

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN
RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Untuk
Memenuhi Sebagian Syarat Mencapai Derajat Sarjana Psikologi**

SKRIPSI



Disusun oleh:

**Nadiya Salsabila
15000118140176**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2025**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN
RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Untuk
Memenuhi Sebagian Syarat Mencapai Derajat Sarjana Psikologi**

SKRIPSI



Disusun oleh:

**Nadiya Salsabila
15000118140176**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nadiya Salsabila

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 16 Mei 2025

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Dr. Prasetyo Budi Widodo, S.Psi., M.Si

Dosen Penguji



1. Dr. Ika Febrian Kristiana, S. Psi., M. Psi.



2. Ika Zenita Ratnaningsih, S. Psi., M. Psi.

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

untuk memperoleh gelar sarjana tanggal 04 JUN 2025



Prof. Dian Ratna Sawitri S.Psi., M.Si., Ph.D

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

LEMBAR PERYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nam : Nadiya Salsabila

NIM : 15000118140176

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul

Adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan suatu Perguruan Tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah di tulis/ diterbitkan orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan di sebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal- hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 14 April 2025

Yang menyatakan



Nadiya Salsabila

NIM. 15000118140176

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa dan atas dukungan dan doa dari orang – orang tercinta, akhirnya karya sederhana ini dapat dirampungkan. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih banyak. Tidak lupa, saya mempersembahkan tugas akhir penelitian ini kepada almarhumah Bunda. Saya juga mempersembahkan tugas akhir penelitian studi tingkat sarjana ini kepada pihak – pihak yang sudah banyak membantu dalam segala hal selama proses penyelesaiannya.

HALAMAN MOTTO

Hidup ini 10% tentang apa yang terjadi padamu dan 90% tentang bagaimana
kamu meresponnya.

– *Charles R. Swindoll*

KATA PENGANTAR

Atas rahmat dan karunia-Nya yang senantiasa melimpah, peneliti dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro”. Peneliti sadar bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak luput dari berbagai pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan baik secara materi maupun emosional. Maka dari itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dian Ratna Sawitri, S. Psi., M. Si., Phd. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
2. Dr. Prasetyo Budi Widodo, S. Psi., M. Si Selaku Dosen Wali dan Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, dan telah memberikan saran, kritik, ilmu, arahan, serta pendampingan selama pengerjaan skripsi ini. Terima kasih telah begitu sabar membimbing saya, semoga bapak senantiasa diberikan kesehatan dan kebaikan.
3. Bapak/Ibu dosen dan seluruh civitas akademika Universitas Diponegoro. Terima kasih atas pelayanan dan ilmunya yang disampaikan dengan sepenuh hati.
4. Bapak, Almarhum Bunda, Kak Aldo, Kak Icha, Kak Irfan atas segala sikap dan perlakuan yang diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitiannya sendiri

5. Terima kasih pula kepada mas Ilham Cakra Bintoro selaku orang yang masih bertahan dan selalu mendukung peneliti sampai penghujung studi peneliti.
6. Terimakasih kepada teman – teman yang sudah banyak membantu selama masa perkuliahan (Wulan, Fildza, Dyah, Mila)
7. Terima kasih kepada rekan kerja peneliti selama menyusun skripsi (Mbak Luthfi, Mbak Happy, Mbak Humsatun, Mas Rizal, dan Mas Ilham, Mas Benny)
8. Kepada seluruh partisipan yang terlibat, peneliti ucapkan banyak terima kasih karena telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi skala penelitian
9. Tidak lupa peneliti ucapkan terima kasih kepada Fauzan selaku teman yang membersamai pengerjaan penelitian ini.
10. Seluruh pihak yang telah banyak membantu dan tak pernah putus harapan dengan peneliti. Semoga kalian senantiasa diberkahi.

Semarang, 12 April 2025

Nadiya Salsabila

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Resiliensi Akademik.....	9
B. Dukungan Keluarga.....	21
C. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Akademik Dengan Resiliensi Akademik	27
D. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Identifikasi Variabel	30
B. Definisi Operasional	30

C.	Populasi dan Sampel.....	31
D.	Metode Pengumpulan Data	33
E.	Metode Analisis Data	43
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....		44
A.	Pelaksanaan Penelitian	44
B.	Hasil Penelitian.....	62
BAB V PENUTUP		73
A.	Pembahasan	73
B.	Keterbatasan Penelitian	77
C.	Simpulan	78
D.	Saran	78
DAFTAR PUSTAKA		80

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Dinamika Psikologis Dukungan Keluarga dengan Resiliensi Akademik	29
Tabel 2. Blueprint Resiliensi Akademik	39
Tabel 3. Blueprint Dukungan Keluarga	42
Tabel 4. Presentase Kategori Subjek Uji Coba	47
Tabel 5. Sebaran Populasi	48
Tabel 6. Pengambilan Data Untuk Penelitian	50
Tabel 7. Distribusi Aitem Skala Uji Coba Dukungan Keluarga	52
Tabel 8. Indeks Beda dan Reliabilitas Skala Dukungan Keluarga	53
Tabel 9. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Pada Skala Dukungan Keluarga	54
Tabel 10. Distribusi Aitem dan Penomoran Baru pada Skala Dukungan Keluarga	55
Tabel 11. Distribusi Aitem Pada Skala Uji Coba Resiliensi Akademik	57
Tabel 12. Indeks Beda dan Reliabilitas pada Skala Resiliensi Akademik	58
Tabel 13. Distribusi Aitem Valid dan Gugur pada Skala Resiliensi Akademik	59
Tabel 14. Distribusi Aitem dan Penomoran Baru Pada Skala Resiliensi Akademik	60
Tabel 15. Uji Normalitas Distribusi Data Penelitian Variabel Dukungan Keluarga dan Resiliensi Akademik	63
Tabel 16. Uji Linearitas Distribusi Data Penelitian Variabel Dukungan Keluarga dan Resiliensi Akademik	64

Tabel 17. Hipotesis Koefisien Korelasi Variabel Dukungan Keluarga dan Resiliensi Akademik	65
Tabel 18. Presentasi Kategorisasi Subjek Penelitian	66
Tabel 19 . Gambaran Umum Skor Variabel Penelitian.....	67
Tabel 20. Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek Variabel Dukungan Keluarga	68
Tabel 21. Kategorisasi Skor dan Distribusi Subjek Variabel Dukungan Keluarga	68
Tabel 22. Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek Variabel Resiliensi Akademik.....	69
Tabel 23. Kategorisasi Skor dan Distribusi Subjek Variabel Resiliensi Akademik.....	70

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN
RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Nadiya Salsabila
15000118140176

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Kec. Tembalang, Kota Semarang
Jawa Tengah 50275

nadiyasalsabila0@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Semarang. Penelitian ini melibatkan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2018, 2019, 2020, dan 2021 dengan sampel penelitian sebanyak 83 orang mahasiswa, yang diambil dengan teknik *convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan yakni Skala Dukungan Keluarga (40 aitem; $\alpha = 0,961$) dan Skala Resiliensi Akademik (28 aitem; $\alpha = 0,910$). Analisis data menggunakan metode *Spearman's Rho* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara variabel dukungan keluarga dan variabel resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi ($r = 0,524$, $P < 0.001$) yang memberikan arti semakin tinggi dukungan keluarganya, maka semakin tinggi resiliensi akademik mahasiswa. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan keluarganya, maka semakin rendah resiliensi akademik mahasiswa.

Kata Kunci: dukungan keluarga, resiliensi akademik, mahasiswa tingkat akhir

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan menjadi penentu utama untuk masa depan individu maupun masyarakat di Indonesia. Salah satu pintunya melalui jenjang pendidikan strata satu. Universitas Diponegoro sendiri merupakan salah satu jembatan yang memiliki berbagai fakultas, diantaranya adalah fakultas Psikologi. Berdasarkan pada Buku Informasi Akademik Fakultas Psikologi, pendidikan program strata satu memiliki kewajiban dalam menempuh sebanyak 144 SKS yang wajib diselesaikan selama tiga setengah tahun sampai empat tahun. Seorang mahasiswa yang dinyatakan lulus strata satu adalah mahasiswa yang sudah selesai mengikuti serangkaian kegiatan perkuliahan, melakukan praktikum, menyelesaikan KKN (Kuliah Kerja Nyata), melaksanakan magang, serta sudah melakukan penelitian dan telah mengujikan tugas akhirnya (skripsi) (Kusuma dan Indrawati, 2013). Karya tulis ilmiah yang didasarkan pada suatu permasalahan di lapangan atau penjelasan, yang membahas suatu masalah dalam suatu keilmuan tertentu disebut sebagai skripsi. Skripsi merupakan salah satu syarat kelulusan, dianggap sebagai suatu hal yang menakutkan dan memiliki beban yang berat. Skripsi ditulis melalui tiga tahap, yaitu perencanaan kegiatan, penerapan serta penjabaran hasil penelitian ilmiah yang dilakukan oleh mahasiswa di jurusan strata satu.

Universitas Diponegoro, khususnya fakultas Psikologi memberikan kurun waktu yang optimal dalam mengerjakan skripsi atau karya ilmiahnya sekurang-

kurangnya selama dua semester. Namun pada pengerjaan skripsinya, banyak mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikannya secara optimal serta mahasiswa membutuhkan lebih banyak waktu untuk mengerjakannya. Berdasarkan pada wawancara dengan beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi ditemukan bahwa kendala dalam pengerjaan skripsinya berupa sulitnya mencari responden, sulitnya berkomitmen untuk mengerjakan skripsi dan kendala lainnya berupa tidak adanya komunikasi yang efektif dengan dosen pembimbing. Selain itu, dilihat melalui data mahasiswa yang terdaftar dalam Biro Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro terdapat 127 (26,1%) mahasiswa yang terdiri dari angkatan 2018, 2019 dan 2020 yang belum dapat menyelesaikan skripsinya.

Adapun kesulitan kesulitan yang dialami oleh mahasiswa dalam mengerjakan karya tulis ilmiahnya berdasarkan pada penelitian Wiyatmo et al., (2010) berupa referensi yang terbatas, fasilitas fasilitas dari fakultas/kampus yang kurang memadai, sulitnya menentukan masalah dalam suatu penelitian, terbatasnya pengertian untuk menentukan langkah-langkah persiapan dalam mengerjakan skripsi, keterbatasan biaya untuk melakukan riset, tidak adanya fasilitas seperti komputer/laptop yang dimiliki oleh mahasiswa sehingga menyebabkan terkendalanya pengerjaan skripsi, konsultasi yang kurang maksimal dengan dosen pembimbing, mahasiswa yang tidak dapat menentukan judul penelitian, keengganan dalam mengerjakan skripsi, kesulitan dalam pengumpulan data dan melakukan analisis data, kurangnya wawasan mahasiswa terkait skripsi, keterbatasan sarana belajar mahasiswa, keterbatasan mahasiswa dan pembimbing saat berjumpa, ketidaksamaan pendapat oleh pembimbing sehingga mengurangi

semangat dalam melaksanakan skripsi, mahasiswa belum menentukan metode yang akan digunakan, mahasiswa tidak dapat membagi waktu untuk menyelesaikan skripsi sehingga memiliki keterbatasan penelitian terkait skripsi yang sedang dikerjakan.

Mahasiswa dalam proses pengerjaan skripsi akan menemukan hambatan yang dirasakan dan terus berkembang menjadi pikiran negatif. Hal ini akan berakibat pada mahasiswa yang merasakan stress, adanya tekanan, gelisah, rendah diri, frustrasi, serta mengalami demotivasi yang mengakibatkan mahasiswa mengalami penundaan dalam menyusun skripsinya atau bahkan memutuskan untuk tidak menyelesaikannya. Hal ini tentu saja berdampak negatif dan menyebabkan kerugian pada mahasiswa yang bersangkutan karena mengingat bahwa skripsi merupakan tahap paling akhir dalam mencapai gelar strata satu (S1). Pada proses penyusunan skripsi sering menimbulkan *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang ditandai dengan kelelahan emosional, penurunan motivasi, dan perasaan tidak berdaya. Dalam mengatasi permasalahan tersebut mahasiswa memiliki strategi resiliensi yang baik berupa manajemen waktu yang efektif, pola pikir positif, teknik relaksasi dan pengelolaan stress dan pemanfaatan dukungan sosial (Salsabila, 2025)

Mahasiswa membutuhkan kemampuan bertahan dan adaptasi di bidang akademik untuk menghadapi hambatan-hambatan yang dialaminya. Kemampuan bertahan ini disebut sebagai resiliensi akademik yang juga diartikan sebagai suatu kapasitas individu untuk beradaptasi dengan keadaan sulit, keadaan terbebani, atau keadaan menderita yang dialami pada ranah akademik, sebagai contoh adalah

cemas, tertekan, atau bahkan rasa khawatir yang terjadi pada siswa ketika menghadapi ujian serta adanya hambatan ketika mengerjakan pekerjaan rumah (Mallick & Kaur, 2016). Cassidy (2016) memaparkan resiliensi akademik sebagai konstruksi multidimensional yang menaksir bagaimana siswa bereaksi dalam menghadapi kesulitan akademis yang berdasar pada respon kognitif, perilaku, serta emosional siswa tersebut. Individu dengan resiliensi yang baik digambarkan dengan sikap gigih, memiliki kemampuan mencari alternatif solusi yang tepat, serta berusaha bangkit dari emosional negatifnya. Utami (2004) mendefinisikan bahwa resiliensi akademik ditandai sebagai sebuah proses yang terus bergerak dimana ketika seorang individu menghadapi rintangan dan hambatan, individu tersebut mampu mengatasi permasalahan yang dapat merugikan dirinya dengan sikap yang adaptif, dan dapat menjangkau ketrampilan dari proses mengatasi berbagai macam rintangan dan hambatan, terutama yang berkaitan dengan bidang akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Cahyani & Akmal (2017) menyatakan bahwa tingkat resiliensi pada mahasiswa akan mempengaruhi mahasiswa dalam melakukan penyelesaian tugas maupun pekerjaan yang dimiliki. Mahasiswa dengan resiliensi yang tinggi akan digambarkan dengan sikap tanggung jawab terhadap tugas yang dimilikinya, memiliki optimisme yang tinggi, dan berpikir positif dalam mengatasi setiap kesulitan akademiknya, dalam hal ini skripsi. Sebaliknya, apabila resiliensi akademik mahasiswa rendah, mahasiswa cenderung bersikap pesimis dan berpikir negatif ketika menghadapi rintangan dan hambatannya dalam bidang akademiknya. Hal ini ditunjukkan melalui penelitian Roellyana & Listiyandini (2016) yang menyatakan bahwa mahasiswa dengan pikiran dan sikap positif

menunjukkan tindakan yang dapat menerima saran atau masukan dari pembimbing, dapat menghadapi kesulitan selama pengerjaan tugas skripsi dan mampu merencanakan pengerjaan tugas skripsi dengan terorganisir.

