

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL ORANGTUA DAN RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA BARU ANGGKATAN 2022 FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO

Revi Amelia Dewi
15000119120071

Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro
reviameliad21@gmail.com

ABSTRAK

Mahasiswa baru memerlukan kemampuan untuk mengatasi berbagai tantangan dan masalah di bidang akademik yang disebut resiliensi akademik. Dukungan sosial orangtua penting bagi mahasiswa untuk mengembangkan resiliensi akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik pada mahasiswa baru. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang berstatus aktif kuliah yang berjumlah 353 mahasiswa, dengan jumlah sampel 112 mahasiswa yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala ARS-Indonesia (21 aitem, $\alpha = .899$) dan skala Dukungan Sosial Orangtua (45 aitem, $\alpha = .967$). Analisis data menggunakan metode analisis parametrik regresi linear sederhana. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik. Dukungan sosial orangtua secara signifikan memprediksi resiliensi akademik, $\beta = .421$, $t(112) = 4,869$, $p < .001$. Dukungan sosial orangtua juga menjelaskan proporsi yang signifikan dari varian skor resiliensi akademik, $R^2 = .177$, $F(1,110) = 23,704$, $p < .001$. Variabel dukungan sosial orangtua memberikan sumbangan efektif sebesar 17,7% terhadap variabel resiliensi akademik pada mahasiswa baru.

Kata kunci: Dukungan sosial orangtua, resiliensi akademik, mahasiswa baru

**RELATIONSHIP BETWEEN PARENTS' SOCIAL SUPPORT AND
ACADEMIC RESILIENCE IN FRESH UNDERGRADUATE
STUDENTS 2022 FACULTY OF PSYCHOLOGY
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**Revi Amelia Dewi
15000119120071**

Faculty of Psychology
Universitas Diponegoro
reviameliad21@gmail.com

ABSTRACT

Fresh undergraduate students need to overcome various challenges and problems in the academic field, which is called academic resilience. Parents' social support is important for students to develop academic resilience. The purpose of this study was to determine the relationship between parental social support and academic resilience in fresh undergraduate students. The population of this study were first-year undergraduates students of the Faculty of Psychology, Universitas Diponegoro. Totaling 353 students, with a total sample of 112 students who were taken using a simple random sampling technique. The measurement tools used are the ARS-Indonesia scale (21 items, $\alpha = .899$) and the Parental Social Support scale (45 items, $\alpha = .967$). Data analysis used a simple linear regression parametric analysis method. The results show that there is a positive relationship between parental social support and academic resilience. Parental social support significantly predicted academic resilience scores, $\beta = .421$., $t(112) = 4,869$., $p < .001$. Parental social support also explained a significant proportion of variance in academic resilience scores, $R^2 = .177$., $F(1,110) = 23,704$., $p < .001$. The parental social support variable made an effective contribution of 17,7% to the academic resilience variable for fresh undergraduate students.

Keywords: Parental social support, academic resilience, fresh undergraduate students

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa dituntut untuk menghadapi berbagai tantangan dan masalah dalam menjalani kegiatan perkuliahan. Mahasiswa yang menjalani kegiatan perkuliahan menghadapi berbagai tantangan yaitu antara lain kompetisi antar teman, jumlah tugas yang banyak, adaptasi dengan lingkungan dan metode belajar yang baru, dan tantangan untuk menentukan karir di masa depan (Kariv & Heiman, 2005). Berdasarkan tingkat atau tahun studi, permasalahan dan tantangan mahasiswa dapat dibedakan menjadi mahasiswa tahun pertama yaitu tingkat awal, mahasiswa tahun kedua dan ketiga atau tingkat menengah, dan mahasiswa tahun keempat atau tingkat akhir. Masalah dan tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa tingkat awal yaitu kesulitan dalam beradaptasi dengan proses belajar dan lingkungan baru di perguruan tinggi. Masalah yang dihadapi oleh mahasiswa tingkat menengah umumnya yaitu jumlah tugas kuliah yang banyak, cara manajemen waktu antara kegiatan kuliah dan kegiatan di luar kuliah. Mahasiswa tingkat akhir pada umumnya menghadapi tantangan dalam penyusunan skripsi atau tugas akhir hingga selesai (Salim & Fakhurrozi, 2020).

Mahasiswa baru merupakan masa transisi dimana individu memasuki dunia perguruan tinggi setelah lulus dari sekolah menengah atas

dan mengalami transisi di berbagai bidang kehidupan, sehingga hal tersebut dapat membuat mahasiswa baru rawan mengalami stres, serta masalah kesehatan mental lainnya (Conley dkk., 2013). Periode tahun pertama perkuliahan dianggap sebagai waktu-waktu yang paling menantang, pada waktu ini mahasiswa menjumpai situasi baru yang beraneka macam, seperti sistem dan susunan perkuliahan yang baru, metode dan cara pembelajaran yang berbeda dari sekolah menengah atas, materi atau bahan belajar perkuliahan yang lebih kompleks, teman-teman yang berbeda latar belakang dan budaya, dan lingkungan tempat tinggal baru (Feldt dkk., 2011).

