

## **Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa**

**Ainurrohmah<sup>1</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl Semolowaru No.45

**Adnani Budi Utami<sup>2</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl Semolowaru No.45

**Hetti Sari Ramadhani<sup>3</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl Semolowaru No.45

E-mail: [adnani@untag-sby.ac.id](mailto:adnani@untag-sby.ac.id)

### **Abstract**

*In order to create a superior campus, students are required to be able to adapt to change, be able to have resilience in learning even after graduating from their educational institution. The ability to survive in the scope of education is called Academic Resilience. Knowing whether or not there is a difference in the level of academic resilience is the aim of this research, the subject is students at the University of 17 August 1945 Surabaya, with a total sample of 384 students. This research uses quantitative methods with a comparative approach, the sampling technique in this research uses purposive sampling. The data collection instrument in this research used a scale (Likert and Guttman scoring) created using the Google form as a tool with data type interval and nominal. The data analysis technique in this research uses the Mann Withney U-Test. The results in this research indicate that the hypothesis is accepted. Seeing the obstacles that students must go through, an appropriate response is needed to the pressure experienced so that students have good resilience, so that students are able to complete lecture activities properly.*

**Keywords :** Academic Resilience; Coping Strategy; Student

### **Abstrak**

*Agar terciptanya kampus unggul maka mahasiswa diharuskan untuk mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan, mampu memiliki ketahanan dalam belajar bahkan setelah lulus dari instansi pendidikannya. Kemampuan untuk bertahan dalam lingkup pendidikan ini dinamakan Resiliensi Akademik. Mengetahui ada atau tidak perbedaan tingkat resiliensi akademik merupakan tujuan dari penelitian ini, subjeknya adalah mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, dengan total sampelnya sebesar 384 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan komparatif, teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling, Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala (penyekoran Likert dan Gutmann) yang di buat menggunakan google form sebagai alat bantu dengan jenis data interval dan nominal. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan Mann Withney U-Test. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Melihat hambatan yang harus dilalui mahasiswa maka dibutuhkan respon yang tepat terhadap tekanan yang di alami (coping) agar mahasiswa memiliki resiliensi yang baik, sehingga mahasiswa mampu menuntaskan aktivitas perkuliahan dengan baik.*

**Kata Kunci :** Mahasiswa; Resiliensi Akademik; Strategi Coping

### Pendahuluan

Demi terciptanya generasi penerus bangsa yang unggul, pemerintah tentunya memiliki banyak sekali program yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas diri dari mahasiswa di Indonesia. Pemerintah memberikan dorongan bagi perguruan tinggi diseluruh Indonesia untuk melaksanakan 8 Indikator kinerja Utama (IKU) yang ditetapkan oleh Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 754/P/2020/ dan Nomor 3/M/2021 (Kemendikbud.go.id). Indikator Kinerja utama itu meliputi. Pertama, lulusan mendapatkan pekerjaan layak, yang kedua mahasiswa mendapat pengalaman diluar kampusnya, dosen yang berkegiatan di luar kampus, praktisi mengajar di kampus, hasil kerja dosen bermanfaat dan di gunakan masyarakat, keenam program studi menjalin kerjasama dengan mitra kelas dunia, selanjutnya ke tujuh kelas kolaboratif dan partisipatif, dan terakhir program studi berstandar internasional. Keseluruhan informasi mengenai IKU tersebut, menjadi perhatian pada poin pertama, kedua dan ketujuh, yang fokusnya adalah pada mahasiswa. Agar terciptanya kampus unggul maka mahasiswa diharuskan untuk mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan, mampu memiliki ketahanan dalam belajar bahkan setelah lulus dari instansi pendidikannya. Kemampuan untuk bertahan ini dinamakan Resiliensi Akademik (Hendriani, 2018).

