

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS NEGERI PADANG

Derliana Loriyanti S¹, Zulian Fikry²

^{1, 2}Universitas Negeri Padang, Jl. Prof. Dr. Hamka, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

Email: derlyanaloriyanti123@gmail.com

Article History

Received: 31-07-2025

Revision: 12-08-2025

Accepted: 15-08-2025

Published: 17-08-2025

Abstract. Academic resilience is the ability to move forward amid the difficulties and challenges that are occurring, to strive and remain positively uplifted in facing the hardships at hand. One of the factors that can influence academic resilience is social support, which is the assistance received by individuals from those around them that can boost self-confidence and help them face their problems. The aim of this research is to examine the relationship between social support and academic resilience among students who are working on their thesis at Padang State University. This research method uses a quantitative research method with a sample size of 341. The data analysis method employs simple linear regression analysis. The research results indicate that social support contributes 12.6% to the academic resilience of final-year students who are working on their thesis. This finding shows that social support is a strong predictor of academic resilience, where the higher the social support received by students, the higher their level of academic resilience.

Keywords: Academic Resilience, Social Support, University Students, Thesis

Abstrak. Resiliensi akademik merupakan kemampuan untuk beregrak maju ditengah kesulitan dan tantangan yang sedang terjadi, mau berusaha dan tetap bangkit secara positif dalam menghadapi kesulitan-kesulitan yang sedang dihadapi, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi akademik adalah dukungan sosial, dukungan sosial merupakan bantuan yang diterima individu dari orang sekitar yang dapat membangkitkan rasa percaya diri dan dapat membantu dalam menghadapi permasalahannya. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat hubungan dukungan sosial dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 341. Metode analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan Dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 12,6% terhadap resiliensi akademik mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor yang cukup kuat untuk resiliensi akademik, dimana semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademik yang dimilikinya.

Kata Kunci: Resiliensi Akademik, Dukungan Sosial, Mahasiswa, Skripsi

How to Cite: Loriyanti S, D & Fikry, Z. (2025). Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Padang. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6 (5), 7950-7962. <http://doi.org/10.54373/imeij.v6i5.3958>

PENDAHULUAN

Mahasiswa belajar teori untuk memenuhi SKS sesuai dengan jurusan masing masing. Ketika telah sampai pada tahap akhir dan sudah memenuhi jumlah SKS yang dibutuhkan untuk lanjut ke tahap selanjutnya, mahasiswa akan masuk pada masa terakhir dalam perkuliahan,

yaitu menyusun tugas akhir atau yang biasa disebut dengan skripsi. Mahasiswa akhir adalah mahasiswa yang masih aktif di sebuah Universitas yang sedang mengerjakan skripsi yang dimulai dari semester 7 dan maksimal semester 14. Skripsi merupakan syarat wajib bagi mahasiswa untuk meraih gelar sarjananya (Raharjo, 2014).

Permasalahan dan kesulitan yang terjadi di dunia perguruan tinggi merupakan hal yang tidak bisa dihindari oleh mahasiswa. Setiap mahasiswa memiliki respon yang berbeda-beda terhadap masalah dan kesulitan yang mereka alami di bidang akademik. Mahasiswa yang mengalami permasalahan dan merasa sulit untuk menyelesaikan masalah, mudah memiliki emosi negatif dan cenderung berfikir pendek sehingga situasi yang penuh tekanan tersebut akan lebih mudah menimbulkan stress (Sholichah et al., 2019).