Permasalahan yang dihadapi mahasiswa baru antara lain yaitu persaingan yang ketat untuk meraih prestasi akademik maupun non akademik, tekanan untuk menaikkan nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), tugas kuliah yang beragam, pemilihan jurusan yang tidak tepat, ancaman keluar dari kuliah, penyesuaian diri terhadap lingkungan baru, rendahnya manajemen waktu dan manajemen diri, kesulitan mengatur keuangan, konflik hubungan antarpribadi dengan teman atau keluarga yang dapat mengakibatkan stres (Kholidah & Alsa, 2012). Tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa baru salah satunya adalah tantangan akademik, berupa waktu kuliah, jumlah tugas, struktur perkuliahan, dan beban kerja untuk melaksanakan kegiatan kuliah yang lebih kompleks dari sekolah menengah atas (Esmael dkk., 2018). Berbagai masalah dan tantangan akademik yang dihadapi mahasiswa ini tidak jarang membuat mahasiswa mengalami

perasaan tertekan, stres, cemas, hingga depresi (Pratiwi & Kumalasari, 2021).

Stres akademik merupakan suatu keadaan yang menunjukkan ketidakmampuan siswa dalam menghadapi dan mengatasi tuntutan dan masalah akademik, siswa menganggap bahwa tuntutan dan masalah akademik tersebut sebagai gangguan dan hambatan baginya (Barseli dkk., 2017). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 34,2% mahasiswa mengalami stres, 27,8% mahasiswa mengalami kecemasan, serta 20,2% mahasiswa mengalami depresi (American College Health Association, 2019). Hasil penelitian terhadap mahasiswa di Amerika menunjukkan bahwa dari 2031 partisipan, sebanyak 960 (48,14%) mahasiswa mengalami depresi dengan tingkat sedang hingga berat, sebanyak 775 (38,48%) mahasiswa mengalami kecemasan dengan tingkat sedang hingga berat, dan sebanyak 366 (18,04%) mahasiswa mengalami pikiran untuk bunuh diri, mayoritas partisipan sebanyak 1443 (71,26%) mahasiswa mengalami stres akademik dan kecemasan (Wang dkk., 2020). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa sering mengalami kecemasan akademik dengan taraf antara 15% sampai dengan 64,3% (Marthoenis dkk., 2018).

Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa mahasiswa baru mengalami stres dengan tingkat sedang sebesar 71,6%, dan mengalami stres berat ketika masa transisi sebesar 23,9% (Maulana dkk., 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 25% mahasiswa memiliki kecemasan rendah, 60% mahasiswa memiliki kecemasan sedang, dan 15% mahasiswa memiliki

kecemasan tinggi (Akbar, 2015). Penelitian pada 300 partisipan mahasiswa di Indonesia, mahasiswa dengan stres akademik tinggi yaitu 39 orang, mahasiswa dengan stres akademik sedang yaitu 225 orang, dan mahasiswa dengan stres akademik rendah yaitu 36 orang (Harahap dkk., 2020). Mahasiswa menjadi stagnan dan tidak berkembang dikarenakan mereka merasa lelah, beban yang berlebihan, depresi, dan waktu untuk kehidupan pertemanan dan keluarga tidak cukup (Slavin dkk., 2011).

Peneliti melakukan diskusi awal bersama tiga orang mahasiswa baru angkatan 2022 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang menghasilkan bahwa subjek sebagai mahasiswa baru mengalami berbagai perubahan salah satunya yaitu perubahan secara akademik. Perubahan secara akademik berupa perubahan sistem belajar, metode belajar, dan tugas-tugas kuliah yang berbeda dari sekolah menengah atas. Pada awalnya subjek menganggap perubahan dan tugas-tugas kuliah sebagai beban. Subjek merasa kaget dan syok dengan perubahan atau transisi yang dirasa subjek terlalu cepat. Subjek juga merasa tertekan dengan metode pembelajaran yang berbeda dengan sekolah menengah atas, tugas kuliah yang diberikan di awal perkuliahan banyak terutama tugas kelompok dengan tenggat waktu yang ditentukan membuat subjek mau tidak mau harus menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan maksimal. Perubahan-perubahan tersebut membuat subjek merasa kaget, syok, dan tertekan. Subjek merasa telah berusaha dan belajar namun hasilnya tidak sesuai dengan harapan. Subjek mendapat nilai yang tidak sesuai harapan sehingga mempengaruhi nilai Indeks Prestasi

Akademik (IPK) pada semester satu ini yang membuatnya merasa gagal, kecewa, dan pesimis dengan kemampuannya untuk menghadapi kegiatan perkuliahan. Subjek merasa gagal dan pesimis karena merasa kurang berusaha dan tidak mendapatkan yang terbaik di awal perkuliahan ini. Subjek membutuhkan resiliensi akademik untuk bangkit dari kegagalan tersebut, sehingga subjek dapat menjalani kegiatan perkuliahan di semester berikutnya dengan lebih baik.