Okvella & Setyandari (2022) menjelaskan bahwa resiliensi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir berada pada kategorisasi tinggi. Hal ini berarti mereka mampu bertahan, bangkit dan beradaptasi secara positif dalam tuntutan akademik termasuk penyusunan skripsi. Namun, ditemukan pada penelitian Indriyani (2024) bahwa kualitas resiliensi akademik yang dimiliki oleh setiap mahasiswa bervariasi. Namun, faktor utama yang menjadikan mahasiswa tersebut resilien berupa adanya harapan tinggi yang dimilikinya. Penelitian Lin (2020) yang dilakukan terhadap 490 mahasiswa di Taiwan juga membuktikan bahwa resiliensi akademik memiliki kaitan signifikan dan positif dengan pemberdayaan diri.

Resiliensi akademik dapat didasari oleh dua faktor, yaitu faktor internal dari individu tersebut dan faktor eksternal yang berkaitan dengan dukungan sosial (Jowkar et al., 2014). Faktor eksternal didapatkan dari dukungan yang berasal dari lingkungan sekolah, rumah, serta kelompok maupun komunitas. Terjadinya dukungan sosial karena adanya interaksi antar satu individu dengan individu lainnya. Bentuk dukungan sosial yang tampak seperti dorongan untuk belajar, pemberian nasehat, dan dukungan lainnya (Desmita, 2010). Ramadhana & Indrawati (2019) menyatakan bahwa faktor internal yang terjadi dalam individu tidak akan cukup untuk menjamin resiliensi akademik, sehingga membutuhkan adanya dorongan secara eksternal atau dorongan yang berasal dari luar individu

yang berperan dalam segala kegiatan yang dilaksanakan oleh individu yang bersangkutan, yaitu adanya pemberian dukungan sosial. Dukungan sosial yang berasal dari keluarga merupakan bentuk pendapat, tingkah laku, respon, serta pengakuan keluarga terhadap anggotanya (Friedman, 2010). Menurut Grotberg (2003) mengatakan bahwa karakteristik resiliensi yang dimiliki oleh masing-masing individu berbeda-beda, hal ini karena resiliensi ditentukan oleh salah satu faktor berupa besarnya dukungan keluarga dalam pembentukan resiliensi individu tersebut. Tamher (2012) mengatakan bahwa ketika individu memberikan dukungan kepada individu lainnya, maka yang terjadi adalah munculnya peningkatan kepercayaan diri dalam individu tersebut, dan memiliki dorongan untuk menyelesaikan masalah yang terjadi. Friedman (2010), menyatakan bahwa pemberian dukungan dari keluarga dapat berupa dukungan yang diberikan oleh suami dan istri, atau bahkan dukungan yang diberikan oleh anak dengan saudara kandungnya. Penelitian yang dilakukan oleh Lin (2020) menyebutkan bahwa keluarga adalah faktor utama yang dapat membentuk resiliensi akademik. Namun, penelitian ini memiliki kekurangan pada pengumpulan data yang dilakukan hanya dalam keadaan tertentu sedangkan variabel yang diteliti bersifat dinamis atau seiring dengan berjalannya waktu, variabelnya akan selalu berubah-ubah.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro”. Peneliti ingin mengetahui hubungan antara kaitan dukungan keluarga dengan resiliensi akademik pada Fakultas Psikologi khususnya pada mahasiswa tingkat akhir,

seberapa besar dampak dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik, mengeksplor faktor lain yang juga dapat mempengaruhi resiliensi akademik dan memfokuskan penelitian pada perspektif mahasiswa tingkat akhir. Hal ini bertujuan agar terhindar dari bias penelitian. Jika dukungan keluarga yang diberikan oleh keluarga tinggi maka akan resiliensi akademik pada mahasiswa juga tinggi. Sebaliknya, apabila dukungan keluarga yang diberikan rendah maka akan rendah pula resiliensi akademik mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang didapatkan berdasarkan pada permasalahan yang telah dibatasi, yaitu; “Apakah terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan peneliti yang didapatkan berdasarkan rumusan masalah yang sudah ditentukan, yaitu “Untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dalam menjawab permasalahan-permasalahan yang terjadi

terutama yang berkaitan dengan pengembangan ilmu psikologi pendidikan dan pengembangan ilmu psikologi keluarga.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat digunakan bagi mahasiswa sebagai acuan informasi serta tindakan preventif mengenai resiliensi, dan dukungan keluarga

b. Manfaat bagi pihak institusi pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai kriteria untuk mengembangkan program bimbingan dan konseling atau pendampingan bagi mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Resiliensi Akademik

1. Pengertian Resiliensi Akademik

Penelitian mengenai resiliensi dimulai pada tahun 1970 dan pada pertengahan tahun 1980 penelitian ini semakin berkembang dan dikembangkan melalui berbagai disiplin ilmu lainnya, seperti psikologi, psikiatri, perkembangan anak, serta sosiologi. Penelitian ini menunjukkan bahwa anak-anak yang resilien akan menunjukkan bahwa mereka berhasil dalam kehidupan meskipun lingkungan masa kecilnya buruk. Secara teoritis resiliensi berkembang melalui empat tahapan: (1) adanya identifikasi kualitas resiliensi, (2) mengungkap proses resiliensi, (3) mendorong resiliensi melalui tindakan preventif dan intervensi, dan (4) berfokus pada dinamika adaptasi dan perubahan. Hal ini membuktikan bahwa resiliensi dapat bervariasi antar konteks dan waktu (Tudor & Spray, 2017)

Resiliensi merupakan suatu kapabilitas yang dimiliki setiap individu dalam memberikan respon dengan cara yang sehat serta produktif saat berhadapan dengan kesulitan dan trauma (Reivich & Shatté, 2002). Resiliensi merupakan hal yang penting bagi setiap individu untuk mengontrol tekanan dalam kehidupan individu. Lebih lanjut, resiliensi juga diartikan sebagai pola pikir yang digunakan oleh individu dalam mencari pengalaman dalam hidupnya serta memandang kehidupannya sebagai suatu aktivitas yang berjalan secara berkelanjutan. Resiliensi juga didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menguasai tantangan yang

dihadapinya dengan penanganan yang tepat serta adaptif yang menunjukkan adanya perubahan kualitas pribadi individu tersebut dan adanya perkembangan yang melebihi harapannya (Gilligan, 2007).

Resiliensi tidak didefinisikan secara universal, artinya resiliensi tidak memiliki definisi dari berbagai disiplin ilmu yang melakukan pengkajian terhadap fenomena ini. Namun, resiliensi didefinisikan berdasarkan dua konsep inti: (1) kesulitan dan (2) adaptasi positif (Windle, 2011). Sejalan dengan hal tersebut, dalam ranah pendidikan, resiliensi akademik ditentukan oleh beberapa kesulitan yang dialami yang berkaitan dengan sifat, kondisi, dan pengalaman serta peningkatan kemungkinan keberhasilan di sekolah.

Penelitian Setyawan (2021) menyatakan bahwa resiliensi bermula dari ranah psikologi perkembangan karena dalam kaitannya resiliensi akan menjabarkan tentang kemampuan dan kompetensi individu dalam mengatasi tantangan dan meningkatkan individu tersebut menjadi individu yang kuat dan mampu menyesuaikan diri dengan baik. Secara khusus resiliensi akademik didefinisikan sebagai bentuk kompleks dari resiliensi psikologi individu yang dirancang guna memberikan interpretasi yang lebih baik serta gambaran yang lebih baik tentang penelitian resiliensi.

Resiliensi akademik juga diartikan sebagai pola adaptasi serta respon individu terhadap suatu ancaman baik berupa trauma ataupun tragedi dan tantangan di sekolah yang dapat menjadi ancaman terhadap perkembangan pendidikan yang mengakibatkan munculnya hambatan dan rintangan yang bersifat akut. Resiliensi

akademik ditandai dengan adanya adaptasi yang merubah diri menjadi individu menjadi lebih baik melalui pola respon yang sehat serta produktif, sehingga memungkinkan individu mengatasi situasi yang mengancam serta mampu untuk kembali pada kondisi akademik yang semula atau bahkan menjadi lebih baik dari kondisi sebelumnya.

Lebih terperinci, (Waxman et al., 2003) menjelaskan bahwa resiliensi akademik ialah kapasitas yang ada pada siswa untuk melakukan adaptasi dan terus berkembang pada setiap hambatan dan tantangan yang mereka alami. Penelitian yang dilakukan Martin & Marsh (2006) mendefinisikan resiliensi sebagai suatu kapasitas untuk melawan keadaan terpuruk (*setback*), tekanan, atau stress pada latar akademik secara efektif. Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi digambarkan dengan mahasiswa yang mampu melewati tuntutan (*challenge*), kemunduran (*setback*), kerumitan (*adversity*), serta guncangan (*pressure*) pada konteks akademik dengan efektif. Resiliensi akademik menggambarkan peran yang dilakukan siswa atau mahasiswa ketika melewati sejumlah tantangan dan pengalaman negatif yang menekan, memperlambat proses belajar mereka, sehingga siswa atau mahasiswa tersebut dapat melakukan adaptasi dengan segala tuntutan akademiknya dengan tepat (Hendriani, 2017).

Resiliensi akademik dikatakan sebagai bentuk kapasitas mahasiswa untuk tetap berada pada kondisi yang sulit dan kembali bangkit dari keterpurukan yang dialaminya selama masa perkuliahan, dapat beradaptasi dengan tuntutan dan tekanan akademik, serta mengatasi kesulitan (Sari & Indrawati, 2016). Resiliensi akademik dikatakan berhasil ketika mahasiswa mampu menggunakan

ketrampilannya dalam mengatasi berbagai pengalaman negatif yang terjadi, pengalaman yang menekan, serta menghambat proses belajarnya, sehingga pada akhirnya mahasiswa bisa melakukan adaptasi dan mengerjakan segala tuntutan akademik dengan baik (Boatman, 2014; Hendriani, 2017). Rojas (2015) menyatakan bahwa resiliensi akademik sebagai suatu proses dinamis dan menggambarkan seseorang yang bertindak adaptif ketika menghadapi masalah dan tantangan, sehingga mampu mengatasi kejadian tidak menyenangkan, mampu mengatasi tantangan dan mengatasi kesulitan akademik. Dua kondisi untuk meningkatkan resiliensi akademik, yaitu; (1) pengalaman sulit, hambatan dan rintangan yang dialami individu dan telah memberikan dampak pada individu tersebut, (2) individu yang dapat beradaptasi dengan tantangan, hambatan, rintangan, tanggung jawab, dan kejatuhannya sehingga individu tersebut dapat menjadi pribadi yang tangguh.

Cassidy (2016) menyebutkan bahwa resiliensi akademik merupakan suatu langkah individu yang memiliki kapasitas untuk berhasil dalam melakukan adaptasi dibawah kekhawatiran akademik. Resiliensi akademik mengacu pada kemampuan siswa untuk berprestasi tinggi meskipun memiliki latar belakang yang kurang beruntung. Resiliensi akademik dibagi menjadi dua kriteria; (1) berdasarkan pada latar belakang, (2) berdasarkan pada prestasi siswa.

Berdasarkan pada penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik merupakan suatu proses, langkah, metode dinamis yang menggambarkan kapasitas individu dengan sikap adaptif dan tangguh ketika dihadapkan dengan hambatan maupun peristiwa buruk yang mampu menjadi guncangan dalam ranah

akademik sehingga pada akhirnya dapat menjalankan tuntutan maupun kehidupan akademik dengan baik.

2. Dimensi Resiliensi Akademik

Penelitian Martin & Marsh (2006) menyebutkan dimensi resiliensi akademik yang dijabarkan sebagai berikut :

a. Confidence (kepercayaan diri)

Dimensi ini mengacu pada kepastian serta kepercayaan yang dimiliki oleh mahasiswa terhadap kapasitasnya untuk mengetahui dan melaksanakan tugas-tugasnya dengan baik, dan mampu melewati hambatan yang terjadi.

b. Control (pengendalian diri)

Dimensi ini mengarah pada kapasitas yang dipercay oleh mahasiswa ketika mereka melakukan suatu kegiatan yang berkaitan dengan aktivitas belajarnya dengan baik.

c. Composure (kegelisahan)

Dimensi ini meliputi beberapa bagian, diantaranya perasaan khawatir dan perasaan cemas. Perasaan khawatir tergambarkan dengan rasa bimbang, tidak nyaman dan takut yang terjadi pada mahasiswa disaat mereka tidak dapat mengerjakan tugas kuliahnya dengan baik. Sedangkan perasaan cemas, mengacu pada perasaan tidak tentram hati atau merasa gelisah apabila mahasiswa tersebut memikirkan tugas kuliahnya.

d. Constancy (keteguhan)

Dimensi ini merujuk pada kapasitas mahasiswa untuk terus berupaya dalam menjalankan atau menyelesaikan suatu permasalahan yang sedang terjadi meskipun permasalahan tersebut tidak mudah dan penuh dengan rintangan.

Cassidy (2016) juga menjabarkan terkait dimensi resiliensi akademik, yaitu; kegigihan, adaptasi individu dalam mencari bantuan, dan pengelolaan emosi dan respon individu dalam suatu permasalahan. Ketiga dimensi tersebut dijelaskan sebagai berikut:

a. Kegigihan (*Perseverance*)

Dimensi ini digambarkan dengan individu yang ambisius, berupaya untuk menyelesaikan tugasnya, pantang menyerah, memiliki pendirian yang teguh pada rencana dan tujuannya, serta dapat menerima masukan dari orang lain. Variabel yang mengakomodir perilaku yang dapat menggambarkan seseorang yang resilien dalam menjalani setiap proses kehidupannya. Cassidy (2016) menjelaskan bahwa individu yang gigih memiliki kemampuan untuk terus berupaya meskipun dalam kondisinya individu tersebut mengalami hambatan. Individu yang memiliki kegigihan juga dikatakan mampu menerapkan sikap disiplin dalam dirinya sendiri, dan mampu melakukan kontrol diri, memiliki ketekunan dan keuletan, serta memiliki tujuan yang jelas sehingga individu tersebut

dapat menetapkan sebuah pendekatan secara efektif apabila menjumpai hambatan atau rintangan

b. Adaptasi Individu Dalam Mencari Bantuan (*Reflective and Adaptive Help Seeking*)

Dimensi digambarkan dengan individu yang dapat mencerminkan kelebihan dan kekurangannya, memiliki sikap untuk terus berusaha dalam belajarnya, serta berusaha untuk mencari bantuan atau dukungan adari orang lain. Cassidy (2016) menyatakan bahwa refleksi diri merupakan salah satu dimensi terpenting ketika individu menghadapi hambatan atau rintangan, karena dengan adanya akomodasi dan strategi yang tepat dengan cara mengetahui kelebihan dan kekurangannya, individu tersebut memiliki peluang yang besar dalam menghadapi hambatan dan rintangannya. Dimensi ini juga menghubungkan individu dengan lingkungan emosionalnya, dalam hal ini individu akan mencari bantuan dari orang lain untuk meningkatkan fleksibilitas individu dalam melewati hambatan dan rintangan. Individu yang memahami kelebihan dan kekurangannya, dapat memahami bentuk bantuan yang dibutuhkan, individu mana yang dapat menolongnya, serta seberapa jauh individu tersebut membutuhkan bantuan sebagai suatu bentuk gambaran kemandirian.

c. **Pengelolaan Emosi Dan Respons Individu Terhadap Suatu**

Permasalahan (*Negative Affect and Emotional Response*)

Dimensi ini digambarkan Connor & Davidson (2003) melalui bentuk kecemasan individu, respon atau tanggapan negatif, bentuk keputusan, dan juga respon dari dampak negatif yang terjadi pada individu. Dimensi ini merupakan kapasitas individu dalam mengendalikan emosi negatifnya. Individu yang mampu berkembang dan memproses kapasitasnya untuk memberikan reaksi dari situasi yang sulit dengan reaksi subjektif (emosi) yang positif akan menunjukkan hasil yang baik, karena individu tersebut menghindari adanya reaksi negatif yang dapat berdampak pada psikologis yang kurang adaptif (Cassidy, 2016).