Resiliensi merupakan kemampuan untuk menghadapi kemunduran atau tekanan akademik secara efektif (Martin & Marsh, 2003). Definisi lain dari resiliensi akademik menurut Cassidy (dalam Wulandari & Kumalasari, 2022) adalah kemampuan siswa untuk bertahan hidup setelah menyelesaikan pendidikannya, bahkan ketika dihadapkan pada situasi yang penuh tekanan. Boatman (2014) juga beranggapan bahwa resiliensi akademik merupakan kekuatan dari dalam dan dari luar untuk mengatasi berbagai pengalaman kurang baik yang menekan dan berakibat menghambat proses dalam belajar, sehingga individu mampu beradaptasi dengan baik dan mampu menuntaskan tuntutan akademik secara optimal. Resiliensi merupakan kemampuan yang penting dalam menentukan keputusan yang sulit di waktu-waktu yang mendesak (Aziz & Noviekayati, 2016).

Para mahasiswa dan peserta didik di Indonesia mengalami banyak hambatan dalam proses belajar dan menuntaskan studinya. Tidak semuanya mampu menghadapi dan menuntaskan masalah itu. Hal ini di ketahui dari adanya mahasiswa dan peserta didik yang belum berhasil menyelesaikan pendidikannya (Dwiastuti dkk, 2021). Data Nasional dari Kemenristekdikti menunjukkan jika adanya kenaikan sebanyak 452.451 mahasiswa (5%) yang mengalami putus perkuliahan dari periode 2018 hingga 2019 (Kemenristekdikti, 2018,2019). Merujuk pada data penelitian lain di tahun 2020 menunjukkan, terdapat 601.333 mahasiswa putus kuliah. Tercatat sebesar 79,5% mahasiswa dari Perguruan Tinggi Swasta (PTS) mengalami putus kuliah, yang berarti PTS menjadi penyumbang putus kuliah terbanyak di tahun 2020 (Kemenristekdikti, 2020). Dilansir dari jawapos.com, di

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

tahun 2021 selama pandemi covid-19 terdapat lebih dari setengah juta mahasiswa mengalami putus kuliah.

Berdasarkan data tersebut, juga di temukan data lapangan dengan melakukan wawancara yang dilakukan dengan menggunakan metode wawancara gabungan antara terstruktur dan tidak terstruktur. Masalah yang sering dihadapi mahasiswa berdasarkan wawancara pada beberapa mahasiswa menggunkan pertanyaan terstruktur, ditemukan masalah yang sering dihadapi mahasiswa selama menjalani perkuliahan, diantaranya cemas saat mengerjakan skripsi, berusaha menghindari dosen pembimbing, kesulitan membagi waktu antara mengerjakan tugas dan organisasi, kesulitan untuk bersikap asertif, merasa kecewa terhadap sistem pembelajaran yang tidak sesuai harapan mahasiswa, menunda tugas kuliah karena merasa kesulitan menyusunnya dengan sempurna, permasalahan ekonomi sehingga harus cuti, dan terakhir kurangnya dukungan sosial serta interaksi dari teman untuk berdiskusi menyebabkan ketahanan dalam belajar menjadi mengalami hambatan.

Berdasarkan kondisi-kondisi ini tentunya mahasiswa memiliki cara tersendiri dalam menuntaskan permasalahan. Hasil wawancara dari pengisi kuesioner tersebut didapatkan beberapa mahasiswa yang bersedia untuk ditanyai lebih dalam, terkait permasalahan akademiknya. Sebut saja T mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi, T cenderung menarik diri dari lingkungan pertemanan, hal ini disebabkan karena T merasa takut membebani teman yang lain, selain itu T sering menangis karena merasa tidak berdaya dengan permasalahan yang sedang dihadapi, namun pada akhirnya tetap di hadapi. Selain T ada juga D mahasiswa yang sedang menjalankan perkuliahan, D merasa jika tidak mendapatkan fasilitas belajar yang relevan dan cenderung melihat dari sudut pandang yang cenderung negatif, D tidak merasa nyaman dengan sistem pembelajaran yang ada, D juga kesulitan untuk berinteraksi dengan teman dan kesulitan dalam belajar seringkali menyebabkannya menangis dan cenderung menarik diri dari lingkungan, selain itu D mengalami kesulitan ekonomi yang menyebabkan D harus cuti dua semester di semester lalu. D juga sempat merasa ingin menyerah tapi disisi lain D masih ada keinginan menuntaskan apa yang sudah dimulai. Ada juga W mahasiswa yang aktif dikegiatan keorganisasian, W mengaku jika dirinya juga sering mengalami kesulitan dalam membagi waktu belajar dan organisasinya, meski begitu W tetap ingin mengerjakan tugas dengan baik dan sebisanya. Pada paparan hasil wawancara singkat diatas dan data statistik yang di peroleh dari data nasional, nampak perbedaan individu dalam merespon masalah yang membuat individu merasa sangat tertekan. Menjadi menarik karena nampak terdapat perbedaan pada data statistik yang menunjukkan angka putus kuliah yang tinggi. Ternyata, setelah ditelusuri kembali banyak juga mahasiswa yang juga masih bertahan meskipun di kondisi sulit dan menekan.

