



Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa

Danendra Putra Hantoro, Dwi Nastiti*

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Abstrak: Resiliensi akademik sangat besar manfaatnya bagi mahasiswa yaitu memberikan dukungan kepada mahasiswa agar tetap bertahan dalam menghadapi tantangan dan kesulitan, serta menumbuhkan rasa tanggung jawab terhadap akademiknya, tetapi masih ditemukan fenomena mahasiswa yang bermasalah dalam resiliensi akademiknya seperti mudah putus asa serta menjadi kurang fokus menghadapi kesulitan akademik, saat mengalami kesulitan kurang dalam mencari bantuan dari pihak lain dan kurang dalam optimis juga pengendalian emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi keterkaitan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik pada mahasiswa. PAI PAUD di Institut Agama Islam Al Khoziny. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan seluruh populasi yang berjumlah 90 mahasiswa dijadikan sebagai sampel melalui teknik sampling jenuh. Data dikumpulkan menggunakan skala Dukungan Sosial dan Resiliensi Akademik, kemudian dianalisis dengan uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik ($r = 0.487$, $p < 0.05$). Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademiknya. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat dukungan sosial yang rendah cenderung memiliki resiliensi akademik yang lebih rendah.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Resiliensi Akademik, Mahasiswa

DOI: <https://doi.org/10.47134/pjp.v3i3.5819>

*Correspondence: Dwi Nastiti

Email: dwinastiti@umsida.ac.id

Received: 2-03-2026

Accepted: 23-04-2026

Published: 23-05-2026



Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: Academic resilience is very beneficial for students, namely helping students not to give up easily when faced with challenges and problems, and helping students be responsible for their academics, but there is still a phenomenon of students who have problems with their academic resilience such as giving up easily and becoming less focused on facing academic difficulties, when experiencing difficulties they are less able to seek help from others and less optimistic and controlling their emotions. Determining the connection between academic resilience and social support among PAI PAUD students at the Al Khoziny Islamic Institute was the aim of this study. This study employed a saturation sampling strategy in conjunction with a quantitative correlational approach. Ninety students participated in the study sample. The social support and academic resilience scales were used to gather data, and the Pearson Product Moment correlation test was used to analyze the results. According to the findings, social support and academic resilience were significantly positively correlated ($r=0.487$, $p < 0.05$). Students' academic resilience increases with the amount of social support they receive, on the other hand, pupils who receive little social support typically have poorer academic resilience.

Keywords: Academic Resilience, Social Support, Students

Pendahuluan

Pendidikan memiliki peran penting dalam kehidupan manusia dan menjadi salah satu kontribusi terbesar bagi kemajuan suatu bangsa dan negara. Semakin tinggi jenjang pendidikan yang ditempuh, semakin besar pula tanggung jawab serta kompleksitas beban akademik yang harus dihadapi ([Nur Erwanto et al., n.d.](#)). Pendidikan memiliki peran penting dalam pengembangan individu, baik secara akademik maupun sosial. Namun, proses belajar tidak selalu berjalan mulus. Banyak siswa dan mahasiswa menghadapi berbagai tantangan, seperti tekanan akademik, masalah pribadi, dan kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan. Dalam menghadapi tantangan tersebut, mahasiswa membutuhkan kemampuan tertentu. Dalam ranah psikologi, kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi tantangan akademik dikenal sebagai resiliensi akademik ([Sholichah et al., 2018](#)). Kemampuan dalam resiliensi akademik merupakan salah satu faktor yang berperan dalam menentukan keberhasilan seseorang dalam menempuh pendidikan ([Febriyola et al., 2023](#)).

Resiliensi atau ketahanan merujuk pada kemampuan seseorang untuk tetap bertahan atau bangkit kembali dari tekanan serta kesulitan, yang pada akhirnya menjadikan individu lebih kuat. Individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi cenderung memiliki hasil kesejahteraan yang lebih baik, seperti perilaku pro-sosial, keterlibatan dalam aktivitas sosial, hubungan positif dengan teman sebaya, serta partisipasi dalam pendidikan. Selain itu, resiliensi juga memiliki keterkaitan dengan berbagai gejala internal maupun eksternal ([Supriyadi & Kartini, 2022](#)). Resiliensi memungkinkan seseorang untuk bersikap fleksibel dalam menghadapi berbagai situasi, sehingga mampu mengatasi, mencegah, mengurangi, bahkan menghilangkan dampak negatif yang terjadi pada aspek sosial, keterampilan kejuruan, stres, dan pendidikan. Kehidupan seseorang akan lebih baik dengan resiliensi yang baik. Keyakinan yang teguh untuk mencapainya kemungkinan besar mempengaruhi orang yang memiliki resiliensi yang kuat, sementara keyakinan yang tidak pasti dapat menyebabkan kinerja tidak stabil. Untuk membangun resiliensi yang optimal, keyakinan yang tinggi diperlukan, karena semakin rendah keyakinan seseorang, semakin besar peluang mereka untuk gagal ([Mufidah, 2017](#)). Adanya resiliensi akademik memungkinkan peserta didik untuk tetap meningkatkan keberhasilannya dalam pendidikan meskipun menghadapi berbagai tantangan ([Wiyono et al., 2023](#)).

