha (2013) mengemukakan bahwa mahasiswa dengan tingkat resiliensi yang tinggi adalah mereka yang berhasil mengatasi tantangan dan berhasil dalam menjalani masa studinya serta memandang tantangan ini sebagai bagian dari tantangan masa studinya, dan tidak memandangnya sebagai alasan untuk gagal serta terpuruk.

Peneliti kemudian melakukan pengambilan data awal penelitian melalui survei yang disebar secara online melalui google form kepada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester. Kuesioner tersebut diisi oleh 40 responden, yang terdiri dari 15% laki-laki dan 85% perempuan, dengan rentang usia dimulai dari 21 hingga 25 tahun. Berdasarkan data kuesioner tersebut diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa terindikasi mengalami resiliensi rendah. Ditunjukkan dengan mahasiswa merasa mudah menyerah saat mengerjakan skripsi sebesar 78%, tidak fokus terhadap rencana dan tujuan yang telah ditetapkan sebesar 70%, tidak menyadari penyebab mengalami kesulitan sebesar 21%, tidak berusaha untuk mencari bantuan ketika mengalami kesulitan sebesar 45%, tidak dapat mengontrol emosi sebesar 77%, dan tidak optimis saat mengerjakan skripsi sebesar 77%.

Peneliti melakukan wawancara untuk memperkuat data awal penelitian kepada tiga responden. Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa saat mengerjakan skripsi responden mengaku mengalami cemas, stres, dan tertekan. Alasannya beragam, mulai dari judul yang tidak di terima, revisi yang sulit dipahami, dan dosen pembimbing yang sulit dihubungi. Responden juga merasa motivasi dalam menyelesaikan skripsi menurun, merasa malu karena tertinggal oleh teman-temannya yang sudah ujian seminar, dan juga tidak yakin pada kemampuannya sehingga merasa menyerah. Berdasarkan indikator perilaku menurut Connor dan Davidson (2003) individu yang memiliki resiliensi yaitu individu yang dapat bertahan, mengatasi, dan bahkan berkembang di tengah kesulitan yang sedang dihadapinya. Sedangkan indikator perilaku pada responden tidak merujuk pada kondisi yang resiliensi.

Resnick, Gwyther, dan Roberto (2011) mengemukakan bahwa terdapat empat faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu, yaitu: Self-esteem, dukungan sosial, spiritualitas, dan emosi positif. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tiga mahasiswa mengaku bahwa ketika merasa tertekan saat mengerjakan skripsi yang membuat responden bertahan dan mampu melewatinya dalam hal ini resiliensi yaitu membutuhkan dukungan dari lingkungan. Bentuk dukungan yang diberikan seperti semangat dari orang terdekat, orang tua serta temannya mendengarkan saat responden bercerita tentang kendalanya, quality time bersama pasangan serta teman-teman, dan dibantu serta diajak mengerjakan skripsi bersama-sama. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayah,

Ekasari, Muslimah, Pramintari dan Hidayanti (2021) bahwa individu yang menerima dukungan sosial merasa lebih dihargai, lebih bersemangat, merasa mereka memiliki pendengar, dan mereka tidak merasa sendirian atau terasingkan. Hal ini menimbulkan resiliensi positif memungkinkan individu untuk mengatasi tantangan mereka dan mengembangkan pandangan terhadap dirinya menjadi positif.

Smith, Renk, dan Kimberly (2007) mengemukakan bahwa dukungan sosial yang berada disekitar individu dapat mengurangi tekanan dari beban akademis. Caplan dan Killea (1983) juga mengemukakan bahwa dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya dapat membuat diri individu lebih resilien. Hal ini selaras dengan penelitian Syifa, Santoso, dan Hambali (2021) yang mengemukakan apabila lingkungan disekitarnya dapat memberikan dan menyebarkan banyak dukungan sosial yang positif kepada individu, besar kemungkinan individu tersebut dapat bangkit dari keterpurukan dan kesulitan serta mengatasi segala rintangan yang terjadi di hidupnya.

2. Kajian Pustaka

2.1. Resiliensi Akademik

Reivich dan Shatte (Hendriani, 2018) resiliensi adalah kemampuan untuk merespon dengan cara yang sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma yang datang menimpa. Connor dan Davidson (2003) mengemukakan bahwa resiliensi sebagai kemampuan individu untuk dapat bertahan, mengatasi, dan bahkan berkembang di tengah kesulitan yang sedang dihadapinya.