Mengutip pemberitaan Merdeka.com (3 Maret 2023), seorang mahasiswa semester 8 dijambo berinisial GR ditemukan meninggal tergantung dikamar kos nya pada tanggal 3 maret 2023, sesuai dengan informasi yang ada GR diduga mengakhiri hidupnya karena depresi dan mengalami banyak kesulitan yang dimana salah satunya adalah permasalahan skripsinya, hal ini dibenarkan oleh saksi yang dimana sebelum mengakhiri hidupnya GR sempat bercerita kesulitan yang dialaminya, selain kesulitan pembuatan skripsi GR juga mengalami permasalahan dengan kekasihnya dan juga keuangannya, hal inilah yang membuat GR nekat untuk mengakhiri hidupnya (Hidayat, Merdeka.com, 2023). Kasus serupa juga terjadi pada salah satu mahasiswa di Samarinda Kalimantan Timur yang berinisial BH, diduga mengakhiri hidupnya karena depresi setelah kuliah 7 tahun namun belum lulus juga. Dari informasi yang ada BH mengakhiri hidupnya karena skripsinya sering ditolak oleh dosennya, hal ini membuat BH sering diam dan terlihat murung. BH ditemukan meninggal gantung diri di rumah kakak angkatnya pada Sabtu (11/7/2020) sore (Retia Kartika Dewi, Kompas.com, 2020).

Berdasarkan beberapa kasus diatas dapat kita lihat bahwa salah satu penyebab mahasiswa mengakhiri hidupnya adalah karena mengalami masalah pada psikologisnya, dan juga rendahnya ketahanan mahasiswa terhadap stress yang terjadi akibat proses pengerjaan skripsi, hal ini sesuai dengan pernyataan Hasanah (2017) yang mengatakan bahwa masalah yang muncul di perkuliahan dapat menimbulkan tekanan psikologis pada mahasiswa dan mengakibatkan perilaku yang tidak sehat seperti merokok, minum alkohol, mengonsumsi makanan tidak sehat, bahkan ada yang mencoba untuk bunuh diri.

Hal ini sesuai dengan survey awal yang dilakukan peneliti terhadap 80 mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas Negeri Padang, diperoleh informasi bahwa terdapat beberapa mahasiswa yang bermasalah dengan resiliensi akademiknya, sebagian besar dari mereka mengaku bahwa mereka mengalami kesulitan dalam proses penyusunan skripsi,

proses revisi yang berulang membuat mereka merasa down dan malas untuk mengerjakan skripsinya, selain itu mereka merasa kesulitan untuk bangkit ketika mengalami masalah terutama masalah dalam pengerjaan skripsi, hal ini lah yang membuat mereka menghilang beberapa saat setelah mereka melakukan bimbingan skripsi dengan dosen pembimbing skripsinya.

Sesuai dengan data awal yang didapat peneliti walaupun selama menyelesaikan tugas akhir, mahasiswa cenderung merasakan tekanan akibat masalah yang dihadapinya, namun ada sebagian mahasiswa yang memilih untuk tetap berjuang dan menyelesaikan tugas akhir meskipun dalam situasi yang sulit. Hal ini karena mereka ingin menyelesaikan studi dengan cepat dan mencapai target yang telah mereka tetapkan. Namun ada juga mahasiswa yang merasa down karena teman teman nya sudah banyak yang mendahului dirinya sehingga mereka merasa tidak memiliki dukungan lagi dari teman seangkatan mereka. Setiap mahasiswa memiliki tujuan yang ingin dicapai setelah lulus kuliah, sehingga keinginan untuk mencapai tujuan tersebut menjadi motivasi bagi mereka untuk terus berjuang. Selain itu, ada juga mahasiswa yang termotivasi untuk melanjutkan tugas akhirnya karena melihat teman-temannya sudah lebih maju darinya dan merasa berterima kasih atas bantuan yang diberikan oleh orang-orang baik di sekitarnya yang membantunya bangkit dari keterpurukannya.