Kesulitan ataupun tantangan dalam akademik merupakan hal yang sangat mungkin dihadapi oleh seluruh pelajar secara umum. Sebagian besar mahasiswa menghadapi tantangan akademik yang tidak ekstrem, namun hal ini tetap menjadi masalah bagi mereka (Martin & Marsh, 2006). Mahasiswa lebih rentan terhadap gangguan atau penyakit kesehatan mental yang mencerminkan ketahanan mereka yang buruk terhadap stres dan perubahan akademik. Mahasiswa menghadapi tantangan akademik yang besar dan tidak mudah. Mahasiswa memerlukan kapasitas untuk mengatasi tantangan maupun situasi akademik yang sulit. Kapasitas untuk menghadapi tantangan akademik inilah yang disebut sebagai resiliensi akademik (Cheng & Catling, 2015).

Resiliensi akademik adalah respon individu terhadap aspek kognitif, emosional, dan perilaku ketika individu itu sedang menghadapi situasi akademik yang sulit. Respon kognitif termasuk dalam dimensi introspeksi diri dan pencarian dukungan adaptif. Respon emosi termasuk dalam dimensi emosi negatif. Respon perilaku termasuk dalam dimensi ketahanan dan

ketekunan. Ketiga respon tersebut memperlihatkan apakah mahasiswa mempunyai tingkat resiliensi yang tinggi atau rendah, dan lebih tahan dalam situasi akademik yang sulit atau tidak (Cassidy, 2016).

Mahasiswa dengan resiliensi akademik yang baik tidak mudah menyerah dalam kesulitan akademik, selalu optimis, berpikir positif dan mampu memecahkan masalah (Corsini, 2002). Siswa yang tangguh secara akademis adalah mereka yang mempertahankan tingkat pencapaian, motivasi, dan prestasi yang tinggi meskipun menghadapi peristiwa dan situasi akademik yang penuh tekanan (Septiana, 2021).

Mahasiswa yang tingkat resiliensi akademiknya yang tinggi memiliki stres akademik yang lebih rendah (Oyoo dkk., 2018). Kesejahteraan subjektif mahasiswa dapat meningkat ketika mahasiswa memiliki tingkat resiliensi akademik yang tinggi (Amelasasih dkk., 2018). Mahasiswa memerlukan harga diri dan resiliensi akademik yang baik supaya dapat mempersiapkan diri menjadi mahasiswa yang taat akan Tri Dharma Perguruan Tinggi (Sholichah dkk., 2018). Dukungan sosial teman sebaya yang baik dapat meningkatkan resiliensi akademik, mahasiswa dapat mengembangkan resiliensi akademiknya ketika mendapat dukungan sosial (Frisby dkk., 2020).

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi akademik antara lain yaitu spiritualitas, *self efficacy*, optimisme, *self esteem*, dan dukungan sosial (Missasi & Izzati, 2019). Dimensi resiliensi akademik *reflective and adaptive help seeking* juga menjelaskan bahwa dukungan sosial

dapat mempengaruhi resiliensi akademik, dimana individu dapat mencari bantuan atau dukungan sosial dari orang lain (Cassidy, 2016). Dukungan sosial karena berdasar hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi resiliensi (Achour & Nor, 2014; Narayanan & Onn, 2016; Şahin Baltacı & Karataş, 2015).

Seseorang menerima dukungan sosial pertama kali dari orangtuanya, karena orangtua atau kerabat adalah lingkungan pertama dan terdekat seseorang (Friedman, 2000). Dukungan orangtua sangat penting dalam kehidupan mahasiswa (McCulloh, 2022). Dukungan yang diberikan oleh orangtua terhadap anak, baik dalam hubungan yang positif maupun dalam bentuk keterlibatan dalam pendidikan anak diidentifikasi sebagai faktor protektif penting dalam meningkatkan resiliensi akademik (Li, 2017). Ketika orangtua terlibat aktivitas dan akademik anak mereka di rumah, anak akan memiliki tingkat harga diri dan prestasi akademis yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak-anak yang orangtuanya hanya menginvestasikan dana untuk sekolah anaknya (Ho, 2003). Dukungan orangtua menumbuhkan motivasi dan ketekunan dalam bidang akademik yang akan meningkatkan kinerja akademik anak (Mih, 2013). Orangtua berperan penting dalam perkembangan anak saat mereka tumbuh dewasa dan belajar bagaimana menjalani kehidupan. Salah satu peran utama orangtua untuk anak mereka adalah mempengaruhi bagaimana akademik harus dikejar dan dicapai sepanjang hidup. Orangtua membentuk cara anak memandang akademik

karena orangtua dapat menjadi motivator untuk keberhasilan akademik anak (Ruholt dkk., 2015).