Sari dan Listiyandini (2015) mengemukakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk tetap tegar dalam menghadapi segala tantangan dalam kehidupan. Aziz dan Noviekayati (2016) mengemukakan bahwa resiliensi adalah keterampilan yang dapat meningkatkan pandangan hidup seseorang sebagai proses untuk meningkatkan diri dengan mencari pengalaman baru. Dalam konteks akademik, resiliensi ditandai dengan kemampuan mahasiswa untuk membalikkan kegagalan dalam akademik serta dapat berkembang bahkan ketika hal lainnya berkinerja buruk dan gagal, dimana kemampuan ini disebut dengan resiliensi akademik (Cassidy, 2016).

Berdasarkan definisi dari beberapa para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dan mampu menemukan solusi serta belajar dari pengalaman ketika dalam keadaan sulit atau situasi yang tidak menyenangkan didalam hidupnya. Peneliti mengacu pada definisi resiliensi yang dikemukakan oleh Cassidy (2016) yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk bangkit dari kesulitan dan mampu bertahan, mengatasi, bahkan berkembang walaupun sedang menghadapi kesulitan pada setting akademik.

Resiliensi akademik dilihat dengan memerhatikan aspek mendukung, Cassidy (2016) menjelaskan bahwa terdapat tiga aspek yang dapat membentuk resiliensi akademik, yaitu:

- Perseverance* (ketekunan) menggambarkan individu yang bekerja keras, selalu berusaha, tidak mudah menyerah, berpegang teguh padarencana dan tujuan, menerima masukan dari orang lain.
- Reflecting and adaptive help-seeking* (mencari bantuan adaptif) menggambarkan individu yang mampu merefleksikan kekuatan dan dukungan orang lain.
- Negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional) menggambarkan kecemasan individu, tanggapan negatif, keputusan, serta penerimaan pengaruh negatif yang dialami individu.

Resnick, Gwyther, dan Roberto (2011) mengemukakan bahwa terdapat empat faktor yang bisa memengaruhi resiliensi, yaitu:

- Harga Diri (Self-Esteem). Pengertian harga diri seseorang dapat membantu ia menyelesaikan berbagai kendala sehari-hari. Dikala seseorang harus menghadapi

- sesuatu perkara, harga diri yang mereka miliki menolong agar tetap kuat dan meningkatkan perasaan optimis untuk menghadapi perkara yang mereka hadapi.
- Dukungan Sosial (Social Support). Dukungan ini amat memengaruhi kapabilitas individu dalam menyelesaikan sebuah konflik sehari-hari. Dikala seseorang dihadapkan pada sebuah konflik, dukungan ini akan menolong orang tersebut untuk tetap tidak panik dalam menyelesaikan konflik yang dihadapinya.
 - Spiritualitas (Spirituality) Spiritualitas yang mencakup religiusitas di dalamnya, ialah keadaan di mana seseorang yakin jika ada zat yang agung yang mengontrol jagat raya. Spiritualitas dan religiusitas merupakan dasar bagi seseorang untuk mengatasi berbagai konflik yang mungkin dihadapi.
 - Emosi Positif (Positive Emotions). Emosi ini dapat memungkinkan seseorang dalam menanggapi masalah secara tenang, emosi ini menghilangkan reaksi negatif, serta mampu secara efektif mengatasi perkara yang mereka hadapi. Menggunakan emosi positif dalam menyelesaikan suatu perkara dapat memberikan respon yang lebih beragam untuk menyelesaikan perkara tersebut.

2.2. *Dukungan Sosial*

Cohen dan Syme (1985) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah sumber-sumber yang diberikan kepada individu oleh orang lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Vartak (2015) mengemukakan dukungan sosial sebagai tindakan atau dukungan nyata yang dibagikan individu dengan individu lain berdasarkan pengalaman interpersonal yang mempengaruhi bagaimana seseorang memandang dukungan tersebut. Adapun menurut Zimet (2010) dukungan sosial merupakan dukungan yang datang dari orang-orang terdekat seperti teman, keluarga dan orang-orang penting lainnya.

Marni dan Yuniawati (2015) mengemukakan bahwa dukungan sosial dapat diartikan sebagai dukungan berupa nasihat, kasih sayang, perhatian, petunjuk, barang atau jasa yang diberikan oleh keluarga dan teman kepada seseorang yang sedang menghadapi masalah agar sehat kehidupannya. Pandangan tersebut sejalan dengan pendapat Adawiyah (2013) yang mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan dukungan langsung atau tidak langsung yang diberikan kepada individu sehingga individu agar individu merasa diperhatikan, dicintai dan keberadaannya diterima di lingkungan.