Berdasarkan pada penjelasan di atas, terdapat beberapa dimensi pada resiliensi akademik, diantaranya *confidence* (kepercayaan diri), *control* (pengendalian diri), *composure* (kegelisahan), *constancy* (keteguhan), kegigihan (*perseverance*), perilaku reflektif dan mencari dukungan secara adaptif (*reflective and adaptive help seeking*), adanya dampak negatif dan reaksi emosional (*negative affect and emotional response*).

Peneliti menggunakan dimensi yang mengacu pada teori Cassidy (2016) untuk mengkaji resiliensi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dimana dimensi yang terkandung dalam penelitian Cassidy (2016) lebih terperinci dan mudah dipahami sehingga memudahkan dalam pembuatan alat

ukur yang digunakan, yaitu dengan berpedoman pada *The Academic Resilience Scale-30*.

3. Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik

Dua faktor yang dapat meningkatkan resiliensi akademik yang dijabarkan oleh Jowkar et al., (2014) yaitu, faktor protektif internal serta faktor protektif eksternal yang akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Faktor Protektif Internal

Faktor internal terdiri dari nilai dan ciri khas individu seperti kompetensi atau kekuatan, sikap, keyakinan, serta kualitas yang memiliki kaitan erat dengan hasil perkembangan yang signifikan pada seorang individu. Faktor ini akan menghasilkan resiliensi individu yang berbeda dengan individu lainnya. Adapun faktor yang mendukung faktor protektif internal ini yaitu:

1. Adanya kontribusi dan komunikasi

Faktor ini berkaitan erat dengan kapasitas seseorang dalam berkomunikasi dengan individu lainnya untuk menyelesaikan suatu pekerjaan atau permasalahan yang didasari dengan komunikasi yang baik

2. Empati

Faktor ini berhubungan dengan kapasitas seseorang dalam membantu serta merasakan permasalahan orang lain untuk membantu individu tersebut dalam mengatasi permasalahannya.

3. Kemampuan problem solving

Faktor ini berhubungan dengan sebuah kapasitas seseorang dalam melewati atau mengakhiri permasalahannya dengan pikiran yang tenang sehingga dapat menemukan solusi dari permasalahan yang dihadapinya

4. Pencapaian dan Ambisi

Faktor ini digambarkan dengan apa yang ingin dicapai serta harapan terhadap sesuatu yang dapat membantu individu untuk mencapai keberhasilannya.

5. Efikasi diri

Faktor ini merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk melakukan sesuatu.

6. Pengenalan diri atau Intropeksi

Faktor ini digambarkan sebagai kondisi dalam individu dimana individu tersebut dapat mengenali serta memahami dirinya sendiri secara menyeluruh.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal tidak hanya berasal dukungan lingkungan sosial, rumah, sekolah, atau perguruan tinggi, namun juga dari komunitas, dan kelompok teman sebaya. Adapun faktor yang dapat mempengaruhi faktor protektif eksternal, yaitu:

1. Interaksi kepedulian

Poin ini berkaitan dengan kepedulian satu individu terhadap individu lainnya maupun terhadap lingkungan sekitar dalam beberapa aspek.

2. Harapan tinggi

Poin ini berkaitan dengan harapan atau ekspektasi yang tinggi baik dari individu terhadap lingkungannya maupun sebaliknya dalam berbagai aspek di masa mendatang

3. Bantuan untuk berpartisipasi di lingkungan

Poin ini berkaitan dengan harapan atau hasrat individu untuk turut andil secara aktif maupun berkontribusi pada kegiatan sosial di lingkungan.

Terdapat tiga sumber yang disebut sebagai faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi individu, yaitu: resiliensi yang didapatkan dari dukungan yang diberikan (*I have*), resiliensi yang didapatkan dari kekuatan didalam diri seperti optimisme, kepercayaan diri, serta empati dan sikap menghargai (*I am*), dan resiliensi yang didapatkan dari kemampuan pemecahan masalah dan kemampuan interpersonal (*I can*) (Grotberg, 2003; Hendriani, 2017). Tiga poin ini akan dijabarkan sebagai berikut:

- a. Resiliensi yang didapatkan dari dukungan yang diberikan (*I have*)

Faktor ini dipengaruhi oleh seberapa besar dukungan sosial yang didapat dari lingkungan sekitar, yang diinterpretasikan oleh individu. Individu dengan sedikit jaringan sosial di lingkungannya dan memiliki anggapan apabila lingkungan sosialnya tidak akan memberinya

dukungan yang berarti kepadanya jika individu memiliki kepercayaan diri yang rendah. Faktor ini diwakilkan oleh beberapa karakter yang dapat dijadikan sebagai patokan dalam membentuk resiliensi, yaitu;

1. Hubungan atau ikatan yang berlandaskan kepercayaan (*trust*).
 2. Peraturan maupun norma yang berlaku didalam keluarga atau lingkungan rumah.
 3. Proses meniru dan mengamati individu sebagai model.
 4. Keinginan individu untuk berdikari.
 5. Sarana dan prasarana ke dalam fasilitas seperti layanan keamanan, pendidikan, kesehatan, maupun kesejahteraan.
- b. Resiliensi yang didapatkan dari kekuatan didalam diri seperti optimisme, kepercayaan diri, serta empati dan sikap menghargai (*I am*)

Faktor ini berhubungan dengan kapasitas yang ada pada individu yang bersangkutan. Faktor ini meliputi percaya diri, sifat, watak, dan keyakinan individu. Berikut karakter yang digambarkan oleh faktor ini, berupa;

1. Penafsiran pribadi bahwa individu tersebut mendapatkan kasih sayang dan disukai oleh orang lain.
2. Mempunyai rasa simpati, kepedulian, dan empati maupun cinta terhadap individu lainnya.
3. Mampu mencintai dan bangga terhadap diri sendiri.
4. Bertanggung jawab kepada diri sendiri dan mengetahui ada sebab akibat dari segala tindakan.

- c. Resiliensi yang didapatkan dari kemampuan pemecahan masalah dan kemampuan interpersonal (*I can*)

Faktor ini berhubungan dengan upaya maupun tindakan individu dalam pemecahan masalah tanpa adanya intervensi eksternal. Faktor ini pun meliputi kesadaran atas kemampuan diri yang mencakup kemampuan pemecahan masalah, dan bersosialisasi baik secara interpersonal maupun intrapersonal. Gambaran dari faktor ini berupa:

1. Kemampuan komunikasi.
2. Kecerdasan emosi dalam mengelola perasaan dan impuls-impuls.
3. Penerimaan dan pengelolaan tempramen individu tersebut baik terhadap dirinya maupun terhadap orang lain.
4. Kemampuan individu dalam menjalin hubungan berkelanjutan yang berlandaskan kepercayaan.

Berdasarkan pada penjelasan diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat banyak faktor yang mempengaruhi resiliensi seorang individu. Kemampuan diri, faktor protektif secara internal dan eksternal serta kualitas sosial lingkungan sangat berperan penting dalam pembentukan resiliensi individu.

B. Dukungan Keluarga

1. Pengertian Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga adalah bagian dari dukungan sosial. Dukungan sosial keluarga merupakan suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan sosialnya (Friedman, 2010). Dukungan sosial bisa diperoleh dari berbagai jalur,

salah satunya dari lingkungan terdekat seperti teman, keluarga, sahabat, dan pasangan. Selain itu, juga bisa didapat dari tenaga pendidik, pekerja jasa kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan (Montano et al., 2008; Nurhidayati & Nurdibyanandaru, 2014). Pada dasarnya setiap individu tidak dapat menyelesaikan permasalahannya sendiri, akan tetapi individu tersebut akan membutuhkan bantuan dari orang lain. Dukungan sosial diartikan sebagai sebuah penengah yang memegang peranan penting ketika membantu individu mengatasi permasalahannya. Dukungan sosial ini ditunjukkan dari individu yang merupakan bagian atau anggota dari kelompok keluarga, kelompok teman, maupun kegiatan apapun dari kelompok lainnya.

Berdasarkan pada penjelasan di atas, peneliti ingin menjabarkan lebih terperinci terkait dukungan keluarga yang digunakan sebagai tinjauan pustaka.

Dolan (2002) menjelaskan bahwa dukungan keluarga merupakan suatu cara dalam membantu mengatasi kebutuhan setiap anggota keluarga untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga, dimana dukungan ini akan berfokus pada satu diantara seluruh anggota keluarganya namun anggota keluarga yang lainnya juga mendapatkan manfaatnya. Dukungan keluarga juga diartikan sebagai suatu bentuk kerja sama yang didalamnya terdapat hubungan yang saling memberi dan menerima dukungan atau bantuan yang sifatnya nyata yang diperoleh dari anggota keluarga, baik dari suami, istri, saudara, orang tua, ataupun mertua (Hidayati, 2011). Hal ini diperjelas oleh penelitian Pastor et al., (2020) bahwa adanya hubungan kuat antara kualitas hubungan orangtua-anak dengan hasil yang diperoleh anak-anak. Bagi anak - anak suatu hubungan adalah hal yang utama yang dibentuk dalam sebuah keluarga dengan menyediakan platform untuk anak-anak

tumbuh dan berkembang serta menjelajahi dunia. Pada dasarnya, keluarga memanfaatkan dukungan yang dapat dikategorikan sebagai dukungan praktis, emosional, atau terfokus pada pemberian informasi atau nasihat. Teori yang didefinisikan oleh Friedman (2010) menyatakan bahwa perilaku, perbuatan, serta pengakuan keluarga terhadap setiap anggota keluarganya yang mencakup dukungan penilaian, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan emosional didefinisikan sebagai dukungan keluarga.

Unicef (2015) menyatakan bahwa serangkaian kegiatan berupa jasa atau layanan yang tersistem baik secara formal maupun informal yang bertujuan pada meningkatkan fungsi keluarga, mengasuh serta mendidik anak, dan kegiatan yang dilakukan oleh keluarga disebut sebagai dukungan keluarga. Dukungan keluarga juga diartikan sebagai sebuah proses kehidupan yang terjadi secara dinamis dan memiliki tahapan serta siklus kehidupan dengan perilaku dan karakter dukungan yang beraneka ragam. Ada pendapat yang menyatakan bahwa dengan menciptakan hubungan secara positif dapat membantu meningkatkan kesejahteraan anak (Cameron et al., 2006). Dukungan keluarga biasanya berasal dari individu lain dalam satu anggota keluarga (suami-istri, anak dan orang tuanya, atau saudaranya) yang dekat dengan individu tersebut. Dukungan keluarga ini dapat berupa pernyataan atau gagasan, sikap tertentu atau barang yang dapat menjadikan individu merasa dikasihi, dicintai, dan diperhatikan. Keluarga memiliki bentuk yang beragam, diantaranya;

- a. *Nuclear family* atau disebut sebagai keluarga inti. *Nuclear family* merupakan bentuk keluarga yang memiliki 3 unsur utama, yaitu ayah, sebagai pencari nafkah, ibu sebagai ibu rumah tangga dan juga anak-anaknya.
- b. *Extended family*. Keluarga ini diartikan sebagai keluarga yang unsur utamanya mencakup keluarga inti dan saudara sedarah, yang mencakup beberapa generasi atau lebih. Biasanya, keluarga luas tidak hanya ayah, ibu dan anak-anaknya, namun juga beranggotakan kakek dan nenek, paman dan bibi, sepupu, maupun cucu.

Berangkat dari hal tersebut, maka peneliti menyimpulkan bahwa dukungan keluarga merupakan interaksi yang terjalin antar anggota keluarga sebagaimana ayah, ibu dan anak, saudara, sepupu, orang tua yang berfokus pada kesejahteraan, fungsi, serta kegiatan keluarga yang meliputi 3 dukungan; (1) dukungan secara emosional, (2) dukungan yang berfokus pada pemberian informasi atau nasihat, (3) dukungan praktis.

2. Dimensi Dukungan Keluarga

Friedman (2010) menjelaskan dimensi dukungan keluarga dibagi menjadi 4, yaitu: dukungan secara instrumental, dukungan secara penghargaan, dukungan secara informasional, serta dukungan secara emosional yang dijelaskan sebagai berikut:

- a. Dukungan secara instrumental

Dukungan instrumental berupa bantuan yang berhubungan pada peningkatan sarana atau dukungan keuangan yang mencukupi dalam

melakukan penyelesaian kegiatan yang diperlukan. Dukungan ini berupa sumber pertolongan yang efisien dan nyata, diantaranya berupa kebutuhan keuangan, kebutuhan pokok seperti makan dan minum, serta waktu rehat, termasuk transportasi pengantaran ke sekolah, bantuan asisten rumah tangga (ART) untuk menyelesaikan pekerjaan di rumah sehingga setiap anggota keluarga dapat memiliki waktu untuk berkumpul

b. Dukungan secara penilaian/penghargaan

Dukungan ini mengarah pada keluarga yang bertindak dengan memberikan bimbingan atau mengarahkan dan menjadi penengah dalam membantu individu memecahkan masalah, anggota keluarga akan berperan sebagai sumber acuan dan memberikan validasi jati diri anggota keluarga seperti pemberian dukungan, pengakuan, serta perhatian.

c. Dukungan secara informasional

Dukungan ini berupa peningkatan pengambilan keputusan melalui pengembangan studi dari berbagai materi secara lisan maupun tertulis yang disajikan baik secara daring, menggunakan media cetak, atau menggunakan media visual yang menggabungkan gambar bergerak. Keluarga dalam hal ini memiliki peranan penting dalam menjelaskan informasi, sugesti, dan memberikan saran yang dapat membantu untuk memaparkan suatu permasalahan. Dimensi yang terkandung di dalam dukungan ini berupa pemberian informasi, pendapat serta pertimbangan, gagasan, serta pedoman dan arahan.

d. Dukungan secara emosional

Dukungan ini mengacu pada dukungan dari ekspresi perhatian, empati, kehangatan pribadi, perhatian, pemberian kasih sayang, bantuan emosional, atau pemberi semangat. Dukungan ini akan menyebabkan penerima dukungan merasakan perasaan aman dan nyaman, damai, serta merasa dimiliki dan dicintai. Dengan penerimaan perasaan nyaman ini akan mengarahkan individu tersebut untuk percaya bahwa dirinya disanjung, dihargai, dicintai, serta orang lain berkenan untuk memberikan atensinya (Sarafino & Smith., 2011). Bentuk dukungan ini dapat berupa bantuan atau layanan yang berkaitan dengan meningkatkan aspek yang berkaitan dengan kondisi mental dan sosial individu dalam mengurangi tekanan stress serta meningkatkan orientasi perasaan yang memberikan dampak positif. Aspek-aspek yang terkandung meliputi bantuan yang diciptakan dalam bentuk perhatian, adanya keyakinan, serta diamati dan mengamati.