Dukungan orangtua untuk anak dengan keterampilan akademik dan kejuruan spesifik dapat membantu mereka menaikkan tingkat kepercayaan diri dan menyelesaikan studi serta mengejar karir (Turner dkk., 2003). Dukungan orangtua memiliki peran sebagai sistem pengaman ketika mahasiswa sedang mengatasi tantangan dan kesulitan akademik (Swartz dkk., 2011).

Mahasiswa baru yang merupakan masa transisi perlu melakukan penyesuaian diri di bidang akademik. Dukungan sosial dari orangtua penting bagi mahasiswa baru karena membantu menaikkan tingkat kemampuan beradaptasi mahasiswa baru secara keseluruhan, termasuk adaptasi secara akademik (Friedlander dkk., 2007). Penelitian ini mengenai hubungan dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik pada subjek mahasiswa baru karena mayoritas mahasiswa baru menghadapi berbagai tantangan, tekanan, dan kondisi sulit sehingga mahasiswa baru membutuhkan resiliensi (Widuri, 2012).

Kesimpulan yang diperoleh dari penjelasan di atas adalah bahwa secara empiris resiliensi akademik merupakan kemampuan individu untuk menghadapi tantangan akademik baik secara kognitif, afektif, maupun perilaku (Cassidy, 2016). Dukungan sosial dari orangtua merupakan suatu sumber eksternal yang berperan penting dalam membantu individu untuk mengatasi dan menghadapi suatu permasalahan yang dalam hal ini yaitu

masalah dan tantangan akademik di perkuliahan (Taylor, 2015). Adanya dukungan sosial yang diberikan orangtua untuk anaknya yang merupakan mahasiswa baru dapat membantu anak menghadapi berbagai situasi dan lingkungan baru terutama di bidang akademik sehingga mahasiswa dapat menjalani kegiatan perkuliahan dengan baik serta mengembangkan tingkat resiliensi akademiknya.

Berdasarkan penjabaran latar belakang, peneliti tertarik untuk meneliti dan mengetahui secara empiris hubungan antara dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik pada mahasiswa baru angkatan 2022. Penelitian ini penting dilakukan karena berdasarkan hasil tinjauan literatur diperoleh bahwa studi mengenai resiliensi akademik meskipun telah banyak dikaji namun dengan sampel mahasiswa tingkat akhir (Sari & Indrawati, 2016), serta sampel minoritas (Tudor & Spray, 2017), misalnya adalah populasi siswa yang berisiko (Yavuz & Kutlu, 2016), dan kelompok siswa imigran (Esteban & Martí, 2014). Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan sampel pelajar umum yaitu mahasiswa baru, karena mahasiswa baru angkatan 2022 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro menghadapi berbagai situasi baru, tantangan dan kesulitan akademik, serta kegagalan akademik di dunia perkuliahan, sehingga mahasiswa baru angkatan 2022 memerlukan resiliensi akademik. Pada penelitian terdahulu belum membahas hubungan dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik pada mahasiswa baru angkatan 2022 khususnya pada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Penelitian terdahulu juga belum

menyampaikan besar sumbangan efektif variabel dukungan sosial orangtua terhadap variabel resiliensi akademik. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti merumuskan studi mengenai “Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Baru Angkatan 2022 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, rumusan masalah yang hendak dikaji pada penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik pada mahasiswa baru angkatan 2022 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan guna mengetahui hubungan empiris antara dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik pada mahasiswa baru angkatan 2022 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat menjadi referensi terhadap penerapan ilmu ataupun pengembangan penelitian ilmiah di bidang psikologi mengenai hubungan antara dukungan sosial orangtua dalam psikologi pendidikan dan resiliensi akademik mahasiswa baru.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan informasi serta tambahan sumber referensi mengenai hubungan antara dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik untuk membantu mahasiswa baru mengembangkan resiliensi akademik melalui dukungan sosial orangtua.

b. Bagi Fakultas Psikologi

Hasil penelitian diharapkan mampu menyumbangkan kontribusi berupa informasi, referensi, dan gambaran umum mengenai hubungan antara dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik, sehingga dukungan sosial orangtua dapat menjadi pertimbangan untuk merancang intervensi resiliensi akademik.

c. Bagi Peneliti Berikutnya

Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan tambahan sumber referensi dan informasi bagi peneliti berikutnya ketika melakukan penelitian berkaitan dengan dukungan sosial orangtua dan resiliensi akademik.