Resiliensi akademik merupakan kemampuan mahasiswa untuk bertahan dalam keadaan sulit, pulih dari keterpurukan, mengatasi kesulitan, dan beradaptasi secara positif terhadap tekanan dan tuntutan akademik (Sari & Indrawati, 2016). Resiliensi akademik merujuk pada kemampuan individu untuk tetap bertahan dalam situasi yang penuh tekanan, bahkan ketika menghadapi kesulitan atau trauma dalam hidupnya (Ulfa, 2016). Martin dan Marsh mengemukakan bahwa mahasiswa yang tangguh dalam hal akademik adalah mahasiswa yang mampu mengatasi dengan efektif empat situasi, yakni kegagalan, hambatan, kesulitan, dan tekanan dalam konteks akademik (dalam Sari & Indrawati, 2016).

Bonano (dalam Novitasari, 2018) menjelaskan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi tingkat resiliensi akademik seseorang meliputi jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, penghasilan, dukungan sosial, dan ketiadaan penyakit kronis. Resiliensi itu sendiri terdiri dari tiga dimensi, yaitu individu, keluarga, dan lingkungan. Untuk menumbuhkan atau meningkatkan resiliensi akademik pada mahasiswa, diperlukan dukungan untuk membantu mahasiswa melewati masa sulitnya dukungan tersebut bisa didapat dari lingkungan sosial mahasiswa tersebut, hal ini didukung oleh pendapat (Astuti & Hartati, 2013) yang mengatakan bahwa mahasiswa membutuhkan dukungan sosial untuk melindungi mereka dari dampak negatif yang mungkin timbul dari situasi yang menekan.

Menurut Taylor (dalam Windistiar, 2016) dukungan sosial dapat diartikan sebagai informasi yang diterima dari orang lain yang mencintai, peduli dan menghormati kita dan merupakan bagian dari jaringan sosial yang menjadi tanggung jawab bersama orang tua, pasangan, saudara, teman dan komunitas sosial. Sarafino & Smith (dalam Syahrinnisa, 2022) juga menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk perhatian, penghargaan, informasi, serta bentuk-bentuk lain yang diberikan oleh orang-orang terdekat kepada individu yang dapat membantu individu dalam mengatasi masalah-masalah sehari-hari, baik itu masalah krisis atau serius.

Dukungan sosial dapat mempengaruhi banyak hal salah satunya adalah resiliensi akademik seseorang, hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Sari & Indrawati, 2016) yang mengatakan bahwa dukungan sosial yang diterima oleh individu dapat mempengaruhi tingkat resiliensi akademik yang dimiliki individu tersebut, hal serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh (Azmy & Hartini, 2021) bahwa dukungan sosial berpengaruh positif terhadap resiliensi akademik seseorang. Beberapa penjelasan diatas juga didukung oleh studi terdahulu mengenai hubungan Dukungan sosial dengan Resiliensi akademik pada mahasiswa telah dilakukan oleh peneliti (Said et al., 2021). Dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang positif terhadap resiliensi akademik mahasiswa, dimana semakin tinggi dukungan sosial maka tingkat resiliensi akademik juga akan semakin tinggi. Dari hasil penelitian diatas terlihat jelas bahwa dukungan sosial berdampak pada resiliensi akademik seseorang, dimana semakin banyak dukungan sosial yang diterima maka semakin meningkat kemampuan resiliensi akademik seseorang untuk mengatasi masalah-masalah yang terjadi dalam bidang akademiknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah Metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Padang atau mahasiswa dari tahun masuk 2017 sampai tahun 2019. Metode sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah Cluster sampling, di mana sampel dipilih secara acak dari kelompok-kelompok yang telah ditentukan, bukan secara individu (Azwar, 2021). Berdasarkan tabel ukuran sampel Azwar (2012) menyebutkan ukuran sampel untuk populasi 3000 responden adalah 341. Alat ukur yang dipakai dalam penelitian ini berbentuk skala Likert. Skala Likert adalah jenis skala yang dipakai untuk menilai sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang.