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan dimensi yang mengacu pada teori Friedman (2010) untuk mengkaji dukungan keluarga pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dimana dimensi yang terkandung dalam penelitian Friedman (2010) lebih terperinci dan didefinisikan dengan baik sehingga mempermudah peneliti dalam penyusunan alat ukur yang akan digunakan, yaitu dengan berpedoman pada *Family Support Scale*.

C. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Akademik Dengan Resiliensi

Akademik

Keluarga berperan penting terhadap kesejahteraan anggota keluarganya, termasuk kaitannya dengan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir agar mampu bersikukuh dan melakukan adaptasi dengan situasi yang dialaminya. Azizah & Pudjiati (2020) mengatakan bahwa keluarga yang memberikan dukungan kepada anaknya dapat membantu individu beradaptasi dengan masalahnya. Dukungan sosial yang diberikan kepada individu dapat memberikan berpengaruh pada sikap individu ketika mendapatkan masalah atau tekanan. Maknanya, dukungan sosial yang diberikan baik keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar individu dapat membantu individu tersebut merasa diperhatikan, dihormati, dan dikasihi. Adanya dukungan sosial keluarga juga dapat meningkatkan kepercayaan diri individu dalam menyikapi segala kesulitan dan tantangan dalam hidupnya (Raisa, 2016).

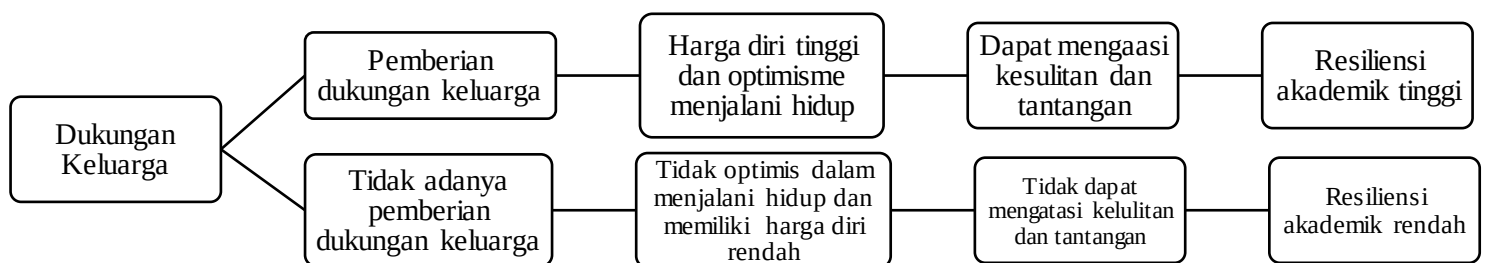
Hasil penelitian Prastikasari (2018) menunjukkan adanya kaitan antara dukungan keluarga dengan resiliensi secara signifikan dan mengarah ke arah yang positif. Dukungan yang diberikan oleh keluarga dapat berbentuk dukungan secara fisik maupun secara instrumental, dimana dukungan ini memberikan rasa nyaman di dalam keluarga, kesiediaan memberikan bantuan dalam bentuk perhatian dengan kondisi kesehatan anggota keluarga maupun dalam bentuk finansial. Özer & Korkman (2022) menjelaskan bahwa pemenuhan kebutuhan dukungan keluarga meningkatkan harga diri dan optimisme mahasiswa. Mahasiswa yang merasa dicintai dan diperhatikan oleh keluarganya cenderung termotivasi untuk melakukan

perilaku sehat dan memiliki tekanan psikologis yang rendah. Dengan demikian, keluarga yang suportif membantu mahasiswa merespon tekanan akademik secara lebih positif, bahkan memungkinkan mereka menunjukkan performa maksimal saat menghadapi tugas sulit. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga sering dikaitkan dengan timbulnya emosi negatif; kecemasan, kekhawatiran, dan hilangnya motivasi yang pada akhirnya memperlemah ketahanan menghadapi masalah akademik. Secara konseptual, mahasiswa yang memiliki dukungan keluarga yang memadai akan merasa lebih optimis dan siap menghadapi rintangan; mereka mampu mengelola emosinya dengan lebih baik dan mempertahankan optimisme sehingga hasil akhirnya lebih baik daripada mahasiswa yang kurang mendapat dukungan. Dukungan orang tua yang konsisten terbukti dapat meningkatkan keyakinan dan optimisme diri pada seorang anak. Penelitian Chentsova et al, (2020) melaporkan bahwa dukungan emosional, dukungan informasional, dan dukungan finansial orang tua secara positif meningkatkan harga diri dan optimisme individu. Harga diri yang kuat dapat meningkatkan kemampuan individu dalam mengatasi kesulitan. Sejalan dengan penelitian Li et al. (2023) dimana individu dengan harga diri tinggi lebih cenderung mengembangkan cara menghadapi masalah yang positif dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki harga diri yang rendah.

Kao, (2024) menegaskan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi yang tinggi akan mempertahankan self-belief, kontrol diri, dan optimisme saat menghadapi kesulitan dan tantangan saat belajar. Selain itu penelitian Fullerton et al. (2021) menjelaskan bahwa mahasiswa secara proaktif mencari solusi atas

masalah belajar yang cenderung membangun resiliensi akademiknya menjadi lebih kuat.

Tabel 1. Dinamika Psikologis Dukungan Keluarga dengan Resiliensi Akademik



D. Hipotesis

Hipotesis penelitian ini merujuk adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir prodi Psikologi Universitas Diponegoro dengan hipotesisnya semakin besar dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga yang dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir maka semakin besar pula resiliensi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa. Berlaku kebalikannya, apabila mahasiswa dengan dukungan sosial keluarga rendah akan menunjukkan resiliensi akademik yang rendah pula.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Penelitian ini menggunakan variabel-variabel, sebagai berikut:

1. Variabel kriterium (y) : Resiliensi Akademik
2. Variabel prediktor (x) : Dukungan Keluarga

B. Definisi Operasional

Peneliti akan mendefinisikan secara terperinci untuk menjelaskan variabel-variabel dalam penelitian ini, yaitu:

1. Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik adalah kapasitas siswa atau mahasiswa untuk tetap bersikukuh dan tangguh dalam mengatasi hambatan pada pada ranah akademik sehingga pada akhirnya mahasiswa tersebut dapat menjalankan tuntutan akademiknya dengan baik. Skala resiliensi akademik yang nantinya digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini dengan aspek sebagai berikut; kegigihan (*perseverance*), perilaku reflektif dan mencari dukungan secara adaptif (*reflective and adaptive help seeking*), serta adanya dampak negatif dan reaksi emotional (*negative affect and emotional response*).

2. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga merupakan penilaian individu terhadap interaksi yang terjalin antar anggota keluarga yang berfokus pada keberlangsungan,

fungsi, serta kesejahteraan keluarga yang meliputi tiga aspek dukungan baik secara emosional, pemberian informasi atau nasehat, serta dukungan secara praktis. Dukungan keluarga dapat diukur dengan 4 dimensi yang terkandung dalam skala dukungan keluarga, berupa; (1) dukungan secara instrumental, (2) dukungan secara penilaian/penghargaan, (3) dukungan secara informasional, (4) dukungan secara emosional

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Sebuah area yang lebih general dan meliputi subjek maupun objek dengan taraf dan ciri khas tertentu dan telah ditentukan sebagai fokus utama penelitian oleh peneliti sehingga dapat menarik kesimpulan disebut sebagai populasi penelitian. Penelitian dilakukan dengan melibatkan mahasiswa Universitas Diponegoro Fakultas Psikologi angkatan 2018, 2019, 2020, 2021 sebagai populasinya. Adapun karakteristik yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

- a. Perempuan dan Laki-laki umur 20-25 tahun
- b. Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2018 - 2021
- c. Sedang mengambil mata kuliah Skripsi 1 dan 2

2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel penelitian yang dijabarkan oleh Sugiyono (2016) merupakan sebagian kecil dari banyaknya dan ciri khas yang dimiliki oleh populasi. Sampel

penelitian merupakan sebagian dari keseluruhan populasi yang akan diteliti atau diuraikan dengan karakteristik yang sepadan seperti populasi, dengan menetapkan area penelitian, perilaku populasi serta penegakan batasan yang tegas dalam penelitian, lalu didapati penentuan sampel dalam penelitian (Azwar, 2017). Apabila sampel telah ditentukan, selanjutnya peneliti akan mengambil sampel dengan melakukan penerapan pada batasan yang tegas dari populasi tersebut.

Teknik pengambilan sampel yang dikemukakan oleh Sugiyono (2016) mengemukakan bahwa teknik ini mengacu pada penelitian dan upaya dari peneliti dalam memilih sampel dari suatu penelitian. Teknik pengambilan sampel digunakan ketika populasi penelitian memiliki cakupan yang sangat luas, dan peneliti tidak memiliki waktu, dana, dan tenaga untuk memahami setiap populasinya. Maka peneliti dapat melakukan penelitian dengan menggunakan sampel yang peneliti ambil dari populasi tersebut dengan pertimbangan sampel yang diteliti harus betul-betul menggambarkan atau mensubstitusikan populasinya. Berdasarkan pada pemahaman tersebut, peneliti akan mengimplementasikan teknik *convinience sampling*. *Convinience sampling* merupakan teknik pengambilan sampel berdasarkan pada kemudahan responden yang bersedia mengisi kuesioner. Kemudahan dalam hal ini yaitu responden dipilih karena kebetulan berada di tempat yang tepat, pada waktu yang tepat serta kesediaan responden dalam mengisi kuesioner (Siregar, 2013). Penentuan sampel akan dilaksanakan sesuai dengan pengkajian yang dinilai dapat mewakili

populasi. Alasan menggunakan teknik *convenience sampling* karena teknik ini mudah diakses dan proses pengumpulan data menghemat waktu dan biaya.

Penentuan jumlah sampel yang diambil untuk penelitian ini yaitu sebanyak 100 responden, hal ini merujuk pada pendapat Roscoe (dalam Sugiyono, 2016) dimana banyaknya sampel yang layak dalam penelitian adalah 30-500.

Penelitian kuantitatif akan dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner kepada 486 responden yang terdiri dari angkatan 2018, 2019, 2020, dan 2021 di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Persebaran kuesioner ini juga akan dilakukan melalui kelas kelas mahasiswa yang mengambil mata kuliah skripsi 1. Adapun kriteria sampel yang telah ditentukan dalam populasi ini adalah:

- a. Laki-laki dan Perempuan usia 20 - 25 tahun
- b. Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- c. Sedang mengambil mata kuliah Skripsi 1 dan 2

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan menggunakan skala psikologi sebagai metode pengumpulan data. Sugiyono (2016) menjelaskan skala psikologi merupakan aturan yang akan digunakan sebagai pedoman dalam menentukan tinggi rendahnya interval yang ada dalam suatu

alat ukur, sehingga apabila digunakan dalam pengukuran, alat ukur tersebut akan menghasilkan data kuantitatif.

Variabel dukungan keluarga diungkap melalui skala *family support* dan variabel resiliensi akademik dijabarkan melalui skala *the academic resilience*. Skala dukungan keluarga mengacu pada aspek Friedman (2010) diantaranya, terdapat 4 aspek; dukungan informasional, dukungan instrumental, dukungan emosional, dukungan penghargaan/penilaian. Skala resiliensi akademik diambil dari aspek yang dikemukakan oleh Cassidy (2016) dengan 3 aspek; kegigihan (*perseverance*), adaptasi individu dalam mencari bantuan (*reflective and adaptive help seeking*), pengelolaan emosi dan respon individu dalam suatu permasalahan (*negative affect and emotional response*). Aspek ini berbentuk aitem *favorable* (F) dan aitem *unfavorable* (UF). Aitem dalam tiap skala terdiri dari 4 alternatif jawaban yaitu sebagai berikut: SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai). Untuk perhitungan skor aitem *favorable* diberikan dengan rentang dari angka empat hingga satu, yaitu 4 diberikan untuk jawaban Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk jawaban Sesuai (S), skor 2 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), dan skor 1 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), begitupun sebaliknya untuk perhitungan skor *unfavorable* akan diberikan rentang satu sampai empat dengan penjabarannya, yaitu skor 1 untuk jawaban Sangat Sesuai (SS), skor 2 untuk jawaban Sesuai (S), skor 3 untuk jawaban aitem Tidak Sesuai (TS) dan skor 4 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

Adapun teknik yang digunakan dalam mengukur penelitian ini menggunakan indeks daya beda aitem, uji validitas, serta uji reliabilitas. Hal ini akan mempengaruhi koefisiensi korelasi pada skala yang akan diuji dengan menggunakan alat ukur SPSS 29.0. Penjabaran terkait indeks daya beda aitem, uji validitas, serta uji reliabilitas adalah sebagai berikut:

1. Indeks Daya Beda Aitem

Daya beda aitem digunakan untuk mengetahui seberapa jauh aitem tersebut memberikan perbedaan antara individu atau kelompok pada aspek yang diukur. Daya beda aitem diukur menggunakan koefisien korelasi antara distribusi total skor dan distribusi aitem skor. Suatu aitem dianggap baik jika koefisien korelasinya berada di angka 0.3, sementara aitem dengan koefisien korelasi yang rendah dianggap memiliki daya beda aitem yang kurang baik. Apabila hal tersebut terjadi, maka kriteria daya beda aitem dapat diturunkan menjadi 0,25 (Azwar, 2017). Perhitungan indeks daya beda akan diukur dengan memanfaatkan program SPSS versi 29.0.

2. Uji Validitas

Uji validitas berfungsi dalam menilai tingkat keakuratan dan ketepatan dari skala psikologi yang akan digunakan, supaya menghasilkan data yang akurat dan tepat sesuai tujuan pengukurannya (Azwar, 2017). Penelitian ini menggunakan uji validitas yang dilakukan dengan validasi isi (*content validity*) yang akan dinilai dan dinyatakan dengan angka melalui pengujian isi skala dengan sistem *expert judgement* dengan tujuan melihat apakah aitem tersebut

menggambarkan ciri-ciri perilaku yang akan diukur. Apabila sebagian besar *judgement* sepakat bahwa aitem-aitem tersebut adalah relevan, maka aitem tersebut dapat dinyatakan layak sebagai aitem yang mendukung validitas isi skala. Penelitian ini menggunakan bantuan penilaian profesional melalui dosen pembimbing dan rekan alumni mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang dinyatakan telah lulus mata kuliah Metode Penelitian untuk melakukan uji validitas.