Berdasar pada paparan diatas, dapat diketahui bahwa idealnya mahasiswa memiliki kemampuan resiliensi akademik untuk bisa bertahan dalam proses belajarnya.

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

Kenyataannya mahasiswa tentunya mengalami kesulitan dalam prosesnya. Perbedaan resiliensi akademik juga dipengaruhi banyak faktor. Respon individu terhadap kondisi yang menekan juga dapat dipengaruhi oleh faktor dari respon atau strateginya dalam memecahkan masalah yang menekan (*coping*), oleh karena itu perlu adanya upaya untuk mengatasi tekanan yang muncul yang disebut dengan *coping* (Pasudewi dan Undarwati, 2014). Lazarus dan Folkman (dalam Hendriani, 2018) menyatakan strategi coping dibagi menjadi 2, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

Perbedaan dalam penggunaan strategi coping menyebabkan individu juga berbeda dalam merespon suatu tekanan. Individu yang punya kecenderungan menggunakan *problem focused coping* akan lebih berani dalam mengambil resiko, berusaha mencari bantuan orang lain ketika kesulitan, membuat perencanaan untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi, sedangkan individu yang memiliki kecenderungan menggunakan *emotion focused coping* akan cenderung menjaga kestabilan emosinya, menghindari dari lingkungan, menerima masalah, menanggung segala sesuatunya, dan terakhir lari dari masalah yang dialaminya (Lazarus dan folkman dalam Nisrina, 2016).

Penelitian yang dilakukan Tantri (2018) terkait pengaruh strategi coping pada resiliensi remaja korban *cyberbullying*, hasilnya menunjukkan jika strategi coping *problem focused* punya pengaruh yang signifikan pada resiliensi korban artinya semakin tinggi skor *problem focused coping* maka semakin tinggi resiliensinya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nisrina (2016) mengungkap dalam penelitiannya yang membahas tentang perbedaan strategi coping stress pada mahasiswa yang mengikuti organisasi dan tidak mengikuti organisasi dan hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat perbedaan penggunaan strategi coping, yakni mahasiswa yang mengikuti organisasi cenderung menggunakan *problem focused coping* sedangkan mahasiswa tidak mengikuti organisasi cenderung menggunakan *emotion focused coping*.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas terdapat ketidaksesuaian antara resiliensi akademik yang diharapkan dengan kondisi yang sebenarnya terjadi dilapangan, peneliti menduga terdapat perbedaan tingkat resiliensi ditinjau dari peran strategi coping yang digunakan mahasiswa yang menjalankan aktivitas perkuliahan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat perbedaaan tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa.

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

### Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan komparatif sebagai pendekatannya. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2017-2021 berjumlah 9388 mahasiswa, kemudian sampel yang diperoleh dari rumus slovin sebesar 383 mahasiswa. Variabel *independent* (X) dalam penelitian ini adalah strategi *coping* yang mana terdapat 2 variabel X, yakni *emotion focused coping* (X1) dan *problem focused coping* (X2). Variabel *dependent* (Y) dalam penelitian ini adalah resiliensi akademik. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *problem focused coping* dan skala resiliensi akademik. Teknik analisa data dalam penelitian ini menggunakan *Mann Withney U-Test (Statistic non-parametric)*, hal ini dikarenakan data yang diperoleh tidak berdistribusi normal

### Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dari 100 subjek penelitian menunjukkan bahwa responden paling banyak dalam penelitian ini berada pada tahun angkatan 2020 sebesar 54%, 2021 sebesar 27% dan 2022 sebesar 19% sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswi tahun angkatan 2020 lebih banyak terlibat dalam penelitian ini. Selain itu dari 100 subjek menunjukkan bahwa mahasiswi paling banyak terlibat dalam penelitian ini dari fakultas psikologi sebesar 49%, fakultas ekonomi dan bisnis sebesar 26%, fakultas ilmu sosial politik sebesar 17% dan fakultas teknik sebesar 8%.

Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan terlebih dahulu uji prasyarat yakni uji normalitas dan uji homogenitas, yang mana dari proses uji prasarat ini di gunakan untuk mengambil keputusan dalam menggunakan statistik parametrik atau non para mertik.

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	Kelompok	Kolmogorov Smirnov			Keterangan
		Statistic	df	P	
Resiliensi Akademik	EFC	0,075	0,119	0,097	Normal
	PFC	0,094	0,119	0,012	Tidak Normal

Sumber: Output SPSS 21 for windows

Berdasarkan data tersebut, hasil uji normalitas sebaran untuk variabel resiliensi akademik pada kelompok EFC berdistribusi normal karena nilai signifikansi  $0,097 > 0,05$ , sedangkan pada resiliensi akademik kelompok PFC data berdistribusi tidak normal karena nilai signifikansinya sebesar  $0,012 < 0,05$ .

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

Tabel 2. Uji Homogenitas  
Levene's For Equality of Variances

Equal Variances Assumed	F	Sig
	2,547	0,111

Sumber: *Output SPSS 21 for Windows*

Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa Resiliensi Akademik pada kedua kelompok yakni, EFC dan PFC memiliki varian yang sama, karena nilai signifikansinya sebesar 0,111 yang berarti lebih besar dari pada 0,05 maka, dapat dikatakan homogen.

Dari hasil uji asumsi atau prasyarat di atas dapat diketahui bahwa salah satu syarat untuk melakukan uji hipotesis menggunakan statistik parametrik tidak terpenuhi, yakni data tidak berdistribusi normal yang berarti uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan non parametrik dengan teknik analisa datanya adalah Mann Withney U-Test.

Untuk mengetahui hasil penelitian lebih mendalam, dilakukan analisis deskriptif. Hal ini bertujuan untuk mengetahui tingkat resiliensi akademik dari mahasiswa. Berikut ini merupakan kategorisasi dari tingkat resiliensi akademik dengan perhitungan manual mean hipotetik menggunakan Microsoft excel 2013.

Tabel 3. Kategorisasi Resiliensi Akademik

	Kategori	Resiliensi Akademik	Frekuensi	%
Resiliensi Akademik	Tinggi	$68 \leq X$	44	12,1%
	Sedang	52 - 68	254	69,8%
	Rendah	$X < 52$	66	18,1%
	Total		364	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa Resiliensi Akademik mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya cenderung sedang dengan total frekuensi sedang sebanyak 254 orang (69,8%), Rendah sebanyak 66 orang (18,1%), dan tinggi sebanyak 44 orang (12,1%).

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

Adapun tingkat resiliensi akademik dari masing-masing kelompok strategi coping yang dipaparkan pada tabel dibawah ini.

Tabel 4. Kategorisasi Resiliensi Akademik Berdasarkan Kelompok PFC dan EFC

Kelompok	Tingkat Resiliensi Akademik	Frekuensi	%
PFC	Tinggi	39	10,7%
	Sedang	177	48,6%
	Rendah	28	7,7%
EFC	Tinggi	5	1,4%
	Sedang	77	21,2%
	Rendah	38	10,4%
<b>Total</b>		<b>364</b>	<b>100%</b>

Tabel diatas dapat diketahui bahwa resiliensi akademik tingkat sedang pada kelompok PFC memiliki jumlah responden lebih banyak yakni 177 orang (48,6%), diikuti juga pada kategori tinggi sebanyak 39 orang (10,7%) dan kategori rendah sebanyak 28 orang (7,7%), di banding dengan kelompok EFC yang lebih sedikit yakni kategori sedang berjumlah 77 orang (21,7%), tinggi sebanyak 5 orang (1,4%), dan rendah sebanyak 38 orang (10,4%).