Analisis ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat, serta untuk memprediksi nilai variabel terikat berdasarkan nilai dari variabel bebas (Sugiyono, 2017). Analisis data pada penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS 29 for Windows*. Analisis uji yang digunakan yaitu (1) Uji normalitas akan diuji dengan menggunakan metode uji *Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan perangkat lunak *SPSS* dan taraf signifikan sebesar 0,05, (2) Uji linieritas dilakukan dengan bantuan *SPSS* dan taraf signifikan sebesar 0,05. Jika nilai signifikan yang didapatkan lebih besar daripada 0,05 ($\text{Sig.} > 0,05$), dan (3) Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi.

HASIL

Analisis Deskriptif

Nilai rata-rata hipotetik dan rata-rata empiris dari hasil penelitian. Nilai-nilai tersebut diperoleh dari dua skala yang digunakan, yaitu skala Resiliensi Akademik dan skala Dukungan Sosial. Rincian lebih lanjut mengenai hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Statistik deskriptif variabel resiliensi akademik dan dukungan sosial

Variabel	Skor Hipotetik				Skor empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Dukungan Sosial	12	60	36	8	22.00	49.00	36.0029	5.06342
Resiliensi Akademik	22	88	55	11	46.00	83.00	66.1965	6.40676

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa rerata empiris variabel Dukungan Sosial pada subjek penelitian adalah 36.0029, sedangkan rerata hipotetiknya yaitu 36. Dari data tersebut terlihat bahwa secara umum rerata empiris lebih besar daripada rerata hipotetik, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial yang dirasakan oleh subjek penelitian berada pada tingkat tinggi. Sementara itu, untuk variabel Resiliensi Akademik, rerata empiris yang diperoleh adalah 66,19 dengan rerata hipotetik sebesar 55. Berdasarkan data tersebut, dapat terlihat bahwa secara umum rerata skor empiris juga lebih besar dibandingkan dengan skor hipotetik, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat resiliensi akademik subjek penelitian tergolong tinggi.

Tabel 2. Rerata hipotetik dan empiris penelitian variabel dukungan sosial per aspek

Aspek	Skor Hipotetik				Skor empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Family</i>	4	20	12	2,6	5	20	11.9531	2.85804
<i>Friends</i>	4	20	12	2,6	4	20	11.9736	2.75508
<i>Significant other</i>	4	20	12	2,6	5	20	12.0762	3.01663

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa skor mean empiris pada ketiga aspek dukungan sosial, yaitu *family* (11,95), *friends* (11,97), dan *significant other* (12,08), secara umum hampir sama atau sedikit lebih rendah dari skor mean hipotetik masing-masing aspek yaitu 12. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang dirasakan oleh subjek penelitian dari keluarga, teman, dan orang yang dianggap signifikan masih berada pada kategori sedang atau cukup. Dengan kata lain, subjek penelitian merasakan adanya dukungan sosial, namun tidak secara maksimal, baik dari lingkungan keluarga, pertemanan, maupun dari sosok penting lainnya dalam hidup mereka.

Tabel 3. Rerata hipotetik dan empiris penelitian variabel resiliensi akademik per aspek

Aspek	Skor Hipotetik				Skor empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Perseverance</i>	8	32	20	4	14	34	23.8944	4.00375
<i>Reflecting and adaptive help-seeking</i>	9	36	22,5	4,5	16	41	27.5103	4.16188
<i>Negative affect and emotional response</i>	5	20	12,5	2,5	6	23	14.9208	3.31346

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa skor mean empiris ketiga aspek pada variabel Resiliensi Akademik lebih tinggi dibandingkan dengan skor mean hipotetiknya. Hal ini menunjukkan bahwa subjek tetap mengalami tekanan emosional dalam konteks belajar, namun masih berada dalam batas yang dapat dikendalikan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian memiliki tingkat resiliensi akademik yang tinggi, ditandai dengan kemampuan untuk gigih, reflektif, serta mampu mengelola emosi negatif dalam menghadapi kesulitan akademik.

Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data dalam variabel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Pengujian ini dilakukan menggunakan metode uji Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan program *SPSS* dan taraf signifikansi 0,05. Data dapat dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05 (Sig.0,05). Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian memperoleh nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0,200, yang lebih besar dari 0,05.