Berdasarkan definisi para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa definisi dukungan sosial adalah adanya rasa dicintai, dihargai, perasaan nyaman dan percaya yang diperoleh dari orang tua, teman, maupun orang penting lainnya. Peneliti mengacu pada definisi dukungan sosial yang dikemukakan oleh Zimet (2010) yaitu, dukungan sosial merupakan dukungan yang berasal dari orang terdekat seperti teman, keluarga dan orang penting lainnya.

Aspek dukungan sosial menurut Zimet (2010) yaitu :

- Dukungan Keluarga Dukungan keluarga merupakan sumber dukungan sosial yang penting dalam diri individu yang bersumber dari keluarga.
- Dukungan Teman Dukungan teman adalah dukungan sosial yang bersumber dari teman. Teman yang dimaksudkan dalam hal ini meliputi teman di sekolah, rekan kerja, dan teman sebaya yang berada di lingkungan sekitar.
- Orang Penting Dukungan dari orang penting (significant others) diluar dari dukungan keluarga dan teman. Dukungan sosial dari orang penting (significant other), seperti guru di sekolah.

3. *Metode Penelitian*

Metode penelitian yang digunakan yakni metode kuantitatif dengan teknik deskriptif dan uji hipotesis analisis regresi sederhana dengan menggunakan SPSS untuk melakukan analisis. Bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi.

Responden dalam penelitian ini, yaitu mahasiswa tingkat akhir berada pada semester 8-14 yang sedang mengerjakan skripsi, berjumlah 210 mahasiswa yang terdiri dari perempuan sebanyak 158 dan laki-laki sebanyak 52. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah accidental sampling.

Teknik pengumpulan data yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Pada skala likert terdapat dua macam pernyataan, yaitu favorable dan unfavorable. Favorable merupakan pernyataan yang mendukung aspek-aspek variabel, sedangkan unfavorable pernyataan yang tidak mendukung aspek-aspek variabel. Skala resiliensi akademik menggunakan teori Cassidy (2016) yang mengungkap 3 aspek yaitu, perseverance (ketekunan), reflecting and adaptive help-seeking (mencari bantuan adaptif), dan negative affect and emotional response (pengaruh negatif dan respon emosional). Skala dukungan sosial menggunakan teori Zimet (2010) yang mengungkap tiga aspek yaitu dukungan keluarga, dukungan teman, dan significant others.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan uji coba skala untuk menentukan validitas dan realibilitas skala. Skala resiliensi akademik terdiri dari 15 aitem dengan $\alpha = 0,856$. Skala dukungan sosial terdiri dari 12 aitem dengan $\alpha = 0,951$.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data dalam penelitian ini didapatkan oleh nilai hipotetik yang terdiri dari nilai minum, maksimum, rata-rata (*mean*), dan standar deviasi (SD). Hasil analisis deskriptif data penelitian diuraikan dengan melakukan kategorisasi variabel penelitian merujuk pada skor rata – rata variabel pada penelitian ini.

Tabel 9. Deskripsi rata-rata variable penelitian

Variabel	Hipotetik			
	Min	Max	Mean	SD
Resiliensi Akademik	15	75	45	10
Dukungan Sosial	12	60	36	8

Berdasarkan tabel 9 ditemukan bahwa nilai tertinggi pada skala resiliensi akademik adalah 75, nilai terendah dihasilkan adalah 15, serta hasil rata-rata (mean) 45, dengan 10 Standar Deviasi (SD). Dan skala dukungan sosial pada data hipotetik paling tertinggi adalah 60 dan paling terendah adalah 12, serta rata-rata (mean) 45, dengan 8 Standar Deviasi (SD).

Tabel 10. Data kategorisasi skala resiliensi akademik

Interval	Kategorisasi	Frekuensi	Persen
≥ 55	Tinggi	90	42,8
35 – 55	Sedang	119	56,6
≤ 35	Rendah	1	0,48
Total		210	100%

Tabel 10 menunjukkan hasil data hipotetik variable resiliensi akademik, yaitu responden dengan tingkat hipotetik skala terendah 1 (0,48%), sebanyak 119 (56,6%) responden dengan tingkat sedang, dan 90 (42,8%) responden dengan tingkat tertinggi. Hasil pengolahan data pada skala resiliensi akademik menunjukkan bahwa mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi memiliki resiliensi akademik pada kategori sedang.

Berdasarkan data kategorisasi pada tabel 11, ditemukan bahwa responden dengan tingkat paling terendah adalah 1 (0,48%). Sebanyak 8 (3,8%) responden berada pada tingkat sedang, dan 201 (95,7%) responden dengan tingkat tertinggi yang memiliki dukungan sosial. Hasil pengolahan data pada skala dukungan sosial menunjukkan bahwa mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi memiliki dukungan sosial pada kategori tinggi.