Hasil penelitian ini bertujuan untuk menjawab hipotesa terkait adanya perbedaan resiliensi akademik ditinjau dari peran strategi coping yang digunakan mahasiswa, dengan asumsi terdapat kecenderungan resiliensi akademik yang lebih tinggi pada mahasiswa yang menggunakan *problem focused coping*. Berkaitan dengan hasil dari uji prasyarat yang tidak lolos maka dilakukan uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan Mann Whitney U Test (statistik non-parametrik). Hasil perhitungan uji komparatif pada penelitian ini dapat di amati pada tabel 5 dan 6.

Tabel 5. Mean Rank

Resiliensi Akademik	Group	N	Mean Rank
	EFC	119	124.20
	PFC	245	210.82

Sumber: Output SPSS 21 for Windows

Hasil deskriptif tersebut menunjukkan nilai mean rank skor tingkat resiliensi akademik pada kelompok EFC rata-ratanya sebesar 124.20, sedangkan pada kelompok PFC skor rata-ratanya sebesar 210.82.

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

Tabel 6. Hasil Uji Mann Whitney U Test

Resiliensi Akademik	Group	Z	Asymp. Sig
	EFC		
PFC		-7,374	0,000

Sumber: Output SPSS 21 for Windows

Berdasarkan tabel di atas dari hasil uji hipotesis menggunakan Mann Whitney U test di peroleh skor  $Z=-7,374$  dengan signifikansi sebesar  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Berarti ada perbedaan yang signifikan pada resiliensi akademik ditinjau dari coping PFC dan EFC.

### Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidak perbedaan tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang di gunakan mahasiswa. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat resiliensi akademik dengan strategi coping. Artinya, antara individu yang menggunakan strategi coping *emotion focused* dengan individu yang menggunakan *problem focused* memiliki kecenderungan yang berbeda dalam merespon suatu masalah atau kondisi yang menekan. Hasil dari penelitian ini diterima, dapat dilihat dari hasil uji hipotesis menggunakan Mann Whitney U test yang nilai signifikansinya sebesar  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Artinya, adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping, dengan asumsi terdapat kecenderungan *academic resilience* yang lebih tinggi pada mahasiswa yang menggunakan *problem focused coping*, sehingga hipotesis yang diajukan diterima atau terbukti kebenarannya.

Mahasiswa memiliki tujuan yang berbeda dalam menyelesaikan masa studinya maka, sangat dibutuhkan kemampuan dari individu untuk tetap adaptif dalam menjalankan setiap kegiatan atau aktivitas perkuliahannya. Maka dari itu, peran strategi coping yang berfokus pada masalah menjadi sangat penting dimiliki oleh mahasiswa, agar menjadi individu yang memiliki resiliensi akademik yang baik. Apabila digambarkan mahasiswa yang berusaha dalam menuntaskan masalahnya akan lebih mungkin memiliki ketahanan belajar yang baik, kemampuan individu dalam memecahkan masalah memiliki peran penting dalam mencapai prestasi akademik yang hendak dicapai, sehingga akan siap ketika nantinya akan menjadi generasi penerus bangsa yang unggul.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa penggunaan strategi coping merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan tingkat resiliensi akademik dari mahasiswa. Penelitian ini juga menunjukkan jika resiliensi akademik lebih tinggi pada kelompok mahasiswa yang menggunakan *problem focused coping*. Hal ini dikarenakan individu yang menggunakan *problem focused coping* akan lebih memahami prioritas dan apa yang hendak dituntaskan lebih dahulu, selain itu individu yang menggunakan *problem focused coping* akan lebih mampu untuk meminta bantuan orang lain karena merasa dirinya perlu belajar hal-hal yang masih belum diketahui dari orang lain, kemudian

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

individu yang menggunakan *coping* ini akan merencanakan dan mempersiapkan apa saja yang di perlukan sebelum memulai suatu aktivitas, sehingga resiliensi akademiknya akan lebih baik dibandingkan individu yang menggunakan *emotion focused coping* yang lebih cenderung menghindar ketika dihadapkan pada situasi yang sulit, dengan demikian hipotesis penelitian ini diterima dan benar adanya.