3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merujuk pada keajegan, konsistensi, keselarasan, serta kepercayaan alat ukur yang menggambarkan bagaimana alat ukur tersebut bisa diandalkan. Koefisien reliabilitas suatu skala dapat memberikan informasi mengenai konsistensi skala dengan nilai yang berkisar antara 0,00 hingga 1,00. Suatu alat ukur yang semakin mendekati angka 1,00 dalam koefisiensi reliabilitasnya, maka menunjukkan reliabilitas yang tinggi (Azwar, 2017). Pengujian reliabilitas akan diuji menggunakan SPSS versi 29.0

Lebih lanjut mengenai skala yang akan ditetapkan sebagai acuan penelitian ini, dapat disimak sebagai berikut:

1. Skala Resiliensi Akademik

Skala resiliensi akademik mengacu pada dimensi yang dijabarkan oleh Cassidy (2016) yaitu kegigihan (*perseverance*), refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif (*reflective and adaptive help seeking*),

dampak negatif dan respon emosional (negative affect and emotional response).

a. Kegigihan (perseverance)

Individu yang memiliki kegigihan yang tinggi adalah individu dengan ciri-ciri sebagai berikut; (1) mampu untuk terus berupaya meskipun menghadapi hambatan, (2) mampu mengimplementasikan kedisiplinan untuk dirinya, (3) dapat melakukan kontrol diri, (4) ulet dan tekun, (5) memiliki tujuan yang jelas sehingga dapat menetapkan pendekatan yang efektif apabila menghadapi hambatan. Aspek dalam dimensi ini digambarkan dengan individu yang memiliki sikap ambisius, selalu berupaya, sikap pantang menyerah, memiliki pendirian yang teguh pada rencana dan tujuan, dan menerima masukan dari orang lain.

b. Refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif (reflective and adaptive help seeking)

Dimensi ini berkaitan dengan pengetahuan terkait kelebihan dan kelemahan individu tersebut. Apabila individu dapat mengetahui kelebihan dan kelemahan dalam dirinya, maka individu tersebut dirasa mampu untuk beradaptasi, dan mencari bantuan apa yang dibutuhkannya. Aspek dalam dimensi ini mencakup individu yang mampu untuk mencerminkan kelebihan dan kekurangannya, selalu berupaya untuk selalu belajar, mencari bantuan serta mendapatkan dukungan dari orang lain.

c. Dampak negatif dan respon emosional (negative affect and emotional response)

Dimensi ini berkaitan dengan pengendalian emosi negatif pada individu. Apabila individu tersebut mampu mengelola serta merespon situasi sulit dengan emosi yang positif sehingga menghasilkan output yang baik, karena individu tersebut tidak menyikapinya dengan respon negatif yang berpengaruh pada dampak psikologis yang kurang adaptif. Adapun tanda-tanda yang terkandung dalam dimensi ini adalah kecemasan individu, tanggapan negatif, keputusasaan, serta penerimaan dampak negatif yang dialami individu.

Tabel 2. Blueprint Resiliensi Akademik

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Total	Bobot
			F	UF		
1.	Kegigihan	Individu yang berambisi untuk mencapai tujuannya	2	2	4	9.09%
		Berupaya untuk menyelesaikan tugasnya	2	2	4	9.09%
		Pantang menyerah	2	2	4	9.09%
		Memiliki pendirian yang teguh dan berpegang pada rencana dan tujuan	2	2	4	9.09%
		Menerima masukan dari orang lain	2	2	4	9.09%
2.	Refleksi diri dan mencari bantuan secara adaptif	Mampu mencerminkan kelebihan dan kekurangan	2	2	4	9.09%
		Berusaha untuk terus belajar	2	2	4	9.09%
		Mencari bantuan dan dukungan dari orang lain	2	2	4	9.09%
3.	Dampak negatif dan respon emosional	Cemas terhadap tanggapan negatif dari orang lain	2	2	4	9.09%
		Keputusasaan	2	2	4	9.09%
		Penerimaan dampak negatif yang dialami individu	2	2	4	9.09%
Total			22	22	44	100%

4. Skala Dukungan Keluarga

Peneliti menggunakan skala dukungan keluarga yang disusun berdasarkan dimensi yang dijabarkan oleh Friedman (2010) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan penghargaan/penilaian seperti yang digambarkan pada penjelasan berikut:

a. Dukungan Emosional

Dukungan emosional menggambarkan suatu bentuk dukungan dari ekspresi, empati dan perhatian, pemberi semangat, kehangatan pribadi, cinta ataupun bantuan secara emosional. Dukungan emosional juga didefinisikan sebagai bantuan yang merujuk pada peningkatan fungsi psikososial untuk mengurangi stres dan meningkatkan orientasi perasaan yang positif. Aspek yang terkandung dalam dukungan ini meliputi dukungan yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, kepercayaan, perhatian, mendengarkan dan didengarkan.

b. Dukungan Instrumental

Bantuan ini merujuk pada peningkatan akses ke sumber daya keuangan yang memadai dan penyelesaian tugas yang diperlukan. Dukungan ini bersumber pada pertolongan praktis dan konkrit seperti materi, tenaga, dan sarana

c. Dukungan Informasional

Dukungan ini akan menekan munculnya stressor karena informasi yang diberikan dapat menyumbangkan sugesti positif terhadap individu., Aspek yang terkandung dalam dukungan ini berupa nasehat, saran, petunjuk, dan pemberian informasi.

d. Dukungan Penghargaan/Penilaian

Dukungan ini berupa bantuan yang diberikan secara positif oleh orang disekitarnya, memberikan dorongan atau pernyataan setuju terhadap ide-ide atau perasaan individu. Dukungan ini memberikan seseorang rasa bangga, dan dihargai. Adapun aspek yang terkandung dalam dukungan ini, berupa support, penghargaan, dan perhatian.

Tabel 3. Blueprint Dukungan Keluarga

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Total	Bobot
			F	UF		
1.	Dukungan Emosional	Kepercayaan antar anggota keluarga	2	2	4	9.09%
		Bentuk perhatian anggota keluarga	2	2	4	9.09%
		Mendengarkan dan didengarkan	2	2	4	9.09%
		Bantuan afeksi	2	2	4	9.09%
2.	Dukungan Instrumental	Pemberian bantuan secara materi	2	2	4	9.09%
		Pemberian bantuan terkait sarana dan prasarana	2	2	4	9.09%
3.	Dukungan Informasional	Pemberian nasehat dan saran	2	2	4	9.09%
		Pemberian informasi	2	2	4	9.09%
		Pemberian petunjuk	2	2	4	9.09%
4.	Dukungan Pengahrgaan/Penilaian	Pemberian support dari anggota keluarga	2	2	4	9.09%
		Pemberian penghargaan oleh keluarga	2	2	4	9.09%
Total			22	22	44	100%

E. Metode Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi dan koefisien korelasi apabila data menunjukkan distribusi yang normal. Sebaliknya, apabila data menunjukkan distribusi yang tidak terdistribusi normal, maka peneliti menggunakan uji *Spearman's Rho*. Analisis regresi sederhana maupun *Spearman's Rho* bertujuan untuk memeriksa hubungan atau korelasi antar variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) (Arikunto, 2002). Penjelasan terkait uji asumsi, uji hipotesis akan dijabarkan sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengukur apakah skor subjek yang berada di dalam kelompok tersebut terdistribusi secara normal. Dalam penelitian ini, uji normalitas yang dipakai menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* yang bertujuan untuk mengungkap adanya pendistribusian pada kategori normal atau tidak. Perhitungan uji normalitas akan dilakukan menggunakan bantuan program perangkat lunak SPSS Versi 29.0

2. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk menentukan apakah data penelitian menunjukkan pola yang linear atau tidak. Tujuannya untuk mengidentifikasi signifikansi serta melihat linearitas variabel - variabel terkait dengan bantuan program SPSS versi 29.0

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancah

Orientasi kancah atau disebut sebagai orientasi lapangan merupakan salah satu hal yang perlu diperhatikan dan dilaksanakan agar suatu penelitian dapat berjalan dengan baik. Orientasi kancah ini bertujuan untuk memahami karakteristik subjek penelitian di wilayah lokasi yang ditentukan. Dengan demikian, peneliti dapat memastikan kesesuaian karakteristik lingkungan tersebut dengan kebutuhan penelitian. Pelaksanaan penelitian diawali dengan menggali informasi mengenai permasalahan – permasalahan yang terjadi di masyarakat tepatnya yang terjadi pada mahasiswa di lingkungan perkuliahan yang kemudian dilanjutkan dengan pencarian literasi untuk mendapatkan informasi yang lebih spesifik. Orientasi kancah penelitian dilaksanakan dengan melakukan survey langsung ke lingkungan kampus Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang berlokasi di Jalan Prof. Sunario, Tembalang, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang. Selain itu, peneliti melakukan penggalan informasi awal dengan mengakses website resmi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

Sejak berdirinya Program Studi S1 Fakultas Psikologi Undip, Fakultas Psikologi sudah mengalami perkembangan baik dari bertambahnya fasilitas, sarana, dan prasarana, berkembangnya sistem pendidikan, maupun

meningkatnya kualitas staf pengajar (dosen). Fakultas Psikologi memiliki banyak fasilitas, diantaranya ruang pembelajaran, ruang fungsional, perpustakaan, laboratorium, ruang jaspsi, dan ruang dosen.

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro memiliki akreditasi “A” dan tercatat dilembaga akreditasi internasional FIBAA (psikologi.undip.ac.id, 2023). Visi yang dipaparkan oleh Fakultas Psikologi Undip, yakni “Menjadi pusat pengembangan psikologi berbasis keluarga Indonesia yang adaptif terhadap perubahan jaman di Asia Tenggara pada tahun 2025” yang akan diwujudkan melalui beberapa misinya, yaitu:

1. Menyelenggarakan pendidikan psikologi yang inklusif terhadap ilmu lain dan adaptif terhadap perkembangan zaman, untuk menghasilkan lulusan yang menjadi pembelajar seumur hidup yang bermartabat dan unggul secara global
2. Melaksanakan riset – riset unggulan mengenai psikologi keluarga dan bidang – bidang terkait yang responsive terhadap perkembangan zaman, mengedepankan budaya dan sumber daya lokal, untuk menghasilkan publikasi ilmiah di tingkat nasional dan internasional, serta hak atas kekayaan intelektual, yang mampu menginisiasi dan mampu memacu perubahan ilmu, pengetahuan, teknologi, dan seni (IPTEKS) yang bermanfaat bagi kemanusiaan

3. Melaksanakan pengabdian kepada masyarakat di bidang psikologi sesuai kebutuhan masyarakat
4. Melaksanakan Kerjasama dengan institusi di level nasional dan internasional yang menunjang peningkatan kompetensi civitas akademika dan kualitas output di bidang pendidikan, riset, dan pengabdian kepada masyarakat.
5. Mengembangkan tata kelola fakultas yang professional dan akuntabel

Selaras dengan visi dan misi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro maka Fakultas Psikologi membebankan pada mahasiswanya sekurang – kurangnya pernah menempuh 144 sks dan sebanyak – banyaknya 160 sks yang terjadwal dalam delapan semester dengan masa studi yang bisa ditempuh mahasiswa sebanyak 14 semester. Beban sks tersebut kemudia menjadi bermacam bentuk seperti pembelajaran dalam kelas, kegiatan praktikum, Kuliah Kerja Nyata (KKN) atau Praktek Kerja Lapangan (PKL), seminar proposal, dan penelitian dalam bentuk skripsi atau tugas akhir. Dengan demikian, penyusunan skripsi atau tugas akhir merupakan tahap akhir pendidikan tinggi yang ditempuh oleh mahasiswa sekaligus menjadi capaian akademis dan kemampuan intelektual mahasiswa di akhir pendidikan tingginya.

2. Subjek Penelitian

Penelitian dilaksanakan dengan menargetkan subjeknya adalah mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi angkatan 2018, 2019, 2020, dan

2021 Universitas Diponegoro, Semarang. Populasi subjek sebanyak 486 responden. Peneliti melakukan penentuan ukuran sampel berdasarkan pada Roscoe (dalam Sugiyono, 2016) dimana sampel yang layak sejumlah 30-500 elemen. Sehingga peneliti menentukan sampel sebanyak 100 elemen. Kriteria subjek penelitian yang ditetapkan yakni mahasiswa tingkat akhir dengan rentang usia 20 - 25 tahun, dilakukan dengan menyebarkan skala ke lingkungan kampus Fakultas Psikologi. Sampel subjek uji coba didapatkan sebanyak 93 responden dan sampel penelitian sebanyak 83.

Tabel 4. Presentase Kategori Subjek Uji Coba

Kategori	Jumlah		Presentase
Jenis Kelamin	Laki – Laki	11	11,83%
	Perempuan	82	88,17%
Usia	20 tahun	7	7,53%
	21 tahun	63	67,74%
	22 tahun	21	22,58%
	23 tahun	2	2,15%
Angkatan	2020	10	10,75%
	2021	83	89,25%

Tabel 5. Sebaran Populasi

Angkatan	Jumlah
2018	29
2019	35
2020	78
2021	344
Total	486

3. Jalannya Penelitian

Sebelum memulai penelitian dengan mencari informasi serta memohon perizinan penelitian dari Dekan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang dilaksanakan pada tanggal 21 November 2024. Adapun pemilihan objektif penelitian pada mahasiswa angkatan 2018 - 2021 Fakultas Psikologi didasarkan atas beberapa pertimbangan berikut, yaitu:

- a. Mahasiswa yang sedang dalam proses pengerjaan skripsi dalam hal ini pada angkatan 2018 - 2021 sedang berada di fase stress, merasa tertekan, gelisah, merasa rendah diri hingga mengalami demotivasi. Sehingga, mahasiswa harus mengontrol fase tersebut dan terhindar dari pikiran negatif
- b. Belum adanya penelitian mengenai dukungan keluarga yang dikaitkan dengan resiliensi akademik mahasiswa angkatan 2018, 2019, 2020, dan 2021 di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

- c. Adanya kesesuaian antara karakteristik subjek yang ada di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro sebagai sampel penelitian sehingga dapat digunakan untuk penelitian
- d. Terdapat ijin untuk melakukan penelitian pada mahasiswa dari pihak fakultas

Sejalan dengan hal ini, terlebih dahulu peneliti mengurus beberapa administrasi, seperti mengajukan permohonan surat izin penggalan informasi, surat uji coba skala psikologi, dan surat pengambilan data kepada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Selanjutnya, peneliti mendapatkan surat pengantar yang akan diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dalam kaitannya sebagai pemberian izin penelitian. Berikut rekapan surat pengantar dari Fakultas Psikologi yang akan dijabarkan:

- a. Nomor surat 405/UN7.F11.1/PP/XI/2024 perihal Permohonan Izin Penggalan Informasi (Data) Kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- b. Nomor surat 462/UN7.F11.1/PP/XI/2024 perihal Permohonan Izin Untuk Uji Coba Kuesioner Penelitian Kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- c. Nomor surat 463/UN7.F11.1/PP/XI/2024 perihal Permohonan Izin Untuk Pengambilan Data Penelitian Kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- d. Nomor surat 115/UN7.F11/PP/I/2025 perihal Surat Izin Uji Coba Kuesioner Penelitian

- e. Nomor surat 116/UN7.F11/PP/I/2025 perihal Surat Izin Penggalan Informasi/ Data
- f. Nomor surat 215/UN7.F11/PP/I/2025 perihal Surat Izin Pengambilan Data Penelitian

Setelah selesai langkah tersebut dan telah mendapatkan izin, peneliti langsung melakukan penggalan data guna menemukan calon subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian yang dimaksudkan. Tahap pengambilan data penelitian disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 6. Pengambilan Data Untuk Penelitian

No.	Keterangan	Waktu	Nama Instansi
1	Penggalan informasi/data penelitian	November 2024	Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
2	Uji coba skala penelitian	November – Desember 2024	Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
3	Pengambilan data penelitian	Januari – Februari 2025	Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

i. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Skala yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala dukungan keluarga dan skala resiliensi akademik yang disusun oleh peneliti dengan mengacu pada dimensi dari tokoh yang telah ditentukan sebelumnya. Indikator perilaku yang dibuat kemudian dirumuskan menjadi satu dalam

blueprint skala. Alat ukur yang disusun telah melewati uji penilaian validitas untuk menilai kelayakan isi dalam aitem dan juga dilaksanakan uji keterbacaan guna menilai tata bahasa skala. Total aitem dalam kedua skala memiliki jumlah yang sama, yaitu sebanyak 44 aitem per skala dan skala yang digunakan adalah model skala likert. Data diperoleh melalui tanggapan dari responden terkait pernyataan-pernyataan yang disajikan, dengan dua jenis aitem yaitu aitem *favorable* dan aitem *unfavorable* serta dengan empat pilihan jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).

1) Skala Dukungan Keluarga

Skala dukungan keluarga dirangkai oleh peneliti dengan merujuk pada dimensi yang dikemukakan oleh Friedman, (2010), yaitu dukungan informasional, dukungan instrumental, dukungan emosional serta dukungan penghargaan/penilaian. Skala tersebut terdiri dari 22 aitem *favorable* dan 22 aitem *unfavorable*

Tabel 7. Distribusi Aitem Skala Uji Coba Dukungan Keluarga

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Dukungan Instrumental	Pemberian bantuan secara materi	9,1	18,26	4
		Pemberian bantuan terkait sarana dan prasana	17,3 5	10,2	4
2	Dukungan Penghargaan/Peilaian	Pemberian support dari anggota keluarga	27,3	28,36	4
		Pemberian penghargaan oleh keluarga	11,1 9	34,4	4
3	Dukungan Informasional	Pemberian nasehat dan saran	39,3 7	12,20	4
		Pemberian informasi	29,4 1	38,22	4
		Pemberian petunjuk	5,13	40,30	4
4	Dukungan Emosional	Kepercayaan antar anggota keluarga	21,3 1	6,14	4
		Bentuk perhatian kepada keluarga	23,4 3	32,44	4
		Mendengarkan dan didengarkan	15,7	24,42	4
		Bantuan Afeksi	25,3 3	16,8	4
Total			22	22	44

Korelasi daya beda aitem dengan koefisien sebesar 0,30 mempunyai daya beda yang baik, Batasan dalam korelasi daya beda aitem dapat diturunkan hingga 0,25

(Azwar, 2017). Skala dukungan keluarga menggunakan daya beda 0,30. Artinya, aitem dianggap gugur jika memiliki nilai kurang dari 0,30.

Tabel 8. Indeks Beda dan Reliabilitas Skala Dukungan Keluarga

Skala	Rix Minimal	Rix Maximal	Koefisien Reliabilitas
Putaran 1 (N=44)	-0,98	0,800	0,995
Putaran 2 (N=41)	0,245	0,800	0,960
Putaran 3 (N=40)	0,317	0,801	0,961

Skala dukungan keluarga ketika diujicobakan terdiri dari 44 aitem. Setelah dilakukan analisis pada putaran pertama terdapat 41 aitem valid dan tiga aitem gugur. Hasil indeks daya beda berkisar antara -0,98 hingga 0,800 dengan koefisien reliabilitas 0,995. Pada putaran kedua tersapat 40 aitem valid dan satu aitem gugur dengan hasil indeks daya beda berkisar antara 0,245 hingga 0,800 dengan koefisien reliabilitas 0,960. Pada putaran ketiga, terdapat 40 aitem valid dan tidak ada aitem gugur. Hasil indeks daya beda berkisar antara 0,317 hingga 0,801 dengan koefisien reliabilitas 0,96. Aitem valid dan gugur pada skala dukungan keluarga dapat dilihat melalui tabel berikut:

Tabel 9. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Pada Skala Dukungan Keluarga

No	Aspek	Indikator	F		UF		Jumlah	
			Valid	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	Dukungan Instrumental	Pemberian bantuan secara materi	9,1	-	26	18	3	1
		Pemberian bantuan terkait sarana dan prasarana	17,35	-	10	2	3	1
2	Dukungan Penghargaan/Pe nilaian	Pemberian support dari anggota keluarga	27,3	-	28	36	3	1
		Pemberian penghargaan oleh keluarga	11,19	-	34,4	-	4	-
3	Dukungan Informasional	Pemberian nasehat dan saran	39,37	-	12,20	-	4	-
		Pemberian Informasi	29,41	-	38,22	-	4	-
		Pemberian Petunjuk	5,13	-	40	30	3	1
4	Dukungan Emosional	Kepercayaan antar anggota keluarga	21,31	-	6,14	-	4	-
		Bentuk perhatian kepada keluarga	23,43	-	32,44	-	4	-
		Mendengarkan dan didengarkan	15,7	-	24,42	-	4	-
		Bantuan afeksi	25,33	-	16,8	-	4	-
Total			22	-	18	4	40	4

Berdasarkan distribusi aitem valid dan gugur pada tabel di atas, maka aitem yang gugur tidak dapat digunakan dalam tahap penelitian selanjutnya. Aitem yang valid kemudian diberikan penomoran baru dan disusun kembali. Pendistribusian aitem dan penomoran baru dalam skala dukungan keluarga adalah sebagai berikut

Tabel 10. Distribusi Aitem dan Penomoran Baru pada Skala Dukungan Keluarga

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Dukungan Instrumental	Pemberian bantuan secara materi	9 (13), 1 (22)	26 (1)	3
		Pemberian bantuan terkait sarana dan prasarana	17 (21), 35 (30)	10 (35)	3
2	Dukungan Penghargaan/ Penilaian	Pemberian support dari anggota keluarga	27 (2), 3 (14)	28 (20)	3
		Pemberian penghargaan oleh keluarga	11 (31), 19 (36)	34 (3), 4 (23)	4
3	Dukungan Informasional	Pemberian nasehat dan saran	39 (37), 37 (4)	12 (32), 20 (15)	4
		Pemberian informasi	29 (24), 41 (12)	38, 22 (5)	4
		Pemberian petunjuk	5 (19), 13 (39)	40 (25)	3
4	Dukungan Emosional	Kepercayaan antar anggota keluarga	21 (11), 31 (40)	6 (33), 14 (16)	4
		Bentuk perhatian kepada keluarga	23 (28), 43 (6)	32 (10), 44 (34)	4
		Mendengarkan dan didengarkan	15 (26), 7 (17)	24 (7) ,42 (29)	4
		Bentuk afeksi	25(8), 33 (9)	16 (27), 8 (18)	4
Total			22	18	40

Keterangan: Nomor aitem yang terdapat dalam tanda kurung (...) adalah nomor baru untuk aitem valid.

2) Skala Resiliensi Akademik

Skala resiliensi akademik yang disusun oleh peneliti mengacu pada Cassidy (2016) yaitu, kegigihan, perilaku reflektif dan mencari dukungan secara adaptif, adanya dampak negatif dan reaksi emosional. Skala resiliensi ini terdiri dari 22 aitem *favorable* dan 22 aitem *unfavorable*.

Tabel 11. Distribusi Aitem Pada Skala Uji Coba Resiliensi Akademik

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Kegigihan	Individu yang berambisi untuk mencapai tujuannya	13,21	4,16	4
		Berupaya untuk menyelesaikan tugasnya	31,2	35,6	4
		Pantang menyerah	34,27	20,2	4
		Memiliki pensirian yang teguh dan berpegang pada rencana dan tujuan	3,36	8,22	4
		Menerima masukan dari orang lain	7,30	14,37	4
2	Perilaku reflektif dan mencari dukungan secara adaptif	Mampu mencerminkan kelebihan dan kekurangan	15,40	10,32	4
		Berusaha untuk terus belajar	17,38	24,43	4
		Mencari bantuan dan dukungan dari orang lain	5,33	18,39	4
3	Adanya dampak negatif dan reaksi emosional	Cemas terhadap tanggapan negatif dari orang lain	9,25	41,28	4
		Keputusan	11,29	44,26	4
		Penerimaan dampak negatif yang dialami individu	19,23	12,42	4
Total			22	22	44

Korelasi daya beda aitem dengan koefisien sebesar 0,30 memiliki daya beda yang baik. Batasan dalam korelasi daya beda aitem dapat diturunkan hingga 0,25 (Azwar, 2017). Skala resiliensi menggunakan daya beda 0,30. Artinya, aitem dianggap gugur jika memiliki nilai kurang dari 0,30.

Tabel 12. Indeks Beda dan Reliabilitas pada Skala Resiliensi Akademik

Skala	Rix Minimal	Rix Maximal	Koefisien Reliabilitas
Putaran 1 (N=44)	-0,051	0,660	0,791
Putaran 2(N=28)	0,264	0,762	0,910

Skala resiliensi akademik ketika diujicobakan terdiri dari 44 aitem. Setelah dilakukan analisis pada putaran pertama terdapat 28 aitem valid dan 16 aitem gugur. Hasil indeks daya beda berkisar antara -0,051 hingga 0,660 dengan koefisien reliabilitas 0,791. Pada putaran kedua terdapat 28 aitem valid dan tidak ada aitem gugur. Hasil indeks daya beda berkisar antara 0,264 hingga 0,762 dengan koefisien reliabilitas 0,910.

Aitem valid dan gugur pada skala dukungan keluarga dapat dilihat melalui tabel berikut:

Tabel 13. Distribusi Aitem Valid dan Gugur pada Skala Resiliensi Akademik

No	Aspek	Indikator	Favorable		Unfavorable		Jumlah	
			Valid	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Gugur
1	Kegigihan	Individu yang berambisi untuk mencapai tujuannya	13,21	-	4	16	3	1
		Berupaya untuk menyelesaikan tugasnya	31,1	-	6	35	3	1
		Pantang menyerah	34,27	-	2	20	3	1
		Memiliki pendirian yang teguh dan berpegang pada rencana dan tujuan	3,36	-	8	22	3	1
		Menerima masukan dari orang lain	7,30	-	14	37	3	1
2	Adaptasi individu dalam mencari bantuan	Mampu mencerminkan kelebihan dan kekurangan	15	40	32	10	2	2
		Berusaha untuk terus belajar	17,38	-	24	43	3	1
		Mencari bantuan dan dukungan dari orang lain	5,33	-	18,39	-	4	-
3	Pengelolaan emosi dan respon individu dalam	Cemas terhadap tanggapan negatif dari orang lain	-	9,25	-	41,28	-	4
		Keputusasaan	-	11,29	-	44,26	-	4

No	Aspek	Indikator	Favorable		Unfavorable		Jumlah	
			Valid	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Gugur
	suatu permasalahan	Penerimaan dampak negatif yang dialami individu	19,23	-	12,42	-	4	-
Total			17	5	11	11	28	16

Berdasarkan distribusi aitem valid dan gugur pada tabel di atas, maka aitem yang gugur tidak dapat digunakan dalam tahap penelitian selanjutnya. Aitem yang valid kemudian diberikan penomoran baru dan disusun kembali. Pendistribusian aitem dan penomoran baru dalam skala dukungan keluarga adalah sebagai berikut:

Tabel 14. Distribusi Aitem dan Penomoran Baru Pada Skala Resiliensi Akademik

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Kegigihan	Individu yang berambisi untuk mencapai tujuannya	13 (1), 21 (14)	4 (8)	3
		Berupaya untuk menyelesaikan tugasnya	31(5), 1(13)	6(27)	3
		Pantang menyerah	34(18), 27(2)	2(15)	3
		Memiliki pendirian yang teguh dan berpegang pada rencana dan tujuan	3(9), 36(19)	8(4)	3
		Menerima masukan dari orang lain	7(26), 30(20)	14(10)	3
2	Adaptasi individu dalam mencari bantuan	Mampu mencerminkan kelebihan dan kekurangan	15(3)	32(16)	2
		Berusaha untuk terus belajar	17(25), 38(21)	24(6)	3

		Mencari bantuan dan dukungan dari orang lain	5(24), 33(11)	18(17), 39(22)	4
3	Adanya dampak negatif dan reaksi emosional	Cemas terhadap tanggapan negatif dari orang lain	-	-	-
		Keputusasaan	-	-	-
		Penerimaan dampak negatif yang dialami individu	19(28), 23(7)	12(23), 42(12)	4
		Total	17	11	28

Keterangan: Nomor aitem yang terdapat dalam tanda kurung (...) adalah nomor baru untuk aitem valid.

Pengambilan sampel dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Data pada saat pengambilan sampel diperoleh dengan cara menyebarkan skala uji coba melalui kelas - kelas mata kuliah Skripsi 1 yang merupakan kriteria utama dalam penelitian ini. Penyebaran sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *convenience sampling*, teknik ini digunakan untuk mendapatkan sampel yang mewakili tujuan penelitian. Proses pengambilan sampel dilakukan dari tanggal 21 November – 6 Desember 2024 dan didapatkan data sebanyak 93 responden. Peneliti kemudian memindahkan data skala uji coba tersebut kedalam *Microsoft excel* yang kemudian ditabulasikan, diskoring dan kemudian dianalisis menggunakan SPSS versi 29.0.

ii. Pengambilan Data

Pengambilan data dilaksanakan secara daring dengan distribusi skala yang disebarkan melalui *barcode* atau link (<https://bit.ly/tolongbantunadyalulus>) melalui Whatsapp. Proses pengambilan data berlangsung selama 1 bulan, 3 pekan,

terhitung sejak tanggal 30 Desember – 20 Februari 2025. Skala disebar oleh peneliti dengan membagikan barcode ataupun link yang merujuk pada google form untuk memudahkan subjek mengisi skala. Peneliti juga meminta bantuan baik melalui komandan tingkat setiap angkatan Fakultas Psikologi maupun melalui peronal chat.

Pengambilan data menggunakan skala yang telah diujicobakan serta dinyatakan valid dan reliabel. Keseluruhan aitem tersebut disusun ulang dengan penomoran baru. Skala dukungan keluarga terdiri dari 40 aitem dan skala resiliensi akademik terdiri dari 28 aitem. Partisipan yang terlibat dalam pengambilan data adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2018, 2019, 2020 serta 2021. Teknik sampel pada penelitian ini ditentukan dengan menggunakan metode *convenience sampling* dan diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 83 subjek penelitian.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Data

Langkah selanjutnya setelah data terkumpul, yaitu melakukan analisis data. Data yang telah diperoleh kemudian dipindahkan ke *Microsoft Excel* secara bertahap dan dilakukan analisis menggunakan SPSS versi 29.0. Analisis yang dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Uji Asumsi

1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*, dan didapati hasil uji normalitas penelitian sebagai berikut:

Tabel 15. Uji Normalitas Distribusi Data Penelitian Variabel Dukungan Keluarga dan Resiliensi Akademik

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Sig. P>.05	Bentuk
Dukungan Keluarga	.065	.870	Normal
Resiliensi Akademik	.152	.043	Tidak Normal

Diketahui bahwa data yang memiliki distribusi normal jika memiliki nilai signifikansi $p > .05$. Maka dari itu, berdasarkan dari tabel hasil uji normalitas di atas dapat disimpulkan bahwa skala dukungan keluarga memiliki data dengan distribusi normal (sig. $p > .870$) dan skala resiliensi akademik memiliki distribusi tidak normal (sig. $p > .043$).