Tabel 11. Data kategorisasi skala dukungan sosial

Interval	Kategorisasi	Frekuensi	Persen
≥ 44	Tinggi	201	95,7
28 - 44	Sedang	8	3,8%
≤ 28	Rendah	1	0,48%
Total		210	100%

4.2. Analisis Tambahan

Pada analisis ini peneliti menguji perbedaan dukungan sosial dan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi berdasarkan jenis kelamin, usia, dan semester. Peneliti juga menguji pengaruh setiap aspek dukungan sosial terhadap resiliensi akademik.

Tabel 12. Uji perbedaan resiliensi akademik berdasarkan jenis kelamin

Variabel	JK	Mean	Sig	Ket
Resiliensi Akademik	Laki-laki	55,17	0,814	Tidak signifikan
	Perempuan	55,30		

Tabel 12 menunjukkan bahwa uji *t test* yang dilakukan menghasilkan nilai signifikansi ($p > 0,05$) pada resiliensi akademik ($p = 0,814$) yang berarti tidak terdapat pengaruh secara signifikan perbedaan resiliensi akademik antara perempuan dan laki-laki.

Tabel 13. Uji perbedaan resiliensi akademik berdasarkan usia

Variabel	Usia	Frekuensi	Persen	Ket
Resiliensi Akademik	21 tahun	54,29	0,099	Signifikan
	22 tahun	55,76		
	23 tahun	55,27		
	24 tahun	54,81		
	25 tahun	51,00		

Tabel 13 menunjukkan bahwa uji Anova *One Way* yang dilakukan menghasilkan nilai signifikansi pada resiliensi akademik 0,099 ($p > 0,05$) yang berarti terdapat secara signifikan perbedaan resiliensi akademik antara kelompok usia 21-25.

Tabel 14. Uji perbedaan resiliensi akademik berdasarkan semester

Variabel	Semester	Mean	Sig	Ket
Resiliensi Akademik	8	55,90	0,010	Signifikan
	10	55,33		
	12	54,37		
	14	51,00		

Tabel 14 menunjukkan bahwa uji Anova *One Way* yang nilai signifikansi ($p > 0,05$) pada resiliensi akademik ($p = 0,010$) yang berarti terdapat secara signifikan perbedaan resiliensi akademik antara kelompok semester 8, 10, 12, dan 14.

Tabel 15. Uji perbedaan dukungan sosial berdasarkan jenis kelamin

Variabel	JK	Mean	Sig	Ket
Dukungan Sosial	Laki-laki	52,12	0,131	Tidak signifikan
	Perempuan	53,15		

Tabel 15 menunjukkan bahwa uji *t test* yang dilakukan menghasilkan nilai signifikansi ($p > 0,05$) pada dukungan sosial ($p = 0,131$) yang berarti tidak terdapat pengaruh secara signifikan perbedaan dukungan sosial antara perempuan dan laki-laki.

Tabel 16. Uji perbedaan dukungan sosial berdasarkan usia

Variabel	Usia	Frekuensi	Persen	Ket
Dukungan Sosial	21 tahun	47,86	0,000	Signifikan
	22 tahun	53,90		
	23 tahun	52,99		
	24 tahun	52,90		
	25 tahun	38,67		

Tabel 16 menunjukkan bahwa uji Anova *One Way* yang dilakukan menghasilkan nilai signifikansi pada dukungan sosial 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat secara signifikansi perbedaan dukungan sosial antara kelompok usia 21-25.

Tabel 17. Uji perbedaan resiliensi akademik berdasarkan semester

Variabel	Semester	Mean	Sig	Ket
Dukungan Sosial	8	53,43	0,002	Signifikan
	10	52,29		
	12	53,63		
	14	45,00		

Tabel 17 menunjukkan bahwa uji Anova *One Way* yang nilai signifikansi (p) $> 0,05$ pada dukungan sosial ($p = 0,002$) yang berarti terdapat secara signifikansi perbedaan dukungan sosial antara kelompok semester 8, 10, 12, dan 14.

Tabel 18. Hasil uji aspek dukungan sosial terhadap resiliensi akademik

Aspek Dukungan Sosial	Kategorisasi	%	Sig
Dukungan keluarga	0,076	7,6%	0,000
Dukungan teman	0,109	10,9%	0,000
Significant others	0,093	9,3%	0,000

Tabel 18 menunjukkan setiap aspek dukungan sosial memberikan kontribusi yang berbeda terhadap resiliensi akademik. Pada skor R Square, aspek dukungan keluarga memiliki skor terendah yaitu 0,076 yang berarti memberikan kontribusi sebesar 7,6% terhadap resiliensi akademik dan aspek dukungan teman memiliki skor tertinggi yaitu 0,109 yang berarti memberikan kontribusi sebesar 10,9% terhadap resiliensi akademik.