Tabel 4. Hasil uji normalitas data

		Dukungan_Sosial	Resiliensi_Akademik
N		341	341
Normal	Mean	74.20	77.33
Parameters ^{a,b}	Std. Deviation	10.532	14.622
Most Extreme	Absolute	.041	.042
Differences	Positive	.041	.042
	Negative	-.039	-.031
Test Statistic		.041	.042
Asymp. Sig.(2-tailed) ^c		.200 ^d	.200 ^d

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa data untuk kedua variabel penelitian berdistribusi normal dan memenuhi asumsi untuk analisis statistik parametrik.

Hasil Uji Linearitas

Hasil Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen (dukungan sosial) dan variabel dependen (resiliensi akademik) bersifat linear. Pengujian dilakukan dengan taraf signifikansi 0,05. Hubungan dikatakan linear jika nilai signifikansi (*Sig.*) pada baris *Deviation from Linearity* lebih besar dari 0,05. Hasil uji menunjukkan nilai *Sig.* pada *Deviation from Linearity* adalah sebesar 0,762, yang lebih besar dari 0,05.

Tabel 5. Hasil Uji Linearitas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi Akademik Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	36077.836	49	736.282	5.851	<.001
		Linearity	30996.290	1	30996.290	246.324	<.001
		Deviation from Linearity	5081.546	48	105.866	.841	.762
	Within Groups		36618.053	291	125.835		
	Total		72695.889	340			

Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel dukungan sosial dengan resiliensi akademik bersifat linear.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik menggunakan analisis regresi linear sederhana. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,001 yang lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$), Hasil ini mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari variabel

dukungan sosial terhadap resiliensi akademik mahasiswa. yang mengindikasikan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima.

Tabel 6. Hasil analisis regresi linear sederhana

		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.
1	(Constant)	10.067	4.280		2.352	.019
	Dukungan_Sosial	.907	.057	.653	15.874	<.001

Nilai F hitung sebesar 318,445 dengan tingkat signifikansi 0,001 menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan layak dan dapat digunakan untuk memprediksi variabel resiliensi akademik berdasarkan variabel dukungan sosial. Hasil ini mengkonfirmasi bahwa hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik dapat diterima.

Tabel 7. Koefisien korelasi dan signifikansi

Statistik	Nilai	Interpretasi
Koefisien Korelasi (r)	0,698	Hubungan Kuat Positif
Tingkat Signifikansi (p)	$5,15 \times 10^{-51}$	Sangat Signifikan
Alpha	0,05	-

Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi (r) antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik sebesar 0,698. Nilai koefisien korelasi ini menunjukkan hubungan yang kuat dan positif antara kedua variabel, dimana semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademiknya. Koefisien korelasi 0,698 berada dalam kategori hubungan yang kuat karena nilainya mendekati 1,0. Tingkat signifikansi yang diperoleh adalah $5,15 \times 10^{-51}$, yang merupakan nilai yang sangat kecil dan jauh di bawah alpha 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik sangat signifikan secara statistik. Dengan tingkat signifikansi yang sangat rendah ini, dapat dipastikan bahwa hubungan yang ditemukan bukan merupakan kebetulan, melainkan benar-benar mencerminkan hubungan yang nyata dalam populasi. Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 82,130 + 0,323X$$

Dimana:

Y = Resiliensi Akademik (variabel dependen)

X = Dukungan Sosial (variabel independen)

82,130 = Konstanta (intercept)

1,130 = Koefisien regresi (slope)

Persamaan regresi ini menunjukkan bahwa ketika skor dukungan sosial adalah nol, maka prediksi skor resiliensi akademik sebesar 82,130. Setiap peningkatan satu unit skor dukungan sosial akan meningkatkan skor resiliensi akademik sebesar 1,130 unit. Koefisien regresi yang positif mengkonfirmasi bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat positif, dimana peningkatan dukungan sosial akan diikuti oleh peningkatan resiliensi akademik.