Kebaharuan penelitian ini dapat dilihat pada hasil penelitian yang menunjukkan terdapat perbedaan resiliensi akademik yang sangat signifikan. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan tidak ada perbedaan resiliensi pada remaja binaan bapas ditinjau dari coping stress (Pasudewi & Undarwati, 2014). Hasil serupa juga terjadi pada penelitian yang dilakukan Alam (2019) yang juga menunjukkan jika resiliensi remaja residen narkoba tidak bisa dibedakan berdasar pada jenis strategi coping. Selain itu, pada hasil penelitian ini juga memiliki variabel Y yang lebih spesifik yakni, resiliensi akademik. Penelitian serupa lebih banyak dilakukan menggunakan metode kualitatif seperti salah satunya pada penelitian yang dilakukan oleh Putri (2022) yang meneliti tentang resiliensi pada remaja yang orangtuanya bercerai ditinjau lewat coping stress, hasil penelitian ini terbukti jika kedua partisipan memiliki strategi coping yang berbeda untuk menghadapi kesulitan serta kemampuan resiliensi yang juga berbeda.

Penelitian ini juga didukung dengan hasil penelitian lain diketahui bahwa semakin tinggi nilai *problem focused coping* maka semakin tinggi pula resiliensi akademik pada siswa yang sedang bersekolah. (Wiranto dkk, 2022). Selanjutnya, penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusuf (2021) mengkaji tentang hubungan strategi coping dengan resiliensi pada ASN di Kantor Camat Medan Ampelas. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara strategi coping dengan resiliensi dengan asumsi semakin tinggi strategi coping maka semakin tinggi resiliensi dan begitupun sebaliknya. Sejalan dengan penelitian tersebut penelitian yang membahas tentang perbedaan strategi coping stress pada mahasiswa organisasi dan non organisasi, hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat perbedaan penggunaan strategi coping, yakni mahasiswa organisasi cenderung menggunakan *problem focused coping* sedangkan mahasiswa non organisasi cenderung menggunakan *emotion focused coping* (Nisrina,2016).

Adapun faktor lain yang menjadi penyebab tingginya resiliensi akademik individu, seperti dalam penelitian berikut ini yang menyatakan bahwa 45,1% resiliensi akademik dipengaruhi faktor eksternal (Prawitasari & Antika, 2022). Pada penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Satyaningrum (2019); Dewi (2020); Bustam et.al (2021) terdapat faktorlain diantaranya, *sesnse of humor*, *locus of control*, *self compassion* dan lainnya.

Memiliki kemampuan resiliensi akademik yang baik sangat dibutuhkan bagi individu. Individu yang memiliki resiliensi akademik yang baik akan lebih mengetahui apa yang akan dilakukan terlebih dahulu karena memahami mana yang menjadi prioritasnya,

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

sehingga individu tersebut lebih bisa bertahan dalam kondisi yang menekan sekalipun. Pada penelitian ini juga menunjukkan bawasannya, mahasiswa Universitas 17 Agustus Surabaya sebagian besar menggunakan *problem focused coping* sebagai respon terhadap tekanan yang sedang dialami. Hal ini perlu diperhatikan dan perlu untuk dirawat agar kedepannya dengan meningkatkan program-program unggulan kampus seperti pelatihan terutama yang berfokus pada manajemen konflik dan studi kasus pemecahan masalah, sangat bermanfaat bagi mahasiswa. Hal ini menjadi penting, agar mahasiswa dapat memiliki kestabilan emosi, rasional, adaptif juga mampu untuk membuat prioritas dengan baik dan matang sehingga jika terjadi masalah mahasiswa lebih siap dengan apa yang menyimpannya dan lebih tahan dalam menghadapi tekanan sesulit apapun.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah di tulis di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, bahwa benar adanya perbedaan resiliensi akademik ditinjau dari peran strategi coping yang digunakan mahasiswa, dengan asumsi terdapat kecenderungan resiliensi akademik yang lebih tinggi pada mahasiswa yang menggunakan *problem focused coping*. Hal ini berarti Individu yang menggunakan *problem focused coping* memiliki resiliensi akademik yang lebih tinggi dibandingkan individu yang menggunakan *emotion focused coping* dalam memecahkan masalahnya. Untuk peneliti selanjutnya disarankan dapat menggunakan variabel x yang berbeda seperti dukungan sosial, penerimaan diri, sense of humor, dan masih banyak lagi, sehingga akan lebih banyak lagi penelitian yang dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu terkait.

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

### Referensi

- Alam, Rifqah (2019) PERBEDAAN RESILIENSI PADA REMAJA RESIDEN NARKOBA YANG SEDANG MENJALANI MASA REHABILITASI DITINJAU DARI COPING STRATEGY. Skripsi-S1 thesis, Universitas Hasanuddin.
- Aziz, R. M., & Noviekayati, I. (2016). Dukungan Sosial, Efikasi Diri dan Resiliensi Pada Karyawan yang Terkena Pemutusan Hubungan Kerja. *Persona*, 5(1), 62–70.
- Boatman, M. (2014). Resilient Minority Doctoral Students Who Experienced Poverty and Parental Substance Abuse [Walden University]. <https://scholarworks.waldenu.edu/dissertations>
- Bustam, Z., & Radde, H. A. (2021). Sense of Humor, Self-Compassion, dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(1), 17-25
- Dewi, I. (2020). The Impact of Social Support and Self-Efficacy on the Academic Resilience of a New Students During the Covid-19 pandemic. In *International Conference of Psychology 2021*, 1 (1), 23-34.
- Dwiastuti, I., Hendriani, W., & Andriani, Fitri. (2021). Perkembangan Penelitian Akademik Di Indonesia: Scoping Literature Review. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 7(01), 23-35
- Hendriani. (2018). Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar. Jakarta: Prenamedia Group (Divisi Kencana).
- Kemenristekdikti.(2020). Statistik Pendidikan Tinggi 2020. In Pusdatin Kenenristekdikti. <https://pddikti.kemdikbud.go.id/asset/data/publikasi/Statistik%20Pendidikan%20Tinggi%202020.pdf>
- Kemenristekdikti.(2019). Statistik Pendidikan Tinggi 2019. In Pusdatin Kenenristekdikti. <https://pddikti.kemdikbud.go.id/asset/data/publikasi/Statistik%20Pendidikan%20Tinggi%202019.pdf>
- Kemenristekdikti.(2018). Statistik Pendidikan Tinggi 2018. In Pusdatin Kenenristekdikti. <https://pddikti.kemdikbud.go.id/asset/data/publikasi/Statistik%20Pendidikan%20Tinggi%202018.pdf>
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2003). Fear of failure: Friend or foe? *Australian Psychologist*, 38(1), 31–38. <https://doi.org/10.1080/00050060310001706997>
- Nisrina, E. G. (2016). Perbedaan Strategi Coping Stres Pada Mahasiswa Organisasi Dan Non Organisasi Di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Pasudewi, C. Y., & Undarwati, A. (2014). Resiliensi Pada Remaja Binaan Bapas Ditinjau Dari Coping Stress Info Artikel. *INTUISI*, 6(2). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/sip>
- Pratiwi, A. C. (2016). Hubungan Coping dan Resiliensi pada Perempuan Kepala Rumah Tangga Miskin. *Jurnal Psikologi*, 12.
- Prawitasari, T., & Antika, E. R. (2022). Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Resiliensi Akademik Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(2).

## Tingkat resiliensi akademik ditinjau dari strategi coping yang digunakan mahasiswa

- Putri, Larassinta Erlangga (2022) Resiliensi pada Remaja yang Memiliki Orang Tua Bercerai ditinjau dari Coping Stress. [Undergraduate thesis]
- Satyaningrum, I. R. (2019). Pengaruh School Engagement, Locus of Control, dan Social Support Terhadap Resiliensi Akademik Remaja. *TAKZIYA: Journal of Psychology*, 2(1).
- Tantri, E. M. (2018). Pengaruh Strategi Koping Terhadap Resiliensi Pada Remaja Korban Cyberbullying. *Sanata Dharma*.
- Wiranto, H., & Rista, K. (2022). Academic resilience pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK): Menguji peranan problem focused coping. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(2), 139-149.
- Wulandari, & Kumalasari, D. (2022). Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Dukungan Dosen? *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 19–30.
- Yusuf (2021). Hubungan Strategi Coping Dengan Resiliensi Pada ASN Di Kantor Camat Medan Ampela. Skripsi.