Ditinjau dari gambaran deskriptif resiliensi akademik didapatkan bahwa pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi menunjukkan sebagian besar memiliki skor resiliensi akademik pada kategori sedang. Harahap, dkk., (2020) mengemukakan bahwa mahasiswa dengan resiliensi akademik yang baik lebih kecil kemungkinan untuk menyerah ketika menghadapi kesulitan akademik. Istiqomah (2022) mengemukakan bahwa mahasiswa dengan resiliensi akademik yang baik akan selalu optimis, berpikir positif dan mampu mengatasi kesulitan. Oleh karena itu dengan resiliensi akademik tinggi mahasiswa dapat mengatasi stres akademik yang menjadi masalah saat mengerjakan skripsi.

Caplan dan Killea (1983) mengemukakan bahwa dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya dapat membuat diri individu lebih resilien. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahmed, dkk., (2018) menemukan bahwa dukungan sosial yang diterima individu merupakan bagian penting dalam proses individu menjadi lebih baik seperti mendorong individu untuk bekerja lebih keras dan membuat individu menjadi resilien secara akademik. Astuti dan Sri (2013) juga mengemukakan bahwa tekanan yang dirasakan saat mengerjakan skripsi akan berkurang jika mendapat dukungan dari orang-orang penting disekitarnya.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada mahasiswa akhir menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki dukungan sosial pada kategori tinggi. Smith, Renk, dan Kimberly

(2007) mengemukakan bahwa dukungan sosial yang berada disekitar individu dapat mengurangi tekanan dari beban akademis. Sejalan dengan peneliatn Sarafino dan Smith (2011) yang mengemukakan bahwa dukungan sosial yang tinggi mengakibatkan mahasiswa yang mendapatkan tekanan akademik tersebut mencari dukungan dan bantuan dari lingkungan sekitarnya, seperti meminta informasi kepada teman, meminta perhatian dari orang yang istimewa, dan dukungan penghargaan dari lingkungan sekitar. Sarason (1983) mengemukakan bahwa individu dengan tingkat dukungan sosial tinggi akan merasa lebih percaya diri dan optimis dalam menghadapi tantangan atau tekanan dalam hidup mereka secara lebih efektif.

Syahrinnisa, Zubair, dan Saudi (2022) mengemukakan bahwa dukungan sosial dapat berpengaruh positif terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa akhir. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Pada penelitian Said, Rahmawati, dan Supraba (2021) yang dilakukan pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi, menemukan bahwa semakin tinggi dukungan sosial seseorang maka semakin tinggi resiliensi akademiknya. Astuti dan Sri (2013) membuktikan bahwa tekanan yang dirasakan saat mengerjakan skripsi akan berkurang ketika ada dukungan dari orang-orang penting di sekitar mereka.

Analisis tambahan dilakukan pada penelitian ini untuk melihat perbedaan dukungan sosial dan resiliensi akademik berdasarkan pada jenis kelamin, usia dan semester. Pada dukungan sosial tidak terdapat perbedaan ditinjau dari jenis kelamin sedangkan terdapat perbedaan ditinjau dari usia dan semester. Perbedaan dukungan sosial berdasarkan jenis kelamin memperoleh hasil signifikansi 0,131 ($p>0,05$), berdasarkan usia nilai signifikansi 0,000 ($p>0,05$), dan berdasarkan semester nilai signifikansi sebesar 0,002 ($p>0,05$).

Hasil penelitian uji perbedaan dukungan sosial menurut usia terdapat signifikan. Terlihat dari hasil uji beda dukungan sosial berdasarkan tingkat usia bahwa mean pada usia 22 adalah 53,90. Jika dikategorikan maka usia 22 tahun merupakan bagian dari dewasa awal. Golongan dewasa muda berkisar antara 21-40 diungkapkan oleh Papalia, Olds, dan Feldman (Dariyo, 2003). Dewasa awal merupakan masa yang menurut Erikson adalah masa individu mendapat tugas perkembangan untuk memulai atau mengembangkan hubungan yang lebih intim dengan individu lainnya. Adapun salah satu ciri dewasa awal menurut Hurlock (2011) merupakan masa dimana individu akan memiliki ketergantungan dengan orang lain, siapapun yang bermakna juga berpengaruh dalam kehidupannya. Ketergantungan ini dapat terjadi antara individu dengan orang tua, keluarga, teman, dan lain sebagainya.