2) Uji Linieritas

Selanjutnya melakukan uji linieritas. Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui seberapa signifikan hubungan linier antara kedua variabel sehingga dapat ditarik garis lurus. Uji linieritas didapatkan dengan menganalisis nilai F pada tabel ANOVA dengan bantuan program SPSS versi 29.0 Hasil uji linieritas penelitian ini dapat dilihat melalui tabel berikut:

Tabel 16. Uji Linearitas Distribusi Data Penelitian Variabel Dukungan Keluarga dan Resiliensi Akademik

Hubungan Variabel	Nilai F	Sig. P<.05	Bentuk
Dukungan Keluarga dengan Resiliensi Akademik	40.500	<.001	Linear

Berdasarkan pada hasil uji linearitas antara variable dukungan keluarga dengan resiliensi akademik, ditemukan nilai koefisien F sebesar 40.500 dengan nilai signifikansi $p < .001$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua variable dalam penelitian ini bersifat linear.

Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan untuk hasil uji normalitas ditemukan bahwa data tidak berdistribusi normal dan hubungan antara kedua variabel, yaitu dukungan keluarga dengan resiliensi akademik linier, sehingga tidak memenuhi uji asumsi. Maka dari itu, langkah selanjutnya akan dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan tes *non-parametrik* dengan menggunakan teknik *Spearman Rho*.

b. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan metode uji Spearman Rank. Hal ini dilakukan karena tidak memenuhi uji asumsi. Uji korelasi spearman digunakan untuk menentukan signifikansi, kekuatan, arah hubungan antar kedua variabel.

Tabel 17. Hipotesis Koefisien Korelasi Variabel Dukungan Keluarga dan Resiliensi Akademik

Hubungan Variabel	Spearman's Rho	Sig. P<.05
Dukungan Keluarga dengan Resiliensi Akademik	.524	<.001

Hasil uji spearman rho menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi sebesar 0.524. Dengan hasil tersebut dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik. Maka dari itu, hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini **diterima**.

a. Analisis Data Deskripsi

Subjek penelitian ini melibatkan 83 responden yang merupakan mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang dibagi menjadi 3 kategori berdasarkan jenis kelamin, usia, serta angkatan

Tabel 18. Presentasi Kategorisasi Subjek Penelitian

Kategori	Jumlah		Presentase
Jenis Kelamin	Laki – Laki	12	14,46%
	Perempuan	71	85,54%
Usia	20 tahun	1	1,20%
	21 tahun	41	49,4%
	22 tahun	25	30,12%
	23 tahun	12	14,46%
	24 tahun	1	1,20%
	25 tahun	3	3,61%
	2018	3	3,61%
Angkatan	2019	8	9,64%
	2020	11	13,25%
	2021	61	73,49%

Berdasarkan pada tabel tersebut, diketahui bahwa jenis kelamin terbanyak didapati pada perempuan dengan jumlah sebanyak 71 orang (85,54%) dan paling sedikit jenis kelamin laki-laki dengan jumlah 12 orang (14,46%). Selanjutnya berdasarkan usia subjek paling banyak adalah 21 tahun dengan jumlah sebanyak 41 orang (49,4%) dan paling sedikit dengan jumlah 1 orang (1,20%) yaitu usia 20 tahun dan 24 tahun. Sedangkan berdasarkan kategori angkatan, angkatan 2021 memiliki subjek paddling banyak dengan jumlah 61 orang (73,49%), dan paling sedikit yaitu angkatan 2018 dengan jumlah 3 orang (3,61%).

Berdasarkan pada skor yang diperoleh sebanyak 83 responden memiliki gambaran umum seperti pada tabel berikut:

Tabel 19 . Gambaran Umum Skor Variabel Penelitian

Variabel	Statistika	Hipotetik	Empirik
Dukungan Keluarga	Skor Maksimum	160	157
	Skor Minimum	40	53
	Mean	100	119.6024
	Standar Deviasi	20	21,7283
Resiliensi Akademik	Skor Maksimum	112	112
	Skor minimum	28	38
	Mean	70	92.62651
	Standar deviasi	13,667	13,91602

Data pada tabel diatas akan digunakan untuk menentukan kategorisasi data variabel dukungan keluarga dan resiliensi akademik. Kategorisasi data dilakukan untuk mengetahui partisipan penelitian berada dalam kategorisasi apa dan berapa jumlah partisipan dalam masing-masing kategori.

Berdasarkan pada tabel tersebut skor empirik terendah dalam variabel dukungan keluarga yaitu 53 dan tertinggi adalah 157, sedangkan untuk variabel resiliensi akademik skor empirik terendah berada di angka 38 dan skor tertinggi adalah 112. Terdapat pula skor hipotetik dalam kedua variabel ini yang akan digunakan untuk menghitung rentang nilai dan menentukan kategorisasi skor kedua variabel.

1) Dukungan Keluarga

Rentang nilai kategorisasi skor pada variabel dukungan keluarga dibagi menjadi 4 yakni kategori rendah, cukup rendah, cukup tinggi, dan tinggi,

Tabel 20. Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek Variabel Dukungan Keluarga

Rumus interval	Rentang nilai	Kategorisasi skor
$X \leq \mu - 1 \text{ SD}$	$X \leq 80$	Rendah
$\mu - 1 \text{ SD} < x \leq \mu$	$80 \leq x < 100$	Cukup Rendah
$\mu < x \leq \mu + 1 \text{ SD}$	$100 \leq x < 120$	Cukup Tinggi
$X > \mu + 1 \text{ SD}$	$X > 120$	Tinggi

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh gambaran tentang sebaran subjek terhadap kategorisasi skor dalam variabel dukungan keluarga. Presentasi distribusi subjek dan kategorisasi yang disebutkan, dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 21. Kategorisasi Skor dan Distribusi Subjek Variabel Dukungan Keluarga

Rendah	Cukup Rendah	Cukup Tinggi	Tinggi
N=3	N= 11	N= 29	N= 40
3,61%	13,25%	34,94%	48,20%

Tabel diatas menunjukkan hasil distribusi subjek terhadap kategori skor pada variabel dukungan keluarga. Diketahui bahwa subjek penelitian berada pada kategori rendah berjumlah 3 orang (3,61%), untuk kategori cukup rendah berjumlah 11 orang (13,25%), untuk kategori cukup tinggi berjumlah 29 orang (34,94%), sedangkan kategori tinggi berjumlah 40

orang (48,20%). Dapat disimpulkan bahwa mayoritas variabel dukungan keluarga yang diberikan kepada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro tergolong **tinggi**

2) Resiliensi Akademik

Rentang nilai kategorisasi skor pada variabel resiliensi akademik dibagi menjadi 4, yaitu kategori rendah, cukup rendah, cukup tinggi, dan tinggi.

Tabel 22. Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek Variabel Resiliensi Akademik

Rumus interval	Rentang nilai	Kategorisasi skor
$X \leq \mu - 1 \text{ SD}$	$X \leq 56.33$	Rendah
$\mu - 1 \text{ SD} < x \leq \mu$	$56.33 \leq x < 70$	Cukup Rendah
$\mu < x \leq \mu + 1 \text{ SD}$	$70 \leq x < 83.67$	Cukup Tinggi
$X > \mu + 1 \text{ SD}$	$X > 83.67$	Tinggi

Berdasarkan pada tabel tersebut, diperoleh gambaran tentang distribusi subjek terhadap kategorisasi skor dalam variabel resiliensi akademik. Presentasi distribusi subjek dan kategorisasinya dapat dilihat melalui tabel berikut.

Tabel 23. Kategorisasi Skor dan Distribusi Subjek Variabel Resiliensi Akademik

Rendah	Cukup Rendah	Cukup Tinggi	Tinggi
N= 3	N= 3	N= 7	N= 70
3,61%	3,61%	8,44%	84,34%

Berdasarkan pada tabel distribusi tersebut, diketahui bahwa subjek penelitian yang berada pada kategori rendah sejumlah 3 orang (3,61%), untuk kategori cukup rendah berjumlah 3 orang (3,61%), untuk kategori cukup tinggi berjumlah 7 orang (8,44%), sedangkan subjek penelitian yang berada pada kategori tinggi berjumlah 70 orang (84,34%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas tingkat resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro tergolong **tinggi**.

2. Interpretasi Data

Hasil analisis data pada penelitian ini menunjukkan bahwa skala dukungan keluarga memiliki data yang berdistribusi normal dengan menggunakan penghitungan *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0.065 dengan $p=0.870$ ($p>0.05$) dan skala resiliensi akademik memiliki distribusi normal dengan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0.152 dengan $p=0.043$ ($p>0.05$). Uji linieritas yang dilakukan menggunakan tabel ANOVA dengan bantuan program SPSS versi 29.0 menunjukkan nilai koefisien F sebesar 40.500 dengan nilai signifikansi $p=<0.001$ ($p<0,05$) dengan demikian kedua variabel memiliki

hubungan yang linear. Setelah dilakukan uji asumsi, diketahui bahwa resiliensi akademik memiliki data yang berdistribusi tidak normal sehingga dilakukan uji hipotesis menggunakan statistic non-parametrik yaitu *Spearman's Rho*. Hasil uji hipotesis ini menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik dengan nilai korelasinya sebesar 0,524 dengan $p = < 0.001$ ($p < 0,005$).

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro angkatan 2018, 2019, 2020, dan 2021. Selanjutnya, subjek penelitian dibagi dalam kategori jenis kelamin, usia, dan angkatan. Hasil kategorisasi menunjukkan jumlah subjek sebanyak 83 orang. Berdasarkan pada jenis kelaminnya, subjek dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 12 orang (14,46%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 71 orang (85,54%). Subjek dengan usia 20 tahun sebanyak 1 orang (1,20%), usia 21 tahun sebanyak 41 orang (49,4%), usia 22 tahun sebanyak 25 orang (30,12%), usia 23 tahun sebanyak 12 orang (14,46%), usia 24 tahun sejumlah 1 orang (1,20%), usia 25 tahun sebanyak 3 orang (3,61%). Berdasarkan angkatannya, subjek yang berada pada angkatan 2018 sebanyak 3 orang (3,61%), angkatan 2019 sebanyak 8 orang (9,64%), angkatan 2020 sebanyak 11 orang (13,25%), angkatan 2021 sebanyak 6 orang (7,23%).

Data seluruh subjek dikelompokkan oleh peneliti kedalam kategorisasi untuk memudahkan identifikasi perolehan nilai. Kategorisasi pada variabel dukungan keluarga menunjukkan bahwa terdapat 3 subjek (3,61%) berada pada kategori rendah, 11 subjek (13,25%) berada pada kategori cukup rendah, 29

subjek (34,94%) berada pada kategori cukup tinggi dan 40 subjek (48,20%) berada pada kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro tergolong tinggi. Sedangkan kategorisasi pada variabel resiliensi akademik menunjukkan bahwa 3 subjek (3,61%) berada pada kategori rendah, 3 subjek (3,61%) berada pada kategori cukup rendah, 7 subjek (8,44%) berada pada kategori cukup tinggi, 70 subjek (84,34%) berada pada kategori tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro tergolong tinggi.

3. Simpulan Analisis

Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.524, $p = < 0.001$ ($p < 0.05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diberikan, maka semakin tinggi pula resiliensi akademik mahasiswa. Sebaliknya, apabila semakin rendah dukungan keluarga yang diberikan maka semakin rendah resiliensi akademik mahasiswa.

BAB V

PENUTUP

A. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik terhadap mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Berdasarkan pada hasil uji hipotesis yang telah dilaksanakan dengan teknik korelasi non-parametrik *Spearman's Rho* menunjukkan bahwa nilai koefisien sebesar 0,524 dengan signifikansi sebesar $<0,001$ ($p>0,05$). Hasil hipotesis ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan signifikan positif yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga, maka semakin tinggi pula resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi universitas diponegoro. Sebaliknya, semakin rendah dukungan keluarga yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah pula resiliensi akademik yang dimiliki. Maka, dengan demikian hipotesis penelitian dapat diterima.

Variabel dukungan keluarga dan resiliensi akademik secara keseluruhan berhubungan signifikan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa. Hal ini sejalan dengan penelitian Cavazos Jr. et al., (2010) yang menjelaskan bahwa dukungan dari orang tua memainkan peranan penting dalam resiliensi anak. Hal ini diperkuat juga dengan penelitian Helsen et al., (2000) semakin tinggi dukungan orang tua, semakin kecil masalah yang dihadapi oleh anak mereka.

Orang tua dalam memberikan dukungan terkait pendidikan dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri anak sehingga mereka dapat menyelesaikan pendidikan dan mengejar karier mereka Turner et al., (2003). Penelitian yang dikemukakan oleh Swartz et al., (2011) mengemukakan bahwa dukungan orang tua berperan sebagai jaring pengaman saat mahasiswa mengalami kesulitan dalam kehidupan akademiknya. Dukungan yang dirasakan ini memiliki hubungan timbal balik yang positif dengan optimisme. Hal ini berkaitan dengan aspek yang dikemukakan oleh Cassidy, (2016) yang menyebutkan bahwa salah satu indikator individu yang resilien adalah optimisme. Hal ini diperkuat oleh penelitian Dawson & Pooley, (2013) bahwa individu yang resilien kemungkinan besar akan menampilkan sifat optimisme ketika menghadapi kesulitan. Kolkhorst, et. al, (2010) menggambarkan bentuk dukungan keluarga yang efektif mencakup pemberian rasa hormat, kepercayaan, dan kemandirian dapat membantu individu dalam menghadapi kesulitan akademik seperti kepercayaan pada kemampuannya, mengenali kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya. Dalam konsep resiliensi akademik, hal tersebut termasuk ke dalam dimensi reflektif dan mencari bantuan adaptif (Cassidy, 2016).

Resiliensi akademik akan terjadi ketika mahasiswa menggunakan kekuatan internal maupun eksternalnya untuk mengatasi berbagai pengalaman negatif yang menekan dan menghambat proses belajar, sehingga siswa mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik (Boatman, 2014). Martin & Marsh (2006) menyatakan resiliensi akademik

merupakan kemampuan untuk menghadapi kejatuhan (*setback*), stress atau tekanan secara efektif pada keadaan akademik. Sa'adiah (2021) Mahasiswa akan dapat beradaptasi dan bertahan dalam kesulitan yang dihadapi jika dukungan dari keluarga tinggi karena mahasiswa akan mendapat kekuatan untuk tetap bertajam dari motivasi yang diberikan.