Tabel 8. Koefisien Determinasi

Statistik	Nilai	Persentase	Interpretasi
R ² (R Square)	0,126	12,6%	Kontribusi Dukungan Sosial
Sisa Varians	0,874	87,4%	Faktor Lain

Koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh dari analisis adalah sebesar 0,126 atau 12,6%. Nilai ini menunjukkan bahwa variabel Dukungan Sosial mampu menjelaskan 12,6% dari varian yang terjadi pada variabel Resiliensi Akademik mahasiswa. Dengan kata lain, hampir setengah dari variasi tingkat resiliensi akademik mahasiswa dapat dijelaskan oleh tingkat dukungan sosial yang mereka terima. Sisanya sebesar 87,4% dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor tersebut dapat berupa variabel demografis, kepribadian, motivasi intrinsik, efikasi diri, coping stress, atau faktor lingkungan akademik lainnya yang dapat mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa. Meskipun masih ada faktor lain yang berkontribusi, nilai R^2 sebesar 12,6% menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor yang cukup kuat untuk resiliensi akademik mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, ditemukan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang. Nilai koefisien korelasi yang positif mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademik yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah pula tingkat resiliensi akademik mahasiswa tersebut. Hasil analisis regresi linear sederhana juga menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi yang signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 12,6%. Artinya, sebagian variasi tingkat resiliensi akademik pada mahasiswa akhir dapat dijelaskan oleh dukungan sosial yang mereka terima. Dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa dari berbagai sumber seperti keluarga, teman, dan orang penting lainnya (*significant others*) memberikan rasa aman, nyaman, dan dihargai,

sehingga membantu mereka dalam menghadapi berbagai kesulitan selama proses pengerjaan skripsi. Dukungan ini berperan dalam mengurangi stres dan kecemasan, serta meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi untuk menyelesaikan tugas akademik.

Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya. Penelitian oleh Sari dan Indrawati (2016) menemukan hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik ($r = 0,469$). Penelitian lain oleh Cecilia & Suryadi (2024) serta Syahrinnisa, (Said et al., 2021) juga menemukan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif terhadap resiliensi akademik mahasiswa akhir. Serupa dengan itu, penelitian Hasanah et al. pada mahasiswa keperawatan menunjukkan hubungan kuat dan positif ($r = 0.635$) antara kedua variabel ini.

Meskipun dukungan sosial memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap resiliensi akademik, masih terdapat 87,4% faktor lain yang mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor tersebut dapat berupa faktor internal seperti efikasi diri, regulasi emosi, optimisme, dan strategi koping, maupun faktor eksternal lainnya. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk membangun dan memelihara hubungan sosial yang positif dengan keluarga, teman, dan orang penting lainnya, serta aktif mencari dukungan sosial ketika menghadapi kesulitan dalam proses pengerjaan skripsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran penting dalam membangun resiliensi akademik mahasiswa. Dukungan ini berfungsi sebagai fondasi utama yang memberikan rasa aman dan kepercayaan diri. Keluarga berperan sebagai sumber dukungan emosional yang stabil dan konsisten, memberikan motivasi intrinsik yang diperlukan mahasiswa untuk mengembangkan ketekunan (*perseverance*). Selain itu, dukungan keluarga juga membantu mahasiswa dalam mengembangkan kemampuan *reflecting and adaptive help-seeking* serta mengelola *negative affect and emotional response* dengan lebih baik.