Pada hasil penelitian uji beda dukungan sosial berdasarkan tingkat semester juga signifikan, dengan mean pada semester 12 adalah 53,63 dimana mahasiswa semester ini membutuhkan dukungan sosial yang lebih dibandingkan semester lain. Sejalan dengan penelietian Habsari (2020) menyatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir merasakan perberbedaan ketika semester awal dimana adanya dukungan dari teman-teman karena memiliki misi dan visi atau berada di mata kuliah yang sama, sedangkan mahasiswa semester akhir dituntut untuk bekerja secara individual dengan topik skripsinya masing-masing. Agolla dan Ongori (2009) juga menyatakan bahwa semakin mahasiswa setiap semester memperpanjang skripsinya dapat memengaruhi tingkat stressor yang diterima mengingat beban yang semakin bertambah merupakan faktor penyebab stres akademik.

Pada resiliensi akademik tidak terdapat perbedaan ditinjau dari jenis kelamin sedangkan terdapat perbedaan ditinjau dari usia dan semester. Perbedaan resiliensi akademik berdasarkan jenis kelamin memperoleh hasil signifikansi 0,814 ($p>0,05$), berdasarkan usia nilai signifikansi 0,099 ($p>0,05$), dan berdasarkan semester nilai signifikansi sebesar 0,010 ($p>0,05$).

Ditinjau dari usia terdapat pengaruh yang signifikan, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bonanno, Westphal, dan Mancini (2010) bahwa usia yang lebih tua menunjukkan resiliensi yang lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh usia pada resiliensi seseorang. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Roellyana dan

Listiyandini (2016), semakin matang usia mahasiswa, mahasiswa tersebut akan semakin terampil dalam melakukan pemecahan masalah. Selain itu, berhubungan dengan skripsi, semakin matang usia mahasiswa, semakin kuat keyakinannya bahwa dirinya mampu menyelesaikan skripsi disertai dengan rasa tanggung jawab untuk segera lulus (Roellyana & Listiyandini, 2016). Selanjutnya terdapat pengaruh yang signifikan terhadap tingkat semester yang sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Andersen (2020) menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dan cukup jauh antara resiliensi pada mahasiswa angkatan 2016 dengan mahasiswa tahun sebelumnya yang sedang menyusun skripsi.

Penelitian ini juga menguji tiga aspek dukungan sosial terhadap resiliensi akademik untuk melihat kontribusi setiap aspek. Aspek-aspek tersebut di antaranya adalah keluarga (family), teman (friends), dan orang terdekat (significant others). Pada skor R Square, aspek dukungan keluarga memiliki skor terendah yaitu 0,076 yang berarti memberikan kontribusi sebesar 7,6% terhadap resiliensi akademik dan aspek dukungan teman memiliki skor tertinggi yaitu 0,109 yang berarti memberikan kontribusi sebesar 10,9% terhadap resiliensi akademik.

Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman berkorelasi tinggi terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Papalia, dkk., (2001) menemukan bahwa lingkungan teman sebaya merupakan salah satu sumber referensi terpenting bagi gaya hidup mahasiswa, sementara ketika mahasiswa tidak mampu mengatur diri dalam hal pencapaian tujuan tugas akhir dengan terbawa lingkungan pertemanan yang kurang mendukung, pencapaian tugas akhir terkait pengaturan diri untuk mengambil keputusan positif dan bangkit dari kesulitan dan tekanan pengerjaan skripsi kurang mampu diselesaikan dengan baik. Astuti dan Hartati (2013) juga menemukan bahwa ada pengaruh dukungan sosial yang diberikan oleh sesama mahasiswa yang mengerjakan skripsi, istilahnya sebagai “teman senasip sepenanggungan”, tampaknya lebih luas dan mendalam dibandingkan dengan pengaruh dukungan sosial dari orang tua. Teman-teman dengan usia atau setingkat biasanya memiliki pengalaman yang tidak jauh berbeda dan mungkin dapat saling membantu melakukan penyesuaian.

5. Kesimpulan

Terkait dari pembahasan yang telah peneliti jelaskan berdasarkan hasil penelitian peneliti menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial secara positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, maka semakin rendah resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. (1) Bagi Mahasiswa, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi para mahasiswa akhir pada saat mengerjakan skripsi. Subjek dari penelitian ini diharapkan dapat mempertahankan resiliensi akademik yang dimiliki, salah satunya dengan meningkatkan kelekatan individu dan komunikasi yang baik dengan orang sekitar. (2) Bagi perguruan tinggi, penelitian ini dapat dijadikan sebagai gambaran perilaku resiliensi pada mahasiswa akhir, sehingga perguruan tinggi dapat memfasilitasi mahasiswa dan mahasiswi untuk meningkatkan maupun mempertahankan perilaku dukungan sosial dengan cara memfasilitasi mahasiswa dan mahasiswi, seperti kelompok belajar saat mengerjakan skripsi. (3) Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk mendapatkan jumlah sampel yang sama rata pada setiap jenis kelamin sehingga data yang dihasilkan dapat lebih mempresentasikan populasi, mengkaji variabel lain yang dapat memengaruhi resiliensi diluar dari fokus penelitian ini, hal itu didasarkan dari hasil penelitian bahwa terdapat 89% faktor lain yang dapat memengaruhi resiliensi diluar dukungan sosial, dan diharapkan dapat menyebarkan langsung skala penelitian yang digunakan sehingga dapat mengobservasi responden dalam pengisian skala.

References

- Adawiyah, R. A. (2013). Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial dan Kecenderungan Burnout. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 99–107.
- Agolla & Ongori (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students. *Edu. Res. Rev.* 4 (2): 063-070.
- Ahmed, U., Umrani, W. A., Qureshi, M. A., & Samad, A. (2018). Examining the links between teachers support, academic efficacy, academic resilience, and student engagement in Bahrain. *International Journal of Advanced and Applied Sciences*, 5(9), 39–46.
- Andersen, Zaaqi (2020). Perbedaan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Ditinjau Dari Tahun Angkatan. (*Skripsi*). Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Apollo & Cahyadi, A. (2012). Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah Yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga Dan Penyesuaian Diri. *Jurnal Widya Warta*, 02, 255-271.
- Astuti, T.P., & Sri, H. (2013). Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Psikologi Undip*, 12(1), 1-13.
- Aziz, M. R., & Noviekayati, I. (2016). Dukungan Sosial, Efikasi Diri Dan Resiliensi Pada Karyawan Yang Terkena Pemutusan Hubungan Kerja. *Persona. Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01), 62-70.
- Azwar, S. (2016). *Realibilitas dan validitas (4th ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barbarosa, K., Putri, N. M. D., & Chusairi, A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Remaja Awal Penghuni Panti Asuhan Bani Yaqub Surabaya. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(7).
- Bonanno, G. A., Westphal, M., & Mancini, A. D. (2010). Resilience to Loss and Potential Trauma. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7(1), 511– 535.
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan Spiritual Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(1), 32-41.
- Caplan, G., & Killilea, M. (1983). *Social Support and Mutual Help*. New York : Grune & Stratton.
- Cassidy, Simon (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers in Psychology*, 7.
- Cheng, V., & Catling, J. C. (2015). The Role of Resilience, Delayed Gratification and Stress in Predicting Academic Performance. *Psychol Teach Rev*, 2 (21), 13-24.
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress1. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99–125.
- 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.
- Dariyo, A. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo.
- Darmon & Hasan, A. (2002). *Menyelesaikan Skripsi Dalam Satu Semester*. Jakarta: Grasindo.
- Ediati, & Raisa. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di lembaga permasyarakatan kelas IIA wanita Semarang. *Jurnal Empati*, 5(3), 537-542.
- Efendi, M. Z (2018). Hubungan antara Resiliensi dengan Strategi Koping pada Mahasiswa yang Menempuh Program Skripsi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, (5)3.
- Etika, N., & Hasibuan, W. F. (2016). Deskripsi masalah mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Jurnal Kopasta*, 3(1), 40–45.
- Fadillah, A. E. (2013). Stres dan motivasi belajar pada mahasiswa psikologi universitas mulawarman yang sedang menyusun skripsi. *Psikoborneo*, 1(3), 148-156.
- Syahrinnisa, F., Zubair, Saudi. (2022). Dukungan sosial, optimisme, dan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2). 186-195.