Di lingkungan perkuliahan, mahasiswa kerap menghadapi berbagai tuntutan, tantangan, serta permasalahan akademik. Selain itu, mahasiswa juga diharuskan untuk mampu mengatasi beragam kesulitan yang ada ([Pratiwi & Kumalasari, 2021](#)). Dari awal perkuliahan hingga akhir, mahasiswa menghadapi tantangan. Menurut Kariv dan Heiman, mahasiswa menghadapi berbagai hambatan, seperti persaingan akademik di kelas, kesulitan dalam mengatur waktu atau menyelesaikan tugas, menyesuaikan diri dengan ruang belajar yang baru, serta menghadapi kesulitan dalam menerapkan metode belajar tertentu ([Candrakanti & Chusairi, n.d.](#)). Ketahanan diri dalam menghadapi situasi hidup yang kurang menyenangkan serta kemampuan untuk mengubahnya menjadi pengalaman

yang lebih bermakna dikenal sebagai resiliensi. Resiliensi sendiri merupakan bentuk ketangguhan dalam mempertahankan diri di berbagai keadaan ([Wiyono et al., 2023](#)).

Tekanan akademik yang tinggi dapat meningkatkan risiko stres, kecemasan, bahkan depresi pada mahasiswa (Pratiwi & Kumalasari, 2021). Studi ACHA-National College Health Assessment II (ACHA-NCHA) yang dilakukan pada tahun 2019 menemukan bahwa 20,2% mahasiswa depresi, 34,2 persen mengalami stres, dan 27,8 persen mengalami kecemasan ([Cheng & Catling, 2015](#)). Dari kasus tersebut, terlihat bahwa siswa menghadapi tekanan yang signifikan karena pendidikan mereka. Resiliensi akademik sangat penting untuk membantu siswa bertanggung jawab atas pencapaian akademik mereka dan mencegah mereka menyerah ketika menghadapi kesulitan dan masalah ([Sholichah et al., 2018](#)). Data Kemenristekdikti (2023) menunjukkan bahwa sepanjang tahun 2022, sebanyak 375.134 mahasiswa mengundurkan diri, berhenti kuliah, atau dikeluarkan dari universitas. Provinsi Jawa Barat memiliki jumlah mahasiswa yang meninggalkan perkuliahan tertinggi ketiga, dengan 39.661 orang. Dari sudut pandang bimbingan dan konseling, fenomena seperti putus kuliah, gangguan mental, dan perilaku maladaptif menunjukkan adanya mahasiswa yang gagal menyelesaikan tugas perkembangan dengan baik. Oleh karena itu, mahasiswa perlu membangun ketahanan akademik sebagai bekal menghadapi tekanan, menjaga kesehatan mental, dan memastikan keberlanjutan studi secara mandiri ([Adawiyah et al., 2024](#)).

Resiliensi akademik didefinisikan oleh Martin sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi tantangan yang dianggap sebagai ancaman utama bagi kemajuan pendidikannya. Resiliensi akademik juga merupakan komponen penting yang harus dimiliki oleh mahasiswa karena mencerminkan kemampuan mereka untuk bertahan dan meningkatkan keberhasilan dalam menyelesaikan pendidikan mereka meskipun menghadapi berbagai tantangan akademik ([Pratiwi & Kumalasari, 2021](#)). Resiliensi akademik sangat penting bagi mahasiswa karena dapat membantu mereka menghadapi tantangan, membuatnya tidak mudah menyerah saat menghadapi masalah akademik, dan tetap menyelesaikan pendidikannya saat keadaan sulit. Namun, menurut Martin dan Marsh, mahasiswa yang memiliki daya tahan akademik yang tinggi mampu mengatasi empat situasi yaitu kegagalan (setback), tantangan (challenge), kesulitan (pressure), dan tekanan (tekanan) ([Puteri & Syafrina, 2022](#)). Menurut Cassidy resiliensi akademik yaitu kapasitas mahasiswa untuk bangkit dan beradaptasi secara efektif dalam menghadapi tantangan, tekanan dan kesulitan akademik. Cassidy mengemukakan dimensi resiliensi akademik yang terdiri dari ketekunan (perseverance), mencari bantuan adaptif (reflecting and adaptive help-seeking), dan mengatasi perasaan negatif dan respon emosional (negative affect and emotional response) ([Tara Ayodani et al., 2023](#)).

Morales menjelaskan ketika permasalahan muncul, seseorang memiliki kontrol total atas dirinya. Mereka berhasil mengatasi situasi sulit. Resiliensi akademik merupakan kemampuan untuk mengatasi masalahnya ([Pratiwi & Kumalasari, 2021](#)). Resiliensi akademik yang rendah dapat memengaruhi pengambilan keputusan, interaksi sosial, serta kemampuan untuk tetap termotivasi. Menurut Cassidy mahasiswa yang mampu bertahan

dengan baik dalam akademik dapat menghadapi berbagai masalah, semua siswa menunjukkan respons yang berbeda-beda, seperti tetap gigih dan berkomitmen terhadap rencana serta tujuan, memahami penyebab kesulitan yang dihadapi, serta mencari bantuan atau solusi. Selain itu, untuk dapat mengatasi situasi sulit di akademik, mahasiswa juga perlu mengendalikan emosi dan memiliki sikap optimis (Tara Ayodani et al., 2023). Keyakinan mahasiswa terhadap diri mereka sendiri, orang lain, dan lingkungan mereka dipengaruhi oleh resiliensi akademik mereka. Dengan kata lain, resiliensi akademik bergantung pada kesehatan mental mereka (Agustin et al., 2022). Individu dengan resiliensi akademik yang tinggi menunjukkan kondisi mental yang baik. Namun, tidak sedikit pula individu dengan tingkat resiliensi akademik yang rendah, sehingga mereka mengalami kesulitan dalam menghadapi berbagai permasalahan di akademik (Mubayyinah et al., n.d.).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh D. Febriyola, menemukan bahwa pengaruh dukungan sosial dari teman sebaya dan guru terhadap resiliensi akademik siswa umumnya berada di kategori rendah hingga sedang. Namun, ada beberapa mahasiswa yang berada di kategori tinggi dengan 11,4% atau 56 mahasiswa, di kategori sedang dengan 73,9 persen atau 362 siswa, dan di kategori rendah dengan 14,7 persen atau 72 mahasiswa (Febriyola et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih memiliki resiliensi akademik yang rendah, dengan dukungan sosial dari teman sebaya dan dosen berperan penting dalam membentuk tingkat resiliensi tersebut.

Peneliti melakukan Survey di Institut Agama Islam Al Khoziny sebagai langkah awal untuk memahami karakteristik resiliensi akademik mahasiswa dalam konteks pendidikan. Hasil survey yang dilakukan peneliti pada 13 mahasiswa Institut Agama Islam Al Khoziny bahwa sebanyak 61,5% atau 8 mahasiswa tidak mudah menyerah dan tetap bisa fokus menyelesaikan masalah akademik, sebaliknya sebanyak 38,5% atau 5 mahasiswa mudah putus asa dan menjadi kurang fokus menghadapi kesulitan akademik (*perseverance*). Sebanyak 69,2% atau 9 mahasiswa berusaha mencari bantuan saat mengalami kesulitan akademik, sebaliknya 30,8% mahasiswa atau 4 mahasiswa saat mengalami kesulitan kurang ada usaha mencari bantuan dari pihak lain (*reflecting and adaptive help-seeking*). Sebanyak 46,2% atau 6 mahasiswa dapat mengontrol emosinya dan selalu optimis, sebaliknya 53,8% atau 7 mahasiswa kurang dalam optimis dan pengendalian emosi (*negative affect and emotional response*). Resiliensi akademik menurut Cassidy memiliki 4 aspek yaitu *perseverance, reflecting and adaptive help-seeking, negative affect and emotional response* (Ayodani et al., 2023). Hasil survey pada 13 mahasiswa Institut Agama Islam Al Khoziny menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih memiliki resiliensi akademik yang rendah temuan ini menegaskan bahwa aspek-aspek resiliensi seperti ketekunan, pencarian bantuan adaptif, dan pengelolaan emosi belum sepenuhnya berkembang pada sebagian mahasiswa, sehingga perlu mendapat perhatian serius.

Dua faktor utama yang memengaruhi resiliensi akademik seseorang, menurut Rojas. Pertama, faktor risiko adalah kemiskinan, konflik dalam keluarga, kondisi ekonomi yang buruk, kurangnya dukungan sosial, kedisiplinan yang rendah, dan ketidakmampuan orang tua untuk mengasuh anak dengan baik. Kedua, faktor perlindungan adalah faktor seperti

dukungan keluarga dan ketidakmampuan orang tua untuk mengasuh anak dengan baik ([Candrakanti & Chusairi, n.d.](#)). Selain itu, Rojas menjelaskan bahwa resiliensi akademik didorong oleh kemampuan untuk berempati, optimisme, ketekunan, motivasi, tujuan dan misi akademik yang jelas, serta kemampuan untuk memecahkan masalah ([Candrakanti & Chusairi, n.d.](#)). Selanjutnya, Everall menyatakan bahwa tiga faktor memengaruhi resiliensi akademik siswa. Pertama, faktor individu, yang mencakup kepercayaan diri (*self-esteem*) dan keterampilan sosial siswa. Kedua, faktor keluarga, yang mencakup kasih sayang, pola asuh, kepedulian, perhatian, dan hubungan positif dengan anggota keluarga. Terakhir, faktor komunitas, yaitu lingkungan terdekat seseorang, sangat memengaruhi kemampuan akademik siswa ([Puteri & Syafrina, 2022](#)).

Dalam penelitian tentang resiliensi akademik, dukungan sosial dikaitkan sebagai faktor yang memengaruhinya. Semakin banyak dukungan sosial yang diterima seseorang baik secara emosional, informasional, maupun instrumental dari keluarga dan teman semakin baik pula tingkat resiliensi akademiknya ([Putri & Nursanti, 2020](#)). Menurut Baron & Bryne, teman atau keluarga yang memberikan kenyamanan fisik dan mental disebut dukungan sosial. Karena manusia adalah makhluk sosial, dukungan ini sangat penting bagi setiap anggota masyarakat. Dalam hal ini, dukungan sosial didefinisikan sebagai penerimaan rasa aman, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan oleh individu atau kelompok ([Rudiani et al., 2021](#)). Menurut Zimet, dukungan yang signifikan dari teman, keluarga, dan orang lain merupakan bagian dari dukungan sosial. Individu yang memiliki dukungan sosial ini akan menggunakannya untuk mengurangi stres ([Agustin et al., 2022](#)). Menurut Sarafino dukungan sosial yaitu ketika seseorang mendapatkan kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan dari orang lain atau kelompok. Aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino yang mengacu pada aspek a. dukungan emosi (*Emotional Support*), b. dukungan penghargaan (*Esteem support*), c. dukungan instrumental (*Tangible or instrumental support*), d. dukungan informasi (*Informational support*) ([Said et al., 2021](#)).

Dengan dukungan sosial yang diterima, mahasiswa dapat memperoleh berbagai informasi tentang pelajaran dan memiliki komunitas untuk belajar bersama, serta merasakan kenyamanan karena berada di lingkungan dengan individu sebaya. Selain itu, dukungan sosial juga dapat berupa bantuan, seperti memberikan masukan ketika menghadapi masalah, yang semuanya berkontribusi besar terhadap prestasi belajar individu. Santrock juga mengungkapkan bahwa salah satu fungsi utama dukungan sosial adalah sebagai sumber informasi eksternal, termasuk saran terkait keterampilan atau keahlian yang dimiliki serta pemahaman mengenai apakah tindakan yang dilakukan kurang baik, setara, atau bahkan lebih baik ([Candrakanti & Chusairi, n.d.](#)). Penelitian terdahulu menjelaskan bahwa dukungan sosial berkontribusi sebagai motivasi, rasa aman, dan keyakinan kepada individu, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan akademik. Ketika individu merasa didukung, mereka cenderung lebih mampu mengatasi stres dan kesulitan, yang berkontribusi pada peningkatan resiliensi akademik mereka ([Said et al., 2021](#)). Sedangkan jika dukungan sosial

yang diterima rendah, individu berisiko lebih besar mengalami berbagai kelemahan, seperti keterbatasan dalam berinteraksi dengan orang lain serta dampak psikologis negatif yang dapat memengaruhi kesejahteraan mereka ([Ayodani et al., 2023](#)). Dengan demikian, peneliti melihat bahwa dukungan sosial mampu meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa. Apabila mahasiswa mendapat dukungan sosial yang tinggi, maka tingkat resiliensi akademiknya juga akan semakin tinggi.

Penelitian tentang resiliensi akademik sudah banyak dilakukan dan dikaitkan dengan berbagai faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik ([Sari & Zaini, 2024](#)). Penelitian yang dilakukan oleh Argyros & Johnson menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa ([Dahlan et al., 2023](#)). Meskipun demikian, penelitian yang dilakukan oleh U. Wiyono dkk menemukan bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan kemampuan akademik mahasiswa ([Wiyono et al., 2023](#)). Karena adanya perbedaan dua hasil penelitian sebelumnya, penelitian ini menelusuri hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik dalam konteks mahasiswa di Institut Agama Islam Al Khoziny. Penelitian ini memberikan kontribusi baru dalam memperkaya pemahaman hubungan antara kedua variabel.

Peneliti merumuskan pertanyaan penelitian apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik berdasarkan fenomena masalah dan analisis teoritis kedua variabel. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kedua variabel tersebut berhubungan satu sama lain. Berdasarkan teori yang telah dijelaskan, peneliti mengusulkan hipotesis bahwa terdapat hubungan yang positif dukungan sosial dan resiliensi. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi resiliensi akademiknya.

Metodologi

Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif korelasional meneliti bagaimana dua variabel atau lebih berkorelasi satu sama lain (Sugiyono, 2016). Pada penelitian ini Dukungan Sosial merupakan variabel independent dan Resiliensi Akademik menjadi variabel dependent. Populasi pada penelitian ini yaitu 90 mahasiswa semester 2–8, Prodi PAI PAUD Institut Agama Islam Al Khoziny. Sampel yang digunakan yaitu seluruh anggota populasi yaitu 90 mahasiswa. Dengan demikian teknik sampling yang digunakan yaitu *sampling jenuh* dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel ([Sugiyono, 2018](#)).

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu skala Dukungan Sosial yang diadopsi dari penelitian Wahyu Susanti yang disusun berdasarkan aspek dukungan sosial teori Sarafino yaitu a. dukungan emosi (*Emotional Support*), b. dukungan penghargaan (*Esteem support*), c. dukungan instrumental (*Tangible or instrumental support*), d. dukungan informasi (*Informational support*) ([Susanti, 2023](#)). Hasil uji reliabilitas dengan skor *Cronbach's Alpha* 0,825 yang artinya aitem reliabel dan dapat digunakan untuk skala penelitian. Skala Resiliensi Akademik dengan adaptasi dari penelitian Hetti Rahmawati yang disusun berdasarkan dimensi Resiliensi Akademik teori Cassidy a. ketekunan (*perseverance*), b. mencari bantuan adaptif (*reflecting and adaptive help-seeking*), c. mengatasi perasaan negatif

dan respon emosional (*negative affect and emotional response*) ([Cassidy, 2016](#)). Hasil uji reliabilitas dengan skor *Cronbach's Alpha* 0,824 yang artinya aitem reliabel dan dapat digunakan untuk skala penelitian. Kedua skala disusun berdasarkan skala Likert, yang digunakan untuk mengevaluasi pendapat dan perspektif. Untuk melengkapi skala, responden diminta untuk menunjukkan seberapa setuju mereka dengan serangkaian pertanyaan atau pernyataan. Skala Likert memiliki dua jenis pertanyaan yaitu *favorable* dan pertanyaan *unfavorable*. Pertanyaan *favorable* diberi skor 4, 3, 2, dan 1, sedangkan bentuk pertanyaan *unfavorable* diberi skor 1, 2, 3, 4. Terdapat empat opsi jawaban pada setiap skala, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai) ([Pranatawijaya et al., 2019](#)).

Uji korelasi Product Moment dari Pearson digunakan dalam penelitian ini untuk menentukan hubungan antara dua variabel yang berskala interval atau rasio dan berdistribusi normal. Hubungan antara dua variabel ini dianalisis menggunakan program SPSS for Windows. Tujuan uji ini adalah untuk menentukan kekuatan dan arah hubungan antara kedua variabel. Nilai koefisien korelasi berkisar dari -1 hingga 1 dan menunjukkan hubungan yang kuat dan positif. Sebaliknya, nilai yang lebih rendah menunjukkan hubungan yang lemah atau rendah.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Setiap variabel dalam penelitian ini dikategorikan ke dalam tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih jelas tentang distribusi tingkat dukungan sosial dan resiliensi akademik di antara partisipan dengan membuat kategorisasi ini. Berdasarkan data yang telah dikumpulkan dan dianalisis, hasil kategorisasi dukungan sosial dan resiliensi akademik disajikan berikut ini.

Tabel 1. Kategori Dukungan Sosial

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 52$	2	2.2 %
Sedang	$52 < X < 78$	40	44.5 %
Tinggi	$78 < X$	48	53.3 %
Jumlah		90	100 %

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil kategorisasi dukungan sosial sesuai dengan data yang dianalisis menunjukkan tingkat dukungan sosial responden. Kategorisasi ini menunjukkan sejauh mana tingkat dukungan sosial responden. Sebagian besar berada pada kategori tinggi, 48 mahasiswa dengan persentase 53.3%, sedangkan 40 mahasiswa dengan persentase 44.5% masuk ke dalam kategori sedang,

Tabel 2. Kategori Resiliensi Akademik

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 60$	3	3.3 %
Sedang	$60 < X < 90$	51	56.7 %
Tinggi	$90 < X$	36	40.0 %
Jumlah		90	100 %

Tabel diatas menunjukkan tingkat resiliensi akademik yang didapatkan dari partisipan. hasil kategorisasi resiliensi akademik sebagian besar tergolong pada kategori sedang dengan 51 mahasiswa dengan persentase 56.7%, sedangkan 36 mahasiswa dengan persentase 40.0% masuk kedalam kategori tinggi

Setelah dilakukan kategorisasi, langkah selanjutnya adalah melakukan uji asumsi untuk memastikan kelayakan analisis data. Uji asumsi yang dilakukan termasuk uji normalitas untuk menentukan apakah data berdistribusi normal, uji linearitas untuk menentukan apakah hubungan antara variabel bersifat linear, dan uji hipotesis untuk menentukan apakah ada atau tidaknya hubungan signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik siswa.

Dalam penelitian ini, *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* digunakan untuk menguji normalitas. Apabila nilai signifikansi ($p > 0,05$) ditemukan, data dianggap berdistribusi normal. Tabel uji normalitas yang dianalisis dengan program SPSS.

Tabel 3. Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov</i>	N	Sig
Dukungan Sosial Resiliensi Akademik	90	0.113

Tabel diatas menunjukkan hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov Test* diperoleh hasil nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* berdasarkan nilai residualnya yaitu $p = 0.113$, ($p > 0.5$). Dapat disimpulkan Kedua variabel tersebut memiliki distribusi data normal, yang berarti analisis selanjutnya dapat dilakukan.

Tabel 4. Uji Linearitas

ANOVA Table	Sig	F	Keterangan
Dukungan Sosial Resiliensi Akademik	0.540	0.964	Linear

Pada tabel 4 uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan linear antara kedua variabel tersebut. Hasil uji linearitas terhadap variabel dukungan sosial dan resiliensi akademik menunjukkan nilai signifikansi *Deviation from Linearity* dari linearitas sebesar 0,540 ($p > 0.05$). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear antara dukungan sosial dan resiliensi akademik.

Tabel 5. Uji Hipotesis

Variabel	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan
Dukungan Sosial	0.487	.000	Signifikan
Resiliensi Akademik	0.487	.000	Signifikan

Dengan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$), indeks korelasi adalah 0,487, menurut hasil uji hipotesis yang disajikan dalam Tabel 5. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis peneliti diterima, yaitu ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik. Dengan kata lain, lebih banyak dukungan sosial yang diterima, semakin baik pula resiliensi akademik yang diterima. Begitu pula sebaliknya lebih sedikit dukungan sosial yang diterima, semakin rendah resiliensi akademik mahasiswa.

Pembahasan

Hasil analisis menunjukkan hipotesis penelitian dapat diterima, dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Berdasarkan hasil uji hipotesis, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik pada siswa PAI PAUD di Institut Agama Islam Al Khoziny. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah dukungan sosial yang diterima siswa sebanding dengan tingkat ketahanannya akademik. Sebaliknya, jumlah dukungan sosial yang lebih rendah sebanding dengan tingkat ketahanannya akademik. Hasil ini menegaskan betapa pentingnya dukungan sosial untuk membantu siswa menghadapi tantangan akademik dan meningkatkan ketahanan mereka selama studi.

Hasil penelitian ini menjawab penelitian Argyros & Johnson, yang menyatakan bahwa dukungan sosial tidak mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa (Dahlan et al., 2023). Penelitian ini sejalan dengan temuan Wiyono, yang menemukan bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan resiliensi akademik mahasiswa (Wiyono et al., 2023). Penelitian ini memperkuat temuan yang mendukung peran penting dukungan sosial dalam membangun resiliensi akademik mahasiswa. Hal ini menegaskan bahwa dalam konteks mahasiswa PAI PAUD di Institut Agama Islam Al Khoziny, dukungan sosial sangat penting untuk membantu mereka mengatasi kesulitan akademik. Dengan demikian, penelitian ini memberikan perspektif tambahan terhadap perbedaan hasil penelitian sebelumnya dan memperkaya pemahaman mengenai bagaimana dukungan sosial berkontribusi terhadap resiliensi akademik mahasiswa dalam lingkungan tertentu.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Ayodani yang menyatakan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik. Semakin banyak dukungan teman sebaya yang diterima seseorang, semakin baik resiliensi akademik, dan sebaliknya (Ayodani et al., 2023). Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ahmed, untuk mengubah mahasiswa menjadi lebih baik, mendorong mereka untuk melakukan lebih banyak tugas, dan meningkatkan ketahanan akademik mereka, dukungan sosial sangat penting. Resiliensi dapat membantu menyesuaikan diri dengan situasi yang tidak menyenangkan (Ahmed et al., 2018). Resiliensi berarti mereka tidak mudah merasa korban

dari lingkungan atau situasi sulit mereka. Mereka juga mampu mengatasi masalah dengan cepat dan membuat keputusan yang baik dalam situasi sulit ([Listiyandini, 2016](#)).

Hasil penelitian ini sejalan dengan faktor teoritis yang dikemukakan oleh Bonano, menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi siswa adalah dukungan sosial ([Sari & Zaini, 2024](#)). Dukungan sosial merupakan bantuan yang diberikan oleh lingkungan sekitar, baik dalam bentuk materi maupun non-materi, yang berperan penting dalam kehidupan individu. Mahasiswa yang menerima dukungan sosial cenderung lebih kuat dalam menghadapi tantangan akademik, yang membuat mereka lebih termotivasi dan gigih untuk belajar. Resiliensi akademik mahasiswa dipengaruhi oleh elemen dukungan sosial mencakup kemampuan mereka untuk beradaptasi, mengatasi tekanan, dan bertahan dalam situasi sulit. Hal ini ditandai dengan ketekunan, introspeksi, sikap adaptif saat mencari bantuan, dan kemampuan untuk mengendalikan perasaan dan reaksi emosional ([Aini, 2020](#)).

Dengan dukungan sosial yang diterima oleh siswa PAI PAUD, resiliensi akademik mereka akan meningkat. Hasil kategorisasi penelitian dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa berada dalam kategori tinggi dengan persentase 53,3%, sementara resiliensi akademik mahasiswa sebagian besar masuk dalam kategori sedang dengan persentase 56,7%. Berdasarkan temuan ini, peneliti menyimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting bagi mahasiswa PAI PAUD. Meskipun tingkat resiliensi akademiknya sedang, tingginya dukungan sosial tetap berkontribusi dalam menumbuhkan resiliensi akademik mahasiswa.

Untuk menginterpretasikan temuan penelitian ini, perlu dipertimbangkan beberapa keterbatasannya. Keterbatasan utama terletak pada fokus penelitian yang hanya menyoroti satu faktor resiliensi, yaitu dukungan sosial, sebagai faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik. Padahal, terdapat faktor lain yang juga berkontribusi terhadap resiliensi akademik, yang dijelaskan oleh peneliti lain. Antara lain, *self-esteem* yang telah diteliti Sholichah ([Sholichah et al., 2018](#)). *Self-efficacy* yang telah diteliti Puteri dkk ([Puteri & Syafrina, 2022](#)). Keterbatasan lain yaitu jumlah populasi yang relatif kecil, yaitu sebanyak 90 mahasiswa dari program studi PAI PAUD di Institut Agama Islam Al Khoziny. Jumlah sampel yang terbatas perlu ada penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, sehingga temuan yang diperoleh hasilnya mungkin tidak dapat sepenuhnya mencerminkan kondisi mahasiswa di perguruan tinggi lain yang memiliki karakteristik berbeda, baik dalam hal lingkungan akademik, budaya, maupun sistem pembelajaran.

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa dukungan sosial yang tinggi maka semakin tinggi resiliensi akademik. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dapat menyebabkan siswa gagal dalam akademik. Selain itu, berdasarkan kategorisasi data, dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa pada kategori tinggi sedangkan resiliensi akademik mahasiswa lebih banyak terdapat pada kategori sedang

Meskipun resiliensi yang dimiliki mahasiswa berada pada kategori sedang, tingginya dukungan sosial tetap berperan dalam menumbuhkan resiliensi akademik. Hasil penelitian ini juga memperkaya literatur psikologi, khususnya mengenai faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik. Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting bagi mahasiswa PAI paud di Institut Agama Islam Al Khoziny. Mahasiswa harus menyadari bahwa ketahanan diri dalam menghadapi tekanan akademik, Resiliensi akademik sangat dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas dan studi mereka. Dengan demikian, lingkungan sosial, termasuk keluarga, teman sebaya, dan komunitas akademik, diharapkan dapat memberikan dukungan yang lebih besar agar mahasiswa mampu meningkatkan resiliensi akademik mereka. Hal ini akan membantu mereka lebih siap menghadapi tantangan akademik dan menyelesaikan studi dengan lebih baik.

Bagi penelitian selanjutnya yang tertarik meneliti masalah serupa, disarankan untuk mempertimbangkan faktor lain yang juga berperan penting dalam membangun resiliensi akademik dan berkontribusi terhadap resiliensi akademik. Selain itu, agar hasil lebih representatif dan memiliki tingkat validitas yang lebih tinggi, gunakan sampel yang lebih besar dan lebih beragam.

Referensi

- Adawiyah, V. R., Taufiq, A., & Saripah, I. (2024). Urgensi pendekatan bimbingan teman sebaya untuk meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 1074–1085. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5880>
- Agustin, A. H., Rini, R. A. P., & Pratitis, N. (2022). Manajemen konflik dan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program MBKM. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 105–112. <https://doi.org/10.29080/jpp.v13i2.773>
- Ahmed, U., Umrani, W. A., Qureshi, M. A., & Samad, A. (2018). Examining the links between teachers support, academic efficacy, academic resilience, and student engagement in Bahrain. *International Journal of Advanced and Applied Sciences*, 5(9), 39–46. <https://doi.org/10.21833/ijaas.2018.09.008>
- Aini, D. S. (2020). *Kontribusi disposisi berpikir kritis terhadap resiliensi akademik siswa kelas XII Kota Bandung pada pembelajaran jarak jauh*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Ayodani, B. T., Wibowo, D. H., & Universitas Kristen Satya Wacana. (2023). Dukungan sosial orang tua dan resiliensi akademik siswa SMP selama pembelajaran daring. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 8(1).
- Candrakanti, K. Q., & Chusairi, A. (n.d.). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Retrieved from <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>

- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 1787. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Cheng, V., & Catling, J. (2015). The role of resilience, delayed gratification and stress in predicting academic performance. *Psychology Teaching Review*, 21(1), 13–22. <https://doi.org/10.53841/bpsptr.2015.21.1.13>
- Dahlan, U. A., Rukmana, R., & Ismiradewi, I. (2023). The impact of social support and self-efficacy on the academic resilience of new students during the COVID-19 pandemic. *International Conference of Psychology Proceedings*.
- Febriyola, D., Ikhsan, H., & Kosasih, I. (2023). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan dosen terhadap resiliensi akademik mahasiswa rantau UPI dari luar Jawa Barat. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(7), 442–451.
- Listiyandini, R. A. (2016). *Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi*. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/318128262>
- Mubayyinah, M., Dasalinda, D., & Sebaya, D. S. T. (n.d.). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik.
- Mufidah. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi.
- Nur Erwanto, A. U., Firdiyanti, R., History, A., & Korespondensi, A. (n.d.). Pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang menempuh skripsi. Retrieved from <http://ejournal.setiabudi.ac.id/ojs/index.php/psikohumanika>
- Pranatawijaya, V. H., Widiatry, W., Priskila, R., & Putra, P. B. A. A. (2019). Penerapan skala Likert dan skala dikotomi pada kuesioner online. *Jurnal Sains dan Informatika*, 5(2), 128–137. <https://doi.org/10.34128/jsi.v5i2.185>
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan orang tua dan resiliensi akademik pada mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2). <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i1.5482>
- Puteri, I. A. W., & Syafrina, R. (2022). Hubungan antara academic self-efficacy dan resiliensi akademik pada mahasiswa pendidikan guru PAUD di masa pandemi COVID-19. *Sistema: Jurnal Pendidikan*, 3(1), 65–71.
- Putri, W. C., & Nursanti, A. (2020). The relationship between peer social support and academic resilience of young adult migrant students in Jakarta. *International Journal of Education*, 13(2), 122–130. <https://doi.org/10.17509/ije.v13i2.24547>

-
- Rudiani, F. H., Ramli, M., & Hotifah, Y. (2021). Hubungan dukungan teman sebaya, kecerdasan emosional dengan perilaku hedonis siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Tarakan. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(5), 356–361. <https://doi.org/10.17977/um065v1i52021p356-361>
- Said, A. A., Rahmawati, A., & Supraba, D. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(1), 32–44. <https://doi.org/10.26905/jpt.v16i1.7710>
- Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2024). Peran dukungan sosial pada penyesuaian akademik mahasiswa baru dengan resiliensi akademik sebagai mediator. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64–78. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.23190>
- Sholichah, I. F., Paulana, A. N., & Putri, F. (2018). Self-esteem dan resiliensi akademik mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018*, 191–197.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyadi, S., & Kartini, M. (2022). Intervensi untuk meningkatkan resiliensi pada remaja. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 8(1), 16–25. <https://doi.org/10.56186/jkkb.99>
- Susanti, W. (2023). *Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi*.
- Wiyono, U., Indreswari, H., & Muslihati. (2023). Hubungan antara keterampilan coping dan dukungan sosial terhadap resiliensi akademik mahasiswa tingkat awal Sekolah Tinggi Teologi Satyabhakti Malang dan rekomendasi bagi layanan bimbingan dan konseling. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 209–231. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.5101>