Dukungan teman sebaya memiliki karakteristik unik karena berasal dari individu yang mengalami tantangan serupa. Teman sebaya berperan penting dalam memberikan dukungan informasional berupa berbagi pengalaman, tips, dan strategi. Selain itu, mereka juga memberikan dukungan emosional melalui empati dan pemahaman yang mendalam, sehingga membantu mahasiswa merasa tidak sendirian dalam menghadapi tantangan. *significant others* (pasangan, mentor, atau figur berpengaruh) berperan sebagai sumber motivasi eksternal yang kuat, memberikan dorongan, keyakinan, serta dukungan praktis yang konkret untuk mengatasi hambatan teknis dalam pengerjaan skripsi.

Temuan penelitian ini sangat sesuai dengan teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh Zimet et al., yang menekankan pentingnya tiga sumber dukungan sosial: keluarga, teman, dan *significant*. Hasil penelitian ini secara konsisten menunjukkan bahwa ketiga aspek tersebut berkontribusi terhadap resiliensi akademik, sejalan dengan teori bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga (*buffer*) terhadap stres. Temuan ini juga mendukung teori resiliensi akademik dari Cassidy, di mana aspek-aspek resiliensi dapat dikembangkan melalui dukungan sosial yang memadai.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas subjek berada pada kategori sedang dalam variabel dukungan sosial, yaitu sebanyak 184 orang atau 54,0% dari total responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek merasakan dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya, baik dari keluarga, teman, maupun orang-orang terdekat pada tingkat yang cukup, meskipun tidak tergolong tinggi. Sama halnya pendapat Risal dkk, 2023 bahwa dukungan sosial bisa berperan penting dalam meningkatkan rasa optimis pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Saat seseorang merasa didukung oleh orang-orang di sekitarnya, seperti keluarga, teman, atau dosen, ia cenderung lebih yakin bahwa ia tidak sendirian dalam menghadapi tekanan. Perasaan ini membuat individu lebih tenang dan mampu melihat masalah dengan sudut pandang yang lebih positif, karena ia tahu ada yang siap membantu saat mengalami kesulitan.

Hasil penelitian mengindikasikan bahwa mayoritas subjek berada pada kategori sedang dalam variabel resiliensi akademik, yaitu sebanyak 205 orang atau 60,1% dari total responden. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki kemampuan yang cukup dalam menghadapi tekanan dan tantangan akademik. Mereka mampu menyesuaikan diri dan tetap melanjutkan usaha belajar meskipun menghadapi kesulitan, namun belum menunjukkan ketahanan akademik yang optimal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian memiliki tingkat resiliensi akademik yang cukup baik, namun tetap memerlukan penguatan, terutama dalam hal pengelolaan emosi, ketekunan, dan kemampuan mencari solusi saat mengalami hambatan dalam proses belajar. Menurut Marettih dkk, (2022) resiliensi akademik dapat membantu mahasiswa untuk tetap berusaha semaksimal mungkin dalam menghadapi rasa tidak nyaman atau stres selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang baik akan lebih mampu mencari solusi saat menghadapi masalah akademik, karena mereka bisa menyesuaikan diri dengan situasi yang sulit. Mereka juga tetap fokus pada tujuan utama kuliah mereka, meskipun harus menghadapi berbagai tekanan dan tuntutan dari lingkungan sekitar.

Penelitian ini memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan sosial, dengan memperkaya pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan akademik mahasiswa. Metodologi kuantitatif dengan analisis regresi linear memberikan bukti empiris yang kuat tentang hubungan antara kedua variabel. Temuan ini memiliki relevansi yang tinggi dengan konteks mahasiswa Indonesia, di mana budaya kolektif dan nilai-nilai kekeluargaan sangat kuat. Pentingnya dukungan keluarga, semangat gotong royong dari teman sebaya, dan peran mentor sangat mencerminkan sistem nilai masyarakat Indonesia. Implikasi praktisnya adalah perlunya institusi pendidikan tinggi di Indonesia untuk merancang program pendampingan mahasiswa yang memperkuat peran keluarga, mengembangkan program *peer support*, dan menyediakan mentor untuk meningkatkan resiliensi akademik