Semangat, bantuan, nasihat dan motivasi untuk mampu menghadapi tantangan perkuliahan, memiliki harga diri dan pandangan hidup yang optimis akan didapat dari dukungan yang diberikan keluarga. Maka dari itu, dengan adanya dukungan dari keluarga seorang mahasiswa akan mendapatkan kekuatan untuk tetap bertahan dalam perkuliahan, tetap semangat dalam mengerjakan tugas-tugas yang banyak dan dapat memakai strategi dalam implementasi emosi yang positif dalam pembelajaran (Sa'adiah, 2021).

Dalam penelitian ini, dukungan yang diberikan oleh keluarga seperti memberikan oleh keluarga seperti memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi, memberikan nasehat untuk segera menyelesaikan skripsinya, menyediakan kebutuhan baik secara materiil maupun non materiil yang dibutuhkan oleh mahasiswa, mengingatkan untuk tidak melewatkan waktu makan, menghargai kemampuan yang dimiliki mahasiswa, memberikan arahan saat mahasiswa membutuhkan solusi serta menanyakan keadaan mengenai pembelajaran sekolah.

Hasil ini sesuai dengan pola-pola studi yang telah diuraikan sebelumnya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa meskipun perkembangan dukungan keluarga dan resiliensi akademik merupakan hal yang penting,

namun terdapat variabel lain yang menjadi pengaruh besar dalam konteks pendidikan. Selain itu, dikarenakan karakteristik populasi pada penelitian ini yang merupakan mahasiswa tingkat akhir dimana sedang mengerjakan skripsi, sehingga menimbulkan stress dan mengalami tekanan akademik. Hal ini menyimpulkan bahwa variabel dukungan keluarga dan resiliensi akademik berkaitan.

Hasil penelitian pada variabel dukungan keluarga menunjukkan bahwa sebagian besar dari total partisipan merespon skala dan berada pada kategori yang tinggi sebanyak 40 partisipan (47,20%). Pada variabel ini juga ditemukan bahwa sebanyak 3 partisipan berada pada kategori rendah, 11 partisipan berada pada kategori rendah, dan 29 partisipan lainnya berada pada kategori cukup tinggi. Sedangkan pada variabel resiliensi akademik ditemukan bahwa sebagian besar responden, sebanyak 70 responden (84,34%) mengisi skala pada kategori tinggi, pada kategori rendah dan cukup rendah terdapat 3 responden (3,61%), serta sebanyak 7 responden mengisi skala pada kategori cukup tinggi.

Berdasarkan kategorisasi yang telah dilakukan, diperoleh data bahwa rata-rata mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro memiliki dukungan keluarga dan resiliensi akademik yang tinggi, artinya mahasiswa mampu meningkatkan resiliensi akademik dalam situasi apapun. Mahasiswa juga dapat memanfaatkan dukungan keluarga untuk lebih tangguh dan gigih menghadapi kesulitan yang terjadi dalam mengerjakan skripsi.

B. Keterbatasan Penelitian

Peneliti melakukan penelitian yang disajikan secara sempurna dan maksimal, namun peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan serta hambatan. Peneliti merangkum beberapa kendala dan hambatan yang dialami, diantaranya:

1. Pengambilan data untuk penelitian ini memakan waktu yang cukup lama dikarenakan bertepatan dengan libur Nataru dan libur akhir semester, sehingga peneliti kesulitan untuk mencari responden. Subjek penelitian yang sudah jarang dijumpai di lingkungan kampus, menyebabkan peneliti kesulitan dalam melakukan pengambilan data.
2. Terdapat satu indikator yang dinyatakan gugur ketika melakukan pengambilan data uji coba, sehingga dapat disimpulkan bahwa aitem yang diturunkan belum cukup mewakili variabel yang diteliti secara spesifik
3. Persebaran populasi dalam penelitian ini lebih dominan tersebar pada angkatan 2021, dimana angkatan ini merupakan mahasiswa yang mengambil mata kuliah Skripsi 1 dimana hal ini mungkin akan mempengaruhi apabila populasinya tersebar secara merata dari angkatan 2018, 2019, 2020.
4. Penelitian ini menggunakan uji non-parametrik sehingga kurang dapat digeneralisasikan ke populasi mahasiswa yang lebih luas
5. Penelitian ini jauh dari kata sempurna dikarenakan peneliti kurang memperhatikan aspek dan indikator dalam penelitian ini, sehingga didapati hasil yang kurang memuaskan.

C. Simpulan

Didasarkan pada penelitian ini, ditemukan adanya hubungan positif antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Dapat diartikan bahwa mahasiswa dengan dukungan keluarga yang tinggi maka resiliensi akademiknya cenderung tinggi. Sebaliknya, jika mahasiswa dengan dukungan keluarga yang rendah, maka resiliensi akademiknya juga cenderung rendah.

D. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian menyatakan bahwa mayoritas dukungan keluarga dan resiliensi akademik yang dialami mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro tergolong tinggi sehingga peneliti menyarankan agar para mahasiswa mempertahankannya, seperti meminta dukungan dari orang tua, meluangkan waktu untuk beristirahat, berbincang dengan anggota keluarga lainnya, dan aktivitas positif lainnya bersama anggota keluarga. Dengan begitu, mahasiswa dapat tetap fokus dalam mengerjakan skripsi tanpa adanya hambatan.

2. Bagi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Pihak Fakultas Psikologi diharapkan dapat memfasilitasi mahasiswa dalam penyusunan skripsi, salah satunya dengan memberikan dukungan agar mahasiswa tingkat akhir dapat resilien. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi bagi mahasiswa mengenai dukungan keluarga

dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai penunjang informasi bagi mahasiswa yang memiliki ketertarikan dengan topik serupa. Adanya keterbatasan dalam penelitian ini menjadikannya sebagai bahan untuk penelitian lanjutan. Populasi dan metode analisis data dalam penelitian ini harap dijadikan sebagai bahan pertimbangan sehingga penelitian ini dapat dijadikan sebagai alternatif dalam menambah pengetahuan mengenai topik penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, Nur, L., & Pudjiati, Sri, R. R. (2020). Kontribusi Identitas Budaya Jawa yang Dimediasi oleh Cognitive Reappraisal dalam Membentuk Resiliensi Keluarga pada Keluarga Suku Jawa. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 12(1), 10–21.
<http://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika>
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (Edisi ke-2). PUSTAKA PELAJAR.
- Boatman, M. (2014). *Academically Resilient Minority Doctoral Students Who Experienced Poverty and Parental Substance Abuse*. 1–216.
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 2(1), 32.
<https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1822>
- Cameron, E., Mathers, J., & Parry, J. (2006). “Health and Well-being”: Questioning the use of health concepts in public health policy and practice. *Critical Public Health*, 16, 347–354.
<https://doi.org/10.1080/09581590601128166>
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7(NOV), 1–11.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Cavazos Jr., J., Michael B., J., Cheryl, F., Alyssa G., C., Veronica, C., & and Vela, L. (2010). A Qualitative Study of Resilient Latina/o College Students. *Journal of Latinos and Education*, 9(3), 172–188. <https://doi.org/10.1080/15348431003761166>
- Chentsova Dutton, Y. E., Choi, I. J., & Choi, E. (2020). Perceived Parental Support and

- Adolescents' Positive Self-Beliefs and Levels of Distress Across Four Countries. *Frontiers in Psychology*, 11(March), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00353>
- 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. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Dawson, M., & Pooley, J. A. (2013). Resilience: The Role of Optimism, Perceived Parental Autonomy Support and Perceived Social Support in First Year University Students. *Journal of Education and Training Studies*, 1(2). <https://doi.org/10.11114/jets.v1i2.137>
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan* (Cetakan Ke). PT. Remaja Rosdakarya.
- Dolan, R. J. (2002). Emotion, Cognition, and Behavior. *Science (New York, N.Y.)*, 298(5596), 1191–1194. <https://doi.org/10.1126/science.1076358>
- Friedman, M. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori dan Praktek* (S. K. Estu Tiar (ed.); Edisi Ke-5). EGC.
- Fullerton, D. J., Zhang, L. M., & Kleitman, S. (2021). An integrative process model of resilience in an academic context: Resilience resources, coping strategies, and positive adaptation. *PLoS ONE*, 16(2 February), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246000>
- Gilligan, R. (2007). Adversity, Resilience and The Educational Progress of Young People in Public Care. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 12(2), 135–145. <https://doi.org/10.1080/13632750701315631>
- Grotberg, E. (2003). *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity*. <https://doi.org/10.5040/9798216007999>

- Helsen, M., Vollebergh, W., & Meeus, W. (2000). Social Support from Parents and Friends and Emotional Problems in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(3), 319–335.
<https://doi.org/10.1023/A:1005147708827>
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi Positif Pada Resiliensi Akademik Mahasiswa Doktoral. *Humanitas*, 14(2), 139. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v14i1.5696>
- Hidayati, N. (2011). Dukungan Sosial Bagi Keluarga Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Insan*, 13(1), 13. https://journal.unair.ac.id/filerPDF/artikel_2-13-1.pdf
- Indriyani, A., & Musslifah, A. R. (2024). Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Universitas Sahid Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Insani*, 9(7), 60–79.
- Jowkar, B., Kojuri, J., Kohoulat, N., & Hayat, A. A. (2014). Academic Resilience in Education: The Role of Achievement Goal Orientations. *Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*, 2(1), 33–38.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25512916>
<http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC4235534>
- Kao, P. C. (2024). Exploring the roles of academic expectation stress, adaptive coping, and academic resilience on perceived English proficiency. *BMC Psychology*, 12(1), 1–12.
<https://doi.org/10.1186/s40359-024-01630-y>
- Kolkhorst, Brittany B.; Yazedjian, Ani; Toews, M. L. (2010). Students' Perceptions of Parental Support during the College Years. *College Student Affairs Journal*, 29, 17.
- Kusuma, A. T., & Indrawati, E. S. (2013). Procatination In Completing The Thesis. *Jurnal*

EMPATI; Jurnal Empati: Volume 2, Nomor 4 Tahun 2013 (Oktober 2013) DO -
10.14710/Empati.2013.7386.

<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7386>

Li, W., Guo, Y., Lai, W., Wang, W., Li, X., Zhu, L., Shi, J., Guo, L., & Lu, C. (2023).

Reciprocal relationships between self-esteem, coping styles and anxiety symptoms among adolescents: between-person and within-person effects. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 17(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00564-4>

Lin, Y. T. (2020). The Interrelationship Among Psychological Capital, Mindful Learning, and English Learning Engagement of University Students in Taiwan. *SAGE Open*, 10(1).
<https://doi.org/10.1177/2158244020901603>

Mallick, M. K., & Kaur, S. (2016). Academic Resilience Among Senior Secondary School Students: Influence of Learning Environment. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 8(2), 20–27. <https://doi.org/10.21659/rupkatha.v8n2.03>

Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools*, 43(3), 267–281.
<https://doi.org/10.1002/pits.20149>

Montano, D., Glanz, K., Kasprzyk, D., & Rimer, B. (2008). *Health Behavior And Health Education; Theory, Research, and Practice* (K. Glanz, B. Rimer, & K. Viswanath (eds.); 4th editio, Vol. 156, Issue January). Jossey-Bass.

Nurhidayati, N., & Nurdibyanandaru, D. (2014). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Self Esteem pada Penyalahguna Narkoba yang Direhabilitasi. *Jurnal Psikologi*

Kepribadian Dan Sosial, 03(02), 52–59.

Okvellia, C., & Setyandari, A. (2022). Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Bimbingan dan Konseling Tahun Ajaran 2021/2022. *Jurnal of Counseling and Personal Development*, 4(2), 18–24.

Özer, E., & Korkman, H. (2022). Investigation of the Correlation Between Self-Esteem and Coping Strategies of Students Attending Secondary School. *International Journal of Progressive Education*, 18(1), 42–51. <https://doi.org/10.29329/ijpe.2022.426.3>

Pastor, Herrera, D., Frost, N., & Devaney, C. (2020). Understanding Contemporary Family Support: Reflections on Theoretical and Conceptual Frameworks. *Social Work and Social Sciences Review*, 21(2), 27–45. <https://doi.org/10.1921/SWSSR.V21I2.1420>

Prastikasari, N. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Pada Remaja Difabel*. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA.

Raisa, A. E. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang. *Jurnal Empati*, 5(3), 537–542.

Ramadhana, N. S., & Indrawati, E. (2019). Kecerdasan Adversitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik Siswa SMP X Jakarta Timur. *Ikraith-Humaniora*, 3(2), 39–45. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/436>

Reivich, K. dan Shatté, A. (2002). Psychosocial Resilience. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>

Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional*

Peneliti Muda Psikologi Indonesia, 1, 29–37.

Rojas, L. F. (2015). Factors Affecting Academic Resilience in Middle School Students: A Case Study 1 Factores que Afectan la Resiliencia Académica en Estudiantes de Bachillerato. *Gist Education and LearninG Research Journal. Issn*, 11(11), 63–78.

Sa'adiah, R. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Akademik Dalam Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU* [Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau]. <http://repository.uin-suska.ac.id/55266/>

Salsabila Adelia. (2025). *Strategi Menghadapi Burnout Academic : Studi Kualitatif Tentang Resiliensi Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2021*. UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri.

Sarafino, E. P., & Smith., T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th Editio). John Wiley & Sons, Inc.

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 Univesitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177–182.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14979/14478>

Setyawan, I. (2021). Melihat Peran Pemaafan Pada Resiliensi Akademik Siswa. *Jurnal EMPATI*, 10(3), 187–193. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.31282>

Siregar, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS* (Suwito (ed.); Cetakan ke). Kencana Prenada Media Group.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantatif, Kualitatif, dan R&D*. Penerbit Alfabeta.

- Swartz, T. T., Kim, M., Uno, M., Mortimer, J., & O'Brien, K. B. (2011). Safety Nets and Scaffolds: Parental Support in the Transition to Adulthood. *Journal of Marriage and the Family*, 73(2), 414–429. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00815.x>
- Tamher, S., & Noorkasiani. (2012). *Kesehatan Usia Lanjut Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Penerbit Salemba Medika.
- Tudor, K. E., & Spray, C. M. (2017). Approaches to Measuring Academic Resilience: A Systematic Review. *International Journal of Research Studies in Education*, 7(4), 41–61. <https://doi.org/10.5861/ijrse.2017.1880>
- Turner, S. L., Alliman-Brissett, A., Lapan, R. T., Udipi, S., & Ergun, D. (2003). The career-related parent support scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 36(2), 83–94. <https://doi.org/10.1080/07481756.2003.12069084>
- Unicef. (2015). *Support For Parenting*. <https://www.unicef.org/montenegro/en/parenting-0>
- Utami, L. H. (2004). Bersyukur Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. In *Bersyukur dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Lufiana* (Issue 105). UIN Sunan Gunung Djati.
- Waxman, Hersch, C., Gray, Jon, P., & Padron Yolanda, N. (2003). *Review of Research on Educational Resilience. Research Report*.
- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21(2), 152–169. <https://doi.org/10.1017/S0959259810000420>
- Wiyatmo, Y., Suharyanto, M., & Widodo, E. (2010). Efektivitas Bimbingan Tugas Akhir Skripsi (TAS) Mahasiswa Jurusan Pendidikan Fisika FMipa UNY. In *Dalam Prosiding Seminar Nasional Penelitian, Pendidikan dan Penerapan MIPA, hal.* Universitas Neger Yogyakarta.