- Habsari, A. Anisa Ssi (2020). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Mahasiswa Semester Akhir Di Kota Makassar. (*Skripsi*). Makassar: Univerista Bosowa Makassar.
- Harahap, A. C. P., Harahap, S. R., & Harahap, D. P. (2020). Gambaran Resiliensi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *AL-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(2), 240-246.
- Hair, J., Black, W., Babin, B., & Anderson, R. (2010). *Multivariate data analysis 7th edition*. New Jersey: Pearson.
- Herdiani, W., S. (2012). Pengaruh expressive pada kecemasan menyelesaikan skripsi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 1(1), 19-22.
- Herdiani, W., S. (2018). *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar*. Prenada Media. Jakarta.
- Hurlock, Elizabeth B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Istiqomah, Inti (2022). Resiliensi Akademik Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Tengah Pandemi Covid-19. (*Skripsi*). Universitas Islam Indonesia.
- Marni, A., & Yuniawati, R. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di panti wredha budhi dharma yogyakarta. *Jurnal Empathy*, 3(1), 1-7.
- Martin, A. and Marsh, H. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools*, 43(3), 267-281.
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa bidikmisi dengan mediasi efikasi diri. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 69-75.
- Mulia, L. O., Elita, V., & Woferst, R. (2014). Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat resiliensi remaja di panti asuhan. *JOM Psikologi*, 1(2), 1-9.
- Ningrum, D. W. (2013). Hubungan antara optimisme dan coping stres pada mahasiswa ueu yang sedang menyusun skripsi. 9(01), 126-155.
- Nugroho, Y, W. (2017). Hubungan Antara Resiliensi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang. (*Skripsi*). Universitas Negeri Semarang.
- Nurhidayah, Ekasari, Muslimah, Pramintari dan Hidayanti (2021). Dukungan sosial, strategi koping terhadap resiliensi serta dampaknya pada kesejahteraan psikologis remaja yang orangtuanya bercerai. *Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*. 18(1). 60-77.
- Papalia, D. E., Old, S. W., Feldman, & R. D. (2001). *Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Resnick B, Gwyther P, & Roberto A. (2011). *Resilience In Aging : Concepts, Research, and Outcomes*. New York : Springer.
- Said, Rahmawati, & Supraba (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(1), 32-44.
- Santoso, M. D. Y. (2021). Review Article: Dukungan sosial dalam situasi pandemi covid-19. *Jurnal Litbang Sukowati*, 5(1), 11-26.
- Sarason, I. G. et al, 1983. Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. 44(1). 127-139.
- Sarafino E.P., & Smith T.W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial interaction. Seventh Edition*. US: John Wiley & Sons.Inc.
- Sari & Listitandini. (2015). Hubungan antara resiliensi dengan kesepian (loneliness) pada dewasa muda lajang. *Prosding PESAT*, 6. 45-51.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. *Empati*, 5(2), 177-182.

- Seto Stefani, Wondo Maria, Mei Maria. (2020). Hubungan motivasi terhadap tingkat stress mahasiswa dalam menulis tugas akhir (skripsi). *Jurnal Basivedu*, 4(3), 733–739.
- Sholichah, I. F., Paulana, A. N., & Fitriya, P. (2018). Self-Esteem Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi*, 191–197.
- Sibua, R. U. R., & Silaen, S. M. J. (2020). Dukungan sosial dan kecerdasan emosional (emotional quotient) dengan stres di tengah pandemi covid-19 pada masyarakat cempaka putih barat, jakarta pusat. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 4(3), 187–193.
- Sinuhaji, E. (2014). Pengaruh Kepribadian, Kemampuan Kerja dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja SDM Outsourcing pada PT. Catur Karya Sentosa Medan. *Jurnal Ilman*, 1(1), 11–22.
- Smith, T., Renk, Kimberly. (2007). Predictors of Academic Related Stress in College Students : An Axamination of Coping, Social Support, Parenting and Anxiety. *NASPA Journal*, Vol. 44, No. 3.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syifa, F., Santoso, D. B., & Hambali, I. (2021). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi pada peserta didik kelas xi di smk negeri 1 glagah banyuwangile. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(5), 356–361.
- Tunliu, Aipipidely, dan Ratu (2019) dalam penelitiannya juga menunjukkan terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi. *Journal of Health and Behavioral Science*, 1(2), 68-82.
- Taylor, S. E. (2012). *Health psychology (8th Ed.)*. New York: Mc Graw-Hill.
- Triyana, Marlyn, Tuti Hardjajani, dan Nugraha Arif Karyanta. (2013). “Hubungan Antara Resiliensi dan Stres dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.” (*Skripsi*). Surakarta.
- Unggar, M. (2008). Resilience Across Cultures. *British Journal of Social Work*. 38 (2), 218-235.
- Utami, Ni Made Sintya Noviana. (2013). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri individu yang mengalami asma. *Jurnal Psikologi Udayana. (Online)*, 1(I). 12-21.
- Vartak, J. (2015). The role of hope and social support on resilience in cancer an patients. *Indian Journal of Mental Health*, 2(1), 35-42.
- Wang, L., Tao, H., Barbara J., Bowers., Brown, R., & Zhang, Y. (2017). Influence of social support and self efficacy on resilience of early career registered nurses. *Journal of nursing research*.
- Widana, W., & Muliani, P. L. (2020). *Uji Persyaratan Analisis*. Lumajang: Klik Media.