KESIMPULAN

Tingkat dukungan sosial pada subjek penelitian berada pada kategori *sedang* dengan jumlah responden sebanyak 54%. Distribusi dukungan sosial juga menunjukkan bahwa sebagian subjek masih berada pada kategori *rendah* 19,4% dan *sangat rendah* 1,2%. Sementara itu, hanya sebagian kecil yang berada pada kategori *tinggi* 24,9% dan *sangat tinggi* 0,6%. Temuan ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh subjek sekitar 74,6% merasakan dukungan sosial pada tingkat sedang ke bawah. Hal ini mengindikasikan perlunya perhatian lebih untuk meningkatkan dukungan sosial yang diterima, agar subjek dapat merasa lebih didukung dalam menyelesaikan tugas atau tanggung jawab akademiknya.

Tingkat resiliensi akademik pada subjek penelitian berada pada kategori *sedang* dengan jumlah responden sebanyak 205 orang atau 60,1%. Distribusi resiliensi akademik juga memperlihatkan bahwa terdapat 61 responden (17,9%) yang memiliki resiliensi akademik pada kategori *rendah*. Sementara itu, hanya sebagian kecil yang berada pada kategori *tinggi* (74 responden atau 21,7%) dan *sangat tinggi* (1 responden atau 0,3%). Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek (77,9%) masih memiliki tingkat resiliensi akademik pada kategori *sedang hingga rendah*. Hal ini mengindikasikan perlunya upaya pengembangan kemampuan resiliensi akademik agar subjek lebih mampu menghadapi tantangan akademik secara optimal.

Berdasarkan hasil penelitian maka H_a diterima, yaitu terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,698 dengan tingkat signifikansi 0,001 ($p < 0,05$), yang menunjukkan hubungan yang kuat dan positif antara kedua variabel. Dukungan sosial

memberikan kontribusi sebesar 12,6% terhadap resiliensi akademik mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor yang cukup kuat untuk resiliensi akademik, dimana semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademik yang dimilikinya. Sementara 87,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

REFERENSI

- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (studi fenomenologis pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP). *Jurnal Psikologi Undip*, 12(1), 1-13.
- Aswati, F. H., & Ruhyana, R. (2014). *Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES'Aisyiyah Yogyakarta* (Doctoral dissertation, STIKES'Aisyiyah Yogyakarta)
- Azmy, T. N. N., & Hartini, N. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial dan Harapan terhadap Resiliensi pada Remaja dengan Latar Belakang Keluarga Bercerai. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 621-628
- Azwar, S. (2012). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas* (4 ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 32-41
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in psychology*, 7, 1787.
- Cecilia, C., & Suryadi, D. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas X. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 17(1). <https://doi.org/10.24912/provitae.v17i1.29991>
- Hasanah, U. (2017). Hubungan antara stres dengan strategi koping mahasiswa tahun pertama akademi keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 2(1), 16- 20.
- Marettih, A. K. E., Ikhwanisifa, I., Susanti, R., & Ramadhani, L. (2022). Gambaran resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(3), 140-153.
- Novitasari, D. P. (2018). Hubungan antara resiliensi guru dengan school bullying
- Raharjo, R. (2014). Problem dan solusi studi mahasiswa semester tua. *Nadwa: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 313-336.
- Said, A. A., Rahmawati, A., & Supraba, D. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada Mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(1), 32–44. <https://doi.org/10.26905/jpt.v16i1.7710>
- 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: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 5(2), 177–182.
- Sholichah, I. F., Paulana, A. N., & Fitriya, P. (2019, July). Self-esteem dan resiliensi akademik mahasiswa. In *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018* (Vol. 1, No. 1, pp. 191-197).
- Ulfa, W. D. (2016). Resiliensi akademik pada mahasiswa yang memiliki orangtua tunggal. *Skripsi Psikologi*
- Windistiar, D. E. (2016). *Hubungan dukungan sosial dengan stres narapidana wanita* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang)